

大慶堂通信

2021年9.10月/Vol.014

Taikeido Newsletter

9月とはいえ、まだ夏を思わせる暑い毎日だと思います。
ですが庭の秋草も色めき、
たくさんの虫の音が秋の到来を告げています。
皆様、素敵な秋をお過ごしください。

LINE UP

- | | | |
|-------------------------|---------------------|----------------------|
| ■ 9月10月の養生・夏バテ(秋バテ) …2P | ■ 健康サポート薬局 …4P | ■ 大慶堂グループ店舗情報 …6P.7P |
| ■ TIKEIDONEOリニューアル! …3P | ■ あなたの調剤薬局始めました …5P | ■ 知っ得・ウィルスってなに? …8P |


TAIKEIDO
SINCE 1913

9月・10月の養生について

むしむしとした暑い夏から、秋へと向かう季節となりました。長い夏の暑さは「気陰(きいん)の消耗」と言って、体のエネルギーと潤いが不足してしまっている方が多いです。それによって食欲が無くなったり、疲れやすいといった症状がやすい季節です。夏にどうしても冷たいものの飲食の多かった方は特に、胃腸が冷えてしまっていて食欲が落ち、それにより夏の疲れが出やすく、体のだるさにもつながってしまいがちです。

さらに秋に入ると空気が乾燥してきます。この乾燥の影響を受けやすいとされているのは、五臓の中の「肺」です。ただでさえ夏に汗をたくさんかいた体は、水分が不足気味で呼吸器や肌も乾燥しバリア機能が弱りがちです。様々なウイルスから「肺」を少しでも守るための養生法をご紹介します。

養生のポイント

- ①早寝で夏の疲れを少しでもとりましょう。
- ②冷えた胃腸を回復するために、「玉ねぎ」や「ねぎ」「生姜」等の胃腸を温める食材の入った温かいスープを一日一回は飲みましょう。
- ③乾燥対策は、特に「梨」がおすすめです。その他「肺」を潤す食材は「れんこん」「白ゴマ」「山芋」「白キクラゲ」等、白い食材がおすすめです。夏の疲れを癒やし、秋は乾燥対策を万全にして、やってくる寒い冬に備えていきましょう。



大慶堂漢方薬局
薬剤師/岡 理絵

夏バテ(秋バテも含む)

夏バテ(秋バテ)の原因として考えられるのは、暑さによる不眠や食欲不振、発汗によるビタミン・ミネラルの流失、冷たい飲食物の摂りすぎ、冷房による自律神経の乱れなどです。そんな夏バテ(秋バテ)を解消するツボは消化機能高める足三里(あしさんり) 元気回復の特効ツボである湧泉(ゆうせん) 血流不良の冷えに効く三陰交(さんいんこう) などです。とても良く効くツボなので、ぜひお試しください。

※詳しくお知りになりたい方は杉田までご連絡ください。



大慶堂漢方薬局
薬剤師・鍼灸師/杉田 浩



足三里
あしさんり



湧泉
ゆうせん



三陰交
さんいんこう

TIKEIDO NEOリニューアル!



Renewal



〒366-0822 埼玉県深谷市仲町5-1

1F NEO Garden Café

1階のカフェは**店内飲食がはじまりました!**

大人気の薬膳スープも復活!!メニューにつきましてはHPまたはInstagramにて更新していきます。ぜひご来店をお待ちしております。

- 月曜・火曜・金曜 (9:00~18:00) 水曜・木曜 (9:00~14:00)
- 定休日土曜・日曜・祝日 ●☎048-571-0216 ●埼玉県深谷市仲町5-1・1F



2F 10月1日ホームケア薬局 仲町店オープン

平素よりホームケア薬局をご利用頂き誠にありがとうございます。2013年東方町にオープンしましたホームケア薬局をこの度TAIKEIDO NEO 2階へ移転し、10月1日よりホームケア薬局 仲町店としてオープンすることとなりました。引き続き今後とも変わらぬご愛顧のほど、何卒宜しくお願い致します。

新店舗

- 店舗名/ホームケア薬局・仲町店 ●月曜~土曜 (9:00~18:00)
- ☎048-575-4193 ●埼玉県深谷市仲町5-1・2F ●定休日/日曜・祝日

3F NEO Aesthetic Salon



NEO Aesthetic Salon からのお知らせ

この度、当サロンは2021年9月1日よりメニューとスタッフを一新し【心と身体】を癒す本格的なトータルケアができるサロンとしてリニューアルいたします!新しい技術を是非、体感しにいらして下さいね♪

※今までのメニューは大慶堂漢方薬局にて受け付けております。詳細につきましては当店にお問い合わせください。

9月いっぱい
リフレクソロジーの
無料体験も実施中!
お気軽にお問い合わせ下さい♪

リフレクソロジー/足全体(足裏~膝上まで)を刺激します!
第二の心臓と呼ばれる「足」を全体的に刺激することによって血流をスムーズにし全身の血行を促します。



- 月曜~金曜 (9:00~18:00) ●営業日/平日・第1・第3土曜日(祝日は不定休)
- ☎048-598-5051・☎070-4468-1899 ●埼玉県深谷市仲町5-1・3F

大慶堂は 「健康サポート薬局」を 目指しています。

「健康サポート薬局」とは、薬に関する相談はもちろん、生活習慣のこと、食事・栄養のことなど健康にまつわる様々なご相談に応じ、地域の皆様の健康サポートを積極的に行います。薬局の目的は地域住民の皆様の健康管理を高め、健康寿命の延伸に貢献していくため、多職種と連携して地域の患者様の相談役の一つとして役割を果たすことです。例えば、健康に関するイベントを開催することで、地域での薬局の認知度を高めます。調剤で接点のある患者様に留まることなく、イベントを行うことで地域住民に薬局のことを知ってもらいます。

「健康サポート薬局」では

皆さんは薬局にはどういったときに訪れますか？
おそらく病院受診の後にお薬をもらうときだけ
という方がほとんどかと思えます。「健康サポート薬局」では

- 市販薬で何を買えばよいのか悩んでいる。
- 家の中でできる運動にはどんなのがあるかな？
- 今服用している薬とサプリメントとの相性は？

など健康にかかわることならいつでも何でもお気軽に
無料で薬剤師に相談できます。



第4回 さんあい薬局／健康セミナー 勉強会を開催します

- 日時/9月30日(木) 14:00～15:00
- 場所/さんあい薬局
- お問い合わせ先/048-575-2888
- 内容/高血圧にまつわるお話
- 参加費無料、予約制とさせていただきます

第4回 日赤前薬局／健康セミナー

- 日時/10月23日(土) 14:00～15:00
- 場所/日赤前薬局
- お問い合わせ先/048-575-3500
- 内容/薬の使い方 part1
- 参加費無料、予約制とさせていただきます
(参加者にはお薬についての小冊子を差し上げます)



健康セミナー



市販薬等の充実

さんあい薬局
さんさん薬局
日赤前薬局
で行っています♪

あなたの調剤薬局始めました。

① どこでも調剤予約

LINEで事前に処方箋の受付が出来ます。
お薬が出来たらお知らせ致します。薬局での待ち時間が減り、感染対策にも!!

② いつでも相談

電話をするほど緊急でもないけれど、症状が良くなってきたから薬の服用をやめていいのかなあ。市販で買ったお薬を一緒に飲んでも大丈夫かなあ…等LINEでいつでもご相談できます。

③ 忘れ知らずお薬手帳

病院や薬局にお薬手帳を持ってくるのを忘れてしまった。そのようなお困りごとにもスマートフォンで一括管理できます。

④ あなたの体調のその後も見守らせてください

お薬をお渡し後、体調や薬について困りごとがないか質問形式で連絡が行きます。便りがいいのは良い便り。特に困りごとがなければ返信しなくても構いません! 📧

あなたの調剤薬局の登録方法は簡単です!!

薬局で提示するQRコードを読み込むだけ。詳しくはスタッフにお尋ねください。

新人薬剤師紹介



松岡 春香

Haruka Matsuoka

Profile

- 好きな色: 紺
- 好きな食べ物: 日本酒、特に冷酒でおいしいもの
- 好きな季節: 春
- 趣味: ミステリーやホラーを扱った作品の鑑賞
- 性格: 真面目、几帳面
- 飼っているペット: ミドリガメの「マンネン」

まだ不慣れなことも多いですが、患者様の生活や悩みに寄り添える薬剤師を目指してこれから精進して参ります。



入江 和也

Kazuya Irie

Profile

- 好きな色: 水色よりのブルー
- 好きな食べ物: 甘い物全部
- 好きな季節: 春・秋
- 趣味: スポーツ観戦(テレビで)
- 性格: 自称真面目、優しい
- 飼ってみたいペット: 犬(シェットランド・シープドッグかコーギー)

Top of indoor のエッティーです。『やればできる』を合言葉に、やる気・知識・男気の3本柱で頑張ります。

大慶堂は深谷市の皆様の健康と

さんあい薬局

- 月曜～土曜 (9:00～18:30)
- 日曜 (15:00～17:00)
- ※日曜は処方せんの受付・投薬のみ
- ☎048-575-2888 ●定休日/祝日
- 埼玉県深谷市西島町2-13-3



大慶堂漢方薬局

- 月曜～土曜 (10:00～19:00)
- 定休日/日曜・祝日
- ☎048-574-9331
- 埼玉県深谷市上柴町西1-17-10



さんさん薬局

- 月曜～水曜・金曜 (9:00～13:30/15:00～18:30)
- 木曜 (9:00～13:30/15:00～18:00)
- 土曜 (9:00～14:00) ●定休日/日曜・祝日
- ☎048-577-6791
- 埼玉県深谷市西島町西島町2-1-13



日赤前薬局

- 月曜～土曜 (9:00～18:30)
- 定休日/日曜・祝日
- ☎048-575-3500
- 埼玉県深谷市上柴町西5-9-26



はしもとクリニック 副院長:橋本 陽子先生
深谷市西島町2-2-2 ☎048-551-8410

ドクターよりメッセージ



内科・外科・消化器内科・血液内科

脂質異常症を予防する生活習慣改善は
①禁煙 ②食事管理 ③体重管理 ④運動・
身体活動量 ⑤節酒 などが挙げられます。
特に食事管理は、バランスの良い食事、飽和
脂肪酸・コレステロール摂取制限、食物繊維の摂取、
食塩の制限が大切です。自分の日常を見直して
みてください。

ライフスタイルをデザインします。

NEO Garden Café

- 月曜・火曜・金曜 (9:00~18:00)
水曜・木曜 (9:00~14:00)
- 定休日土曜・日曜・祝日 ●☎048-571-0216
- 埼玉県深谷市仲町5-1・1F



NEO Aesthetic Salon

- 月曜~金曜 (9:00~18:00)
- 営業日/平日・第1・第3土曜日 (祝日は不定休)
- ☎048-598-5051・☎070-4468-1899
- 埼玉県深谷市仲町5-1・3F



オンラインショップ

- 月曜~金曜 (9:00~18:00)
- 定休日/土曜・日曜・祝日
- ☎048-577-7311
- 埼玉県深谷市西島町2-13-3



訪問看護ステーション

- 月曜~金曜 (8:30~17:30)
- 定休日/土曜・日曜・祝日
- ☎048-577-3671
- 埼玉県深谷市西島町2-13-3



ホームケア薬局

9月30日をもって新店舗に移転します。
詳しくは3ページをご覧ください。

- 月曜~土曜 (9:00~18:00)
- 定休日/日曜・祝日
- ☎048-575-4193
- 埼玉県深谷市東方町2-3-1



ページを頂きました

佐々木病院 院長: 佐々木 敏行先生
深谷市西島町2-16-1 ☎048-571-0242



内科・外科・整形外科・形成外科・脳神経外科・循環器科
皮膚科・リハビリテーション科・加門外科

9月になってもまだまだ暑い日が続くと思います。
体調を崩しませんようお気をつけください。

当院は深谷の地で70年以上、地域医療に取り組んでまいりました。医療事情は変化いたしますが、患者さんの幸せのために医療を行うことに変わりはありません。皆様に信頼され、「佐々木病院にかかって良かった」と感じていただけるような病院づくりを目指して参ります。

ウイルスってなに?



免疫力を高める
ことが重要です。

「ウイルス」という単語を耳にする機会がととも増えました。

しかし、実際のところ「ウイルス」をきちんと理解している人は何人いると思いますか?今回は「ウイルス」についてお話したいと思います。

ウイルスは体内の細胞に寄生する病原体で細胞を持っていません。タンパク質の殻の中に遺伝子の情報を持っているだけの構造です。自分の持っているエネルギーだけでは増殖することも栄養を摂取することもできませんが、生きた細胞に寄生し、自分の情報をコピーして増殖することができます。

一方で細菌は細胞の外で体内にある自分に適したエサを食べ増殖することができます。細菌が細胞の外で人体に悪影響を及ぼすのに対し、ウイルスは細胞の中で人体に悪影響を及ぼします。ウイルスは細胞の中に入れる大きさということですね。

こちらは薬学部実習生が作成して頂いたウイルスと私たちが目に見えるものの大きさ比較です。これは簡単に球体で表現したもので細胞が幼児用のカラーボールの大きさと例えると、ウイルスはゴマと同じ大きさになります。他に例えると日本列島を人間の体の大きさとした場合、菌の大きさはバスケットボール、ウイルスの大きさはビー玉くらいのサイズ感だと言われています。

日本列島のどこかに落としてしまったビー玉を探し出せるようになったのは電子顕微鏡の発明によるものが大きいのは勿論、先人達の残した形態学や知識。研究者達の日々の努力により積み上げられて来たものです。しかしその速さに置いて行かれてしまうほどに私たちは私たちの体の中で起こる事を理解できていません。自分の体内で起こる変化の謎も解けていない状態で、まだまだ研究されるであろう未知の物質であるウイルスを体内に入れたい為にも、私たちは自分たちでできる事、日々の積み重ねで免疫力を高め健康寿命を延ばしていきましょう。

星の中に黒粒があります



さんあい薬局薬学部実習生より

実習では漢方・無菌調剤・OTC・在宅・訪問診療など様々なことを経験できました。服薬指導もたくさん行うことができ、色々な患者さんと話すことができました。薬剤師として必要な知識が主ではなく、一般常識も教えていただきました。会長、副会長、薬剤師さん、事務さん皆さんが優しく教えてくださったおかげで大変貴重な時間を過ごすことができました。短い間でしたがありがとうございました。今後、実習を行う予定の薬学生さんはぜひさんあい薬局へ! ●昭和大学 新井●

さんあい薬局では初日から患者さんを相手に服薬指導をさせてもらえたり、学校薬剤師業務を実際にやらせていただいたりと、とても実践的な学びができました。薬のことも雑学も無限の知識を持つ副会長のお話は毎日とても面白かったです。

会長は普段行くことのないようなところたくさん連れて行って頂き、薬学+αのことを学ばせてくださいました。お二方には非常に感謝しております。ありがとうございました。●慶應義塾大学 関口●

オンラインショップ



ホームページ
SNSに遊びに来て
下さいね/フォローも
お願いします

ホームページ



Facebook



Twitter



YouTube



チャンネル登録お願いします