

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2020 年 2 月 17 日

申請企業名	株式会社ココカラフィアンヘルスケア
開催店舗名	セイジョー薬局 日野駅前店
店舗住所	東京都日野市日野本町3-14-18 谷井ビル1階
催事名	冬の健康対策 ～感染症と冷え対策～
開催日	2019 年 11 月 25 日
催事内容	<p>寒い時期を迎えるにあたり、冬の健康対策を一緒に考えて頂く為に、店内で生姜湯を準備し、相談会を開催いたしました。生姜湯は血管拡張作用により血液循環が改善されることで末梢血管まで血液が行き渡ります。結果、手足の冷えが改善され、内臓の血行も良くなるため、体を深部から温めてくれます。また免疫細胞である白血球を増やす作用もあるので風邪にも効果があり、近年では脂肪燃焼作用、血液サラサラ作用などメタボリック予防の効果も期待できることが話題になってます。</p> <p>参加者は23人でした。冬の感染症予防について多く質問があがったので、正しい手洗いの仕方を説明したり、寒暖差による血圧変動により引き起こされるヒートショック対策などを説明することができました。</p> <p>隔月1回、健康に関するテーマを決めて「相談会・体験会」を実施していることから、継続的に参加して頂ける方も増えており、参加者からは次回の「相談会・体験会」も楽しみと言って頂いております。今後も地域の方々の健康増進に寄与できる様々な「相談会・体験会」を実施してまいります。</p>
活動写真	