



ももちゃんニュース V o 1.16

全国の病院の処方箋を受け付けています

どちらの病院の処方箋でもお薬をお渡しいたします。在庫がない時は配達させていただく場合もあります。在宅療養をしている方は、お家までお伺いします。WAONカードでお支払いただけるようになりました！！

～自分でできる！花粉症対策～

○家の中での対策○

帰宅したら花粉をよくはらい落とすようにし、家の中に花粉を持ち込まないようにしましょう。それでも入ってきてしまった花粉は、こまめに掃除をして除去することも大切です。

帰宅時にシャットアウト

衣服・ペットなどについた花粉は、きちんと外ではらいましょう。また、洗顔やうがいも大切です。

掃除はこまめに

防いでいるつもりでも、室内には花粉が侵入しています。床がフローリングであれば毎日拭き掃除を行うと効果的です。

ドアや窓は閉めて

飛散の多い時は、窓、戸を閉めておきましょう。換気時の窓は小さく開け、短時間にとどめましょう。

○外出時の対策○

外出を控えめに

花粉の飛散の多い日は特に注意が必要。1日のうち飛散の多い時間帯（午後1時～3時頃）の外出もなるべく控えましょう。

外出時は完全防備で

帽子・メガネ・マスク・マフラーを身につけて。コートもツルツルした素材を選びましょう。



☆今月のおすすめOTC☆



14包入り
560円

今月は家族みんなが健康になる黒豆茶をご紹介します！

黒豆に含まれているアントシアニンは血液をさらさらにし、イソフラボンは女性ホルモンと同じ働きをするなど様々な効果があります。そのため、血圧の低下や疲れ目・視力の低下予防、女性には嬉しいダイエットや美容にも効果的と言われています♪

お味は香ばしく、渋みがないので緑茶が苦手な方にもおすすめです。ノンカフェインなので妊婦さんにも安心して飲んでいただけます。薬局で試飲を行っていますので、お気軽にお声かけください！



えむ調剤薬局

〒769-0101 高松市国分寺町新居 1359-4
TEL:087-875-9272 FAX:087-875-9271

国道 11

至坂出

至高松

吉田
眼科

上原
耳鼻咽喉科

えむ
調剤薬局

松本
歯科

マルナカ
国分寺店