



—夢·情熱·感謝—

**福岡出身
子供3人の
お父さん** ワクチン注射2回目打ちまして、感染拡大の中、今日から
オリニヒップが始まりました。(ソフトボール、女子サッカー) 今日の
感染者は、今現在では、不明ですが、新潟県で39名再び警報が出て、
オリニヒップ、ハラリニヒップが終る頃にはどうなっているのか!! 夏休み、不登校と…
先日も、会議があるので、東京の姫リモート参加。商工会の納涼会は、チケットを立てるなど寂しい会ですね!!

“感謝は人の心を大きく、美しく、強くする” 古市忠夫 プロゴルフ---

なんじ俺がこんなありえない人生を歩いてるんだったら元に奇跡起こす方程式『奇跡=才能×努力×感謝力』才能×努力×はアリテストを受ける二〇才の若者には、敵いません。しかし、感謝力に付けて負けない自身がありまし。阪神大震災に遭ふときは、どんな状況でも不撓不屈で頑張る事が勇者だと思つてしまつた。でも眞の勇者は頑張る人へ感謝できる人なんですね。才能と努力だけ、栄光を掴みに行かうねほほほら怖

のアド最後の一打でギガ届かないアリオ プロテスト観てても通る、通らぬは大体分かれます。貢献めはすす、感謝めがうやく人口きちんと渡ります。

→ 17 「おはようございます」と言っているのに、首だけペコッと言うのは、挨拶禮儀。それから歩き方、大地を踏みぬいて、胸を張って、スッと歩く人が多いです。

どうしてヨシホ(?)元気でいるのか、と感心する人はアドリ(?)。人生は最後まで「分からぬ」のがホの持論で、震災で多くの犠牲者(?)がいる

大切なのはお金地位名声でもない人の愛であり感謝であり積極的で心地よいから人生何ザピアノ何ザチャスか分からず。どんな時も正直悔

梅雨が明けて喜んでいたら、
今度は連日猛暑の日々ですね。
先日はお客様の依頼により
一日外での薬剤散布作業!!
さすがにへロへロ。熱中症予防の為、
死ぬほど水分をとりました! (星)

私も1回目のワクチンを接種し来月始めて2回目を行なう。皆様ご知りまと思ひます。ワクチンを接種したら正面に曲げて歩く。安心して歩こう。コロナに罹る重症化の人々が更に増える。心配です。(のび)

暑い時期になりましたが、今年はネズミ駆除で苦戦しておりました。糞を設置しても駆除が無く、天井裏に潜り配置数を増してもあまり効果が見られませんでしょ。床下、外周側にも変化が見られない。ネズミじゃないのかな?コンクリートに塗装して早めに退治したいと思います。

ホームセンターの店舗様よりワニズミの駆除依頼をいただき施工開始して
1ヶ月、殺人滑りとトラップシートを併用し
30匹以上のワニズミの捕獲があり
ました。自分で配合した殺人滑りの喰付を
も技術で自信が付きました。渡辺

梅雨明けから一気に気温が上がりました。よ

最近はハチ馬鹿余のご依頼をいただくことが
少なくなったのですが、この時期は暑さとの戦い
でもあります。一日中事務所にいる身としては
頭が下がる思いです。もう少し涼しくなって
ほしい!!

肝臓の機能が低下すると便祕・肩こり・腰痛・気力不足になります



肝臓の機能が鈍ると血液は粘って流れにくくなる

粘って流れにくい血液を漢方では《瘀血(おけつ)》と呼び、万病の原因における一つです。この瘀血は肝臓の状態と密接な関係を持っています。

つまり、肝機能の低下によって瘀血が生じ、血のめぐりが悪くなってしまうのです。

全身の血流が低下すると身体は疲れやすくなってしまいます。肝機能の低下を示す自覚症状の筆頭格→疲労倦怠感がそれにあたります。胃腸への血流も低下し、食欲不振・胃重感・吐き気・便秘・下痢などの症状が出やすくなっています。

肛門周辺の血流が悪くなると、切れ痔やイボ痔・出血などで悩まされることになります。当然、脳への血流にも支障をきたし、頭痛・イライラ・気力不足・うつ病・不眠などの精神科的な症状が現れることが多いのです。



ぎっくり腰・腰痛も肝臓機能低下がもたらす病状

漢方では肝機能の低下により《筋を傷む・きんをやぶる》ということがいわれます。これは、血行不良に伴い、筋肉がこわばって硬くなり、委縮してひきつりやすくなってくるということです。現代人に多いぎっくり腰や腰痛も肝機能の低下と大いに関係があるのです。

過度のストレスや飲酒で肝臓を弱め、筋肉の硬くなったところに重いものを持ったりするとギックリ腰になります。

筋肉が適度にゆるんでくれないため、背骨に過度の圧力をかけてしまう結果です。手や足のコムラ返りも起こしやすくなっています。筋肉への血行が悪く、酸欠状態を起こした状態がそれです。ギックリ腰や腰痛を防ぐためには足腰の筋肉を柔軟にする運動や腹筋運動などと共に肝臓の働きを活発にするための食事療法が大切になります。



肝臓をまもるために食事療法と補助食品

肝臓を元気にするための基本は食事療法です。大豆・魚貝類・牛乳などで良質のタンパク質を積極的に補給することが大切です。また、現代人の多くに必須微量ミネラルが不足していることを考えれば、栄養補助食品などで補給することも考えればよいと思います。脂肪肝などの場合には、レシチン製品も有効でしょう。



力キ肉エキスは単品でも肝臓病の治療食として役に立ちますので、疲労回復・食欲不振・ウツ病・不眠・ギックリ腰・腰痛・肩こり・便秘・痔などの改善

助するのに役に立ちます。漢方では《柴胡・さいこ》の入った処方のものが多用されますが、漢方薬を選ぶときは自己判断をせず専門家に相談するとよいでしょう。肝機能の低下が疑わしい自覚症状の思い当たる場合には、こうした薬食を利用するほか、肝臓に負担をかけない生活を心掛けてください。

肝臓を守るために食事療法と補助食品

かつて肝臓病といえば大酒のみでした。ところが最近では、酒を飲まない女性や子供にまで肝臓病が増えています。こうした肝臓の働きを弱める原因の一つに「ストレス」があります。仕事や遊びで翌日に疲れを持ち越す日が続いたり、一つのことを根をつめてやりすぎたり、不規則な生活を続けたりするとこれがストレスとなります。アルコールやコーヒーの過剰、化学合成された食品添加物や医薬品の過剰摂取、ファーストフードや加工食品の過食も肝臓のストレスとなります。逆に無茶な減食や偏食、たんぱく質・ビタミン・ミネラルの不足も肝臓を弱める原因となります。いずれの場合にもいえることはストレスにより体内の栄養素が過剰に消耗され、その結果肝臓が正常に働かなくなるということです。精神的なストレスも同じ結果を招きます。ともかく、肝臓へのストレスを避け、肝臓の必要とする栄養素を補給することが、肝臓を元気にするための近道といえます。

