

金銀花



渡辺薬局

Tell 0551-22-6161

この夏は日本中、あちらこちらで災害が多発し多くの人が生活の場を失いました。

冬の大雪を思い出します。いまのところ山梨は比較的影響が少ないのですが自然の気まぐれに油断はできません。

世界では、エボラ出血熱がパンデミックともいえる大流行への兆しも見えます。既に新型コロナウイルスも複数確認されて、島国日本といえども楽観できない状況ですが、いまのところ治療はおろか予防方法さえない状況です。世界中に飛び火しないで収束するように祈るばかりです。



【秋に向かって】

まだまだ残暑は続きますが猛暑は一段落でしょうか。

夏のお疲れを残したままになっていませんか？年々気温も上昇し 40 度近い気温のところもありました。ちょっと前には甲府がいつも一番でしたが最近では埼玉や岐阜に取って代わられそうです。

気温を操作してネタにしているなんて噂もありますが、やはり暑いのでしょう。それと共に気象も激しくなり日照りか豪雨になりやすく、夕立というよりモンスーンと表現したいくらいです。

子供のころのような穏やかで安らぐ環境に戻ってほしいと思います。

何度もご紹介した「梅水」やはり最高ですね。

500ml の水筒に大きめの塩梅干しをクチュッと潰したものと赤紫蘇の葉を少し入れて氷を 2、3 個、後は水を入れて持ち歩きます。

これに麦味参をのんでいただければ万全です。

糖分やアミノ酸をたくさん含む〇〇スポーツドリンクよりずっと効果があります。

また梅にはクエン酸がたっぷり含まれていますが、クエン酸は尿酸の排泄も促しますので尿酸値の高いひとや痛風の方にもおすすすめできます。

これから秋の運動会やスポーツシーズンにも大活躍しますのでどうぞお試しください。

夏は熱を下げるために血管が広がります。そのために血圧も下がりますが低血圧の人はだるい、眠いとか貧血状態になり易くなります。体力低下を防ぐためにも麦味参をはじめ婦宝当帰膠やアスリーブを予防手段としてのんでいただくことをおすすすめします。

これからの季節は涼しい風も吹くようになり過ごしやすくなります。

屋外に出て澄んだ空気の中で身体を動かしましょう。

【おすすすめ】

活性酸素の活動から人体を守る SOD などの抗酸化物質。

この SOD などを豊富に含む大麦若葉のサプリメントが入りました。

糖尿の方にもおすすすめできます。お試しください。

