



旧年中は大変お世話になりました  
本年もよろしくお願いいたします

安心して生活ができる体づくり、  
今、お飲みになっているお薬が  
安心して飲めるように、  
未来の健康不安を安心に変えられるように  
太平調剤薬局をご利用ください。



今年も頑張ります！！



今年も、ダイエットのこと、健康のためによいこと等、ご提供できるように頑張ります。  
お付き合いの程、よろしくお願い申し上げます。

今年の冬は寒いと聞きます。年末、寒かったですね。

さて、今回は、

寒さ知らずのカイロ有効利用、カイロをお腹に貼る（下着、上着の上）といい！！について  
話させていただきます。



## 1. どこに貼るといいの?? …を説明します。

全身が冷える時、

おへそより指2本分下にある「**気海（きかい）**」というツボを温めるのが効果的です。

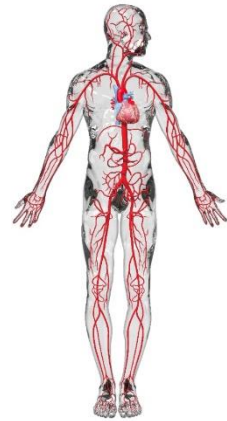
毎日温めることで、常にコンディションが安定して、

元気に過ごせる**魔法のツボ**とされています。



## 2. 何故 お腹がいいのでしょうか …を簡潔に説明します。

身体の内側を温かくすることは、  
体内を循環している血液を温めればいいのです。  
実はお腹の所に、太い血管があるんです。  
腹部動脈です。  
動脈ですから、全身に行くべく血液が流れています。  
お腹を温めることで、  
寒さ知らず、体調よし、免疫アップと改善していきます。




ご参考になりましたか??

継続できる簡単なことから始めることが大切ですね。

「カイロを貼る」は、そのタイプかと思います。

お試しください。

 **KINCHO** のHP を参考にしました。



### よろしかったら...

いつも週末に行っている「ぎふワールド・ローズガーデン」で12月にとった写真です。



バラの時期は終わっているのですが、季節ごとに景色も変わり、イベントごとの飾りつけが  
されて楽しませてくれます。

家の近くにこんな公園があってありがたいです。

週ごとのウォーキングも飽きることがありません。

1月は良い香りがするロウバイの花が咲きます。

楽しみにしています。



このような施設はありません。  
私の希望です。

いぬはわんこ。

