

漢方薬局 The Herbalist

皆様、こんにちは。

季節が一步進みましたね。今日、4/20 から【穀雨】の節気に入ります。

この【穀雨】ですが七十二候にまで細分化すると【葭始生(あしはじめてしょうず)】、【霜止出苗(しもやみてなえいづる)】、【牡丹華(ぼたんはなさく)】と3つに分かれます。水辺の葦が芽吹き始めたり霜が降りなくなったり牡丹の華が咲く頃となります。牡丹もいいですがツツジも今満開ですよ！上を見るとハナミズキ、足元をみるとナガミヒナゲシも可憐な感じでお花がいっぱいの季節です。

さて、この時期の養生ですが、**4/17 から始まっている春の土用の真っ最中**なのでいつも以上にお身体に負担をかけるようなことはお避けください。この後に梅雨、夏が来ますので慌ただしい新年度/新学期のスタートを乗り切ったお身体を休ませてください。お気持ち的に疲れてしまった場合は上にも記載いたしました通りお花がたくさん咲いている時期ですので気分転換に花を見ながらお散歩、ぜひしてみてください。また、筍が出始めているので筍ご飯だったり山菜の天ぷらだったり旬のものを積極的に召し上がっていただいてお身体を養いましょう。Instagramの方ではハーブティー、生薬紹介から処方紹介などもしております。よかったらご覧ください。

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>

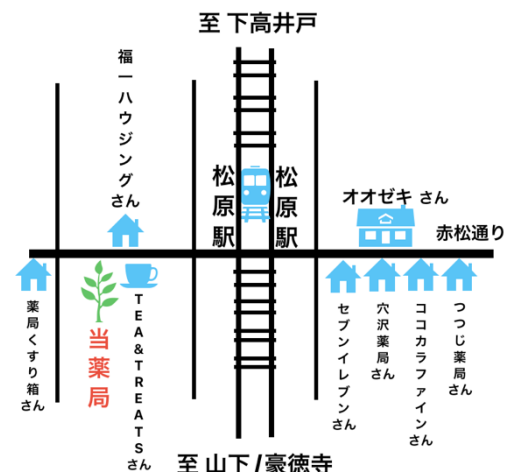
営業時間：9:00-20:00 /

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

