

セオの健康告知板 和人参

平成二六年度

セオ薬局お客様
健康勉強会その①

鹿児島に、桜の開花宣言が出された平成二十六年三月二十日（木）、今年第一回目の“お客様勉強会”がいづろ店五階で開催され、十五名の御参加をいただきました。

『若甦で自律神経を鍛えよう』と題し、日東薬品工業株式会社の上田秀先生のお話です。

若甦で自律神経を鍛えよう



「若甦で自律神経を鍛えよう」
講師：日東薬品工業株式会社
上田 秀先生
平成 26 年 3 月 20 日（木）
アリマビル 5 階



自律神経の働きを高めて 冷えと心身の疲れに効く！

“若甦”

『若甦』は昭和四十六年に開発された、“薬用人参”を主体としたロングセラーの滋養強壮剤です。

肉体疲労と精神疲労、両面に着目し、血流を改善し身体を内側から温めて、人間が本来持っている自然治癒力や、自律神経の働きを高めて、根本から元気にしてくれるものです。

『若甦』は各シリーズ商品で、交感・副交感、どちらの神経の働きも高めてくれます。

病気は自律神経の乱れから

“自律神経”とは、様々な環境の変化に対応するために調整してくれるもので、自分の意志では動かせません。

自律神経にはリラックス型の副交感神経（夜の神経）と、活動型の交感神経（昼の

神経）の二つがあり、両方が高いレベルで良く働いて、バランスが取れていることが大事です。

“自律神経”は各臓器に働きかけて、心拍数や血圧、血流、発汗、消化、排泄等々、あらゆる身体活動を調整し、免疫系にも大きな影響を与えています。このバランスが乱れると、あらゆる症状が現れてきます。殆どの病気は、自律神経の乱れから生じると言っても過言ではありません。

（例）・過剰に副交感神経優位↓リンパ球増加↓
アトピー・アレルギー・うつ血・うつ・下痢・発熱など…。

・過剰に交感神経優位↓顆粒球増加↓
ガン・おでき・肩こり・便秘・不眠など…。

春先に多い自律神経の乱れ

季節の変わり目は、自律神経の働きが乱れやすい時です。

特に春先（今の時期）は、日々気圧の変動が大きく、空気中の酸素濃度も大きく変動します。

この変動にうまく対応できずに、自律神経

のバランスが乱れて体調を崩してしまうのです。

自律神経のバランスを整えて、 元気な毎日のために

・朝一番に温かいものを飲む。

(若甕内服液のお湯割り) 胃の内側の神経の束(太陽神経叢)を刺激、活性化

・過剰なストレスをかかえ込まない。

(人生七割で良しとする)

・人に感謝する。

・“笑い”で免疫力アップ

(作り笑いでも効果あり)

・午前七時起床、午後十時就寝。

(成長ホルモンが分泌される)

・爪もみをする。

(薬指→交感神経アップ。それ以外の指→副交感神経アップ)

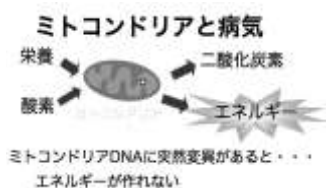


ミトコンドリアを活性化する ALA (アミノレブリン酸)

ミトコンドリアは、体内の一つ一つの細胞に存在し、生命活動に必要なエネルギー産生を行う重要な細胞です。年齢と共に衰えていくミトコンドリアを活性化することが、瑞々しい若さと元気を保つことになります。ミトコンドリアを活性化してくれるもので、酸素や栄養素を運ぶ重要物質“ヘム”の原料がALA (アミノレブリン酸) です。

ALAはミトコンドリアで作られますが、老化と共に生産能力も落ち、減少していきます。

減少するALAを外部から補い、ミトコンドリアを活性化するものとして“ギラリスALA”が有効です。



《あとがき》

上田先生には、昨年五月に引き続き、『若甕と自律神経』のお話をいただきました。忙しすぎる現代社会。ストレス過多やうつ、低体温の方が増えています。

朝一番の若甕内服液、寝る前の若甕温のお湯割りでホッと一息！自律神経の働きが乱れ易く、疲れ易い春先にこそ、内側から温めて、冷えと疲れに効く若甕シリーズをお役立て下さい。



皆様真剣に耳を傾けて下さいました(^▽^)

