

# 治療・セルフケアのために 便秘について学びましょう！

開催日：7月20日(土) 14:00~15:00

場所：アイン薬局 石岡店

参加費  
無料

先着  
6名限定



多くの人を悩ませている便秘ですが、ひとえに便秘と言っても原因は人それぞれです。便秘のメカニズムを知り、自分に合った対処法を見つけましょう。

## 【当日プログラム】

- ①便秘とは？
- ②便秘の分類や便秘薬の種類
- ③便秘に対する日常のセルフケア
- ④腸のマッサージ&体操
- ⑤患者さまからの質疑応答  
便秘症について、普段使っているお薬について、病気や薬の疑問にお答えします



## 【お申込み方法】

お電話にて下記事項をお伝えください。

①参加者さまの氏名・よみがな ②連絡先（電話番号）

また、店舗での直接お申込みも受付しております。どうぞお気軽にお申し付けください。尚、希望者多数の際には、先着順とさせていただきます。何卒ご了承ください。