

## 風邪は疲れと冷えの現れです。

「風邪」を簡単に考えずに、少しでも「変だな・・・」と気が付いた時、すぐにはからだを休める・温める・小食にするなどの養生と共にお薬を飲みましょう。漢方をおすすめしています。日頃、風邪を引かないからだづくりをしながらも、それでも、変〜?という時があります。自分で自分のからだをコントロールしていくのに、漢方の効き目があかるからだにしておくとう助かりますよ。店頭でふだんから試飲していますので、少しずつでも飲み慣れていって下さいね。○ 風邪は持病を悪化させます。

こんな時、風邪を疑ってみましょう！

1. だるい
2. ちょっと横になりたい。
3. 肩がこる。
4. 食べたくない。
5. 足が冷える。

風邪は進行が速いです。重くしないためにも自分のからだのサインに敏感になりましょう！



ゴジラー-I

「無事が一番！ 今日の元気、有難う!!」

年末にドキドキしながら映画を観て  
思ったことでした。 遠藤