

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: 2022 年 5 月 28 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 南柏店
店舗住所	千葉県柏市南柏中央3-10
催事名	2022.4.11~16 ストレス対策相談会
開催日	2022 年 4 月 11~16 日
催事内容	<p>1、目的 ストレスへの対策についての周知・商品の提案</p> <p>2、内容 ビタミンCの役割についての案内など</p> <p>3、集客方法 店頭での声掛け、リーフレット配布、POPの掲示</p> <p>4、開催の様子 4月11日から16日まで、ストレス対策相談会を実施しました。 ストレスと抗酸化作用の話を中心にお話しました。 リーフレットは「ビタミンC」というテーマに沿って来局者にお配りしました。</p> <p>周知内容 ・ストレス対策と抗酸化作用 ストレス対策には抗酸化作用をもつ食品が良いと言われています。 その中でもビタミンCは特に熱や光に弱いので食品から摂取できる量はわずかです。 そんな時はサプリメントに頼ってみるのも手です。</p> <p>4月は新学期や新学年、新生活と環境の変わる方も多いです。 新しい環境に馴染むまでに少なからずストレスを感じるのではないのでしょうか。 食事・運動のバランスを取り、適切な休養をすることでストレスを軽減することができるでしょう。</p> <p>相談者の40代女性は、コロナになってから巣ごもりで外に出てなくて、ストレスを感じているとのこと。適切な感染対策を実施しながら外出できる機会を増やせると良いでしょう。</p>
活動写真	