



#### DRAFT BEER

ハートランド 麒麟麦酒 アロマホップ

¥ 880

銀河高原ビール 白ビール 無濾過 酵母入り

7990

<u>ジャズベケー</u> SPRING VALLEY BREWERY 代官山

¥990

ラズベリー果汁 ギャラクシーホップ

#### BOTTLE BEER

Corona Extra

コロナ ハイネケン

Heineken BLUE MOON

ブルームーン

BREWDOG PUNK IPA ブリュードッグ パンク IPA

GUINNESS

ギネス 黒ビール

冬午900

### COCKTAIL

### 一混酒一

ハイボール

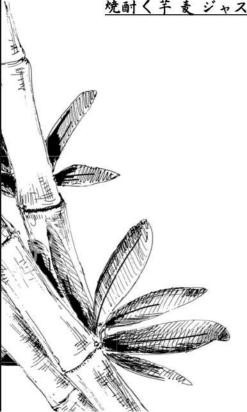
サワー

[ソーダ/ジンジャー/コーク/トニック..... ] [レモン/ライム/グレープフルーツ/パイン....]

焼酎く芋麦ジャスミン米> [ロック/ソーダ/水割/お湯割り

ウーロン / 緑茶 / ジャスミン茶 /.....







# SOFT DRINK

スパークリングウォーター コカコーラ トニックウォーター ジンジャーエール(甘口 / 辛口)

オレンジジュース グレープフルーツジュース アップルジュース グレープジュース パイナップルジュース クランベリージュース トマトジュース

烏龍茶 緑茶 ジャスミン茶

¥550



#### 解表類 四季を通じた邪気(風邪) 体表の熱を取り除く

[辛温解表類]

晩秋,冬,早春の寒い季節の体調不良に

風邪かなと思ったら

Keishi ケイシ



クスノキ科ケイの枝 (温/辛甘/肝心脾肺腎膀胱)

- ○頭痛 発熱 悪寒 関節痛 生理痛 胸痛 動悸
- ×陰虚陽盛
- 抗菌 花粉症 防腐

月桂樹の若枝。

中国の伝説では月に生えていると言われている。 体力がなかったり、胃腸が弱かったり、あるいは日頃 から疲れやすくかぜをひきやすいなど、病気を体の外 へ追い出す力が弱い虚証の人や高齢者に。

晩春,夏,秋の暖かい季節の体調不良に

パソコン作業などの疲れ目に

Chrysanthemum キッカ

菊花

キク科キク (寒/微苦甘/肺肝)



○頭痛 咳 喉痛 目の充血,かすみ 視力低下 吹出物 皮膚の赤み、腫れ

×下痢 冷え性

・リラックス 老化防止 血中脂質減 抗酸化作用 アンチエイジング 血圧降下 デトックス

日本を象徴する延命長寿の花。 肝をよく補うのであらゆる眼のトラブルにも。 気分スッキリ

Mint ハッカ

# 薄荷

シソ科ハッカ (涼/辛/肝肺)



○発熱 頭痛 目の充血,かすみ,目やに くしゃみ 鼻水 鼻詰まり 咳 喉痛 眠気 イライラ 歯痛 鬱 ため息 怒りっぽい 喉の異物感 生理不順 二日酔い

・リフレッシュ リラックス 血管拡張 解毒 解鬱 解毒 健胃 整腸 鎮痛 抗菌 覚醒 消臭 消炎 鎮痛 防腐

ハッカはミントの品種の1つで、日本で自生してい る和種の物を指す。虫除けにも使われる。

#### 清熱類 内部の熱を取り除く

[清執瀉火類]

体の内部にこもった熱を取り除く

胸のつかえに

Gardenia クチナシ

### 山梔子

アカネ科クチナシ (寒/微苦甘/肝心肺胃)



○発熱 出血 不安 不眠 汗 喉 渇咳 尿痛 黄疸 痰 高血圧 イライラ 胸のつかえ 黄疸 吹き出物 ニキビ 痙攣 不眠 消炎 肩こり 出血

×下痢

· 胆汁分泌促進

果実が秋になっても口を開けないことから口無し という名前がついた。

ジャスミンのような香りで染料、香水にも使用さ

[清熱涼血類]

出血が伴う症状に使用される

肌トラブルに

Lithospermum root シコン

### 紫根

ムラサキ科ムラサキ (寒/甘鹹/肝心)



○解熱 消炎 解毒 痔 火傷 凍傷 湿疹 痔 肌荒れ

・エイジングケア

絶滅危惧種に指定されている幻の薬草。 塗り薬はエイジングケアにも利用されている。 [清熱解毒類]

中毒・食中毒をはじめ、体表に停留した 毒素などを体外へ排出する作用を持つ

デトックスの定番

Chameleon plant ドクダミ

### 魚腥草

ドクダミ科ドクダミ (微寒/辛苦/肝肺胃大腸)



○咳 喀血 膿痰 排尿痛 血尿 下痢 解毒 排膿 利尿 ニキビ アレルギー 便秘 動脈硬化 胃酸過多 冷え性

×下痢 肝機能低下

・ダイエット 美肌 血行促進 抗菌

10を越える薬効があることから十薬と名付けられた。 お茶にしても風呂に入れても◎

腸を潤し消化促進

Figs イチジク

### 無花果

クワ科イチジク (平/甘/小腸 膀胱 大腸)



- ○下痢 便秘 喉の痛み,腫れ 声枯れ 痔 高血圧 消化不良
- ・消化促進 二日酔い防止 イライラ 貧血 美肌 アンチエイジング 更年期 生理痛 健胃 整腸

不老不死の果物と言われる。 花が外から見えないことから無花果と書く。 痔の特効薬としても。

■ 瀉下類 胃腸運動を活発に排便を促す 去湿類 体内の水の代謝を調節し 体内から余分な水分を排出させる

体の節々の痛みに

Silkworm サンシャ



カイコガ科カイコの糞 (温/甘辛/肝脾胃)



○関節痛 半身不随 湿疹 嘔吐 足の痙攣 リウマチ 結膜炎 神経痛

罰ゲームじゃないです。 生薬です。

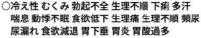
温裏類 臓腑を温め、冷えの症状を改善

万能のスパイス

Cinnamon シナモン



クスノキ科ケイの樹皮 (大熱/辛甘/肝心脾腎胃)



・抗酸化作用 抗炎症作用 抗菌作用 心機能アップ 高血圧 ダイエット 糖尿病 神経保護 がん予防

とりあえずのシナモン。 ミイラの防腐剤としても使用されていた。

### 飲み方

#### 理気類 臓腑の働きを調節し 気機の巡りをよくする

巡らせ美人

Japanese rose マイカイカ

玫瑰花

バラ科ハマナス (温/甘/肝脾)



- ○胃痛 ストレス げっぷ 食欲不振 ため息 胃もたれ 生理不順 生理痛 鬱 不眠
- ・美肌 血流改善 リラックス

ローズヒップの花蕾。 ストレスが胃にくる方におすすめ。

#### 胃腸を調整

Citrus unshiu peel チンピ

#### 陳皮

ミカン科ミカンの皮 (温/甘微苦/脾肺)



○胃.腹部の張り 叶き気 嘔叶 下痢 胸苦 痰 咳 喘息 冷え性 肩こり高血圧 声枯れ 便秘 ・リラックス 免疫力向上 アレルギー 血行促進

みかんの皮を干したもの。 古いものほど高価になる。

#### 消食類 消化を促す

食べ過ぎ飲み過ぎに

Hawthorn サンザシ

### 山楂子

バラ科サンザシ (温/酸甘/肝脾胃)



○食べ過ぎ 吐き気 下痢 消化不良 二日酔い 産後,腹痛,出血 生理痛 高血圧 高脂血症 心臓病 慢性肝炎 アトピー アルツハイマー X 胃酸過多 人参

・美肌 老化防止コレステロール 抗酸化作用 ダイエット 花粉状 健胃リラックス 疲労回復

天然の胃薬。 希望という花言葉を持つ聖なる植物。 ありがとう、いい生薬です。

#### 理血類 出血や瘀血に関する症状を改善する

#### 止血類

血液を補い浄化

Black ear

キクラゲ科ミミキノコ (平/甘/胃大腸)



- ○出血 便秘 高血圧 動脈硬化 心臓病 貧血 子宮ガン 空咳 喉の痛み 生活習慣病 骨粗相症 むくみ
- ・ダイエット 老化防止

クラゲじゃないよ!キノコだよ! 西洋ではユダの耳と呼ばれる。

#### 活血化瘀類

女性に優しい花

Safflower ベニバナ



キク科ベニバナ (温/甘辛/肝心)



- ○生理不順 生理痛 產後腹痛,出血 便秘 高血圧 狭心症 動脈硬化 脳梗塞 打撲 外傷 冷え性 ×妊婦 出血性疾患 消化性腫瘍
- ・血行促進 脳梗塞 コレステロール低下 ホルモンバランス アンチエイジング

サラダ油や化粧品、染料にも使用される。

#### 飲む輸血剤

Milettia reticulata ケイケットウ



マメ科ムラサキナツフジ (温/苦 微甘/肝 腎)



○生理不順 生理痛 麻痺 関節痛 打撲痛 冷え性 抗酸化作用

茎を切るとニワトリの血のような鮮紅色の 液汁が流れ出す。

#### 化淡止咳平喘類 咳や喘息、痰の症状を改善する

あなたの風邪は喉から?

Sterculia scaphigera ハンタイカイ

#### 胖大海

アオギリ科ハンタイカイの種 (甘/寒/肺胃大腸)

- ○嗄声 咳 喉の腫れ,痛み 頭痛 眼の充血 歯痛 血便 扁桃炎
- ・降圧 利尿 鎮痛

小さな果実が水を吸い、大きく膨張する。 喉にいいのでカラオケに行く前に。

#### 抗酸化作用 老化防止

Siratia grosvenorii ラカンカ

羅漢果

ウリ科ラカンカ (涼/甘/脾肺)



- ○咳 痰 気管支炎 喉痛 扁桃腺炎 便秘 疼痛 ×糖尿病
- ・抗酸化 抗ストレス 抗アレルギー 活性酸素消去 整腸作用 アンチエイジング

中国の国家保護植物に指定されている門外不出の 神様の食べ物。

ミネラルたっぷりで体にやさしく、健康にも美容 にもおいしい天然甘味料。

#### 安心平肝類 精神を安定させ、緊張や不安を沈める

イライラ・眼の健康維持に

Senna ケツメイシ

決明子

マメ科エビスグサの種 (微寒/苦甘/肝胆大腸)



- ○頭痛 めまい 眼の充血,かすみ,疲れ 便秘 不眠症 高血圧 更年期障害 口内炎
- ×下痢 低血圧
- ・整腸 ダイエット

目に活力を与えることからケツメイシと名付けられた。

### 飲み方

#### **補益類**気・血・陰・陽の不足を補って体質を増強し、病気への抵抗力を高めて虚証を改善する

抗がん

Ganoderma lucidum レイシ





サルノコシカケ科マンネンタケ (平/甘/肝心肺腎)

- ○不安 不眠 多夢 健忘 疲れやすい 痰 咳 喘 気管支炎 神経衰弱 生活習慣病 高血圧 低血圧 アレルギー ×低血圧 高血圧
- 免疫力アップ

病弱や虚弱な体質を徐々に改善して丈夫な体にする ための生薬。

生薬界のオールラウンドプレイヤー

Lcorice カンゾウ

### 甘草

(平/甘/心脾肺胃) マメ科カンゾウ



- ○疲れ 息切れ 食欲不振 下痢 咳 喘息止痛 咽喉痛 疼痛 胃痛 腹痛 動悸
- ×長期服用でむくみ
- ・消炎 解毒 健胃 鎮痛 抗アレルギー

砂糖の150倍以上の甘さ。 数多くの漢方処方に配合され、他の薬物の効能を高 めたり、毒性を緩和する効果がある。

楊貴妃が愛した栄養満点の果実

Jujube ナツメ

#### 大棗

(温/甘/脾胃) クロウメモドキ科ナツメ



- ○疲れ 息切れ めまい 食欲不振 動悸 鬱 不眠 多夢 イライラ 下痢 貧血 高血圧 冷え性 むくみ
- ・強壮作用 抗アレルギー アンチエイジング 健胃 美容 リラックス デトックス

漢方薬の重要な調整役。

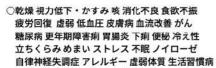
一生涯の女性のパートナー。

#### 不老長寿の薬

Ginseng コウライニンジン

### 高麗人参

(微温/微苦甘/脾肺) ウコギ科オタネニンジン



・美容 滋養強壮 中病後の体力回復 精力,記憶力,運動能力,筋力,免疫増強

希少価値が高く、時の皇帝たちは多くの人手を割い て山中を探させたといわれ、王侯貴族しか入手でき ない時代もあったほど。

アジアの極東地方にだけ自生する植物。

ヒマラヤのバイアグラ

Cordyceps トウチュウカソウ

## 冬虫夏草

(温/甘/肺 腎) フユムシナツクサタケ



○勃起不全 精力減退 遺精 食欲不振 咳 喘息 ほてり 微熱 盗汗 がん 糖尿病 耳鳴り 生活習慣病 腰痛 運動能力低下 アトピー 病後の衰弱 リウマチ

#### ×喀血

• 抗菌 気管支拡張 血糖降下 免疫力 抗潰瘍作用 アンチエイジング コレステロール低下 滋養強壮

始皇帝、楊貴妃も愛用した地中に眠る高価な宝物 虫から生えるキノコ。

気血心穏やかに、良質の眠りをサポート

Longan

#### リュウガンニク **番眼肉**

(温/甘/肝心脾腎) ムクロジ科リュウガン



○出血 貧血 下痢 倦怠感 神経衰弱 不眠 健忘 動悸 めまい 記憶力減退 不眠 盗汗 更年期障害 精神安定 腎炎 肝炎

・ リラックス 滋養

中国のトロピカルフルーツ。 神経の興奮を鎮めリラックスし、物忘れや不眠症 状、病中病後の体力回復に。

#### 美容 健康のスーパーフード

Desert thorn クコシ

#### 枸杞子 (平/甘/肝腎肺) ナス科クコ



○足腰疼痛無力 遺精 めまい 白髪 視力減退 眼精疲労 咳 喘息 肝硬変 高血圧 生活習慣病

・滋養強壮 血圧降下 コレステロール低下 抗酸化作用 免疫力増強 滋養強壮 血圧,血脂,血糖の抑制 美肌 アンチエイジング

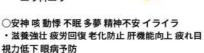
世界三大美女のひとり、楊貴妃が毎日食べていた という美容フード。

肺を潤し咳を鎮め 精神を安定させる

Tiger lily ユリネ

### 百合根

(微寒/微苦甘/心肺) ユリ科ユリ



ユリネはオニユリ、コオニユリなどの隣茎(球根) たくさんの燐片が重なっているこの隣茎の形から 「百合」の字が当てられた。

古くから食用や薬用として利用されてきた。

内臓脂肪を減少、小型化

Eucommia ulmoides トチュウ

### 杜仲

(温/甘/肝腎) トチュウ科トチュウの葉



○冷え性 無力 勃起不全 遺精 頻尿 遺尿 めまい 難聴 疼痛 腰,膝のだるい痛み 歩行困難 不正性器出血

・ 抗ストレス 更年期障害 血圧降下 滋養強壮 抗酸化作用 ダイエット

太古の昔から地球上に存在し、氷河期を生き延びた といわれる中国原産の現代の生きた化石植物。 カフェインレス。

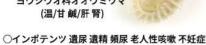
### 飲み方

ホルモン受信中

Seahorse カイバ

海馬

ヨウジウオ科オオウミウマ



- 強壮 強精 精欲促進 血流增量 鎮痛 疲労回復 老化予防

タツノオトシゴの仲間は雄が子を産む魚として知ら れ、雄の腹には育児嚢があり、雌が産み付けた多数 の卵を孵化するまでそこで保護する。 日本各地では『安産のお守り』として干物を妊婦に 持ち歩かせる風習があります。

### 飲み方