



# 清心丹薬局 お薬相談会のお知らせ

## 5月度 「ストレスによる体調不良 ～疲れ、体の痛み、胃腸の調子～」

清心丹薬局では近隣の方を対象とした無料お薬相談会を隔月で開催しております。今回5月のテーマは「ストレスによる体調不良」。五月病という言葉もありますがこの時期、ストレスや心の揺れ動きから体調が安定しない方は意外と多いと思います。

原因がはっきりしない倦怠感、頭痛、体のコリや痛み、食欲不振などの胃腸症状等でお悩みの方はこの機会にじっくり当店薬剤師に相談してみませんか？当日は心理学的なストレスチェック（不安感に関する調査：STAI）も参考にしながら生活習慣、食事・栄養、服用薬など多面的にアドバイスできればと思っております。テーマ以外でも健康に関するお悩みがあれば遠慮なくお申し出ください。皆様のご参加をお待ちしております。

- 日時 5月21日（土）10:00～13:00（事前予約制 お一人約30分目安）
- 場所 清心丹薬局内もしくは事務所（他の方と顔を合せる事がないように調整致します。）
- 申込み 清心丹薬局（03-3666-4828）まで、前日16時まで受付

\*日本薬剤師研修センター認定薬剤師、日本生薬学会 漢方生薬認定薬剤師、日本臨床栄養協会認定NRサプリメントアドバイザー、日本アンチドーピング機構公認スポーツファーマシスト等の専門認定を受けた経験豊かな薬剤師が内容に応じてご相談を承ります。

\*相談会は奇数月の第三土曜日に定期的で開催しております。  
次回は7月13日（土） 予定テーマは「夏バテ、にきび」です。

