

プレミアムサービス

お水やお米などの重たい商品やトイレットペーパーなどのかさばる商品をお届けします!

プレミアム会員 年会費1,100円 毎年2,000円のお買物券付き!

(お米) 長野県産 こしひかり 5kg 2,157円	(トイレットペーパー) LOVE RIVER シングル またはダブル 各396円	(ミネラルウォーター) 四季の恵み 自然湧水 2L×6本 723円	(お茶) 茶匠伝説 緑茶 500mL×24本 1,613円	(テッシュ) シンプルスタイル 308円
--	--	---	--	----------------------------

徹底解剖! 商品図鑑 「クアトロ焙じ茶」ってどんな商品?

機能性表示食品



7.1g×31袋 3,780円
1日1包を目安に約100mlのお湯や水に溶かしてお召し上がりください。

一石四鳥! 日本初! 4つの機能を持ったほうじ茶

高めの血圧を下げる

GABAがノルアドレナリンの過剰な分泌を抑制し、血圧の上昇を抑える

食後の血糖値上昇を抑える

難消化性デキストリンにより糖分・脂肪がゆっくり吸収され、血糖値の急激な上昇を抑える

食後の中性脂肪上昇を抑える

難消化性デキストリンが食後の中性脂肪の上昇を抑え、便と一緒に排出!

おなかの調子を整える

難消化性デキストリンが腸内細菌叢を改善!
(はいまんそう)

香ばしい焙じ茶を
賢沢に使用

70年のお茶屋がこだわって作った、
食事と一緒に飲めるおいしい「焙じ茶」

recipe
レシピコーナー
corner

焙じ茶 シュガーバタートースト

コレを使用!

「クアトロ焙じ茶」
31包 3,780円

材料(1人分)

食パン…1枚 クアトロ焙じ茶…1包
グラニュー糖…小さじ1 バター…8~10g

- 作り方
- ① バターを食パンに塗る。
 - ② クアトロ焙じ茶、グラニュー糖を食パンに振りかける。
 - ③ トースターで好みの焼き色になるまで焼く。
 - ④ 完成♪

ヘルシー
クイズ

次のうち最も血糖値を上げる嗜好品はどれ?

- ①ポテトチップス 1袋 ②ショートケーキ 1個 ③コーラ 500ml

答えは裏面左下へ!

nunokame
創業明治9年

布 亀 だより

home pharmacy



2023年
夏号

いつも布亀の救急箱をご利用頂き誠にありがとうございます。
布亀だよりを通じて、ますます皆様のお役に立ちたいと願っております。
よろしくお願致します。

知っ得! コラム

「血糖値が気になったら」

糖質とは、たんぱく質、脂質と並んで生命維持に欠かせない栄養素のひとつです。よく耳にするけどよく知らない「糖尿病」。でも実は、糖尿病はとても身近な病気なのです。今回は、糖尿病や血糖値について様々な情報をご紹介します。

日本人の5人に1人が糖尿病!

厚生労働省の令和元年 国民健康・栄養調査によると、「糖尿病が強く疑われる者」の割合は男性19.7%、女性10.8%で、男性のおよそ5人に1人が当てはまると報告されています。糖尿病は診断されてもほとんど自覚症状がありません。しかし血糖値が高い状態が続くと神経障害や腎臓症等といった重い合併症にもつながります。

糖尿病のサイン

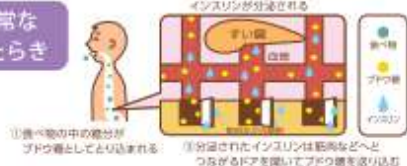
- ・口が乾く ・尿の回数が増える
- ・疲れやすい ・体がだるい

痩せている方も油断は禁物。糖尿病のサインに気づいたら、すぐに医療機関を受診することが大切です。

高血糖が続くしくみ

健康な人は食事で血糖値が上がるとインスリンが分泌され、血糖値が上がり過ぎず一定の幅で変化します。

正常な
はたらき



糖尿病の方はインスリンの分泌量が少なかったり反応が悪く、血糖値が下がらない状態が続きます。

インスリン
作用不足



生活習慣で予防!

①ベジタブル・ファースト

野菜→たんぱく質→炭水化物の順に食べると、血糖値の急な上昇を防げます。また同じ物でもよく噛んで食べると糖質の吸収スピードが緩やかになります。

②食後の軽い運動

食後30分程度たってから運動すると効果が高いと言われています。家事や階段の上り下り、ウォーキングなど、こまめに体を動かすことを心がけましょう。

③甘いものの間食を控える

砂糖は血糖値を急上昇させるため、お菓子や甘い飲み物は控えましょう。

血糖値を上げにくいおすすめ食品

①水溶性の食物繊維

海藻、こんにやく、緑黄色野菜、納豆、大豆、果物、ネバネバした野菜など。食物繊維を多く含む食材は歯ごたえもあるためよく噛むようになり、食べすぎ防止効果も期待できます。

②良質な油

青魚の「オメガ3系」、オリーブやアボカドの「オメガ9系」。血糖値の上昇を緩やかにしてくれます。

③たんぱく質・脂質

糖質と胃の中でまじりあい、ゆっくりと吸収・消化されます。ごはんにも卵1個を加えるだけでも効果があります。

④ドライフルーツ

食物繊維不足にはおやつにドライフルーツがおすすめです。

無理せずできそうなことから始めて、血糖値を上手にコントロールしましょう!



布亀薬剤師
監修薬剤士より
お水や健康食品、毎日の
暮らしに役立つアイテムの
ご紹介やお客様のご質問
などにお答えいたします。
お気軽にご相談ください。

お買物券
発行期間
2023年7月1日
～2023年9月30日

〈発行元〉布亀株式会社 お客様係
0798-35-2121
電話受付:平日9時~17時(土・日・祝休み)

〒663-8585
兵庫県西宮市今津二葉町3-6
www.nunokame.co.jp
CMソングに30のじこっこ(公明中)

nunokameがお届けする
オンラインショッピング
shop.nunokame.co.jp
布亀オンラインショッピング



夏バテに元気をチャージ!

表示価格は全て消費税込み価格です。

タウリン 3000

100ml×10本
3,300円 → 1,320円

第3類医薬品

疲れを感じたくない
頑張りたい1日に!



おすすめポイント!.....
布亀売れ筋No.1商品! タウリン
3,000mgに加え、ゴオウ・ニンジンと
いった生薬、ローヤルゼリーなどを
配合した贅沢な滋養強壮ドリンク!

高級炭酸ドリンク 炭酸若太郎

190ml 30本入り
6,480円 → 4,212円
(1本あたり 140円)

おすすめポイント!.....
伝わる元気の、どごしスッキリ、さわ
やか気分!
アルギニン・ローヤルゼリー・各種ビ
タミン・各種アミノ酸 配合

おいしいクレブソン カロリーハーフ

1.8L 4,320円 → 3,078円

6/21 ~ 8/20 まで

期間中いつでも 2,700円

おすすめポイント!.....
さっぱり飲みやすいリング酢飲料!
マグネシウム・コエンザイムQ10・
L-カルニチン・BCAA・鉄など 配合

暑い夏を乗り切るためのおすすめ商品

ワサフレッシュ

3個セット
3,960円 → 2,970円

おすすめポイント!.....
冷蔵庫に置くだけで! わさび由来の成
分が食品の鮮度をやさしく守ります。
抗菌・防カビ・消臭に!

クレビタン 内服液 A

第3類医薬品
30ml×10本 3,300円

5/21 ~ 8/20 まで

期間中いつでも 2,750円

おすすめポイント!.....
牛黄・ローヤルゼリー・人参の3つの
高級生薬が滋養強壮、胃腸や肝臓のは
たらきを助けます。

3年3ヵ月以上 発酵熟成酵素

70g 6,480円

6/21 ~ 9/20 まで

期間中いつでも 4,860円

おすすめポイント!.....
自然由来の微生物で3年3ヵ月以上発
酵・熟成させてつくった植物発酵食
品! 53種類に及ぶ植物性原材料を使用。

ワンランク上のスキンケアに

Dr. ドートリッシュ

C20 クリーム ホワイトニングエッセンス UV クリーム
30g 5,500円 30ml 5,500円 35g 3,080円

おすすめポイント!.....
マリンコラーゲンとビタミンでハリとうるおいを与えま
す。通常の化粧品より効能効果が明確な薬用スキンケア。
パラベン無添加・無香料・無着色で敏感肌におすすめ!

ウレッシュ

ホワイトニングクリーム 30g 2,200円
モイスチャーミルク 70g 2,200円
2個セット 2,970円 2個セット 2,970円

おすすめポイント!.....
製薬会社が考えた品質の高い化粧品です。まるでエステ
の満足感。皮膚にうるおいを与えます。肌あれ、おれ性に。

ヘルシークイズの答え >>> ③ コーラ 500ml

コーラなどの清涼飲料水に含まれる糖質は消化吸収しやすく、体内に入ると速やかに血糖値を上げてしまいます。特に冷たい飲み物は甘さを感じにくいので、大量の糖質が含まれていることが多いです。コーラ500mlには、スティックシュガー約19本分の砂糖が含まれています。



夏のオススメ商品!!

表示価格は全て消費税込み価格です。

ダニ捕獲スリムシート

3枚入 1,078円

5/21 ~ 8/20 まで

期間中いつでも 968円

成分が食品添加物だから赤ちゃん
も安心! 貼って捨てるだけの簡単
仕様です。

新発売!!



電解水素水整水器

布亀お客様限定価格
月額リース料 2,970円

無償交換 カートリッジ...1年ごと交換
本体...5年ごと交換

安心と信頼の管理医療機器!



ハーベリッシュ

400ml

本体: 1,540円 ハーブ由来の除菌・消臭・抗菌スプレー。ノンアル
詰替用: 1,430円 コールだから使うたびに効果が高まります。

無香料/
グレープフルーツの香り



5/21 ~ 8/20 まで

期間中いつでも
本体: 1,430円
詰替用: 1,320円

救急箱の中に入っている季節のお薬



救急箱の中に入っているお薬です。
ご家族皆さまでお役立てください!

小粒赤玉はら薬

第2類医薬品
6包(1包中30粒) 880円

下痢・食あたり・夏バテ胃腸に。
7種類の生薬が下痢を治すだけ
でなく、胃や腸をもとから整え
ます。

ヒフトップS

第3類医薬品
10g 605円

かゆみ・しっしん・虫さされなど
の症状に効く非ステロイド性の
軟膏。さわやかな清涼感が持続
します。

新ノーカイン

第2類医薬品
16錠 660円

頭痛、生理痛、解熱に。
神経痛、腰痛、肩こり痛にも効果
を発揮します!

布亀漢方薬局より

ノコギリヤシ

120粒(約30日分)
4,860円 → 3,996円

加齢と共に排尿トラブルは増え
てきます。ノコギリヤシは海外
では治療薬としても有名。更に
カボチャ種子や亜鉛などを配合
し、トイレや薄毛の悩みを徹底
サポート!

漢方の専門家にご相談を承ります!

布亀漢方薬局では、漢方の専門家が
ひとりひとりの体質に合わせた
ぴったりの漢方薬をオススメします!

ご相談は無料です!
まずはお気軽にご相談下さい!
TEL: 0798-35-7997
FAX: 0798-35-7667

(火~金 9時~17時営業/月土日祝休み)



なつめ

500g 2,592円

美容だけではなく、貧血、めまい、立ちくらみ、便秘などで困りの方に! 鉄分、葉酸、食物繊維が豊富に含まれています。そのまま食べられるので、おやつ代わりに◎

ダイエット黒烏龍茶

30包(約30日分)
1,080円

脂っこい食事にぴったり! 話題の黒烏龍茶にダイエットの強い味方、プーアル茶とジャスミン茶をプラス! 爽やかな香りと苦味の少ない味わいです、是非お試しください!

お問い合わせは

担当の営業員にご相談下さい!
お電話、FAX、メールでも受け付けています。

お客様係

TEL 0798-35-2121

FAX 0798-35-8884

mailアドレス
kameinfo@nunokame.co.jp

※遠方発送も承ります。
3,240円以上で送料無料。
3,240円未満は送料500円
北海道、沖縄は800円

東のホームページはこちら! オンラインショップもご利用ください!

オンラインショッピング
Shop.nunokame.co.jp