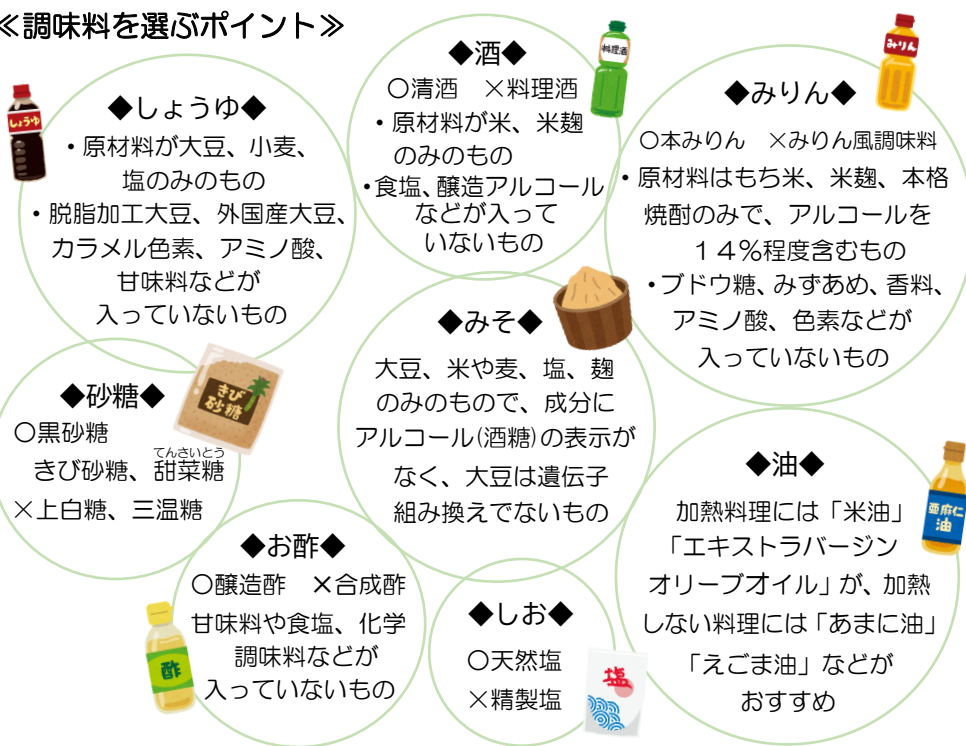




## 毎日の健康の基本！調味料の「選び方」

みなさんは調味料を購入するとき、どのような基準で選んでいますか？  
毎日身体にとりいれるものだからこそ、意識して選んでみませんか？

### ◀調味料を選ぶポイント▶



本来、調味料は発酵させてつくるものが多いのですが、中には発酵段階を省略し、ブドウ糖や化学調味料、醸造アルコール等で味を調整してつくっているものもあります。また、食塩が使われていることも多いです。だからこそ、毎日使う調味料にも目を向けてみましょう。

参照：大久保愛,2019.6.30,(株)ディスカヴァー・トゥエンティワン,p50-55

## 冷えの症状にお悩みはありませんか？

「布団に入っても手足が冷えて眠れない…」  
「常に靴下を履かないといられない…」「手足が冷えやすい…」

そのようなお悩みには、“婦人宝”がおすすめです。  
「婦人宝」という名前の漢方薬ですが、年齢・性別を問わず、冷えの症状が気になる方におすすめです。  
身体を温め、血液の循環をよくする作用があり、冷えの症状に効果的です。  
試飲もできますので、お気軽にご相談ください。

1本(10日分) 2,000円  
3本(30日分) 5,000円



## 健康測定会のお知らせ

12月10日(火) 10:00~16:00 ハンドケア講習会

ユースキンを使って正しいハンドクリームの塗り方をお教えします。

次回の予定 1月14日(火) 脳活動測定

頭にセンサーを付けて、前頭前野の脳活動をチェック★

“脳トレ”生みの親の川島教授が監修。新しく導入された機械です♪

費用無料でどなたでもご参加いただけますのでお気軽にいらしてください♪

### ハル調剤薬局

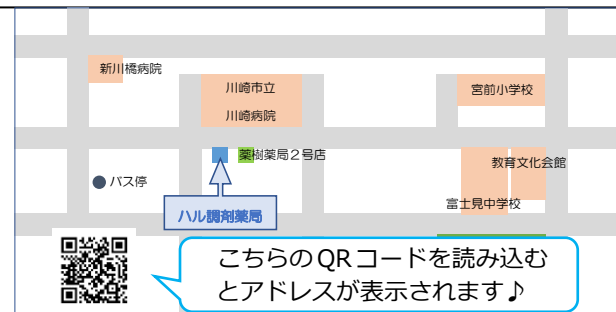
住所 川崎市川崎区境町3-1

電話 044-276-8590

営業日 月~金 9:00~18:00

※緊急時は24時間対応致します。

上記電話番号にご連絡ください。



こちらのQRコードを読み込むとアドレスが表示されます♪