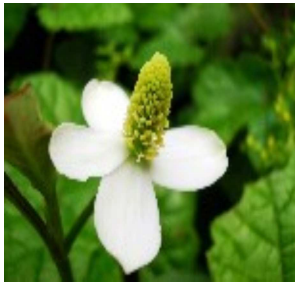


特集

薬草を楽しみましょう!

私たちが暮らしている土地には様々な薬草があります。山や野原だけでなく住宅周辺や道ばたなどで、いつも目にしている雑草が実は薬草であったなんていう事もあります。今回はその代表的な薬草を紹介しようと思います。



ドクダミ

全国各地のやや日陰地に自生します。30cmくらいの草丈で6月～7月に4枚の白い苞が開き、花弁のない小花が穂状に多数集まり、黄色く目立ちます。全草に悪臭があります。

名前は毒を溜める、抑制する意で名づけられたといわれます。一説には毒痛みの意から転訛したともいわれます。開花期の地上部を乾燥させたものが漢方薬として用いられています。生薬名は、馬の病気に用いると十種類治せることから十薬、また重要な薬草の意で重薬の名が生まれたといわれています。



漢方では解毒剤として用いられることが多いのですが、**抗菌作用や利尿作用、高血圧・動脈硬化の予防**などに効果があるとされています。また湿疹やかぶれには、生葉をすりつぶしたものを貼り付けると良いそうです。

煎じ方は民間療法としてありますが、ご家庭では少し難しいかもしれません。ドクダミとして市販のものや、ドリンク剤などもあるようです。



AROMA LIFE アロマライフ

アロマに関心があるけれど、何から始めて良いかわからない…という人のための**本格アロマの入門編**

- **アロマセラピスト厳選**
 - **置くだけで香る(約1か月持続)**
 - **目的別アロマを5種類に絞込み**
 - **厳選したフランス製天然精油**
 - **火や電気を使わないので安全・安心**
- 各1,260円**



クリーン Clean
お部屋を清潔に



ヒーリング Healing
ホッと安らぎたい



スリープ Sleep
心地よく眠りたい

スリム Slim
ダイエット時に



クリア Clear
カゼ・花粉の季節に



詳しくはパンフレット・店頭にてご確認下さい



店舗紹介

アガペ平和薬局は、小笹四つ角近く、西鉄小笹バス停から徒歩1分の所にあります。駐車場も完備しています。

開局時間	月、火、水、金	9時～18時半
	木	9時～13時
	土	9時～16時



どちらの病院の処方箋でもお受けしています。

お薬の飲み合わせが心配、健康食品やサプリメント

飲んでみたいんだけど・・・、このごろ体の調子で気になることがある、など何でもお気軽にご相談下さい。ベテラン薬剤師がやさしく丁寧にお答え致します。

血圧計をどこよりも安く販売しています。正しい測定方法もスタッフが詳しくお伝えします。糖尿病食、ダイエット食品、塩分カット食品などもご注文頂けますので、どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。

アガペマップ

アガペ平和薬局周辺の地図です



アガペ平和薬局

福岡市南区大楠1-34-20

うどん



香川県（讃岐）の代表的な名物といえば、『**讃岐うどん**』。

この讃岐うどん店は香川県内に現在、約800店位あると言われています。

また、香川県は全国で一番小さな県でもあり、故にどこの店を拠点にしてもたいがい1時間程あれば次の店に行けます。普通の人には**1日3～5杯**ぐらいは食べ歩けるし、タイプの違う店をうまく回れば飽きずにもっと食べられ、途中で観光地散策など組み込めば消化が促進され更に快適に回れます。あと知っていた方がよいのがうどん店のタイプです。大きく分けて3つあります。

《一般店》

メニューがあって注文すると、出来上がったものを持ってきて来てくれるというごく普通の店。

《大衆セルフ》

客が注文以外にも何かをしないとイケないという「セルフサービス」の店です。代表的なのが店内に注文カウンターがありそこで客がうどんの玉数を告げるとうどん玉の入った丼を渡してくれる。それを湯だまりに持って行って自分でうどんを湯に通して温め、お好みの天ぷらやおにぎり類を取り、薬味をかけ、自分でダシをかけて食べ、食べ終わると自分で片付けてお金を払うシステム。

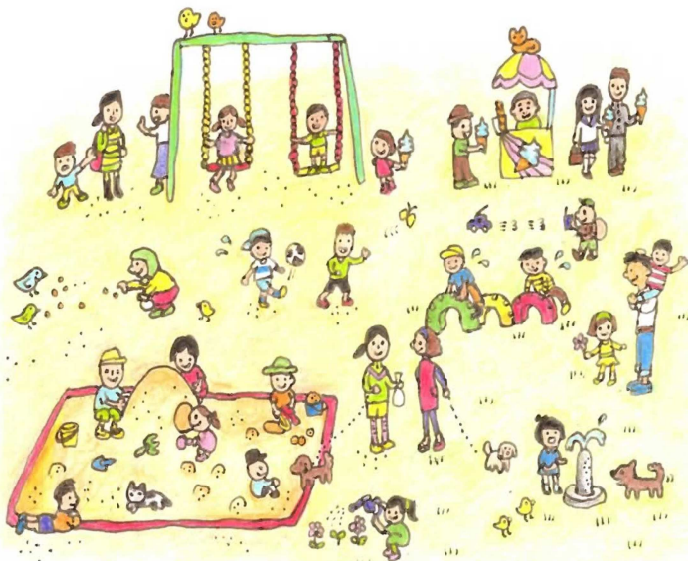
《製麺所型》

セルフサービスの中でも田舎に多い形態でもともと卸し専門の製麺所だった店が、ついでに客に食べさせてくれるようになったタイプ。立地も店構えも強烈に怪しい・・・というか、まったく間に合わせでダシが置いてない店（しょうゆをかけて食べる）、ネギを自分で切らないとイケない店、家に上がって食べさせてくれる店など常連にでもならない限りなかなか分かりにくい店。讃岐はうどんのテーマパークと言われるほど店によって全然違いますので、皆様も一度お試しを！！

うどんの栄養学

うどんの主成分は炭水化物です。炭水化物はごはんやパン、うどんなどの麺類に含まれる栄養素で、体内でブドウ糖、そしてグリコーゲンに変成します。それは体だけでなく、脳のエネルギー源にもなるのです。また、うどんは他の食物に比べて、非常に消化吸収のスピードが速く、即効的にエネルギー源として使われます。つまり集中力を発揮するなど、頭の働きにその条件が合うわけです。

フックンをさがせ!



上の絵のどこかにフックンが隠れています。みんなで探しましょう。
回答はホームページに掲載致します。

（9月15日～10月31日）
（9月15日～10月31日）