

# 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: 2025年4月28日

<b>申請企業名</b>	クラフト株式会社	
<b>開催店舗名</b>	さくら薬局 前橋駒形店	
<b>店舗住所</b>	群馬県前橋市駒形町1542-19	
<b>催事名</b>	ヒートショックを防ごう	
<b>開催日</b>	2025年1月31日	
<b>催事内容</b>	<b>&gt;現状や目的・考え</b>	寒い日が続く中、室内外の温度差が大きくなっている状況下ではヒートショックで倒れることもあります。 ヒートショックを起こさないためにできるポイントを紹介いたしました。
	<b>&gt;実施内容</b>	チラシを用いて、ヒートショックを防ぐ【5つのポイント】を紹介しました。 ポイントは以下になります。 ・脱衣所や浴室は暖かく、38-39度のぬるめのお湯からはいりましょう ・入浴時は家族に一声かけましょう ・飲酒後の入浴は控えましょう ・入浴前に血圧測定をしましょう ・トイレの暖房対策もしましょう、また、排便時はいきすぎないようにしましょう
	<b>&gt;実施結果・効果</b>	テレビや地区の会報誌などでヒートショックについて耳にする機会はあるようですが、薬局発信での紹介は、目新しい様子でよく傾聴していただけました。 また、高齢者が多い地区なので、興味を示される方が多い印象でした。
	<b>&gt;参加者の感想</b>	参加者からの声として 「晩酌を少しするのが日課、飲みすぎはないが、気を付けていきます」 「トイレが少し寒いので対策を考えましょう」 「入浴前に血圧測定は行っていないので、これからは試していきます」 などを伺うことができました。
	<b>&gt;課題・改善点</b>	まだまだ、寒い日が続き、更に2月はこの地区は最も気温が低くなる時期となります。 1か月間は継続して紹介していきます。 ヒートショック対策としては、事前周知が重要な内容になるので、もう少し早く、年末前からの一定期間の周知が必要と感じました。
	<b>&gt;今後の活動方針・抱負</b>	日常生活の中で注意を払う点を薬局発信でご案内できるようにと考えています。
	<b>活動写真</b>	
		
		