

成田の風景 92

協力:一般社団法人 成田市観光協会

<http://www.nrtk.jp> **FEEL成田**



この場所に行ってみよう。

成田市サクラ情報

見頃は3月下旬~4月上旬

三里塚さくらの丘(成田市三里塚御料牧場1-722)

成田空港の滑走路南側に位置し、間近で離発着する飛行機を大迫力で見ることができます。桜の木が114本植えられている他ベンチなどが設置されています。

宗吾霊堂(成田市宗吾1-558)

宗吾霊堂境内と裏山にソメイヨシノ・吉野桜・山桜・ぼたん桜が約300本植えられており、桜越しに見る本堂はとても美しく、趣があります。

成田市さくらの山(成田市駒井野1338-1)

成田空港の滑走路北側に位置し、離発着する航空機を間近で見られる公園。ソメイヨシノ・山桜・枝垂れ桜など、約250本が植えられており、桜が満開となる時期には、たくさん見物客で賑わっています。

成田山公園(成田市成田1)

枝垂れ桜6本をはじめ、ソメイヨシノ・河津桜など約350本が植えられています。公園の池の近くの桜が水面に映り、ほんのり桜色に薄化粧します。

中台運動公園(成田市中台5-2)

公園内にはランニングにも適した遊歩道があり、ソメイヨシノが見事に咲き誇ります。また、公園の外周に沿った歩道には街路樹としてソメイヨシノが植えられており、通勤や通学の市民の目を楽しませてくれます。

更年期を穏やかに

年齢を重ねると女性なら誰もがだんまり小なり心身の不調に悩まされる「更年期」。卵巣機能が低下することで、女性ホルモンの分泌が急激に減少し、体内のホルモンバランスが乱れ、のぼせ・冷え・肩こり・精神不安・不眠といった様々な症状が起こってきます。

中医学では更年期の症状は「腎」(五臓六腑での腎です。腎機能とは異なります)の衰えによって起こると考えていきます。「腎」は7の倍数で変化し28歳をピークに衰えていくと考えます。「腎」は生殖や発育・老化に深く関わる臓腑のため、腎の衰えはホルモンバランスの乱れを起こしやすくなります。また腎陰(潤い分)・腎陽(体を温めるエネルギー)のバランスが乱れることで体内の陰陽バランスが崩れ、のぼせ・冷えなども起こりやすくなります。

その他、更年期症状の原因になるのは気の流れの停滞(気滞)、血行不良(瘀血)なども考えられます。



更年期症状などの女性のお悩みは漢方薬の得意分野の一つです。不調を感じたら抱え込まず専門店での相談をお勧めいたします。



漢方相談薬局
下田康生堂

TEL.0476-22-4160

ご相談は予約優先 営業時間 9:00~17:00 水曜定休(正月、5月は無休)

毎週木曜、土曜は無料子宝相談会開催中

予約制

成田市幸町 487
(成田山表参道)

相談
無料

ライン友達登録で
健康情報薬膳配信中

