

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: 2024 年 8 月 7 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
店舗住所	柏市柏1-1-7
催事名	夏バテ対策相談会
開催日	2024 年 8 月 7 日
催事内容	<p>1、目的 夏バテについての情報提供</p> <p>2、内容 夏バテの対策や予防対策</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7日に熱中症対策相談会を実施しました。 夏バテの予防について記載された資料をお渡ししました 夏バテは真夏の室内外の温度差による自律神経の乱れによる胃腸の疲れ、食欲不振、倦怠感や、発汗による水分やミネラルの不足、寝苦しさによる睡眠不足が原因と考えられています。 対策として、温度差や体の冷やし過ぎに注意する、栄養バランスの良い食事やこまめな水分補給、生活リズムを整え質の良い睡眠をとる、など対策を行うことによって、夏バテを対策することができるかと患者様に説明をしました。</p> <p>5、参加者人数 15人</p>
活動写真	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> </div> </div>