

漢方薬局 The Herbalist

皆様こんにちは。だんだん暖かさというか暑さが定着し始めてきていますね。衣替えも済みましたでしょうか？6/5から【芒種】の候になってきております。スーパーでも梅などが売られ始めましたね。皆さんは梅干しや梅酒、漬けますか？今年、店主は梅酒作りに try してみようと思っております。

★今回のチラシは食養生になります★

この時期、外が暑いので冷たいものを取りやすくなっておりますが取りすぎていませんか？夏の時期は体の中を守る陽気の手薄になっているので中、意外と冷えやすいんです。ここで注目したいのが【**さくらんぼ**】これ、実は温性のフルーツなんです(取り過ぎには注意ですけど！)。他には**桃や杏、無花果、ブルーベリー**なども温性と言われております。この時期、うまく取り入れてお身体冷やさないようにしていきましょう。

前号でもお知らせいたしましたが6月の**店休日**は店主学会参加のため**1週目後半から2週目前半にかけて変則的になります**(新宿におりますのでもしどうしても場合は以下の携帯にご連絡くださいませ。)

しっかり勉強して腕を磨いてこようと思います。ご不便ご迷惑をおかけして大変恐縮ではございますが何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

6月の店休日：7,8の土日、月木の2,12,16,19,23,26,30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>

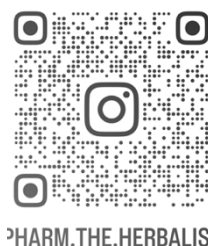
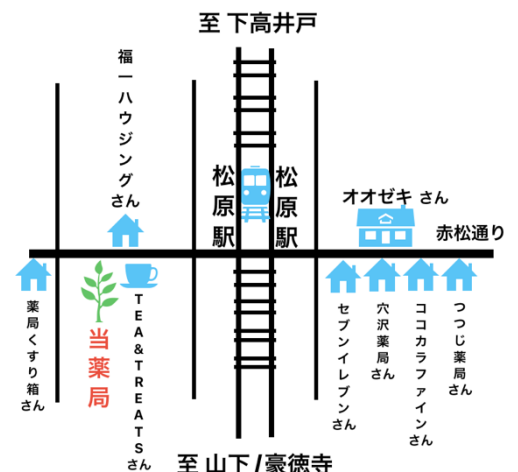
営業時間: 9:00-20:00 /

定休日: 月曜日、木曜日、その世年末年始等

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

