



そのまま飲む
ストレート
タイプ

毎日の美容・健康習慣として
食事の前に食前酢として
食事の後にデザート酢として
お風呂上りにさっぱりと
運動の後につっさりと
朝の目覚めにキリッと



~~1,260円~~

525円

スッキリ
おいしいです

七夕絵どうろうまつり



8月5日(月)
～7日(水)

当店では、恒例になりました
楽しい体験わため作りを企画して
います。是非遊びに来てね!!



お買上げ金額の10%
金券でお戻しいたします



- ◎ 有効期限は、お買上から1ヶ月間
- ◎ バーゲン品は除きます

高田屋薬店健康新聞

平成25年
8月号
第198号

汗をかく季節！ミネラル不足にご注意！

こんな症状はありませんか？

激しい運動をした時は、水分やミネラル補給が大切なことは良く知られています。特に夏は普通の生活をしていても、食欲がなくなり、汗をかくなどカルシウムやミネラルも不足しがちで、体調不良を起こすこともあります。

・ちょっとした運動で足がつる（寝ている間に足がつる）



・まぶたがピクピクする



・肩こりが治らない

・貧血がおこりやすい

これらの症状はカルシウムやマグネシウム、鉄などミネラルの不足、あるいはそれらの体内バランスの乱れも原因といわれています。筋肉の収縮と弛緩は、カルシウムとマグネシウムのバランスでコントロールされているため、それが乱れる足がつったり、けいれんを起こすこともあるのです。



夏は汗で体外にミネラルが流出しやすい季節。医薬品を利用して積極的にカルシウムやマグネシウムを取りましょう!!



カタセマグ
540錠 5.040円
240錠 2.520円