

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 12 月 8 日

申請企業名	ライフェ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	体の内側外側から温めて冷え対策に関する相談会
開催日	2023 年 12 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 体の内側外側から温めて冷え対策に関する相談会を行いました</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、「中から、外から冬の体みがき特集」の資料をお渡しし、相談会を実施いたしました。 何かと年末は忙しく、また空気の乾燥でほこりや塵も舞いやすく、さまざまな要因で体調を崩しやすい上に感染症にも注意が必要な冬。 身体を中からも外からも整えて寒い冬を健やかに過ごしましょう。 「体の中から基本のキ」: 抗酸化作用のある栄養素を積極的に摂取、適度な運動で自律神経を整える、ぐっすり眠って朝スッキリ目覚める 「体の外から基本のキ」: 部屋を適切な温度・湿度に、2箇所を開けて換気、掃除でウイルス・ほこり・カビを除去を心がけましょう。 食事・運動で体を中から温めること、部屋の掃除で体を外から整えることは、心身の健康に直結します。冬を元気で気持ちよく過ごしましょう。</p> <p>当日は店頭にておすすめ商品の紹介も行いました。 今後も冷え対策に関するお悩みだけでなく、食事内容などの悩みについても継続的に支援を行なっていきます。</p> <p>5、参加人数 73名</p>

活動写真	
------	--