

ゆずりはニュース

Vol. 120

ゆずりはスタッフの
ちよつと一言

こんにちは、事務の
こんとうです。今年、
梅雨も短かったですね。
夏が来るのも早く
夏が来たとはたん猛暑
の連日ですが皆様、
体調はいかがですか？
畑の水やりにも毎日大変
でしょうね。ご自分の
水分補給もお忘れな
く、朝食
をしっかり食べて
この夏をのりきり
しましょう。



新商品

レバコール レディ

「レディ」のためのレバコール

女性に嬉しい成分を配合

- ・ 葉酸
- ・ 鉄分
- ・ ビタミンB群
- ・ ビタミンE
- ・ カツオ肝臓エキス

おやすみ前にも安心の
カフェイン不使用!!

レバコールXと比べるとさっぱりとした
味わいです。



2本入 (250ml×2)

4,970円

4本入 (250ml×4)

8,970円

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

TEL: (0867)-76-2355

ゆずりは健康コラム ～まもろう あなたの肝臓～

肝臓は右の肋骨に守られるようにしてあり、身体の中で一番大きな臓器です。その大きさは体重の50分の1を占めるほどとされています。

お酒を飲んだときにアルコールを分解する臓器というイメージがありますが、機能は大きく分けて三つあります。

- ①栄養素を身体が利用しやすい形にする代謝
- ②アルコールや薬剤などの分解・解毒
- ③胆汁の合成・分泌

…と、私たちが生きていくうえでとても大切な役割を果たしています。

とてもタフな臓器で、多少細胞が壊れても働き続けることができますが、だからこそ肝臓内の状態がわかりにくく、気づかない間に病気が進行してしまう場合があります。

重要な役割を担う臓器であるということを知り、肝臓の負担を減らしてケアしてあげることが大切です。

食事の面から一部ご紹介します。

【肝臓に良い食材】

ビタミンB1・タンパク質・タウリンを多く含む食材

(レバー・納豆・チーズ・たまご・豆腐・牡蠣・イカ・タコ・エビ・貝類など)

【肝臓に負担をかける食材】

脂質・糖質の多い食材、アルコール

まずは日々の食事から、意識してみましょう！！

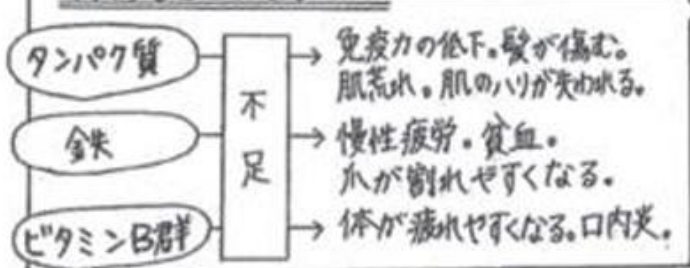
レバコールが飲みやすく「α」にリニューアル!!

2本入
4,970円
(税込)
4本入
8,970円
(税込)



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。

不足するとどうなるのか



このような症状が気になりだしたら…

レバコールα 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リンク
です!!



ゆずりは薬局

営業時間

☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~18:00/水 9:00~16:00/土 9:00~12:30

〒718-0015

新見市石盤65-5

TEL: 0867-76-2355

FAX: 0867-76-2356