



6月

ハロー薬局だより

ハロー薬局
～営業時間～

<長利店>
月・火・水・金
木・土

午前8:30～午後7:00
午前8:30～午後1:30

<尾張店>
月・火・水・金
木
土

午前8:30～午後7:00
午前8:30～午後4:30
午前8:30～午後1:00

今月のテーマ:カビ・ダニ

梅雨から夏にかけて気を付けたいのが、高温多湿な環境におけるカビ、そしてダニの増加です。

まず、カビ・ダニの繁殖する条件とはどのようなものでしょうか。

室温：約20℃～30℃で、湿度：60%～80% さらに、餌となる人や動物のフケ、食べ残しなどがある場所で繁殖します。また、布団やぬいぐるみ、カーペットなどにも繁殖しやすいと言えます。

6.7.8月の岡山県の平均湿度は約70%です。この時期はまさに、カビ・ダニの好む環境と言えます。

1番の対策は湿度を抑えることです。

天気の良い日は、窓を開けて風を通したり、押し入れの戸を開けたままにしておくといでしょう。

天気が悪くても、換気扇を回したり、扇風機などで空気の流れを作ったり、エアコンの除湿機能を利用してみるといでしょう。

今月のレシピ ～インゲンの胡麻和え～

材料<2人分>

インゲン	12本程
【調味料】	
すりゴマ	大さじ2弱
砂糖	大さじ1
醤油	大さじ1



☆作り方☆

- ①インゲンは4cm幅にカットし、沸騰したお湯に塩を加え、1～2分茹でて水を切っておきます。
- ②インゲンを調味料のすりゴマ、砂糖、醤油に混ぜ合わせます。
- ③お好みでかつお節など乗せて、お皿に盛り付けたら完成です！

旬の食材を使って簡単に作れます♪



販売品の紹介

たった40gのゼリーでカロリー摂取できちゃう「小さなハイカロリーゼリー」販売中です。いろいろな味を試してみてください！

