

# 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 11 月 8 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 柏3丁目店  |
| 店舗住所   | 千葉県柏市柏3-6-21 柏ビル101   |
| 催事名    | 入浴・スキンケアに関する相談会   |
| 開催日    | 2024 年 11 月 8 日   |
| # 催事内容 | <p>1、目的<br/>地域住民の健康維持・増進のための啓蒙活動。</p> <p>2、内容<br/>入浴・スキンケアに関する相談会を行いました</p> <p>3、集客方法<br/>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<br/>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、「お風呂に夢中！」の資料をお渡しし、相談会を実施いたしました。湯舟に毎日つかると健康寿命が延びるという研究結果があります。様々な効果があるお風呂に関しての情報を提供させていただきました。お風呂事情Q&amp;Aとしてよくある質問の簡単回答も紹介させていただきました。薬剤師からは貼り薬をつけて湯舟につかると貼付部分の温度が上昇して薬剤の吸収が促進され血中の薬剤濃度が上がるということがありますという注意点もお話させていただきました。</p> <p>1.体を温めて血流をアップさせる温熱効果<br/>2.水圧で「むくみ」を解消する水圧効果<br/>3.筋肉や関節をゆるめて緊張をとる浮力効果<br/>4.体の汚れを洗い流す洗浄効果<br/>5.免疫機能を維持し自律神経を整える蒸気効果<br/>6.水の負荷による運動療法効果<br/>7.日常から解放されるリラックス効果</p> <p>参加人数 60名</p> |
| 活動写真   |   |