

キタバ



第160回 通信

●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-7423

津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-10-104
0721-40-2267

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0085

金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1
072-366-0131

西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16
072-365-0399

くみの木店 大阪狭山市茱萸木4-372-10
072-360-2101

●キタバ

エコーロッセ店 富田林市向陽台3-1-1
0721-28-3654

向陽台店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-3479

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局 検索

春の苦味で体を整える

春は新たなスタートを切る季節です。そんな春には、心も体もリフレッシュさせることが大切です。

春の食材には独特の苦味を持つものが多く、山菜や春

菊などが代表的です。薬膳の観点から見ると、この苦味はとても重要な要素とされています。

苦味には解毒作用があるといわれています。春特有の

苦味のある野菜は、体の余分な熱を取り除き、肝の働きを助ける役割を果たしてくれま

す。効果も期待できます。このように薬膳において、春の苦味は体調を整えるための大切な要素です。

ぜひ、苦味もたらず健康

効果を理解しながら、春の食卓に春野菜を積極的に取り入れてみてください。心も体もリフレッシュし、健康的に新しい季節を迎えましょう。キタバ薬局 西山台店 荒木悠

