

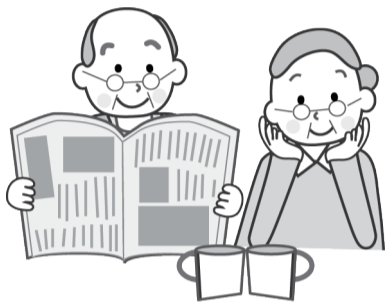
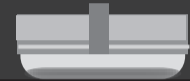
風の十字路口

SEIFU MESSAGE
IN COMMUNITY

H-25-09 254号

認知症に5倍なりにくい

今日からできる認知症予防その①

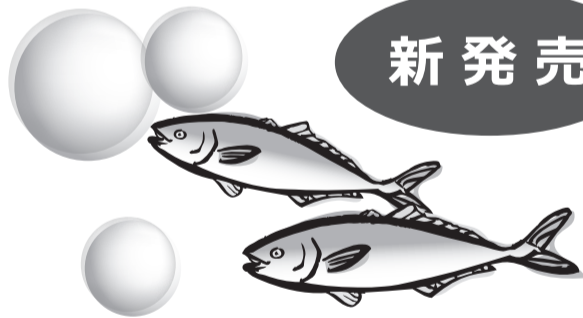


認知症は発症してしまうと残念ながら現在の医学をもってしても完治は難しい病気とされています。しかし、進行を遅らせたり、予防する方法として食生活の改善、適度な運動、頭を使うことなどがわかっています。今回はその中でも食生活の改善に着目して、どのような食事をとれば効果的なのか3回に渡ってお伝えしたいと思います。

青魚で認知症予防

フランスの疫学調査によると青魚を良く食べる人は、食べない人に比べて認知症に5倍なりにくいとの報告があります。それは青魚にはn-3系脂肪酸であるEPA、DHAが多く含まれ、どちらも脳血流量を増加させるなど認知症予防につながる事がわかっています。ただし、認知症の予防に効果があるといっても毎日青魚を食べるのは大変です。そんなときにはベストサプリの『EPA&DHA』が最適です。

EPAとDHAが手軽に摂取できるベストサプリ

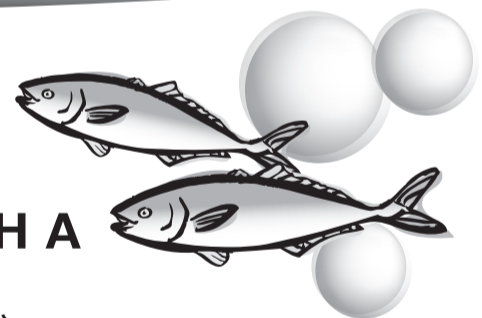


新発売



EPA&DHA

1440円/30日分



お求めはお近くの清風薬局へ

安全・安心・そして信頼 あなたのおそばに清風薬局

新しき創造

基準薬局



(株)ユネット

清風薬局

★多良木本部
多良木町(酒井物産横)
☎42-2931 FAX42-2946

★人吉店
人吉市(人吉一中前)
☎23-4258 FAX24-0820

★清風花みずき薬局
人吉市九日町(イスミ本店内)
☎28-3739 FAX28-3741

★免田店
あさぎり町(松の泉酒造横)
☎45-5517 FAX45-0543

★サンロード免田店
あさぎり町(サンロード免田店内)
☎49-9600 FAX49-9601

★清風えびす薬局
多良木町(多良木警察署近く)
☎43-0333 FAX43-0345

★サンロード湯前店
湯前町(サンロード湯前店内)
☎49-3335 FAX49-3336

★清風ハートピア
あさぎり町(免田郵便局横)
☎45-4152 FAX45-5737