

# 得っちゃ!

あなたの健康と暮らしに新しい発見を!

保存版

サンキューマンスリー

# 10月号

2024年



毎月**15日**～月末まで

マリカにチャージ+支払いが、**得っちゃ!**

最大 **3%** 還元!!

マリカチャージをご利用で!

※予告なく企画変更する可能性があります

チャージキャンペーン

2,000円以上で

**2%** 還元

店頭現金チャージ/オンラインクレジットチャージ

通常 **0.5%** 還元

さらに! キャンペーン時 **+1.5%**

お支払い時に

最大 **1%** 還元

お買い上げポイントとして さらに! プラチナ会員様は  
通常 **0.5%** 還元 **+0.5%**

情報チェックで**得っちゃ!**

こちらは応募で、**得っちゃ!**

10/23(水)～10/28(月)

10/1(火)～11/30(土)

# 得っちゃ! 売日

お得な **6日間**

お得な商品は  
中面に掲載中!

マリカカード会員特典!!

対象商品購入で  
**ボーナス  
ポイント**進呈

月末は、サンキュードラッグへ!

ポイント

# 20% OFF

クーポン

対象期間中  
お好きな商品  
1回1品  
※一部対象外  
商品もございます

毎月5日～11日

※実施期間は  
変更する場合がございます

1回のお会計で対象商品を  
税込1,000円以上購入してLINEで応募すると!

最大 **30%** ※1  
その場で! 必ず! 戻ってくる! ※2 ※3

好きなデジタルポイント  
PayPayポイント POINT dPOINT  
上限 最大2,000ポイントまで

詳しくはこちら

今日と受取る。 LION

合算不可

1会計につき、1回応募! 応募時に以下2コースから選択!

税込1,000円以上購入  
**100**ポイント

税込2,000円以上購入  
**600**ポイント

対象商品 LION お洗たく・おそうじ用品



\*ポイント付与には条件・上限あり、付与されるPayPayポイントはPayPayギフトカードでのお渡しとなります。PayPayポイント(出金・譲渡不可)に交換することで利用可能です。PayPayポイントはPayPay/PayPayカード公式ストアでも利用可能です。

## LIONお洗たく・おそうじ用品

まとめ買いでおトクに!

キャッシュレス決済に対応



※バーコード決済、電子マネー、交通系電子マネーは、お客様の都合による返品は、お受け致しかねます。



広告の有効期間

10/23(水) 10/28(月)

# 得っちゃ! 売日

王子ネピア  
ネピネピティッシュ  
150組×5箱



**259円**

お一人様 2点限り

税込 284円

王子ネピア  
ネピネピ2倍巻き  
シングル・ダブル  
各12ロール



**689円**

お一人様よりどり 2点限り

税込 757円

王子ネピア  
激吸収  
キッチンタオル  
100カット×4ロール



**299円**

お一人様 2点限り

税込 328円

P&G  
アリエールジェル  
ボールドジェル  
超特大  
詰替用



**299円**

お一人様よりどり 3点限り

税込 328円

花王  
ワイドハイター  
EXパワー  
詰替用  
820ml



**299円**

お一人様 3点限り

税込 328円

ライオン  
ソフラン  
水プレミアム消臭  
特大  
詰替用



**399円**

お一人様 1点限り

税込 438円

ライオン  
アクロン 詰替用  
800ルックプラス  
バスタブクレンジング  
銀イオン  
詰替用



**299円**

お一人様それぞれ 2点限り

税込 328円

NEW NANOX one  
PRO  
詰替用  
超特大  
1070g



**949円**

税込 1,043円

NEW NANOX one  
ニオイ専用  
詰替用  
超特大  
1160g



**849円**

税込 933円

白元アース  
ドライ&ドライUP  
コンパクト  
450ml×3個入



**159円**

お一人様 2点限り

税込 174円

ベビー  
P&G  
パンパース  
各種  
さらケア  
肌いち  
・通気性プラス



**1,529円**

お一人様 1点限り

税込 1,681円

P&G  
パンテーン  
詰替用  
特大サイズ  
各種  
600ml



**459円**

税込 504円

花王  
ビオレ  
泡ハンドソープ  
詰替用  
各種  
770ml



**359円**

税込 394円

サララップ  
徳用ミニ  
22cm×50m



**269円**

お一人様 2点限り

税込 295円

P&G  
除菌ジョイ  
コンパクト  
詰替用特大  
各種  
670ml



**279円**

お一人様よりどり 2点限り

税込 306円

ジョンソン  
カビキラー  
付替用  
650g



**249円**

お一人様それぞれ 2点限り

税込 273円

生理用品  
大王製紙  
エリス  
新・素肌感  
昼用・夜用  
2個パック



**239円**

税込 262円

クラシエホームプロダクツ  
いち髪 詰替用  
各種  
330ml



**279円**

税込 306円

花王  
ビオレ  
ボディソープ  
詰替用  
各種  
340ml



**199円**

税込 218円

ペット  
ライオン  
ペットキレイ  
ニオイをとる砂  
各種



**599円**

お一人様よりどり 2点限り

税込 658円

ペットライン  
キャラットミックス  
各種



**899円**

お一人様よりどり 2点限り

税込 988円

ライオン  
NONIO  
クリニカ  
アドバンテージ  
ハミガキ  
各種



**229円**

お一人様よりどり 3点限り

税込 251円

サンスター  
ガムハブラシ  
各種



**159円**

お一人様よりどり 2点限り

税込 174円

吸水用品  
クレシア  
ポイズパッド  
レギュラーパック  
各種



**599円**

税込 658円

介護用品  
ユニチャーム  
ライフリーパンツ  
大容量  
各種



**2,299円**

税込 2,528円



マリカカード会員特典

ボーナスポイント商品を購入してよりお得に♪



ポイントが貯まる! お買い物に使える!

1ポイント  
1円として  
使える!

広告の有効期間

10/23水 ▶ 10/28月

※商品は豊富にご用意しておりますが、万一品切れの際はご容赦ください  
※実際の商品は、掲載の写真と異なる場合がございます  
※食品及び雑貨の一部商品、お酒は取り扱いのない店舗もございます。またお酒の販売は20歳以上の方にのみです

ヤマザキ  
ミニスナックゴールド  
まるごとソーセージ  
カレーパン  
ナイススティック

各 **99円**  
税込 106円

お一人様それぞれ 2点限り

日清食品  
カップヌードル 各種  
日清焼そばU.F.O 各種

各 **139円**  
税込 150円

お一人様よりどり 8点限り

笹尾エッグ  
ミックスたまご  
10個入

各 **179円**  
税込 193円

お一人様 1点限り

ヤマザキ  
超芳醇 各種  
ルヴァン 各種

各 **129円**  
税込 139円

お一人様それぞれ 2点限り

ニッポン  
オーマイプレミアム  
各種

各 **189円**  
税込 204円

お一人様よりどり 3点限り

ハーゲンダッツ  
ハーゲンダッツ  
各種

各 **219円**  
税込 236円

お一人様よりどり 6点限り

イトアンド  
大阪王将  
各種

餃子

各 **169円**  
税込 182円

お一人様よりどり 2点限り

AJINOMOTO  
さらさら  
キャノーラ油  
軽やか仕立て  
900g

各 **239円**  
税込 258円

お一人様 2点限り

日清食品  
日清チキンラーメン  
出前一丁  
日清焼そば  
各5食入

各 **359円**  
税込 387円

お一人様それぞれ 3点限り

カゴメ  
野菜生活  
100  
各種

各 **89円**  
税込 96円

お一人様よりどり 12点限り

雪印メグミルク  
おいしい雪印  
メグミルク牛乳  
1000ml

各 **219円**  
税込 236円

お一人様それぞれ 2点限り

マルサンアイ  
調製豆乳  
毎日おいしい無調整豆乳  
調製豆乳  
各種

各 **159円**  
税込 171円

お一人様よりどり 6点限り

カルビー  
堅あげポテト  
ロッテ  
ガーナ  
チョコレート  
各種

各 **99円**  
税込 106円

お一人様それぞれ 4点限り

グリコ  
プリッツ 各種  
ビスコ 各種  
おにぎりせんべい  
65g

各 **89円**  
税込 96円

お一人様それぞれ 4点限り

大塚製薬  
オロナミンC  
120ml×10本

各 **599円**  
税込 646円

ご家族様 1点限り

伊藤園  
おーいお茶  
緑茶・濃い茶  
2L

各 **129円**  
税込 139円

お一人様それぞれ 6点限り

ニクニコのり  
国産味のり卓上  
12切30枚

各 **279円**  
税込 301円

お一人様 2点限り

エスピー食品  
あじわいカレー  
各種

各 **79円**  
税込 85円

お一人様よりどり 4点限り

大鵬薬品工業  
チオピタドリンク  
100ml×20本  
指定医薬部外品

各 **1,300円**  
税込 1,430円

オリヒロ  
ふるんと蒟蒻ゼリー  
各種

各 **99円**  
税込 106円

ネスレ日本  
ネスカフェ  
ふわラテ  
各種  
各26本入

各 **299円**  
税込 322円

お一人様よりどり 3点限り

Asahi  
Asahi  
Asahi  
Asahi

各 **989円**  
税込 1,087円

お一人様 4点限り

霧島酒造  
25°黒霧島  
パック  
1800ml

各 **1,379円**  
税込 1,516円

お一人様 2点限り

Asahiビール  
25°かのか  
麦  
パック  
1800ml

各 **979円**  
税込 1,076円

お一人様 2点限り

※お酒は一部の店舗では取り扱っておりません。※店舗によって一部取り扱いのない品がございます。ご了承ください。  
※酒類は20歳未満の方には販売いたしません。



# 1ヶ月間の超お徳っちゃ!

サンキュードラッグ Special Price

広告の有効期間  
10/1(火) - 10/31(木)

## 生活用品

ライオン  
ツフランアロマリッチ  
本体各種  
480ml

**199円**  
税込 218円

ライオン  
NANOXone  
PRO  
本体  
640g

**399円**  
税込 438円

ライオン  
アクロン  
本体各種  
450ml

**199円**  
税込 218円

大王製紙  
エリエール超吸収  
キッチンタオル  
50カット×4ロール

**199円**  
税込 218円

コトブキ製紙  
NEW生活応援  
12ロール白  
・シングル  
・ダブル

**269円**  
税込 295円

ライオン  
ルックプラス  
バスタブクレンジング  
銀イオン本体  
500ml

**399円**  
税込 438円

ライオン  
Magica酵素+  
本体  
各種  
220ml

**99円**  
税込 108円

ライオン  
Magica一発洗浄  
スプレー  
本体  
300ml

**299円**  
税込 328円

## オーラル

ライオン  
クリニケア  
歯ブラシ  
各種

**159円**  
税込 174円

サンスター  
オーラ2ME  
ハミガキ  
各種

**249円**  
税込 273円

ジョンソン  
スクラビングバブル  
流せるトイレブラシ  
付替用 各種  
12個入

**389円**  
税込 427円

P&G  
ファブリーズ  
イージークリップ  
防カビ  
各種  
2.5mL

**399円**  
税込 438円

クレハ  
NEWクレラップレギュラー  
30cm×20m

**169円**  
税込 185円

## ペット

ペットライフブラリー  
inuneru薄型  
・レギュラー160枚  
・ワイド80枚

**819円**  
税込 900円

アイシア  
・おさかな生活  
・おにく生活  
各種

**219円**  
税込 240円

## ヘルスケア

ライオン  
スマイル40  
EXゴールド  
各種

**549円**  
税込 603円

太田胃散  
140g

**729円**  
税込 801円

## コスメ

ユニリーバ  
ラックス  
スーパーリッチ  
詰替用各種  
290ml

**299円**  
税込 328円

サンスター  
VO5  
スーパーキープスプレー  
エクストラハード

**599円**  
税込 658円

## 生理用品

大王製紙  
エリス  
朝まで超安心  
各種

**379円**  
税込 416円

大正製薬  
ナロンエースT  
48錠

**799円**  
税込 878円

ビーエスパンEa  
140枚

**599円**  
税込 658円

マー&ミー 詰替各種  
シャンプー  
・コンディショナー  
・リンスインシャンプー  
各360ml

**399円**  
税込 438円

牛乳石鹸  
ミルクィボディソープ  
詰替用  
各種  
360ml

**169円**  
税込 185円

## ベビー用品

ピジョン  
全身泡ソープ  
各種  
500ml

**799円**  
税込 878円

アサヒグループ食品  
スリムアップスリム  
各種

**1,799円**  
税込 1,942円

大塚製薬  
ボディメンテ  
ドリンク  
500ml

**99円**  
税込 106円

ダリヤ  
サロンドプロ  
泡のヘアカラー  
各種

**799円**  
税込 878円

花王  
ビオレ  
スキンケア洗顔料  
各種

**319円**  
税込 350円

アサヒグループ食品  
赤ちゃんのおやつ+Ca  
カルシウム  
1歳からのおやつ+DHA  
各種

**159円**  
税込 171円



10月

# 激得!!!

広告の有効期間

10/1(火) ▶ 10/31(木)

※商品は豊富にご用意しておりますが、万一品切れの際はご容赦ください  
※実際の商品は、掲載の写真と異なる場合がございます  
※食品及び雑貨の一部商品、お酒は取り扱いのない店舗もございます。またお酒の販売は20歳以上の方にのみです

**一般食品**

東洋水産  
赤いきつねうどん  
緑のためき天そば

各 **139円**  
税込 150円

日清食品  
日清カレーメシ  
各種

各 **179円**  
税込 193円

**菓子**

カルビー  
ポテトチップス  
各種

各 **99円**  
税込 106円

東ハト  
キャラメルコーン  
各種

各 **79円**  
税込 85円

フジシン  
うまかつ醤油  
1L

各 **269円**  
税込 290円

マルタイ  
マルタイラーメン  
各種

各 **129円**  
税込 139円

エースコック  
スープはるさめ  
各種

各 **119円**  
税込 128円

東ハト  
ソルティ  
各種

各 **129円**  
税込 139円

不二家  
ピーナッツチョコレート  
150g  
アーモンドチョコレート  
18粒

各 **239円**  
税込 258円

いなば  
ライトフレーク3缶  
70g×3缶  
とれたてコーン  
食塩無添加  
180g×3

各 **369円**  
税込 398円

ネスカフェ各種  
・ゴールドブレンド  
・ゴールドブレンド  
ココ深め  
各120g

各 **699円**  
税込 754円

ドールコーヒー  
ドール  
直火焙煎ドリップ  
18袋

各 **359円**  
税込 387円

**飲料**

アサヒ飲料  
ワンダコーヒー  
各種  
185ml×6缶

各 **369円**  
税込 398円

コカ・コーラ  
スプライト  
1.5L

各 **139円**  
税込 150円

**日配・冷凍食品**

九州乳業  
みどり  
贅沢しぼり  
1000ml

各 **209円**  
税込 225円

ニッポン  
Big ナポリタン  
380g

各 **199円**  
税込 214円

**お酒**

アサヒビール  
スーパードライ  
ジョッキ缶  
340ml×6缶

各 **1,079円**  
税込 1,186円

※お酒は一部の店舗では取り扱っておりません。※店舗によって一部取り扱いのない品がございます。ご了承ください。※酒類は20歳未満の方には販売いたしません。

Dole  
Doleジュース  
各種  
200ml

各 **89円**  
税込 96円

マルキン食品  
元気とうふ 有機栽培  
小分け絹ごし  
80g×4個

各 **99円**  
税込 106円

ニチレイフーズ  
特から  
380g

各 **379円**  
税込 409円

クリンビール  
淡麗グリーンシラベル  
350ml×6缶

各 **799円**  
税込 878円

雲海酒造  
25°木挽BLUE  
パック  
1800ml

各 **1,349円**  
税込 1,483円

丸大  
いつも新鮮  
ハーフベーコン  
4枚入×3個  
ロースハム  
4枚入×3個

各 **189円**  
税込 204円

森永製菓  
アイス板チョコアイス

各 **119円**  
税込 128円

ニッスイ  
ちゃんぽん  
402g

各 **339円**  
税込 366円

サントリー  
金麦  
350ml×6缶

各 **759円**  
税込 834円

白鶴酒造  
白鶴まる  
パック  
2000ml

各 **879円**  
税込 966円



# うるおい向上。

肌の保湿構造から **低刺激処方**  
ととのえて、水分キープ

高保湿

保水有効成分  
へパリン  
類似物質  
HD<sup>SM</sup>  
※へパリン類似物質のこと。

保水  
&  
バリア

ベタつかないから  
使いやすい！

滑らないから  
書き物も◎

おトクな  
2倍サイズも



水仕事にも◎



スマホやパソコンも  
すぐ触れる



コーセー  
カルテHD  
ハンドクリーム

50g

税抜**900円**  
税込990円

100g

税抜**1,500円**  
税込1,650円

長時間うるおい続く

寝る前には  
多めのマッサージで  
翌朝ツルツル

お手入れ効果を高める  
**ハンドマッサージ**

癒やしの  
ひととき



① 手のひらに使用量(パール粒2個分)をとり、両手のひら全体に広げます。



② 手の甲に円を描くようにして、やさしくなじませます。



③ 指先を取り、爪の周りに沿うように一本一本丁寧になじませます。



④ 手のひらを上にして、親指の付け根の少しくぼんでいる部分をやさしくマッサージします。



⑤ 手のひらの中央も、同じようにやさしくマッサージします。



⑥ 指を組んで、指の付け根にもやさしくなじませれば終了です。

保湿に悩む。そんなあなたに  
**乾燥肌・敏感肌を**

潤す。

粉ふき...  
カサカサ...

敏感肌の方も塗りやすい!  
毎日のスキンケアにおすすめです。



ポンプ  
タイプも

8種類の  
天然型セラミドを配合

顔も! 体も!



ロート製薬  
ケアセラAPフェイス&ボディ乳液

200ml

税抜**1,200円**  
税込1,320円

400ml

税抜**2,200円**  
税込2,420円

SNSで話題の!

これ、やばい  
"ツルツル肌"にしたい人に!

まるで  
生クリーム

ふわふわ

スクラブ成分と  
高保湿ミルク配合!

古い角質をオフ!

肌に  
とろろ-わ



ユニリーバ・ジャパン  
ダヴクリーミースクラブ 各種  
298g

税抜**1,580円** 税込1,738円

潤いとつやのある肌に  
高保湿&美白ケア



花王  
ニベアプレミアム  
ボディミルクホワイトニング  
190g

税抜**980円**  
税込1,078円

馬油と言えばソンバーユ!  
ロングセラーの安心感



ソンバーユ  
無香料 70ml

税抜**1,329円**  
税込1,461円

秋のリップケア

10月の唇しっとりを守る!

シュガースクラブ配合の  
とろけるバーム

美容成分たっぷりの  
濃密パック



税抜**980円** 税込1,078円



税抜**1,180円** 税込1,298円

紫外線と乾燥から守る  
美容液リップクリーム



アンレーベルラボ  
リップクリーム

税抜**900円** 税込990円

色々買ったけどやっぱりコレ!  
王道ノーカラーリップ



DHC  
DHC薬用リップクリーム  
1.5g

税抜**579円** 税込636円

※食品・コスメ・雑貨の一部商品は、取り扱いのない店舗もございます。



# 防虫剤+防カビ剤、必要数があることをご存知ですか？

防虫と除湿が  
大事なのね！

防虫



# 防虫&防カビ対策 除湿



これが理想の衣替え!



## 防虫剤で「虫食い対策」

収納してある衣服に害を与える幼虫を忌避する薬剤です。防虫効果はありますが、湿気によるカビには除湿剤を併用して下さい。



## 除湿剤で「カビ対策」

収納してある衣類が痛む原因は虫食いだけではなく、湿気によりカビが発生し、色あせ等に繋がります。衣替えの際は除湿剤も一緒に使しましょう！



防虫

## 防虫剤の適正使用数量はスペースに合わせて！

防虫剤を使っても、数量や使い方が間違っていると、本来の防虫効果が発揮されず、虫食いのリスクが高まってしまいます。大切な衣類を虫食いから守るためには、必要な数量を確認し正しく防虫剤を入れましょう。

クローゼット用



白元アース  
ミセスロイド 1年防虫  
・クローゼット用 3個入  
・引き出し用 24個入

引き出し・衣装ケース用



ウォークインクローゼット用



・ウォークインクローゼット用 3個入  
税抜899円 税込988円

税抜599円 税込658円

除湿

## 除湿も忘れずに！

防虫剤を適切に使用することに加えて、除湿剤を必要な個数を配置し、湿気対策も行いましょう。

クローゼット用



白元アース  
ドライ&ドライUP  
クローゼット用 2個入  
引き出し・衣装ケース用 12個入

引き出し・衣装ケース用



税抜499円 税込548円

# 頑張らない! お風呂掃除

NEW! 10/8 店頭入荷  
カビ取りも、  
防カビも頑張らない!



回数・時間が約半分!  
お掃除後は...  
カビキラー  
お風呂に置くだけ  
防カビジェル 本体  
24個 6週  
カビキラー  
お風呂に置くだけ  
防カビジェル 本体  
24個 6週

ジョンソン  
カビキラー  
ラクラク連射ジェット  
税抜599円 税込658円  
カビキラー  
お風呂に置くだけ  
防カビジェル 本体  
税抜649円 税込713円

こすらず  
爆速30秒  
風呂そうじ



エアジェット  
バスマジックリン  
除菌EX本体 400ml  
エアジェット本体 430ml

花王  
バスマジックリン  
除菌EX本体 400ml  
税抜449円 税込493円  
バスマジックリン  
エアジェット本体 430ml  
税抜399円 税込438円

見たくない! 触りたくない!  
排水口掃除に!



強力カビハイター  
排水口そうじこれだけ  
3袋入  
トイレハイター  
トイレそうじこれだけ  
3袋入

花王  
強力カビハイター  
排水口そうじこれだけ  
3袋入  
税抜399円 税込438円  
トイレハイター  
トイレそうじこれだけ  
3袋入  
税抜399円 税込438円

※食品・コスメ・雑貨の一部商品は、取り扱いのない店舗もございます。



あなたの髪を、もっと好きになるヘアケア

傷んだ髪を **濃密補修!** 柔らかくしなやかに

保湿力&補修力がアップした

ダメージリペアシリーズ

**新登場**

New

あなたは何のタイプ?  
選べる3シリーズ/  
使用感や香りでご用意!



NEW!  
10/4  
店頭入荷

ハグクミプラス  
cocone  
クレイシャンプーリペア 税抜**3,300円** 税込3,630円

紫外線・熱ダメージ  
蓄積ダメージから守る!

約 **5** 日間しのげマスカラ

染めないのに定着して色持ち  
リタッチマジック

NEW!  
10/11  
店頭入荷

洗っても落ちにくい!

自然な仕上がり

まろやかマジック!

使用前 使用直後 5日後

花王  
ブローネ リタッチマジック 各種

税抜**2,000円** 税込2,200円

白髪用着色料 全6色

白髪をもっと自由に! \ SALON de PROの/  
**髪色シミュレーション**で  
自分に似合う髪色がわかる!?

NEW!  
10/11  
店頭入荷

アプリダウンロード不要

あっ! この色好き!

色合わせはこちらから

ダリヤ サロンドプロ  
オイルリッチクリームヘアカラー各種

税抜**1,100円** 税込1,210円

世代を超えて守る笑顔と健康! **オーラルケア**

なにこの味!?

**実感。**

1本で10のお口の悩みを対処!

- 歯槽膿漏予防
  - 歯肉炎予防
  - 知覚過敏症状予防
  - 歯石沈着防止
  - 口臭予防
  - むし歯予防
  - ヤニ除去
  - 口内浄化
  - 口内爽快
  - 美白\*
- \*ブラッシングによる



第一三共ヘルスケア  
クリンデンタル  
プレミアム各種 100g

税抜**1,589円** 税込1,747円



第一三共ヘルスケア  
はみがき先生  
リング歯ブラシ  
ふつう・やわらかめ各種

税抜**279円** 税込306円

正しいハミガキの仕方が  
学べる歯ブラシ  
**はみがき先生**

スマホで楽しく仕上げ



オカムラ  
はみがき先生  
リング歯ブラシ

税抜**359円** 税込394円

30

はみがき先生  
仕上げ歯ブラシ

税抜**359円** 税込394円

30

はみがきARは、BABY~18ヶ月用の指サック / KIDS 12~18ヶ月用の歯ブラシには対応していません。サイト内の使い方動画をご覧ください。

朝の口臭予防!

寝起きの口内は雑菌だらけ!

朝寝起きなど  
**殺菌!**



小林製薬  
ゼーラ  
モーニングウォッシュ 450ml

税抜**699円** 税込768円

ハミガキ後のご褒美に!  
口の中で働く乳酸菌



チュチュベビー  
チュチュ  
L8020乳酸菌  
タブレット各種  
60粒

税抜**479円** 税込526円

みがき残しを色でお知らせ!  
赤く染まるハミガキ



ピジョン  
ジェル状歯みがき  
ぶちキッズみがき残し  
チェックPLUS

税抜**749円** 税込823円


\*食品・コスメ・雑貨の一部商品は、取り扱いのない店舗もございます。



ブタクサ・ヨモギ・カナムグラ... ブタクサ

# 秋の花粉症

ヨモギ ハルガヤ



秋の風が心地よい季節になりましたが、実はこの時期も花粉症に注意が必要です。夏の終わりから秋にかけて、ブタクサやヨモギなどの植物が花粉を飛ばし、くしゃみや目のかゆみを引き起こします。早めの対策で、秋の快適な時間を守りましょう。

**子ども用**

お子さまの目のかゆみ  
結膜充血に効く  
**しみにくい目薬**

ロート製薬  
**アルガード  
こどもクリア** 10ml  
税抜**599円** 税込658円

花粉症は、子どもの学習にも影響!?

**眠くなりにくい**  
※フェキソフェナジン塩酸塩1錠あたり30mg配合

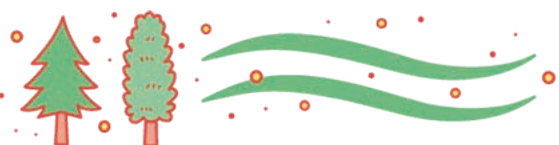
久光製薬  
**アレグラFX  
ジュニア** 16錠  
税抜**1,179円** 税込1,296円 [第2類医薬品]

**春**

**くらべてみよう! 春花粉と秋花粉**


**樹木の花粉**

数百 km 遠くから飛んでくる




**みんなつらい**

範囲が広いので一斉に症状が出る



**大きく長い波**

数ヶ月続く症状に苦しむ




1月 2月 3月 4月 5月 6月

**秋**


**雑草の花粉**

身近な生息地から数 km~数十 km の範囲で飛ぶ  
(風が強いほど遠くまで飛ぶ)




**環境による**

同じ市内でも生活圏により飛散状況が異なる



**短い波が何度も**


症状がでる期間が短いので見逃しがち  
環境によってもタイミングが異なり不規則



7月 8月 9月 10月 11月 12月

**アレルゲンは似ている**

ほとんどの人が  
両方の花粉に反応



※エスター「ニューノーマル」秋花粉「対策ガイド」より

ガマンの限界を超えた  
目の痒みを感じる人に  
**目のかゆみ・充血に効く**

ロート製薬  
**アルガード  
クリアブロックZ** 13ml  
税抜**1,799円** 税込1,978円 [第2類医薬品]

医療用と  
同成分・同量で  
**しっかり効いて  
眠くなりにくい**

久光製薬 **アレグラFX** 14錠  
税抜**1,279円** 税込1,406円 [第2類医薬品]

急性鼻炎や  
副鼻腔炎による鼻づまりに  
**素早く長く効く  
持続性点鼻薬**

佐藤製薬  
**ナシビンMスプレー** 8ml  
税抜**1,379円** 税込1,516円 [第2類医薬品]

## 疲れた時のほっと一息タイム

眠りの深さ、すっきりとした目覚め  
**睡眠の質を高める**

機能性表示食品 **GABA for Sleep**

夕食後などの  
おやすみ前に

グリコ  
メンタルバランス  
チョコレートGABA 50g 税抜**249円** 税込268円



**血糖値の上昇が  
おだやか!** 糖質ゼロ・糖類ゼロ

**甘く  
コク深い**

砂糖ゼロ、糖類ゼロなのに、  
まろやかにくちどけと、甘く  
コク深い味わい。

ロッテ  
**ゼロ** 50g  
税抜**229円** 税込247円



クセになる!  
**モチモチしっとり食感**

オーブンでじっくり  
焼き上げました!

濃厚な味わいの  
焼きドーナツ!

メイホウ  
**クリームinドーナツ チョコ**  
税抜**129円** 税込139円



**最強天然スイーツ**

北海道産の  
新鮮な生クリーム、  
バターを使用!

お百姓さんが作った  
**スイートポテト**

しっとり食感

丁井  
**お百姓さんが作ったスイートポテト**  
税抜**139円** 税込150円



**昔ながらの芋けんぴ**

沖縄のサトウキビから  
つくられた国産の  
含蜜糖・本和香糖を使用!

渋谷食品  
**本和香糖芋けんぴ**  
110g  
税抜**249円** 税込268円



※食品・コスメ・雑貨の一部商品は、取り扱いのない店舗もございます。





# 長引く“腰の痛み”に悩んでいませんか？ その腰痛、椎間板ヘルニアや 腰部脊柱管狭窄症かも？

腰痛の原因として広く知られている「腰部脊柱管狭窄症」と「椎間板ヘルニア」。これらの疾患は、日常生活に大きな支障をきたすことがあります。今回は、「しゅくり整形外科クリニック」の院長、宿利知之（しゅくりともゆき）先生がわかりやすくお話ししてくださいました。

## Q 腰部脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニアとはどんな病気ですか？

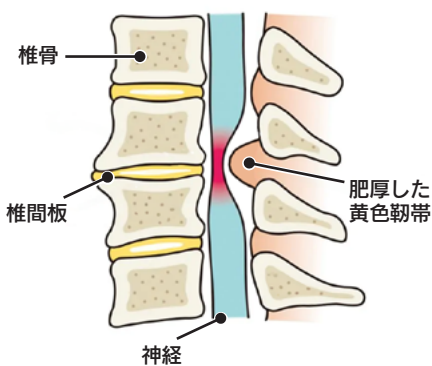
**A** 腰部脊柱管狭窄症の「脊柱管」は、背骨の後ろに位置し、脳から続く神経が通る道です。背骨には常に大きな負担がかかっており、加齢などにより骨や靭帯、椎間板が厚くなる場合があります。これが原因で脊柱管が狭くなり、神経を圧迫することで腰痛や足の痛み、しびれを引き起こします。

一方、「椎間板ヘルニア」の「椎間板」は、背骨同士の間にあるクッションの役割を果たす部分です。内部のゼリー状の髄核が、外側の繊維輪が損傷することで飛び出し、神経を圧迫して痛みやしびれを引き起こす状態を指します。<図1.2を参照>

## Q どんな症状が出るか教えてください

**A** どちらも、腰痛とともにお尻から下肢まで痛みや痺れが出ます。痛みの部位は、どの位置で神経が圧迫されているか、圧迫が脊柱管全体か部分的なかで変わります

【図1】腰部脊柱管狭窄症



が、両者を比較すると、一般的に椎間板ヘルニアは片方の足に症状が出る事が多く、腰部脊柱管狭窄症は両足に症状が出る事が多いです。

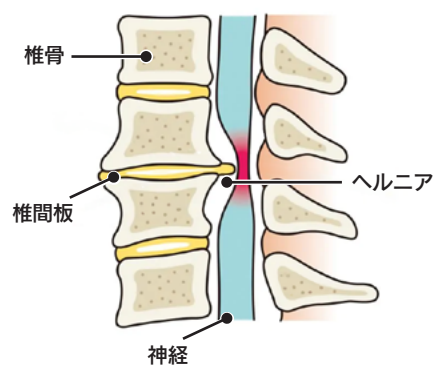
代表的な症状としては、腰部脊柱管狭窄症では、長時間歩くと下肢痛、しびれが増強し、前屈みになって休憩するとまた歩けるようになる間欠性跛行があります。「長くは歩けないけれど、自転車だったら大丈夫」といった表現をされる方も多です。一方、椎間板ヘルニアは急に痛みを発症することが特徴で、20代~40代の男性に多いと言われています。<表1参照>

## Q どんな人が発症しやすいですか？

**A** いずれの疾患も、長時間の運転や中腰での作業、重いものを持つなど、腰への負担がかかるような職業や生活を送っている人ほど発症しやすいと言えます。

椎間板ヘルニアは時間の経過とともに3~6ヶ月で軽快することが多いのですが、腰部脊柱管狭窄症は自然に治癒することはなく、徐々に悪化する傾向があるので注意が必要です。

【図2】椎間板ヘルニア



【表1】腰部脊柱管狭窄症と椎間板ヘルニアの違い

	腰部脊柱管狭窄症	椎間板ヘルニア
どんな病気？	神経の通り道である脊柱管が狭くなり神経が圧迫される病気	椎間板から髄核が後方に飛び出し神経を圧迫する病気
主な症状	腰痛、下肢痛・痺れ	
特徴的な症状	間欠性跛行・両足の痛みや痺れなど（※前屈で楽になる）	急な痛みの発症・片方の足の痛みや痺れなど（※前屈で痛みが増す）
多く発生する年齢	60代以降	20代~40代
主な原因	加齢、靭帯や椎間板の変形など	椎間板の損傷、外傷など
治療	保存的治療（薬物療法・物理療法・ブロック注射など） 手術療法など	

## Q 進行するとどうなりますか？

**A** どちらも、進行して強い痛みやしびれが続くと日常生活に支障をきたし、足の筋力が低下してしまいます。さらに、排尿・排便障害といった膀胱直腸障害などの強い神経症状が出ると、手術が必要になります。早めに受診することで治療をスムーズに進めることができるため、やはり早期診断が大切だと思います。

## Q 診断と治療法について教えてください

**A** 診断は、まず問診にて間欠性跛行、膀胱直腸障害の有無を、診察で足の痛みや感覚異常がどの範囲にあるのか、足の筋力低下がないかを確認した上で、レントゲンを撮影します。そこである程度診断をつけることができますが、最終的にはMRIを撮影し、脊柱管狭窄やヘルニアがどこにあるのかを画像で確認して診断を確定します。

治療は、どちらも保存的治療から始めます。鎮痛剤・血流改善薬などの薬物療法、牽引などの物理療法、ストレッチなどのリハビリ療法があり、症状が強い時は神経根ブロックなどのブロック注射を行います。

それでも思わしくない場合は手術となりますが、腰部脊柱管狭窄症の手術は、内視鏡で行える施設もあります。椎間板ヘルニアでは、髄核に特殊な酵素を注入し椎間板の突出を減少させる「椎間板内酵素注入療法」といった新しい治療法も普及しており、治療法の選択肢は増えています。

## Q 腰痛予防のポイントはありますか？

**A** 腰の痛みは仕事柄や老化現象だから（仕方ない）…と、受診されない方も多いのですが、早期に治療を進めることができれば、保存的治療で痛みや痺れを軽減することができます。仕事や趣味を長く楽しむためにも、3ヶ月以上の長引く痛みや、下肢のしびれなど違和感がある時は一度受診をおすすめします。

また、腰を守るためには以下のことに注意が必要です。

- 散歩などの適度な運動を継続的に、腹筋・背筋を維持する
- 低いところの作業は、中腰ではなく椅子を使用する
- 長時間同じ姿勢を取らない
- 体重の増加に注意する

体を支える「腰」。その健康を保つことは、将来的なQOL（生活の質）を保つためにも重要となります。長期的に見ると、日常生活のちょっとした意識の積み重ねが良い結果に繋がっていきますので、ぜひ心に留めておいていただけたらと思います。



しゅくり整形外科クリニック 院長 宿利知之先生  
北九州市八幡西区八枝一丁目7-3

### 【経歴】

1997年 九州大学卒業  
1997年 九州大学附属病院産婦人科  
1998年 北九州市立医療センター 産婦人科  
1999年 大分医師会立アルメイダ病院 産婦人科  
2000年 九州大学附属病院整形外科  
2001年 総合せき損センター  
2002年 北九州市立医療センター 整形外科  
2003年 飯塚病院整形外科  
2004年 佐世保共済病院整形外科

2005年 筑前山田赤十字病院整形外科  
2006年 福岡豊栄会病院整形外科  
2007年 JR九州病院整形外科  
2008年 総合せき損センター  
2011年 JCHO九州病院整形外科  
2014年 青山中央外科病院整形外科  
2023年 青山リハビリテーション病院 整形外科  
2023年 正和中央病院整形外科  
2024年 しゅくり整形外科クリニック 開院





サンキュー薬局は、オンライン診療アプリに対応!

# 夜間・休日対応『SOKUYAKU』



オンライン診療とオンライン服薬指導の分野で、注目を集めている「SOKUYAKU」。この革新的なサービスは、時間や場所を気にせずに診療を受けられる便利さを提供します。忙しい日常の中で、スマホひとつで専門的な医療を受けることができる、まさに現代の医療の新しい形です。

## こんなお悩みありませんか?



家事や育児が忙しく  
通院する時間がない

花粉症の薬をもらう  
病院に行く暇がない



病院で他の病気への  
感染リスクを避けたい

### オンライン診療アプリ



### オンライン診療のメリット

スマホアプリで  
全て解決!



スマートフォンから  
診察・服薬指導ができる



夜間・休日も診察可能



受付・お会計の待ち時間ゼロ



24時間予約が可能

### オンライン診療予約



### 薬局を予約



### サンキュー薬局のメリット

- 配送・店頭受取りの両方に対応
  - 専用ロッカーでいつでも受取り可能※
- ※平野薬局・筒井町薬局・一枝薬局の3店舗では薬局閉局後もドラッグストア営業時間内はロッカー受取り可能。(土日祝日も対応)



App Store  
からダウンロード



Google Play  
で手に入れよう

お近くの  
サンキュードラッグを  
「My薬局」に  
登録してください!

アプリの  
ダウンロードは  
こちらから!

## ハーレー先生の ペットのひあわせ 情報局



### 愛犬・愛猫の健康を守るために!

## ペットの歯磨き習慣の重要性と始め方

わんちゃんやねこちゃんは自分で歯磨きをすることができません。最近ではペットも高齢化が進み、平均寿命が延びているため、歯のケアがますます重要になっています。長い間、歯磨きをしないしていると歯のトラブルが増えるのは当然です。歯の治療が必要になるたびに、「小さい頃から歯磨きしておけばよかった」「もっと早く気づいてあげればよかった」と思う飼い主さんも少なくありません。

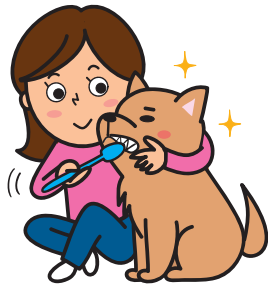
歯のトラブルを防ぐためには、日々の歯磨きと早めの異常発見が重要です。ただし、ペットの歯磨きは難しく、無理にブラシを使うと嫌がる場合があります。まずは口元に触れることに慣れさせ、優しく触って遊びながら、少しずつ歯に触れていきましょう。触らせてくれたらたくさん褒めて、口を触られることが楽しいと感じさせるのが大切です。

お口を触らせてくれるようになったら、次は指に歯磨きシートを巻いて同じ

ように遊んでみましょう。その後、シートにペースト状のおやつをつけて歯に塗ってみます。これができたら、おやつをペット用の歯磨き粉に替えて歯に塗っていきましょう。最後に、シートを歯ブラシに替えれば、歯磨きの習慣が完成です。

歯磨きを習慣化することで、歯や歯茎の異常に早く気づくことができます。例えば、歯肉が赤くなっているのを早期に発見できれば、治療もスムーズに進むでしょう。しかし、発見が遅れて歯周病が進行すると、最悪の場合、抜歯が必要になることもあります。

また、歯磨きができないからといって、固いものを与えるのは注意が必要です。固いものをかじると歯が削れたり、折れたりすることがあります。ペットに合った口腔ケア製品を選び、迷ったらかかりつけの獣医師に相談しましょう。歯のトラブルは高齢になると増えるため、小さい頃から歯磨きの習慣をつけることが大切です。



### 取材協力



ハーレー動物病院  
☎093-244-5980

福岡県中間市通谷1丁目33-20  
☑ harley2445980@gmail.com

診療時間 月～金曜日 9:00～12:00  
／16:00～19:00  
(土曜日は18:00まで)

日曜／祝日 9:00～12:00  
(予約診療)

往診・手術 月～土曜日 13:30～16:00

### お客様各位

## 社会貢献活動のご報告

サンキュードラッグの事業は、一人ひとりのお客様・患者様や地域社会との信頼関係によって成り立っています。サンキュードラッグは、本業での活動を通して地域社会へ貢献することに加え、「良き企業市民」としての社会的責任を果たすべく社員・会社が一体となって様々な社会貢献活動に取り組んでいます。



### NPOボランティア団体と企業の協働部門 表彰状

サンキュードラッグは、NPO法人抱樸(旧北九州ホームレス支援機構)の趣旨と活動に賛同し、2006年10月より各店舗に「ホームレス自立支援」の募金箱を設置しております。募金箱に集まった募金と同額の寄付金を合わせて、NPO法人抱樸に寄贈しています。また、近年社会問題化している子ども貧困世帯を支援すべく、2018年8月より各店舗に募金箱の設置を開始いたしました。皆様から頂いた浄財はNPO法人フードバンク北九州ライブアゲインへ寄贈させていただいております。

### ホームレス自立支援募金のご報告

大切なお客様より募金いただきました金額

募金期間  
前回集計より～2024年8月まで 募金額 …… **205,525円**

NPO法人抱樸への寄付金額 …… **411,050円**  
(お客様からの募金額と同額を弊社より寄付)

寄付金総額 …… 寄付回数 通算71回 **23,511,364円**

### 子ども貧困救済支援募金のご報告

大切なお客様より募金いただきました金額

募金期間  
前回集計より～2024年8月まで 募金額 …… **258,746円**

寄付金総額 …… 寄付回数 通算25回 **5,078,586円**

皆様方からの多くのご厚情に対しまして心より感謝申し上げます。弊社では、今後も募金活動を継続して参りますので、皆様方には引き続きお力添え賜れば幸いです。



# ご相談に乗らせて下さい

患者様からのご相談は  
私たちの喜びです

薬剤師 しみず けんた  
サンキュードラッグ薬剤師 清水 健太

こんなお悩みは  
ありませんか？



一人暮らしで  
薬の管理ができない…



何に効く薬かわからない



薬が飲みづらい、飲んでくれない  
服薬の介助に時間がかかる…



薬を飲むと具合が悪くなるが  
治療の為にガマンして飲んでいる



他の薬を飲んでいるのですが  
一緒に飲んでも大丈夫？

## 休日対応店舗 (年中無休)

サンキュードラッグ 千代ヶ崎薬局  
tel.093-693-2138  
営業時間 9:00~23:00  
北九州市八幡西区千代ヶ崎2-2-24

サンキュードラッグ 上田中町薬局  
tel.083-227-0139  
営業時間 9:00~19:00/日・祝日 9:00~13:00  
山口県下関市上田中町2-9-3

サンキュー薬局 小倉南調剤センター  
tel.093-932-5539  
営業時間 8:30~17:30  
北九州市小倉南区春ヶ丘10-133

サンキュードラッグ 社ノ木薬局  
tel.093-382-3539  
営業時間 9:00~19:00/日・祝日 9:00~18:00  
北九州市門司区社ノ木1-16-6

サンキュー薬局 陣山店  
tel.093-482-7539  
営業時間 9:00~18:00  
北九州市八幡西区陣山2-6-2



ご登録/ご利用 無料

アプリで、事前に  
処方せん送信・  
調剤予約



Download on the  
App Store



ANDROID APP ON  
Google play

## 処方せん受付 させて下さい



サンキュードラッグ薬剤師  
たにやま のりかず  
谷山 儀一

## 60店舗!薬歴共有

どちらの店舗に行っても飲み合わせ安心!

いつでも、どこでも等しいレベルで医療が  
提供できるサンキュー独自のシステムです

どこの店舗に行っても  
同じサービスを受けられるんだね!



## 各種キャッシュレス決済対応

お薬代のお支払いにもご利用いただけます!

バーコード	電子マネー
PayPay, d払い, au PAY, R Pay, LINE Pay	iD, Edy, WAOON, QUICC
クレジットカード	交通系電子マネー
JCB, VISA, MasterCard, AMERICAN EXPRESS	nimoca, SUICA

※ご利用可能な決済の一部を掲載しております。

マリカは調剤窓口でもご利用いただけます!  
チャージでお支払いがとっても便利!

スピード会計!  
使い勝手  
マリン!

会計を手早く  
済ませたい!

小銭の  
出し入れの手間を  
省ける!

※下記店舗はドラッグ単独店につき、調剤受付対象外となります。ご了承ください。

●下関市…武久店・長府店・元町店 ●門司区…栄町店 ●戸畑区…戸畑天神店 ●若松区…桜町店 ●小倉北区…砂津店・重住店・新高田店・朝日ヶ丘店・下到津店・到津店 ●小倉南区…徳力店 ●八幡東区…石坪店