

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: 2021 年 12 月 16 日

申請企業名	株式会社アイセイ薬局
開催店舗名	アイセイ薬局南千住店
店舗住所	〒116-0003 東京都荒川区南千住8-4-5-106
催事名	Mカフェ～夕入～
開催日	2021 年 12 月 11 日
催事内容	<p>南千住西部地域包括支援センターと共催で地域住民向けのセミナーを実施しました。今回は、体の冷えを温める方法についてをテーマにお話しさせて頂きました。毎朝白湯を飲むことや、カイロで首元などの大きな血管を温めると効果的であること、ウォーキングやストレッチ、ラジオ体操での軽い運動で血流を良くすることなどをお伝えしました。普段から白湯や温かいお茶を飲む意識をしたり毎日散歩をしたりして冷え対策をしている声が多く見られました。また、ラジオ体操なら私でもできるからやってみますとお話して下さったり、ご家族や友達にも勧めてみたいとお話して頂きました。</p> <p>アイセイ薬局南千住店では、今後も地域住民の皆様健康情報を発信してまいります。</p>
活動写真	 