

# 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: 2020 年 2 月 26 日

申請企業名	一般社団法人 ヘルスプランニング金沢
開催店舗名	菜の花薬局
店舗住所	石川県金沢市京町2-18
催事名	健康フェア 塩分チェック
開催日	2019 年 2 月 15 日
催事内容	<p>菜の花薬局では、毎月1回待合室で健康フェアを開催しています。今回は、「塩分チェック」ということで、3種類の濃さの違うお味噌汁を用意して味をみて頂き、普段どの位の塩分を摂っているかを考えて頂く取り組みをしました。1時間で12名の方が参加して下さいました。濃さは0.3%・0.7%・1.1%を用意したのですが、0.7%が普段に近いと言う方が殆どで、0.3%がお1人、0.3%と0.7%の間の方がお2人でした。0.7%だと1杯のお味噌汁でどの位の食塩量かをお話すると、普段のお食事と塩分量について考えやすかったようです。血圧やお食事に関することだったせいか、沢山の方が関心を持って下さいました。</p>
活動写真	