

マリン通信 11月号 第3回呉市健康の日ウォーキング大会

1111007 日時:10月15日(土) 3km・5km・10kmコース



広中央店の河野です。去る10/15(土)に第3回呉市健康の日ウォーキング大会が開催されました。今回は参加者代表としてその時の様子を少し振り返ってみたいと思います。マリン薬局では第1回目から応援させていただいており、今回も前回同様スタート地点(二河公園多目的グラウンド)から声援をおくる事となりました。前日の天気予報では雨となっていました。当日は雨も止み、昼前には太陽が顔を出すまでになりました。参加者も1000人以上にのぼり、大変な盛り上がりとなったようです。出発前には、翌日まで疲れを残さないようにと、強力な助っ人「サトウ製薬」様と共に参加者の足にスプレー、筋肉をほぐしたり、ストレッチの仕方をお話させていただきました。ゴール地点の中央公園では「祐徳薬品」様より協賛していただいた入浴剤をお渡しし、また「大正製薬」様と共に話題の青汁を飲んでいただきました。多くの人に応援していただき、参加者の方々にも楽しく健康的な1日を過ごしていただけたのではないかと思います。早くも来年を楽しみにしているところです。

サトウ製薬様指導のもとスタート地点にて足マッサージ



ゴール地点、マリン薬局テントにて参加者と交流



大正製薬様による青汁の試飲会!



広中央店

こんにちは、中央店の平田です。11月3日は文化の日。その日は私の父の誕生日でもあります。

昔から父の誕生日だけ必ず休日なのでうらやましかったです(笑)。今年で還暦を迎える父のお祝いで姉と家族3人で福山に旅行に行くことになり、サプライズで父の兄弟から手紙をもらう計画を、姉とひそかに進めています。どんな反応をしてくれるのか、今から楽しみです★★★ 話は変わって…。中央店では今、女性限定の無料ハンドマッサージをしています。寒くなり、手や肌が乾燥し『しもやけ』や『あかぎれ』がひどくなるこの季節には、保湿がとても大切です。ハンドマッサージでは、保湿の意味もありますが、血行を促進し『しもやけ』や『あかぎれ』をできにくくすることや、毎日の家事で疲れた手をほぐしてあげる効果もあります。施術時間は15分～20分ほどですので買い物ついでにしてみてくださいいかがでしょうか?ご予約も受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。



阿賀店

阿賀店・店長の瀧口です。朝夕の冷え込みが徐々に厳しくなってきましたね。寒い日はこたつに入ってテレビを見ながらお餅を食べる!これに限ります。私は焼いたお餅を砂糖醤油に付けて食べるのが一番大好きです。この冬もたくさんお餅を食べて、お腹もお餅のように更に膨らんで…。考えないようにしますね。みなさんお餅を焼く時にトースターなどの網に膨らんだお餅がひっついて掃除がたいへんだった経験ってありますよね?そんな事にならないように裏技を伝授します。方法は実に簡単!焼く前に『醤油を指などでお餅の上の部分に円を描くように塗る』これだけです。この方法で焼いてみると、あら不思議!お餅が醤油を塗った上側から膨らんでいきます。これで網にひっつく事ありません。これは焼く時に醤油を塗った部分が蒸発しようとして他の部分より温度が高くなり膨らむからです。醤油を使うのは水よりも塩分・アミノ酸が含まれている為、膨らませるのに適しているからです。あまり全体に塗ると風船みたいになるのでご注意ください。

