



富山県：剣岳

ピンクリボン月間 P2

予防介護 P3

冷え性対策

「薬食同源」四方山話 P4.5

カフェインに強い人と弱い人

地域の耳寄り情報 P6.7

山形県 山形市

季節の食のススメ P8.9

かぶ かぶのしょうがスープ煮

漢方と薬膳 P10.11

第十七回 **美しい花には薬効がある!**

薬膳 レシピ **歓天喜地** (カンテンキチ)

第42回 **デンタルアドバイス** P12.13

歯周年齢 (その1-⑨)

ご当地グルメ P13

福島県 **会津カレー焼きそば**

新コーナー **まちがいさがし** P14

編集後記 P14

クロスワード P15

こちらもCheck! お役立ち情報満載!

クラフト株式会社



さくら薬局



検索

