

# フジムラ薬局新聞

3月号

季節に合った知りたい情報や新商品からオススメ商品まで紹介!

## 👁️ 今月のコラム

### 健康を見つめ直すきっかけ

毎日寝不足になりながら応援したオリンピック。トップアスリートたちの姿に、勇気や感動をもらった方も多いのではないのでしょうか。4年に一度の祭典であるオリンピックは、スポーツの祭典であると同時に、「健康」について改めて考えるきっかけも与えてくれます。

選手たちは日々の体調管理を徹底しています。十分な睡眠、バランスの良い食事、適切な運動、そしてケガの予防。どれも特別なことではなく、私たちの日常にも取り入れられる基本的な健康習慣です。

例えば、いきなり激しい運動を始めるのではなく、まずはウォーキングから。エレベーターの代わりに階段を使う、テレビを見ながらストレッチをするなど、小さな積み重ねが将来の健康につながります。また、運動後の水分補給や、筋肉疲労を感じたときの早めのケアも大切です。こまめな水分・塩分補給、室内での温度管理を心がけましょう。持病のある方やご高齢の方は、無理のない範囲で体を動かすことが大切です。

オリンピックをきっかけに、「自分の体を大切にする生活」を始めてみませんか?当薬局では、日々の体調管理に関するご相談も承っております。お気軽にスタッフまでお声がけください。



【次のオリンピックは?】  
夏季大会  
2028年7月21日~8月6日 アメリカ・ロサンゼルス  
冬季大会  
2030年2月1日~17日 フランス・アルプス



オススメ商品

### 自然に近いお通じ薬 大草丸

大草丸は自然に近いお通じをうながしてくれる便秘薬です。大草丸は、腸のぜん動運動を活発にして排便を円滑に行える成分と、腸内の水分やpH値を調節し、便秘や硬便での苦痛のない排便の手助けをする成分と、腹痛を楽にする成分が含有されている和漢薬通じ薬で、腸内のガスを分解吸収し、便秘の改善が役目とされている他に、便秘による症状である肌荒れや、吹き出物などの症状を緩和する作用があります。更に小粒丸錠タイプで、便秘やお腹の状態に合った量をその都度調整できるのが特徴です。



オススメ商品

### 優しいのにどっさり 新ウィズワン

新ウィズワンの特徴は膨らむ食物繊維と押し出す生薬の植物由来のW処方です。プラントゴ・オバタが腸で膨らみ便のカサを増し、センノシドが大腸の蠕動運動を促して便を送り出す力をサポートします。3歳から服用でき、量の調節も可能なため便通の状態に応じた調整が可能です。食事量が少なく便の量が少ない方や毎日便は出るがもっとしっかり出したいという方におすすめです。便秘を繰り返す方には乳酸菌をプラスしたウィズワンエルもおすすめです。



オススメ商品

### アレルギー症状を 根本から治療

タウロミンは皮膚のかゆみ等のアレルギー症状、花粉症に飲み続けることで体質を改善しています。漢方の十味敗毒湯、ヨクイニン、カルシウム、ビタミン、乳酸菌そして抗ヒスタミン薬が商品に入っていますので、アレルギー疾患を根本的に改善していきます。タウロミンの服用法は1日3回、1回4錠の服用ですが、症状に合わせて3倍量まで増やして飲めるのが特徴です。症状や花粉の飛散状況に合わせて調整してお飲みいただけます。



お知らせ!

3月18日~27日まで生活応援サイコロイベント開催!  
2500円以上お買い上げで必ず景品がもらえます!!

チェック!

フジムラの折込チラシが  
リニューアルされました!

2月より月2回の折込チラシのうち1回をカラーの写真入りチラシにリニューアルしました。皆さん気づきましたか? カラーで見やすくなりましたがチラシサイズが少し小さくなりご不便おかけし申し訳ございません。折込チラシは大沢野周辺に入れておりますが、もし届いていないお宅や新聞をとっていないご家庭の方は店舗スタッフにお声がけいただけましたらお配りしておりますのでお気軽にお声がけください。日替わりの特売の他にもイベント情報などお得な情報をどんどん載せていきますのでぜひチェックしてください。カラーになったチラシの感想も教えていただけるとうれしいです。

ドラッグフジムラ  
お買得セール

売り出し期間  
2/16 - 2/22

ドラッグフジムラ  
キャロット1店  
富山市下大久保2513-1  
☎(076)467-5513

ドラッグフジムラ  
上大久保本店  
富山市上大久保1893番地1  
☎(076)467-0438

2月16日(月)・17日(火)・18日(水)	2月19日(木)・20日(金)	2月21日(土)・22日(日)
<p>お一家族様2箱まで エルブオーレ 378円 (税込 415円)</p> <p>お一家族様2箱まで チオピタ 678円 (税込 745円)</p> <p>お一家族様2個まで アタック抗菌EX 388円 (税込 426円)</p> <p>お一家族様2個まで ハミングフレア 208円 (税込 228円)</p> <p>お一家族様2個まで 液体ワイドハイター 98円 (税込 107円)</p>	<p>お一家族様2箱まで スコフティティッシュ 268円 (税込 294円)</p> <p>お一家族様2箱まで ニュービーズ 328円 (税込 360円)</p> <p>お一家族様2箱まで アタック抗菌EX 388円 (税込 426円)</p> <p>お一家族様2箱まで アタック抗菌EX 388円 (税込 426円)</p> <p>お一家族様2箱まで 液体ワイドハイター 98円 (税込 107円)</p>	<p>お一家族様2個まで サンポール 108円 (税込 118円)</p> <p>お一家族様2個まで アタック抗菌EX 388円 (税込 426円)</p> <p>お一家族様2個まで ニュービーズ 328円 (税込 360円)</p> <p>お一家族様2個まで アタック抗菌EX 388円 (税込 426円)</p> <p>お一家族様2個まで 液体ワイドハイター 98円 (税込 107円)</p>

広告の品は多数品揃えておりますが、品切れの際はご了承くださいませ。※広告の価格は「本体価格」及び「税込価格」を併記して表示しております。



私のイチ押し

アスゲンADで目を大切に!



長時間、パソコンやスマートフォンを見ることにより気づかないうちに私たちの目は乾燥しています。アスゲンADは皮膚や粘膜の働きを正常に保ち目の乾燥を緩和するビタミンAと骨や歯の生成に必要なカルシウムの吸収を助けるビタミンDを配合しています。5歳から大人まで服用できるので家族みんなの健康に。

〈服用しての感想〉  
毎朝、食後に2カプセル飲んでいますが、飲むようになってから、目の乾燥は気にならなくなった。日々、コンタクトレンズをしていて、スマホやパソコンも良く使いますが、以前は目が乾燥するとコロコロ異物感があり、イライラすることがあったが、それがなくなった。目のほか、カルシウムの吸収を助けるビタミンDも入っているので骨や歯にも良いですよ。

スタッフK

おすすめ

ツライ咳にはアスゲン



錠Aアスゲン

様々な原因で起きるせき・たんの症状を、和漢薬エキスを中心とした11種類の配合成分の働きで、たんを切りせきを穏やかに鎮めます。マオウエキスを中心に、中枢性非麻薬性鎮咳成分のノスカピン、たんを切る効果に優れたグアヤコールスルホン酸カリウムを配合しています。



アスゲン散EX

和漢薬エキスを中心とした5種類の配合成分の働きで、せき・たんの症状を穏やかに鎮めます。主成分のマオウエキスとジプロフィリンの配合は、気管支拡張作用が相乗的となり、喘鳴(ぜーぜー、ひゅーひゅー)をとまらうせきの症状に効果的です。



今月のツボ

迎香(げいこう)



左右の小鼻のくぼみに、それぞれ人差し指を当てて下から斜め上に向かって押しみましょう。少しずつ位置をずらしながら押し上げてみて、痛みを感じる部位が迎香です。迎香を押すと鼻通りが良くなるので、鼻炎が原因の嗅覚異常の改善に役立ちます。



編集後記

今月のコラムでも書きましたが先月の冬季オリンピックは感動の連続でした。もちろん競技自体も素晴らしいですが、チームワークやライバルを称える姿など競技以外でも感動するところが多く感じました。今年はオリンピックの他にもWBCやサッカーワールドカップなどスポーツ好きにはたまらない1年になりそうです。スポーツを見ていると自分も少しは体を動かさないとと思う日々です。除雪も運動と思って2月はやっていたが3月からは何かしらしないと。まずはウォーキングから始めようかな。皆さんも一緒にいかがですか?

企画・編集・制作

フジムラ薬局

[所在地] 富山県富山市上大久保1893-1  
[電話] 076-467-0438  
[サイト] www.fujimura-ph.com



@FUJIMURA\_YAKKYOKU