

都ファミリー 通信



安心の人生をサポートさせていただきます。
あなたのお役に立ちたい都ファミリーです。

お届けしたのは・・・令和4年 10月
＜アフラックサービスショップ＞ 桂駅前店
都ファミリー有限会社
〒615-8074 京都市西京区桂南巽町 152-1
TEL: 0120-060-06



<https://miyako-f.com/>

隠れ鉄欠乏による不調を見逃さない！

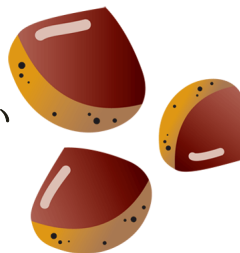
鉄欠乏が心身に及ぼす影響は、貧血に至る前に、全身の臓器に機能低下や、倦怠感、冷え、抑うつ、不安、精神症状、睡眠障害の原因になったりもします。

{鉄欠乏チェックリスト}

- ・硬いものをかみたくなる (氷・あめ・爪など)
 - ・爪が割れやすい、軟らかい、丸みが少ない
 - ・脚がむずむずする、落ち着きがない
 - ・疲れやすい、動悸、息切れなど。 ・冷え性
 - ・髪の毛が抜けやすい ・イライラしやすい
 - ・喉に不快感がある、飲み込みにくい
 - ・頭痛がする、頭が重い、めまい、立ちくらみ
 - ・あざができやすい ・歯ぐきから出血しやすい
 - ・生理前の不調、生理痛がひどい
 - ・出血が多い (生理、痔、胃潰瘍、鼻血)
 - ・肉や魚をあまり食べない ・出産経験がある
- 4 コ以上は黄色信号、6 コ以上は赤信号です。



- ポイント 1, 貧血のない鉄欠乏症が多い
2, ヘモグロビンだけではわからない
3, 鉄は赤身の肉や青魚に豊富



秋らしくなってきましたね。保険金課の遅延でご迷惑をおかけしております。コロナ禍では、ありますが、お出かけしやすい季節になりました。感染対策しながら、秋を楽しみたいと思います。がん保険の新商品も好評です。お気軽にお電話にてお問い合わせください

～お知らせ～

コロナウイルス防止対策として、当ショップでは、飛沫感染予防アクリル板の設置、
・マスクの着用、・アルコール消毒液等、感染拡大防止対策をして営業しております。
ご迷惑をおかけしますが、ご来店のお客様もご協力のほど、よろしくお願い致します。

☆予約制ですのご来店の際は、お電話もしくは、都ファミリーのHPのお問合せフォームよりご予約下さいね。 <https://miyako-f.com/contact/>

☆お車でお越しの方は、お店に駐車場の地図を用意しておりますので、わかりにくい場合はお尋ねください。

☆住所や受取人、口座などの変更をされたい方、ご結婚された方、等々、いつでもお気軽にご連絡ください。ご訪問もさせていただいております。ぜひお知り合いなど、お気軽に当ショップをご紹介いただければ幸いです。

