

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: 2022 年 5 月 9 日

申請企業名	有限会社ハウライ
開催店舗名	ヒスイ調剤薬局
店舗住所	新潟県糸魚川市東寺町1-4-9
催事名	睡眠と健康について
開催日	2022 年 4 月 18-22 日
催事内容	睡眠について不安がある方などにお声がけをして、現在の睡眠の様子をQ&Aで確認し、問題のある箇所について冊子を見ながら改善点をお話した。 より良い眠りのためには昼間の過ごし方や、飲料、テレビなども影響することとお伝えし、なるべく眠剤に頼らない生活を目指していくようお話した。 6名の方にお話しさせていただいた。 睡眠の質を向上させる飲料やサプリメントのお話し、希望される方にはサンプルをお渡した。
活動写真	 