

ゆずりはニュース

vol. 63

このかぎり。細田守監督最新作『映画』果てしなきストーリーを観てきました。派手な展開や分かりやすい感動に限らず、生きることそのもの本身まで丁寧に積み重ねでいく映画だと感じました。

過去に大きな喪失を感じた主人公スカラートは、もう出来事を完全に乗り越えられないまま、静かな日常生活を続ける中で、ささいな出来事と人との間から、心の奥に沈んでいた思いを少しずつ現り出していく。本作は、劇的な変化ではなく、傷を抱えたまま生き続ける人間の姿を丁寧に描いた物語です。キャラクターの傷を肯定し大切にとあらげてほしい。もううなづマージが止められません。

ゆずりはスタッフの
ちよひと一言

今年も来た～花粉シーズン！

覚えていますか？昨年の夏も暑かった！夏が暑いと花粉がたくさん育って、翌年の春から花粉がたくさん飛ぶと言われています。毎年症状が出て困っているかたは、さそく今から対策を始めましょう！早すぎはないですよ！

予防・改善



タウロミン

体质改善の漢方薬として
しっかり症状を抑える
成分がひとつになった
スペシャルタブレットです。
最初め引ると、よいタイプ！

症状に合わせて

飲用量を減らして
いくことが出来ます

アレルギー体質に



ゆずりは薬局三浜店

営業時間

月～金 9：00～18：30/土 9：00～12：30

〒702-8036
岡山市南区三浜町1-6-11
TEL:086-902-1193
FAX:086-902-1195

冬季に流行する感染症の一つに、ノロウイルス感染症があります。ノロウイルスは感染力が非常に強く、少量のウイルスでも感染が成立することが知られています。主な症状は、突然の嘔吐や下痢、腹痛などで、特に小児や高齢者では注意が必要です。ノロウイルス感染症で最も注意すべき合併症の一つが脱水です。嘔吐や下痢が続くことで、体内の水分や電解質が急速に失われます。冬はもともと水分摂取量が少くなりやすく、喉の渴きも感じにくいため、脱水に気付きにくい傾向があります。

ノロウイルス感染時の脱水対策ポイント

- ・嘔吐や下痢が続く場合は、脱水に注意が必要です
- ・水分は一度に多量ではなく、少量ずつこまめに摂取します
- ・尿量の減少や口の乾きは脱水のサインです
- ・高齢者や乳幼児は重症化しやすいため、早めの対応が重要です
- ・水分が摂れない、症状が強い場合は速やかな受診が必要です

◆アミノ酸の力◆

アミノ酸をはじめ、鉄やビタミン等は私たちの健康維持に必要な栄養成分です！

アミノ酸とは…？

アミノ酸とは、たんぱく質の原料です。私たちの体は約60%が水分で、約20%がたんぱく質でできています。主に筋肉や消化管、内臓、血液中のヘモグロビン、髪や皮膚のコラーゲンなど、体の重要な組織をつくっています。このたんぱく質を構成している成分がアミノ酸です!!

かつおの肝臓がたんぱく

不足するとどうなるのか…

アミノ酸
(たんぱく質)



免疫力の低下。肌荒れ。
太りやすく、筋力の低下。

鉄



慢性疲労。貧血。

ビタミンB群



体が疲れやすくなる。

おすすめ商品
あります!!



疲れ 食欲がない 風邪予防 胃もたれ

このような症状が気になる方は
お気軽にお声がけください♪

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: 086-902-1193