





- 以前は読めていた文字が、読みづらくなった。
- 目がゴロゴロ、ショボショボする。
- ■が乾燥しているなと感じる。
- ★ 首や肩こり、頭痛がひどい。
- √ 長時間スマホなどをみることが多い。

## 目の健康相談会開催!

3<sub>月</sub>14<sub>日(土)</sub>

16名様 限定

場所

間

コウズケヤ薬局古里店

14:00~16:000問



所要時間 約10分 目のセルフチェック、目のマッサージのご指導

目が疲れやすい、近くのものが見えづらい、ドライアイなどの不調を感じはじめたら、目の老化のサイン。 簡単なセルフチェックと疲れをとるマッサージ、目に効く食材をご紹介します。

こちらの時間帯でご予約いただけます

※お時間までにご来店いただけない場合はキャンセルとさせていただきます。※前日18時までにお電話にて事前にお申し込みをお願いします。

栄養 相談 食生活に関することは管理栄養士、薬に関することは薬剤師が 随時相談を受付けています。お気軽にご相談下さい。 ※血管年齢測定、血圧測定も行っています。



コウズケヤ薬局古里店 長野県上田市古里84-19 0268-28-7711