



「衛^え氣^き」を高める漢方や漢方茶なら、
子どもや授乳中の方でも安心です。

おすすめ
漢方

衛益顆粒

(えいえきかりゅう)

季節の変わり目は、ハウスダストなどに敏感になったり、花粉症になりやすい時期。肌や粘膜を元気にして、バリア力を高めるお薬です。ほんのり甘くて飲みやすい味。 ●90包 ¥8,640(税込)



花粉やウイルスなどから体を守る力を漢方では「衛^え氣^き」と呼びます。花粉症を軽くするなら、この衛気を高める漢方や漢方茶。お子さんや妊活中・授乳中の方でも安心して服用できます。症状が出てからでも症状を軽くできますし、シーズンの2～3ヵ月前の服用ならより効果的ですよ。

ママのための食養生

春は、野菜をたっぷり摂りましょう

苦みのある旬の野菜や酸味のある果物はイライラやのぼせ対策に、キノコや根菜、発酵食品は免疫力アップに役立ちます。冷たいものや生もの・甘いものは食べ過ぎないように気をつけて。

漢方レシピ たっぷりきのこの味噌茶碗蒸し



レシピ提供：臼井明希子

【材料】4人分

- しいたけ……………2房
- しめじ……………2分の1パック
- 絹さや……………40g
- 卵……………3個
- 味噌……………大さじ2
- 酒……………小さじ1
- だし汁……………350ml

【作り方】

- ①しいたけは石づきを取りうす切り、しめじはほぐし、絹さやは筋取りし固茹でする。
- ②だし汁に味噌、酒を溶かし、ボウルにほぐした卵液に加え、よく混ぜたらこす。
- ③器に注ぎ、蒸し器にセットし、強火で5分、弱火で約10分蒸す。竹串を刺し、汁が透明ならOK!

いつも元気なママでいたいね!

滝澤先生の

漢方相談室



春は、家族みんなが花粉症の我が家にとってつらい季節です。子どもや授乳中の私でも飲める、花粉症に効く漢方ってありますか?

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!



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、日本不妊カウンセリング学会会員、薬剤師、国際中医専門員。

そうぎょくどう
雙玉堂

滝澤薬局 TEL.0285-30-3810 (FAX兼用)

〒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



※当店で扱っているバ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。