

滝澤先生の

いつも元気な
ママでいたいね!

漢方相談室



アドバイザー
雙玉堂滝澤薬局

滝澤 澄子先生

Sumiko Takizawa

漢方薬局に勤務後、2001年に滝澤薬局をオープン。日本
中医薬研究会会員店、日本不妊力カウンセリング学会会員、
薬剤師、国際中医専門員。

メールや電話でも
ご相談を受け付けています
お気軽にどうぞ!



ママからの
嬉しいお便りを
ご紹介♪

かおりママ

Kaori Mama



産後ひどくなった生理前の不調、気持ちのコントロールができてなくて。二人目を考えつつも、生理周期も不安定で自分の体調に自信がありませんでした。漢方を1か月服用してずいぶん気持ちが落ち着きイライラしなくなりました。続けるうち調子が良くなり、自然に二人目も欲しいなと思えるようになりました。

他の体験談は
こちら!!

滝澤薬局 小山市

検索

ママのための食養生

春と生理前は、
「気」のめぐりを
よくするものを

柑橘類やいちごなど酸味のあるもの、香り野菜のセロリ、春菊、タマネギ、ミツバなどや、苦い野菜の菜の花、うど、ふぎなどがオススメ。春の高ぶりやすい気持ちをクールダウン。

お気に入りの香りを楽しんで落ち着ける、マッサージオイルやハーブティーなどもいいですよ。



漢方レシピ

いちごとセロリの葉の
スムージー

【材料】2人分 ●いちご…200g●セロリの葉…20g●りんご…1/4個●水…120cc●はちみつ…お好みで

【つくり方】

①いちごはへたを取り、セロリは葉の部分を洗う。②ミキサーにすべての材料を入れ、ジューサーミキサーでスムージーにする。お好みで、はちみつを入れて出来上がり。



そう ぎょく どう
雙玉堂滝澤薬局

〒323-0024 小山市宮本町3-1-10 (営) 10:00～19:00 (休) 日曜・祝日

mail info@sougyokudo.jp HP http://www.sougyokudo.jp

TEL.0285-30-3810 (FAX兼用)



※当店で扱っているパンダマークの中国漢方薬は、内容成分を明確にし、日本人にあった用法・容量で臨床実験され、効果や安全性を厳密に確認しています。厚生労働省の許可を得て販売している医薬品・健康食品です。