

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2020 年 2 月 10 日

申請企業名	(株)パルス
開催店舗名	パルス薬局 手稲店
店舗住所	北海道札幌市手稲区前田1条12丁目2-10
催事名	健康相談教室 脂質異常症について
開催日	2019 年 11 月 29 日
催事内容	<p> 当店では、薬剤師・管理栄養士による健康相談教室を、隔月開催しております。今回は、「脂質異常症」に関して、下記のように進行了しました。 </p> <p> 【薬剤師】 </p> <ul style="list-style-type: none"> ・脂質異常症、コレステロール、中性脂肪についての概要 ・検査値について ・検査値の低下に結びつける方法 <p> 【管理栄養士】 </p> <ul style="list-style-type: none"> ・タイプ別(中性脂肪、LDL-cho、HDL-cho)の食事について ～共通して必要な食事ポイント ～バランスよい食事を意識しながら、各項目に合わせた食事工夫 ・最新国民健康栄養調査より、地区別の野菜及び食物繊維摂取量について ・参考レシピ～鶏ささみ肉の活用方法等 <p> 商品紹介として、「かんでんぱぱ スープ用糸寒天」を用意し、活用方法等お話し、レシピ集もお渡しいたしました。 </p> <p> 毎回大人気のテーマで、処方箋が無く、教室参加目的の患者様も数名来局されました。 </p> <p> 野菜をより多く摂取してもらうため、国民健康栄養調査結果を活用し、北海道民の野菜摂取量について提示しながら、調理工夫等に結びつけました。 </p> <p> このテーマは、日頃の栄養指導回数も多く、その中で、油を拘って使用していても「量」までは、考えていない話を良く聞きます。そこで、計量スプーンを活用しながら、おうちで実際に測ってみるなど、「量に対する気配り」も提案いたしました。 </p> <p> * 当店の健康相談教室は、開催約1カ月前から教室案内を実施しております。情報発信として、投薬時のチラシ配布や、店内外に向けたポスターも掲示しており、活用した資料については、マガジンラックに並べ、自由にお持ち帰り頂けるようにしております。 </p> <p> * 次回は、2020年3月実施予定です。 </p>
活動写真	