



## 事務所移転完了のお知らせ

先日ご案内をさせて頂きました、本社の事務所移転が完了いたしました。  
移転期間中は、皆様にご不便をおかけしましたこととお詫び申し上げます。  
新しい環境のもと、社員一同心機一転、皆様のご期待に添えるよう、さらなる努力をしていく所存でございます。  
今後とも一層のご愛顧の程、よろしくお願い申し上げます。

### <新事務所 ビル概観>



1Fは「やよい軒 池袋劇場通り店」です。

### <事務所内 風景>



森会長の席



### 大竹野部長の席



控え目な？女性4名は希望によりイラストで。

### 福田部長の席



残念ながら出張中のため別の写真で、、、

株式会社アイフローラ

〒171-0014 東京都豊島区池袋2丁目42-6 倉田ビル 3F

TEL:03-5396-3680 / FAX:03-5396-2220 (TEL・FAXは従来通り変更ありません。)



# 春不調 にご注意を

季節の移り変わりの時期、特に何をしたというわけではないけれど、なんとなく身体の調子が悪いことってありませんか？草木が芽生える明るいイメージの春ですが、不調になりがちな季節でもあります。変わりやすい天候に加え、今年は微粒子状物質(PM2.5)にも注意が必要です。この時期に崩しやすいといわれている“心のバランス”もケアしましょう。また、多くの女性が冬から春の季節の変わり目に身体や肌の不調を感じているといわれています。肌が敏感になって乾燥しやすくなったり、一時的にだるさを感じたり。具体的な症状としては、「乾燥」や「肩こり」、「冷え」等が挙げられるようです。

毎年春先になると花粉の飛散状況が注目されますが、今年は大気中の微粒子状物質(PM2.5)のニューースも増えています。

## 大気中の微粒子状物質(PM2.5)が警戒されている理由は？

「非常に小さいから」。環境省では粒径 10 $\mu$ m以下の浮遊粒子状物質(SPM)について以前から対策を進めてきましたが、微粒子状物質(PM2.5)はそれよりもさらに小さいため、肺の奥深くまで入りやすく、肺がんや循環器系への影響が懸念されているのです。



PM2.5の予測数値が高い日は、「PM2.5対応マスク」を着用するか、外出を控えるように心掛けましょう



禁煙に努めましょう

## 免疫力UPで”春不調”改善

「免疫力」とは、体に侵入したウイルスなどの異物を攻撃・撃退するチカラのこと。人間の身体にもともと備わっている防御システムですが、食生活の乱れや睡眠不足などが原因で低下すると、病気にかかりやすい状態になります。その免疫力に関わる免疫細胞の60~70%が存在しているのが、腸つまり、「腸内環境」をすこやかに整えて免疫細胞を活性化させることが、免疫力アップにつながるのです。

中国で流行しているインフルエンザ H7N9 など、致死率の高い病気がいつ大流行するかわかりません。もしもの時に生死を分けるのは免疫力の差です。

**崩れた腸内環境のままでは、**

**どんなに栄養のある食事もサプリメントも活かすことができません！**



だから

**腸内環境を改善して善玉菌を増やすことが健康維持への第一歩！**