

# 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 10 月 23 日

<b>申請企業名</b>	ライフエンタープライズ株式会社
<b>開催店舗名</b>	ハーブランド薬局 松戸店
<b>店舗住所</b>	千葉県松戸市松戸1293-2小川ビル1階
<b>催事名</b>	お通じ対策相談会
<b>開催日</b>	2023 年 10 月 23 日
<b>催事内容</b>	<p>1、目的 地域の方々の健康維持・増進のため。</p> <p>2、内容 受付時、お通じ対策相談会開催に関する声掛けを行いました。 薬剤師による、お通じ予防などの対策についての相談を受け付けました。</p> <p>3、集客方法 店外POPでの事前告知、当日チラシ配布、口頭でのご案内。 チラシをお配りしました。</p> <p>4、開催の様子</p> <p>寒暖差が激しくなると腸への負担が大きくなり便が出にくくなる時期。 秋の便秘予防のために十分な水分摂取とともに食物繊維を意識した食事をしっかりとる事が重要です。 本日は来局された方に、便秘予防と食事についてのチラシを配りながらお声掛けさせて頂きました。 特に女性の方が便秘にお悩まれており、便秘薬や下剤を服用し出している方もいらっしゃいました。 お話を聞くと、お薬を使用しないで排便できたらと思っているようです。便秘の種類についてヒアリングし食生活の乱れ運動不足、水分不足など思いあたる部分があるようでした。まずは、どんな時に自分が便秘になるかを知り対策をする事が大切。 健やかなお通じが病気のリスクを減らし健康で綺麗な身体を手に入れることに繋がります。 今後も継続して、便秘でお悩みの方に相談して頂けるよう声掛けとうしていきます。</p> <p>5、参加者人数 6名</p>
<b>活動写真</b>	