



「私、キレイになれますか？」



それは小雨の降るある日の夕方だった。恐らく40代前半と思われる、ややぼつちやりとした女性が勢いよく当店の扉を開けて入ってきた。そして、間髪入れず「キレイになれる漢方薬ありますか？」と…。あまりに突然の出来事だったため、私は不覚にも一瞬戸惑ってしまった。しかし、女性は真剣な表情を一切崩さなかった。私はこれは本気だと悟り、彼女の心からの声に耳を傾けた。聞けば、旦那さんから「昔は可愛かったのになあ」「体重何キロふえたの？」などおれこれ言われたようだ。

「初め彼女は「カチン」ときて言い返したようだ。しかし、よく考えたら結婚してから今まで家事や育児に追われて自分のことまで頭が回らなかつた事に気づいた。いつの間にかココロもカラダも疲れ切っていたのだ。彼女がスゴイのはここからだ。普通であれば、洋服で着飾ろうとか、化粧品にもっと力を入れようなど外見を変えようと思うだろう。しかし、彼女は自分のカラダの中から変えていこうと考えたのだ。インターネットで情報を調べて、すぐに当店に飛び込んできたのだ。そう、カラダの中から「本当のキレイ」を手に入れるために！

それから約1時間、私は彼女の話を一息懸命聞いた。「何としても彼女にはキレイになってほしい！」

この時、彼女に必要なことは少なくとも3つあった。①「腸内環境」を整える！

適正な体重や便秘の改善を目的にスーパー善玉菌&豊富な食物繊維を含有する健康食品が欠かせない。

②「女性ホルモン」を整える！
生理不順や貧血傾向がある彼女には血液を補う手助けをして、女性ホルモンを整える漢方薬が必須。

③「抗酸化作用&血流改善」で代謝アップ！
40代になるとお肌だけでなく体内のケアも必要。そこで、体内のサビの除去・血流改善をしながらカラダの潤いをアップさせる干貝ツトの高地でしか採取できない「美肌オイル」が相乗効果を生む。

この3種類「漢方美人セット」をお渡ししたところ…3ヶ月後、笑顔で当店に。自分に自信が持て、ヨガ・体操などを代謝アップのために始めたとのこと。「体調も良く、お肌もプルプルになり、旦那さんからもほめられた！」と笑顔いっぱいであった。カラダの中からしっかりケアすれば、本当のキレイになれることを彼女は教えてくれた。彼女は今ももちろん「漢方美人セット」をしっかりと続けている。キレイはカラダの中からだ！

オススメ!

【顔をみれば病気がわかる】

漢方初心者におススメの本のご紹介です。著者の猪越恭也先生は今年で78歳。実は、私が今もお世話になってる漢方の師匠でもあります。そして、歳を重ねることに益々「元気」になっているスーパー漢方家です。その私の師匠が「一般の方にも気軽に漢方の楽しさを知ってもらいたい」と書いたのがこちらの本です。今や重版を重ねベストセラーになっています。顔の色・つや・部分の不調などをチェックすることによりカラダのどこが悪いかが、弱点なのかを知ることができま

す。そして、どうすればその不調を克服できるかまでわかってしまうとってもスゴイ本なのです！
あっ、当店では販売していませんので、お近くの本屋さん、インターネット等でお買い求めくださいね！



¥1470 (草思社)

夏だ~!



こえん堂店主のひとり言

いよいよ私の大好きな「夏」が始まります。もちろん「夏バテ」なんて言葉は私には関係ありません(笑)
私にとって「夏」と言えば「登山」「海」「BBQ」
特に、連休をいただいたの「登山」は私のココロをリセットシカラダをスカッとさせる最高の手段です。去年は北アルプスの上高地〜槍ヶ岳〜穂高連峰までテント泊で縦走しました。今年は久しぶりに友人のいる白馬方面の山々を縦走する予定です。テント泊での縦走は、食事から寝袋まで生活用品すべてをザックに詰め込むため、その重量は合計20kgにもなります。10kgの米袋2つ分ですね。そんな重いもの背負ってワザワザ3000m級の山々を登るなんて馬鹿ですね…(笑)
でもね、いいんです馬鹿で〜♪ そこには何物にも代えがたい最高の「大自然」が待っているんです。最高の景色や空気。しかも、ご飯やビールが本当にうまい！でもいい時ばかりではありませんよ。土砂降り、強風、視界不良は当たり前。山の天気は変わりやすいですからね。まあ、人生の縮図みたいですね。良い時も悪い時もただひたすら「感謝」して前に進むのみですっ〜!(^_^)! 登山についてブログ「大自然野郎えんちゃん」にも掲載していますのでぜひ~!