



皆さん、こんにちは！各地で河津桜などの開花の声が聞こえてきます。

ふきのとうやコゴミ、ウドなど春の訪れが食卓をポチポチ飾り始めました。旬のもの、特に緑の山菜などはデトックス効果がありますね！



かたや先日、新潟の薬局の友人に三宝柑を送りました。すると雪が2m60cmも積もっていると伺いました。北方の雪国では今年は雪が多く、雪かきで大変なご様子です。お店のシャッターも氷ついて開けられないので、お湯を沸かして2~3回かけているご様子でした。大変ですね！この地域はそのような心配がないのでありがたいです！お客様も1日2人位とか~あとは配達のご様子でした！雪かきをしなければ雪の重みで家がつぶれるようです。お疲れ様です。



三宝柑

寒い地域には寒い地方にしかない楽しみ方や特産物、料理などがあります。

寒さに弱い私は暖かい地方に生まれてしみじみ良かったと思います！
当店のお客様方にも春の訪れが見られます！「おめでとうございます！」
就職が決まった方、看護の学校受験で心配されていましたがやっと決まり、一安心ですね！

さてさて皆様、毎日、どのような生活習慣をお過ごしですか？

私は毎日オンラインセミナー続きです。夜遅く迄セミナーがあつてその後何かすると寝るのが遅くなります。そうすると代謝も悪くなってきます。そこで日本人の知恵です。春は、冬に溜め込んだ老廃物を排泄していきましょう。山菜とかも役立ちますね！



熊野古道の吉田塾では毎月、断食をすることにしました！



月2回、より効果的な日があります。いつだと思いませんか？
そうです。「新月」と「満月」の時です。
一緒に健康、美容の為に老廃物を排泄して若返りませんか？
断食してみたい方、ぜひお声かけ下さいね~。



公式ラインでお得な情報を配信しています！

お友達募集しています！ぜひ登録してください~。公式LINE特典がありますよ！

吉田薬品
公式LINE



スマホのカメラ機能で
QRコードを読み込んで
みてくださいね！