

★ お薬手帳をお持ちの方は処方箋と一緒に持参ください。



地域の皆様の健康のために 健やか生活応援団

二葉薬局グループ

二葉だより No. 20

2012. 6月発行

紫外線予防・対策

紫外線は、5月ごろから8月にピークを迎えます。

1日のうちでは、朝9時ごろから15時ごろが紫外線照射量のピーク。



紫外線による健康への影響

慢性
シミ
シワ
良性感傷
白内障
皮膚がん



急性
日焼け
紫外線角膜炎
免疫機能低下など

血行をよくする **ビタミンE**も一緒にとれば
ビタミンCが効率良く体内に取り込まれます

抗酸化作用のあるポリフェノールやβ-カロテン
リコピンなどを含む食品も日焼けしたとき
お勧め!!

日焼けをすると体内で
活性酸素というものが発生します。

活性酸素は肌の老化や健康に
悪影響を及ぼすといわれています。

活性酸素除去作用をもつ

ビタミンCを夏は積極的に
とりましょう!!

ビタミンCを
含む食品

イモ類、ピーマン、ブロッコリー
ほうれん草、オレンジ、レモンなど

ビタミンEを
含む食品

魚介類、鶏卵、ごま
大豆、ナッツ類、など

抗酸化作用が期待
される食品

赤ワイン、トマト、ニンジン
など

からだの内側からもケアしましょう!



二葉薬局 細野店 管理薬剤師
の 松元です。

整形外科を中心に、約30の医療機関から
処方せんを受け付けています。最近iPad薬歴
を導入し、患者様への情報提供や投薬が
よりスムーズに行うことが出来るようになりました。
患者様に「この薬局に来てよかった!!」と思っ
てもらえるよう、笑顔と真心をモットーに
日々の業務に当たっています。♡

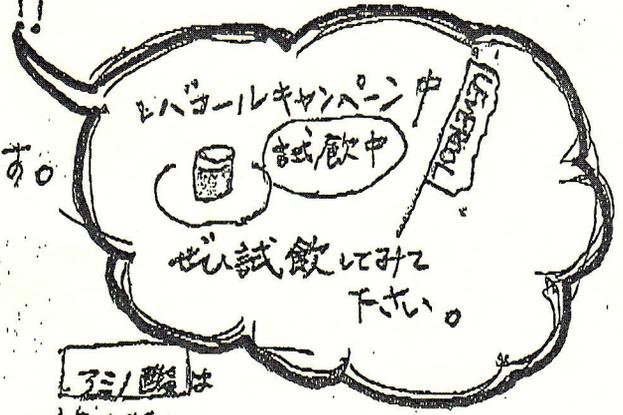
レバコール LEVERCOL

元気の素!! 必須アミノ酸



夏バテしやすい体に!!

体に必要なアミノ酸、ビタミン、ミネラルを
効率よく吸収されるようにつくられています。



本 ¥7780
特 ¥6825

- ◆ 血液浄化作用による効果
コレステロール、血液中の老廃物の排泄を
促し、血管の弾力性を増す。
- ◆ 造血作用による効果
新鮮な血液を造り、胃腸病、疲労回復
貧血を防ぐ。
- ◆ 血行不良を改善する作用
血行を良くし、ホルモンバランスを良くする。

アミノ酸は
体を作る
たんぱく質の原料
→ 筋肉や内臓等
丈夫な体のもと!!

☆ 魚はプロテインの宝庫であり特に肝臓エキスは、すべての
必須アミノ酸 (体のもとになるもの) を含み、ビタミン・ミネラルは、
一般食物に比較してもその種類と含有量は非常に高い
です。レバコールは、このカツオの肝臓から抽出・精製し
たハンクバー末に各種生薬とビタミンを配合しています。



地域の皆様の健康のために 健やか生活応援団

二葉薬局グループ

H.P <http://futaba-gr.co.jp/>

(有)二葉薬局	0984(22)8244	二葉薬局 野尻	0984(44)2828
二葉薬局	0984(25)5500	二葉薬局 細野	0984(21)0770
二葉薬局 堤	0984(25)0373	二葉薬局 高原	0984(25)6011
二葉薬局 加久藤	0984(25)4407		