

# 大人の悩み スバリ聞くわよっ！！

## スナック ハンドラ

ドーナツ



第六弾

夏のお悩みは意外にも冷え!?  
暑い夏こそ冷えにご用心!

「冷えは万病の元」と言いますが、特に女性はホルモンバランスの関係で冷えを気にする方も多いのではないのでしょうか。



## 夏の不調の関係

### ①冷房にあたりすぎる

オフィスやお店、家の中でクーラーが効きすぎている。冷やされた身体は外気との気温差についていけず、血の巡りが悪くなったり

自律神経が乱れたりします。自律神経は体温調節や発汗などのコントロールをしているため、バランスが崩れると“冷え”に対する抵抗力が弱くなり、その結果「体の冷え、肩こり、疲労感、便秘、頭痛、腰痛などの症状が現れる場合があります。



### クーラーが寒すぎるヨ～

自律神経が乱れると...



### ②冷たいものをとりすぎる

冷たいジュースやビールが美味しくて、ガブガブ飲んでしまう。その結果、胃内の温度が下がり胃液が薄まると、消化力が落ちてしまいます。さらに、胃腸の蠕動運動が影響を受け、胃もたれ、食欲不振、便秘や下痢などのお腹の不調を引き起こすことも。また、冷たい飲み物で体が冷えて腸内温度が36℃を下回ると、免疫細胞の働きが弱まります。風邪、インフルエンザ、アレルギー症状、がんのリスクが高くなっていくのです。



# 暑い夏こそ冷えから身体を守りましょう♪

## ゆらぎがちな女性のカラダに よもぎ温座パット

【グラフィコ】  
よもぎ温座パットオーガニック

【3個】

598円 (税抜)

658円 (税込)

【6個】

999円 (税抜)

1099円 (税込)



・よもぎ温座パット使用可能期間・



使い方は、下着につけるだけ!

よもぎパット 1枚

+

専用発熱体 1枚

使用方法

- 1 発熱体 「発熱体」を袋から取り出し 4~5回振ってください。
- 2 「よもぎパット」の 包装紙をはがします。
- 3 「発熱体」を「よもぎパット」の 裏面のシール部分の中央に しっかりと貼ってください。
- 4 「発熱体」は下着と 「よもぎパット」ではさむようにして 直接肌に触れないように 装着してください。

よもぎ温座パットの仕組み

よもぎは 韓国・江華島産の通称 「ライオン足のよもぎ」の 葉の部分のみを選び 使用しています。

よもぎ・ハッカ・ドクダミ 織り込みシート

よもぎ蒸しの本場、韓国産のよもぎなどを 織り込んだシートが間に挟み込まれています。

※写真・イラストはイメージです。

よもぎ温座パットは、韓国の伝統美容「よもぎ蒸し」から発想した、よもぎ蒸し気分を味わえる温熱パットです。いつでもどこでも気軽に使えるナプキン型で下着に貼ると、じんわり優しい温かさが2~3時間続きます。身体の外から温めるだけでなく、内側からも温めて血行を促進させることにより、冷えや婦人科系の不調でお悩み等で話題になっている温活法です。

妊活中の 冷え

年齢による ゆらぎ

生理前の もやもや

血(けつ)の乱れを整える 女性の常備薬

【ホノミ漢方】

エッキ錠

【180錠】

3740円 (税抜)

4114円 (税込)



エッキ錠は胃腸の弱い人を中心に関係なく使えるよう、処方構成が工夫されているため、体力が少ない(虚弱)現代女性にも適したお薬です。

婦人科疾患の諸症状の原因となる 血行の乱れを整えます

トウキ・シャクヤク・センキュウ・ジオウなどの働きを助けて、女性に起こる更年期障害・月経不順・月経痛など種々の症状を改善するように働きます



トウキ



シャクヤク



センキュウ



ジオウ



ニンジン



カンソウ

更年期に崩しやすいホルモンバランスを調節することが大切です!



### 女性特有の 身体の不調...

頭痛

のぼせ

血色不良

がまん できない 月経痛

健康な身体を作る ためのご提案!!

血行・ホルモンバランスを良くするために頼りになる 6つの生薬の働き

①増血作用

貧血改善、 冷え痛み等を取る



当帰

②鎮静作用

頭の苦情を楽にする 血管運動神経中枢を調整

③腹痛改善

血行不良による 腹痛を改善する

④ホルモン分泌

増血の手助けをする 出血、閉経等の血行障害を改善

⑤胃腸改善

新陳代謝を盛んにし 胃腸機能を高める

⑥身体の不快な症状を改善