

# 金銀花



渡辺薬局

Tell 0551-22-6161

二月は日数が少ないのであつという間に月が替わる感じがします。

如月(きさらぎ)は「衣更月」「絹更月」などともいいます。まだまだ寒いので更に衣服を重ねるという意味のようです。ほかに梅見月(むめみつき)とも表されますが、梅の咲く時期です。日本語は奥が深く、その意味を考えるだけで楽しくなります。

花粉も黄砂も増えて参りました。せっかくいい季節になるのにアレルギー症状でお困りの方も多いと思います。どうぞご相談下さい。



## 【美しい肌を手に入れましょう】

今月は健康でハリのあるお肌作りを考えましょう。

私がまだ若いころは日本人の肌はきめが細かく世界一だといわれていました。食習慣や生活習慣の変化が赤ちゃんも大人も皮膚の健康を失ってしまったのではないのでしょうか。

**肌のくすみ**は「疲れた顔をしているわよ。」といわれる場合が多いです。



たしかに疲れがたまると肌も黒ずんできます。十分な睡眠が必要ですが「気」と「血」を補いましょう。「婦宝当帰膠」「冠元顆粒」がおすすめです。

**シワ**は老化のサイン。どんなにお手入れをしても、美容整形をしても老化は防ぐことができません。「補腎益精」という老化防止の解決策があります。「亀鹿仙」は潤いをたっぷりふくんでいます。

**たるみ**に効果的な方法は？筋肉が弾力を失うとともに四肢の肉も柔らかくなって、お尻が下がって、おなかも出てきます。顔はお手入れで多少は改善できますが、首はもっとも年齢が出てきます。消化器の力を上げることによってたるみの

防止効果が期待できます。「健脾散」「晶三仙」をのんでみましょう。胃腸が弱い、

下痢や便秘に悩むという人は食習慣も見直しましょう。**脂症**でお悩みの方。皮脂の分泌が多いので、顔がテカテカする。吹き出物が出やすいです。まず、チョコレートやアイスクリームなど糖分を多く含むもの、スナック菓子やカップラーメンなど塩分と油脂を多く含むものも控えてください。唐辛子など刺激の強いものも避けていただくとよいです。これからお出かけやアウトドアが楽しくなります。健康な肌になりましょう！！

**目・耳・骨・血管を守り、老化を防ごう!!**

**目**：中国医学では「肝は目に養を閉く」といふ。  
→ 目の表んは肝の表ん

**耳**：「腎は耳に養を閉く」といふ。  
→ 耳の表ん・耳鳴りは腎の表ん

**骨**：「腎は骨を主る」といふ。  
→ 骨がもろくなる。足腰が弱る。背骨が曲がるのは腎の表ん

**肝腎強化** **瘀血除去**

**血管**：中国医学では、血管が硬く、もろくなったり、血液の流れが悪く、つまりやすくなった状態を「瘀血」といいます。



(C)イスクラ産業株式会社

