

漢方薬局 The Herbalist

皆様、こんにちは。

4/13 本日から大阪万博が始まりましたね。184 日間、10/13 日まで開催されるようです。HP 拝見するにさすがは万博とあって各国各種料理もイベントも盛りだくさんのようです。日本にしながら各国の文化を知ることができるってとても便利でありがたいですね！

さて、万博の開催を追って**春の土用が 4/17 から 5/4 まであります。こちらは 18 日間。お身体と季節を合わせるためのバランス調整期間であります。**この期間は特に十分に体調管理、しっかりしていきましょう。

なお、夏の土用的に春の土用は【**戌(いぬ)の日**】に『い』のつく食べ物、『**白**い』食べ物を召し上がるとよろしいようです。

『い』のつく食べ物：イワシ、インゲン豆、イカ、いちじく、芋、いくら、苺など。

『**白**い』食べ物：牛乳などの乳製品、シチュー、お米、お餅、パン、白胡麻、大根、かぶ、蓮根、豆腐、えのき、しらす、はんぺん(白身魚)などなど。

これで行くとヨーグルトに苺のトッピングとかお寿司屋さんのイカ、いくらなどはベストマッチですね！なお、**今年の春の土用期間中の戌の日は 4/23(壬戌)です。**

よかったですぜひお試しくださいませ。

4 月の店休日：月曜、木曜の 3,7,10,14,17,21,24,28 がお休みです。

★アクセス★

〒156-0044 東京都世田谷区赤堤 3 丁目 3-11

プロスペリティ赤堤 102

TEL：03-6379-5998 / 090-7762-8931(休日)

E-mail：pharm.the.herbalist@gmail.com

HP：<https://kampo-the-herbalist.com>

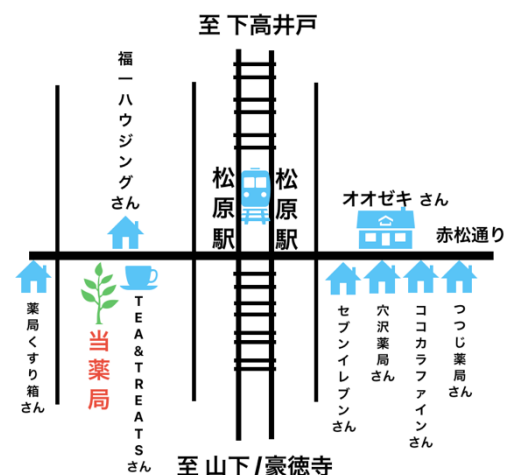
営業時間：9:00-20:00 /

定休日：月曜日、木曜日、その他年末年始等

LINE で個別のお問い合わせ、ご予約も可能です。→

Instagram ではハーブを使ったものなどご紹介中です。→

(開発中のハーブミックスなども up しております。)



PHARM.THE.HERBALIST

