2017年7月 運勢ランキング

1位 獅子座
「アイデアは即行動に移して◎」
運気は快調。頭の回転が速く、新しいアイデアがポンポンと浮かんできそう。思いついたことを実行することに次々と新しい扉が開き、明るい未来が見えてくる予感です。たとえ初めてのことであっても、積極的にチャレンジしていく姿勢を持って。

2位 双子座
「強い意思で未来へと突き進もう」
好調運。迷いがなくなり、「これで行くぞ！」という気合いが入るとき。まっすぐな意欲と自信が、思い描く理想の未来へとあなたを突き動かすでしょう。今月のパワーと行動力があれば、どんなに難しいことでもクリアできるはず。このチャンスを活かし、夢を実現させましょう。

3位 射手座
「大切にすべきものが見つかりそう」
忙しい日常の中で見失っていたものを、ふとした瞬間に見出すことができそう。あなたを支えてくれていた人・信じていてくれた人の存在に気づき、「ひとりじゃない」という事実を実感できるでしょう。その気持ちを素直に感謝として伝えると、さらに運気がアップするはず。

4位 牡羊座
「強い意思を持って前進しよう」
今月は、ゆるぎない意志の強さを自分の中に感じられるとき。うまくいかないことがあっても、決してあきらめず、理想に向かってコツコツと前進していけるでしょう。結果を焦らないこと。

5位 水瓶座
「くじけている人は再出発の好機」
今月は、コミュニケーションによって目標へ向かう気持ちを改めて認識できるとき。くじけている人は再出発の好機なので、励ましてくれる人達と交流し、気力を充填するとよいでしょう。

6位 蟹座
「上手にメンタルを調整しよう」
今月のあなたは、メンタルがややデリケート。些細なことで自信がなくなったり、ヤル気を失ったりと、何かと不安定なときです。しかし、復活も早いので、あまり気にする必要はない様子。

7位 天秤座
「人の情熱がヤル気アップのカギ」
運気はアンバランス。淡々と過ぎていく日々に嫌気が差し、物事に対する熱意がなくなってしまいそう。こんなときは目標を上方修正したり、何かに取り組んでいる人の情熱に触れてみると◎。

8位 牡牛座
「忌憚のない意見が開運のカギ」
あなたの周囲でゴタゴタが多くなり、ピリピリとしたムードがただよいそう。しかし、面倒はイヤだからと見て見ぬフリをするのはNGです。思いきって、自分の気持ちを述べてみましょう。

9位 山羊座
「過去が未来へのカギとなるはず」
物事が思いどおりにいかず、未来に希望を持てなくなるかも。こんなときは、過去にいた場所・親しかった人間関係に触れてみて。夢や希望を思い出すことができ、パワーが湧いてくるはず。

10位 蠍座
「己の弱さと向き合う強さを持って」
あなたの弱点を打破するキッカケを得られそうですが、その前に、自分の弱さを自覚する時間がかなり辛いかも…。今の自分を越えるためにも、己の弱さとまっすぐ向き合ってみてください。

11位 魚座
「目標をひとつに絞り込もう」
具体的な目標がないままにアレコレと手を広げたりしてしまう傾向アリ。ここはとにかく、達成すべき目標をひとつに絞り込むべき。やることが決まれば、よい結果を出せるようになります。

12位 乙女座
「決めごとにこだわりすぎないで」
他者からのアドバイスやプレッシャーによって決められたことに、がんじがらめになるかも。しかし、あなたがやるべきことを決めるのはあなた自身。もっと自由に振る舞ってOKです。

「エキナカくすり屋さん」ご利用のお客様の声

ふと立ち寄ったエキナカくすり屋さんで、妊活中だった私が子宝相談受付中というのが目に留まり相談させて頂いたのがきっかけでした。いろいろと話を聞き、妊活にすべき事や、今必要なのは何かを相談せていただき、ショウキＴー１というたんぽぽ茶で子宮内膜をふかふかに。レオピンで一番大切な血流を良くすると言う事でこれも何かの縁かと半信半疑でしたが始めました。
飲んでいると、体調も良くお守りのような存在になっていました。飲み始めて、数か月後、待望の赤ちゃんを授かることができ、先日 2630g の元気な男の子が誕生しました。
産後にも継続し良い母乳の為に、これからも末永くお世話になりたいと思います。

外山 綾佳 様

「クイーン薬局」のスタッフのつぶやき

いつもクイーン薬局ご利用いただきありがとうございます。クイーン薬局に勤め始めて２年７ヶ月になります。たくさんのお客様に出会え、笑顔をいただき、毎日元気に過ごせることがとてもありがたく感じています。まだまだ至らぬところが、たくさんあると思いますが、お客様のあらゆる症状の相談に対応できるよう勉強に日々努めて行きます。クイーン薬局はとても楽しく明るい薬局です。お気軽にお寄りください。

広崎 理沙

７月Ｐポイント倍デー：毎週火 ２倍デー　毎週 土・日・祝 ３倍デー　15 日・25 日 10 倍デー
メイク体験・ショー：８日（土）、９（日）　※会場：ホソタ薬局・エキナカくすり屋さん
毎週のポイント 2,3 倍デーは久慈市の店舗のみになります。

ホームページ　ファーマ・ラボ http://pharma-labo.iwate.jp　ケアサポートホソタ http://www.cs-hosota.co.jp

ホソタ薬局

〒028-0065
岩手県久慈市十八日町 1-21
TEL:0194-53-1193
FAX:0194-52-1019
営業時間
一般販売 平日９：00～18：30
土・日・祝９：00～18：00
定休日：年末年始
保険調剤 平日９：00～18：00
土　９：00～13：00
休日当番９：00～17：00
アクセス：
道の駅久慈よりレトロ通りを通って道路を挟んだ向かい側
休日当番薬局７月
２（日）

キング薬局

〒028-0014
岩手県久慈市旭町 10-61-1
TEL:0194-61-1360
FAX:0194-52-7051
営業時間
平日８：30～18：00
土曜９：00～17：00
休日当番９：00～17：00
定休日：日・祝
アクセス：
岩手県立久慈病院前
休日当番薬局７月
９（日）、17（祝）、23（日）
30（日）

クイーン薬局

〒028-0051
岩手県久慈市川崎町 12-17
TEL:0194-53-5505
FAX:0194-53-5600
営業時間
平日９：00～18：00
休日当番９：00～17：00
定休日：日・祝
アクセス：
久慈駅から地下道を通って道路を挟んだ向かい側
休日当番薬局７月
なし

ケアサポートホソタ

〒028-0014
岩手県久慈市旭町 10-63
TEL:0194-61-3030
FAX:0194-61-3032
営業時間
平日９：00～17：00
土曜９：00～17：00
定休日：日・祝日
アクセス：
岩手県立久慈病院前
臨時休業
なし

カーブス久慈長内町

〒028-0041
岩手県久慈市長内町 30-16-1
TEL:0194-52-2079
FAX:0194-52-2079
営業時間
平日 10：00～19：00
土曜 10：00～13：00
定休日：日・祝日
アクセス：
久慈消防署様バス停前
ドコモショップ様となり
臨時休業
なし

エキナカくすり屋さん

〒020-0034
岩手県盛岡市盛岡駅前通 1-44
TEL:019-601-6256
FAX:019-601-5337
営業時間
一般販売　10：00～21：00
年中無休
保険調剤　平日 10：00～19：00
土曜 10：00～17：00
定休日：日・祝
アクセス：
盛岡駅フェザンおでんせ館 1F
さわや書店様向い zoff 様隣り
休日当番薬局７月
なし

ぴんころ通信

健康創りサポート情報満載！

2017年 7月号

株式会社ファーマ・ラボ　有限会社ケアサポートホソタ

ご存知ですか？
久慈広域の医療を支えるためのネットワーク！

北三陸ネット

「北三陸ネット」は久慈市、洋野町、野田村、普代村の４市町村の「病院」「診療所」「歯科」「介護事業所」「薬局」の多施設・多職種間で、同意したみなさんのお薬の情報や治療内容などを暗号化された安全な通信網の中で共有することで、医療と介護の質の高いスムーズなサービスを提供する地域医療ネットワークです。

住民のみなさんの利点（メリット）

- ◆より極め細やかな医療・介護サービスの期待
- ◆複数の医療機関で出された薬の調整も有効
- ◆アレルギー等、大切な情報も共有され安心
- ◆検査の繰り返し、お薬の服用の重複を防ぐ
- ◆万が一の災害時もかかりつけが情報を保持

例えばこんな時に役立ちます！

病院

他医療機関での検査結果は？
アレルギーはあるのかな？

介護事業所

顔色が悪い？
かかりつけ医に確認した方が良いかな？

診療所

処方した薬を飲んだ後の体調はどうかな？

薬局

お薬手帳を忘れた？
持病の薬との飲み合わせは大丈夫かな？

歯科

治療中だけど抜歯しても大丈夫かな？

北三陸ネットの登録方法

①久慈市、洋野町、野田村、普代村の４市町村のいずれかにお住まいの住民の方であれば、どなたでも登録ができます。
②自筆または代理人等で同意する旨記入して頂きます。
登録には、患者さん、その家族の方は利用料はかかりません。
③登録は北三陸ネット参加の医療機関の受付でできます。
ホソタ薬局・キング薬局・クイーン薬局でも登録できます。

あなたのPカードをチェック！

Pカード会員限定宝くじ

ファーマ・ラボ共通お買い物券

¥1,000.

※期間中一回まで。※当選者は店頭にてお申し出ください。

当選者にプレゼント！

当選番号をチェック

Pカードの会員番号末尾が・・・
045、182、251、399、417
503、664、787、830、926

引換期間
2017年７月１日（土）～31日（月）

ホソタ薬局　TEL0194-53-1193

水分不足
寝る前にコップ１杯
又は半分の水分補給
※寝ている間も汗を
かいています。

夜中に

「足がつる～！」

ミネラル不足
汗をかくとミネラルも一緒に体の中から出てしまい体内のミネラルバランスが崩れることも原因の一つです。
〈カルシウム：マグネシウム　2　：　1〉で筋肉の収縮がスムーズになります。

冷え・血行不良
足の冷え、血の巡りが悪くなると筋肉が収縮して緊張状態になります。

筋肉疲労
寝ている時の筋肉は緩んでいますが運動などで疲れていると筋肉が緊張してけいれんを起こしてつることがあります。運動前後のストレッチも効果的です。

バランス良くミネラル補給！

カルマジン 800 錠
￥4,104（税込）（約 38 日分）
お試しもできます。
どうぞ気軽にご相談下さい。

キング薬局　TEL0194-61-1360

カメリナオイルがけ「ところてん」試食会！
7月10日（月）～21日（金）開催！

270g　￥1,976（税込）
100g　￥961（税込）

生活習慣病も予防・改善、排尿障害の改善、免疫力アップ！健康と美容効果が期待できるとして、とても優秀な「カメリナオイル」を夏の日本食、「ところてん」にかけてご試食いただけます！天然酸化成分が豊富なため加熱調理、常温保存が可能。健康が気になるご家庭の食卓に１本加えてみては？？まずは店頭でご試食下さい！

カメリナオイルの期待される効果！
- 血栓の予防・アレルギーの緩和に。
- 肝臓の働きを良くする。
- 血中コレステロールの低下・免疫力アップ。
- 生活習慣病の予防・排尿障害の改善に。

キング薬局恒例！輪投げ大会開催！
7月10日（月）～21日（金）
お買い物された方、どなたでもご参加頂けます。
２回投げて１つでも入ればプレゼントゲット！
何をもらえるかは、店頭でのお楽しみ！童心に戻った気分でご参加下さい。

クイーン薬局　TEL0194-53-5505

飲む点滴で話題の酵素

7月イベント

薬局限定の話題の商品！

☆酵素の良いトコ☆

その１ 新陳代謝の活性化！
→身体もお肌もぴかぴか

その２ 免疫力 UP⇧⇧
→病気知らず毎日元気

その３ 腸内環境を整える
→便秘はもちろん、体臭口臭予防！

900ml ￥8,640（税込）
50ml　￥864（税込）

植物の力と発酵の力のコラボレーション
クオリ酵素試飲会

- 夏バテなどで、食欲のない時の栄養補給に！
- ダイエットに失敗したくない！
- ファスティング（断食）でデトックス♪

涼しげなジェルキャンドル作り開催！
夏休みの工作にどうぞ！
7月29日（土）　14：00～15：00
場所：クイーン薬局　参加費￥1,000（税込）
ご予約受付中！※電話でもご予約できます。

ケアサポートホソタ　TEL0194-61-3030

引き上げやすく、ずり落ちない！！

おしりスルッとパンツ

後ろに手が回らないのでズボンが上げられれば…
そんな悩みからこのパンツは誕生しました！

- おしりに引っかかりにくく、引き上げやすい！
- ゴム部分の裏に滑り止め付きなのでずり落ち防止。
- ゴム取替え口でウエスト調整可能♪

年間通じて快適に履ける素材！

すべり止めがあることで片手で履きやすくなります。

裏側にすべり止め付き（前２か所）
カラー：ベージュ、ブラック
サイズ：S～3L までございます。
※一部注文販売になります。

秋冬用
日本製
洗濯機ＯＫ

Ｐカード会員価格　￥4,580（税込）

おしりスルッとパンツを履いてお出かけしましょう♪

カーブス久慈長内町　TEL0194-52-2079

生活設計を狂わせるのは医療費？
年代別で考える 将来の家計と医療費の関係

病気になったら

家族に迷惑がかかる

病気になったら、家族のサポートが必要になることも。病気により家族の生活も変わってしまう。

80代 要介護なら負担増

介護保険の利用が増える年代
85 歳以上の要介護率は約 20%。要介護や要支援を利用する方が増加。

70代 後期高齢者世代に

後期高齢者医療制度スタート
女性の健康寿命は約 74 歳
将来の介護医療費を減らすためにも運動が大切。

60代 生活習慣病に注意

定年を迎え運動不足に
がん、心臓病、脳卒中など、三大生活習慣病のリスクが高まる。

50代 女性の閉経は平均50.5歳

閉経後の不調で医療費拡大
冷え、ほてり、うつに加え、血圧、血糖値、コレステロールの上昇。

40代 更年期世代がスタート

介護保険料の徴収が始まります
40 代後半から更年期を迎えます。

カーブスで筋トレを行い、運動習慣をつけると健康になり、お金も節約できるんです！

エキナカくすり屋さん　TEL019-601-6256

～1人でできる・いやな匂いがない・熱くない・跡がつかない～　温灸器

冷えは万病の元！これからの季節、冷房や冷たい飲み物などで体を冷やしてしまいがちです。冷たいものの摂りすぎで胃の調子が悪い、むくみやすい、手足の先端が冷える、肩こりがひどい、イライラして不眠がち・・・など、冷えのタイプはさまざまです。血行促進や筋肉のこりや疲れ、神経痛や筋肉痛の緩和、疲労回復、胃腸の調子を活発にしてくれるなど効能効果がみられます。自然の木を使っているので体にやさしく、妊婦さんや子供さんにも安心して使っていただけます。また、煙が出ないようにした個体に松節エキスとシナモンエキスを加えた温灸剤ですので体を温める効果が一層期待できます！冷えは免疫力や代謝力が低下します！夏こそ温灸器で体を温めましょう！

リラックスしましょう！

これから妊娠を考える方に～妊活セミナー開催します！
子宝カウンセラー指導士：中本宗宏先生の特別講演、個別相談（予約者限定）
開催日時：2017 年 7 月 15 日（土）9：00 ～ 12：00　開催場所：おでんせ館
電話でもご予約いただけます。お気軽にご相談ください。