



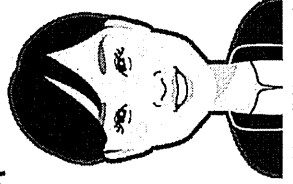
# ゆずりはニユース

vol. 28

おまげ下さいね

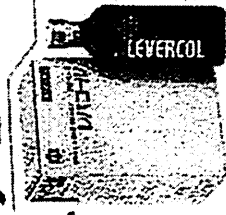
こんにちは、登録販売者の岩田です。夏本番に入り、個人的には寒いより暑いほうが好きなので嬉しいのですが、これからの時期には夏バテに注意が必要です。冷たいものを摂りがちになりますが、胃を冷やさないようにしましょう。また夏バテ予防に「レバコル」がオススメです。天然カツオの肝臓エキスを使用していて、良質なアミノ酸、ビタミン、ミネラルがバランス良く効率的に摂取できます。ゆずりはスタッフは全員毎朝飲んでます。試飲も

ゆずりはスタッフの  
ちよこ一言



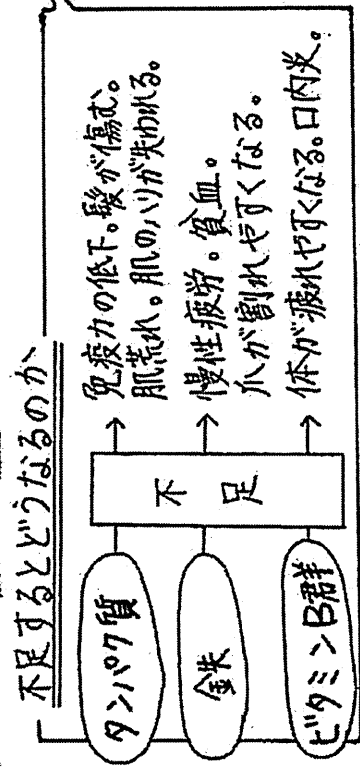
## 現代人に足りない栄養素とは

2本入 ¥3960  
4本入 ¥7150



皆さん、毎日の食事でタンパク質を摂っていますか？  
タンパク質不足は現代人の不調の原因になっています。  
また共通して足りていないのが鉄やビタミンB群です。

このような症状が気になりだしたら...  
**レバコル** 始めませんか？



体に必要なタンパク質・ミネラル  
ビタミンがバランス良く配合さ  
れていて現代人の栄養不足を  
サポートするアミノ酸のドック  
です!!



## ゆずりは薬局 青江店

F700-0941  
岡山市北区青江1-22-22  
TEL: 086-221-2355  
FAX: 086-221-2350

営業時間 ☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~19:00 / 水 9:00~18:00 / 土 9:00~12:30

## ゆづりは健康コラム ～ ブルーライトについて ～

ブルーライトは、紫外線の次に波長の短い光で、目の奥まで届く非常にエネルギーの強い光です。  
太陽光はもろろんのこと、LEDを使用したパソコンやテレビ、スマートフォンなどの液晶画面からもブルーライトが多く放射されています。  
ブルーライトは波長が短いため、空気中に含まれる粒子(ほこりや水分)とぶつかりやすくなっています。  
ブルーライトがこの空気中の粒子とぶつかると、光は散乱するため、まぶしさ・ちらつきを生じることとなります。まぶしさ・ちらつきは、像のじみにつなげるため、目のピント調節機能に負担がかかります。  
昨今の生活様式はこの液晶画面を見る機会が長時間となっており、体への影響が懸念されています。  
もろろん太陽光にも多くのブルーライトは含まれていますが、至近距離で長時間見るという点を考えると、液晶画面からのブルーライトの方が目への影響は大きいと思われまます。  
最近の研究では、ブルーライトを長時間目に入れると、視界のちらつきや目の疲れに加え、体内リズムを崩し睡眠障害を引き起こすという報告もされています。  
このブルーライトのダメージ軽減にルテインが有効とされています。  
ルテインは体内では作られないので、食事やサプリメントで摂取しましょう。

飲むサングラス

ひとみにルテイン



ルテインとは、抗酸化作用に優れ、紫外線やブルーライト、加齢など傷ついた目を失明から守る栄養素です!!

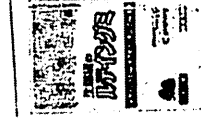
※ 1日推奨量

ルテイン10mg 摂取で"予防と対策"  
ルテイン15mg 以上で"改善!!"



『ひとみにルテイン』  
1粒あたりにルテイン  
18mg 配合!

＜30粒入り約1ヶ月分  
4,320円(税別)＞



『ルテイングミ』  
1粒あたりにルテイン  
5mg 配合!!  
＜30粒入り 1,750円(税別)＞

ご要望、ご相談等ございましたら、下記のメール、電話でも受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

メールアドレス : [info@yuzuriha-mj.jp](mailto:info@yuzuriha-mj.jp)

TEL: 086-221-2355