

健康サポート薬局 活動報告

申請日： 2021 年 12 月 2 日

| | |
|-------|---|
| 申請企業名 | クラフト株式会社 |
| 開催店舗名 | さくら薬局壬生店 |
| 店舗住所 | 栃木県下都賀郡壬生町通町7-1 |
| 催事名 | 血管年齢、ストレスを測定してみよう |
| 開催日 | 2021年10月18日 |
| 催事内容 | <p>コロナ禍の生活習慣が残る中、現状の体の状態を知っていただき、睡眠や運動習慣の見直しにつながればと考え、測定会を開催しました。</p> <p>血管年齢・ストレスチェッカーを活用して、実際の血管年齢やストレス状況を測定していただきました。測定後には運動、食生活、睡眠に関して相談を受けながらアドバイスを行いました。</p> <p>参加者の方々からは、「血管年齢が思った以上に若く出て元気が出ました」「これからの生活習慣を少しずつでも変えていきたいと思います」といった感想を頂戴しました。</p> <p>血管年齢が高い方やストレスが多い方など体に負担がかかっている結果となった方も一定数いらっしゃいましたので、現状を知っていただき見直す機会として今後も定期的に関催したいと考えています。</p> |
| 活動写真 |  |