

スタッフ紹介&出勤スケジュール

店長



なかがみ ひろかず
中神 洋和

	月	火	水	木	金	土	日
益我ボサボサ	●	●	休	●	●	●	
書籍を PDF 化にハマっています							
もうすぐ夏	●	●	●	●	●	休	
田宮 雅子							
山形のだしにハマっています							
定休日							
新宿店	●	●	休	●	新宿店	●	
東京喰種の月山にハマっています							
車田 光穂	●	●	●	●	●	●	
変態も空き抜け							
加藤 百合子	—	—	—	—	—	—	
レインボーそう麵にハマっています	—	—	—	—	—	—	
鮎澤 婦佐江	—	—	—	—	—	—	
えつ！二千円	—	—	—	—	—	—	
かき氷宇治金時にハマっています	—	—	—	—	—	—	

中医学講師 相談スケジュール

August

08

S	M	T	W	T	F	S
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

かん しょう
韓笑先生
登録販売者
腸内科・感染症・男性不妊

とん せんほ
全選甫先生
登録販売者
耳鼻科・内科



モーリー先生の 中医学から養生

～プレコンセプションケア Preconception care (妊娠前管理)～

成育医療研究センターが、プレコンセプションケアセンターを日本で初めて開設したという記事をみました。

コンセプション (Conception)：受胎
「プレコンセプションケア」の目的
女性やカップルがより健康になること、元気な赤ちゃんを授かるチャンスをふやすこと、さらに女性や将来の家族がより健康な生活を送れることをめざす。

自身の気になるチェック項目には、・食事・栄養

- ・アルコール・やせ・肥満・基礎体温・血糖・甲状腺
- ・子宮頸がん・膠原病・抗リン脂質抗体症候群
- ・婦人科・パートナー・多々記載されています。

バランスの良い体型 BMI18.5～25未満と妊娠「痩せすぎ」、BMI18.5以下の痩せは、栄養失調の可能性が高く、将来の寝つきリスクを高める、骨折しやすい、貧血のリスクが高まり、妊娠や出産においては、低出生体重児、子宮内膜症のリスクが高まる、妊娠までの時間がかかるなどのデメリットが大きくなる傾向があります。

また、BMIは卵巣年齢 (AMH)、排卵性不妊、骨密度などと相関性があるといわれており、さらに、20代における低体脂肪 (17%以下) の女性は、月経不順、無月経、排卵障害などに繋がる可能性があります。

漢方医学には、「未病（みびょう）」という治療の考えがあります。まだ病気にはなっていないが継続的な自覚症状があり、病気に入らぬよう予防していく考え方で、現代では「半健康人」状態を指すでしょうか。妊娠に限らず、健康な生活習慣を身につけた身体づくりが望されます。

ご相談・お問合わせは下記までどうぞ。



イスクラ薬局 六本木店

〒106-0032 東京都港区六本木 7-3-4 栗山ビル 2F

☎ 03-3478-4382 FAX 03-3478-4731



Panda Style パンダスタイル



イスクラ薬局六本木

Topics

vol 39

① 夏バテ解消キャンペーン その②

期間：2019.8/14（水）～8/31（土）

対象：上記期間内に麦味参顆粒をご購入頂いた方

- ・麦味参顆粒 30包 → 試飲券 3枚
- ・麦味参顆粒 60包 → 試飲券 6枚
- ・冠元顆粒 45包 → 試飲券 4枚
- ・冠元顆粒 90包 → 試飲券 9枚

その
場
で
お渡
し
ま
す！



② イスクラ漢方ニュース

夏だ！パンダうちわプレゼント中！

現在、六本木店では、シンシンのミニうちわをプレゼント中です。ご希望の方にはどなたでも差し上げておりますので、店頭かお電話でご注文の際におっしゃってくださいね！

ミニサイズなので、お子さんでも持ちやすいですし、バッグに入れて持ち歩きやすいです。中々かわいいデザインとなっておりますので、ぜひご活用ください！

去年とは、また違う
デザインだよ！

