



皆さんこんにちは。お元気でお過ごしでしょうか。

台風も去り一気に涼しくなりましたね。台風は大丈夫でしたか？

《秋バテ疲労はありませんか？》

夏に汗を多くかいた方は血虚といって血が消耗しています。血虚の人は少ない血を全身に巡らさないといけないので動悸がしたり、脈が早くなったりします。解消は造血です。お血といって肩の凝りや首のつまりがある方は血液がドロドロになりやすいです。そんな時のお助け漢方が**冠心逐瘀丹**（カンシンチクオタン）です。造血作用の**コンクレバン**とお血とりの**冠心くん**は仲良しです！舌の裏を見て、青筋がある方はつまりがあります！体調を崩す前にぜひ使ってみてください！



《秋は肺が乾燥しやすい季節》

皆さん、1年で一番乾燥する季節ってご存知ですか？正解は彼岸です。水分と皮脂のバランスが崩れやすくなるからです。秋から冬にかけて粘膜が乾燥して肺が弱るとウイルスが侵入しやすくなります。カゼ、インフル、コロナなどももらいたくないですね！粘膜を潤して疲労回復してくれるのがカボチャがよいですよ。あと**活性スクアレンのサメ**もよいですね。私も主人もコロナちゃんから肺や粘膜を守るために毎日サメはかかせません。



気を付けていても外食や買ってくることもありますので良い食事ばかりしているわけではありません。**毎日の解毒が大切です**。でないとどんどん体に添加物や未消化のたんぱく質、古い細胞の老化細胞などが溜まってしまいます。そうなると人間の身体は毎日、新陳代謝を繰り返していますので間違ってもコピーされてアレルギーやガンなどを引き起こしてしまいます。



今、**ガンも増えて病気の死亡原因の1位**ですね。2位は心疾患、3位は脳血管疾患。

これは生活習慣病です。日々の食生活の見直しなどで予防できるのですよ！

毎日の解毒と造血して血流改善することはとても大切です。

解毒は**チクゴ株クロレラのバイオリック**（食物繊維、ミネラル、植物タンパク、葉緑素が多い藻です）や各種オリゴ糖を多く含む**大高酵素**がお役立ちします。

毎日の食事の一部に取り入れてみてください！

どちらも腸活してくれますのでお肌も身体も元気になります。あと腸が喜ぶものは乳酸菌です。

当店には身体に優しい**乳酸菌**があります。



また、ご相談ください。お試しできます！