

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: 2023 年 8 月 22 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	熱中症・夏バテ予防相談会
開催日	2023 年 8 月 14~19 日
催事内容	<p>1、目的 熱中症・夏バテ対策についての周知・商品の提案</p> <p>2、内容 熱中症・夏バテ対策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 8月14日から19日まで、熱中症・夏バテ対策相談会を実施しました。 熱中症・夏バテの症状とその予防対策の内容について、来局者にリーフレットをお配りしました。 周知内容 熱中症は、めまいやふらつき大量の発汗、筋肉痛などを生じ、症状が進むと頭痛や嘔吐など危険な状態になる。予防には、室内でも外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をすること。大量に汗をかいたときには塩分摂取を心がける事をお伝え 暑い日が続くと、体がだるい、食欲がわかない、疲れやすいなどの体の不調を感じることがあります。その不調が夏バテで、夏バテの体は熱中症にもなりやすいため夏バテ予防が熱中症予防にも繋がります。 冷たいものの食べすぎには注意し、1日3食バランスよく食事をとることが重要</p> <p>夏バテから思うように摂取が進まない相談者の方には簡単な栄養相談や疲労回復効果のあるドリンクなどご案内し、頑張り過ぎず無理なく続けられるような工夫などをお伝えすることが出来ました。</p> <p>5、参加者人数 10名</p>
活動写真	