

健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 12 月 21 日

申請企業名	ライフエンタープライズ株式会社
開催店舗名	ハーブランド薬局柏3丁目店
店舗住所	千葉県柏市柏3-7-26
催事名	感染症対策に関する相談会
開催日	2021 年 11 月 8 日
催事内容	<p>1、目的 地域住民の健康維持・増進のための啓蒙活動。</p> <p>2、内容 感染症対策に関する相談会を店舗にて行いました。</p> <p>3、集客方法 店内外での掲示物による周知、SNS(ホームページ)への掲載</p> <p>4、開催の様子 当日外来にて処方箋を持ってきた方と来局された方を対象に、「免疫力を高める体づくりで感染症を予防しよう」の資料を配布し、相談会を行いました。本格的な冬に向かいインフルエンザ等の感染症が流行する前にしっかりとした予防が大切になります。予防接種やうがい手洗いのほかに、日々の生活でウイルスに負けない体づくりをしていくことが重要になります。免疫力を維持・向上させるためには、ビタミンCが大切です。冬に旬を迎える柑橘類、みかんの摂取をおすすめしました。果物や野菜は旬の時期に一番栄養価が高い時期とも言われるため、積極的に旬の食材を摂っていただくようアドバイスしました。また当日はなかなか疲れが取れないと相談された方がいました。その状態だと感染症にかかるリスクも高い為、できるだけビタミンCを取ること、入浴する事により代謝も良くなるため、できるだけ40° くらいのぬるま湯にゆっくり浸かるようおすすめしました。気温の変化が激しい時期になるため、より一層声掛けをし感染症予防につながるよう心がけていきます。</p>
活動写真	