

「漢方ミュージアムプレス」は、ニホンドウ漢方ミュージアムが発信する、漢方・養生の話やオトク情報が掲載されたフリーペーパーです。

PICK UP NEWS!

KAMPO  
GALLERY

NIHONDO  
KAMPO SCHOOL

NIHONDO  
KAMPO BOUTIQUE

IOZEN  
Japanese Yakuzen Food



今月の注目施設 >>> 薬日本堂漢方スクール

今月は、薬日本堂漢方スクールで開催される新設セミナーをご紹介します。

現代人を潤す陰ヨガ

～もっと元気に生きるための呼吸とリラックス～

思考や心身が忙しく緊張に偏ることの多い現代人は、穏やかに過ごす陰の時間が少ないため、心身の回復が遅く、本来の元気な自分を上手に発揮できていません。このヨガでは、「陰」の性質や特徴を見つけ、身体で実践していきます。「余計な力を抜く」ポーズを丁寧に時間をかけて行い、心身の安定と柔軟性を養います。静止とともに深まっていく呼吸から、日常の緊張を解き心と身体の陰陽バランスの調え方を身につけましょう。

■現代人を潤す陰ヨガ (6月のテーマ) 静止と呼吸で養う心と身体の柔らかさ

【講師】秋山逸美 (陰ヨガ講師・漢方上級スタイリスト) 【定員】16名 (要予約)  
【開催日程】6/18(土)、6/28(火) 【受講料】3,000円 (消費税込み)  
両日 11:00～12:30 【持ち物】運動しやすい服装、飲料水



お問い合わせ

TEL 03-3280-2005 定休日なし  
【お問い合わせ時間】10:00～18:00



ニホンドウ漢方ブティック

NIHONDO  
KAMPO BOUTIQUE

東洋の智慧で理想的な  
体づくりを目指そう

むくみや体重増加など、今までの生活不摂生やからだのバランスの偏りが気になる季節。ニホンドウ漢方ブティックでは、漢方薬とダイエットサポート商品で体質に合わせたダイエットを応援します。ダイエット応援商品スリムタイムや酵素などはその場でご試飲いただけますので、お気軽に相談員にお声掛けください。



TEL 03-5420-4193 定休日なし  
【営業時間】11:00～20:00



薬膳レストラン ジュゼン

IOZEN  
Japanese Yakuzen Food

薬膳ダイエット鍋で  
巡りすっきり美人に

ダイエットに着目して考案された「ダイエット鍋」は、優しい味わいのヘルシー豆乳スープと烏骨鶏の辛みそスープのコンビ鍋。28種類の和漢食材が溶け込んだスープは滋味深い味わいで、ダイエットを始める方はもちろん、梅雨時季の元気チャージにもぴったりです。

「ダイエット鍋」お一人様4,200円(税抜)2名様より



TEL 03-5795-1649 定休日なし  
【ランチ】11:30～15:00 (LO14:30)  
【ディナー】平日 18:00～22:45 (LO22:00)  
土・日・祝 17:00～22:00 (LO21:00)



漢方ギャラリー  
KAMPO GALLERY

今月の  
PICKUP  
生薬

ぶくりょう  
茯苓

【Poria Sclerotium】



シミ・シワ・美白など  
美容に欠かせない生薬

サルノコシカケ科マツボドの菌核。その白さから古代中国の宮廷では顔の美白やシミ・シワ対策に用いられていました。日本最古の医学書である「医心方」をはじめ、江戸時代の美容指南書「都風俗化粧伝」にも記されています。水の巡りを良くする働きがあり、むくみや身体の重だるさ、軟便・下痢、ポリープなどの改善に用いられています。

【営業時間】10:00～18:00 定休日なし  
ギャラリーの見学は無料です

