

# 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 10 月 30 日

<p><b>申請企業名</b></p>	<p>株式会社南山堂</p>																									
<p><b>開催店舗名</b></p>	<p>箔山堂加賀温泉薬局</p>																									
<p><b>店舗住所</b></p>	<p>石川県加賀市作見町75</p>																									
<p><b>催事名</b></p>	<p>作見町地区健康推進講座</p>																									
<p><b>開催日</b></p>	<p>2020 年 10 月 18 日</p>																									
<p><b>催事内容</b></p>	<p>令和2年10月18日(日)作見地区の健康推進事業で約40名の地域の皆様に、加賀温泉薬局、作見薬局合同で「知っておきたい薬の話」という内容でお話しさせていただきました。また、市の健康課による栄養管理についてのお話もありました。薬局からは「薬の飲み方」、「お薬手帳の使い方」、健康課からは「生活習慣病のはなし」「食品のカロリーについて」、「糖分、塩分について」など説明させて頂き、質疑応答では「サプリメントとの飲み合わせについて」、「牛乳での服用について」、「飲み忘れた時の対処法」など、普段の生活習慣でふと疑問に感じておられる事を質問頂き、皆様の関心が高い事、健康相談事業の大切さを実感しました。</p>																									
<p><b>活動写真</b></p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;">  </div> <div style="width: 50%;"> <p><b>薬の種類は大きく 3つに分類されます</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>内服薬</b> 口からのむ薬</p>  <p>カプセル 錠剤</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>外用薬</b> 皮膚、目、鼻などの粘膜に使用する薬</p>  <p>軟膏・貼付剤 トローチ 点眼剤 消毒薬</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>注射薬</b> 皮膚や筋肉、あるいは血管内に直接入れる薬</p>  </div> </div> </div> </div> <div style="margin-top: 20px;"> <p><b>生活習慣病ってなに？</b> 肥満、糖尿病、高血圧、脂質異常症等</p> <p>食事や運動、喫煙等の生活習慣により生じる病気のこと</p> <p>生活習慣を見直し改善することで予防やコントロールできる病気</p>  </div> <div style="margin-top: 20px;"> <p><b>③血管が狭み始める</b></p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">項目</th> <th colspan="2">血圧</th> <th>血糖</th> <th>脂質</th> <th>脂質</th> </tr> <tr> <th>収縮期 (mmHg)</th> <th>拡張期 (mmHg)</th> <th>HbA1c (NGSP)</th> <th>中性脂肪 (mg/dL)</th> <th>HDLコレステロール (mg/dL)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健常</td> <td>130以下</td> <td>85以下</td> <td>110以下</td> <td>6.0以下</td> <td>40以上</td> </tr> <tr> <td>健診結果</td> <td>★</td> <td>★</td> <td>★</td> <td>★</td> <td>★</td> </tr> </tbody> </table> <p>血管の内側</p>  <p>厚膜 中性脂肪 血栓 動脈硬化が進行する</p> </div>			項目	血圧		血糖	脂質	脂質	収縮期 (mmHg)	拡張期 (mmHg)	HbA1c (NGSP)	中性脂肪 (mg/dL)	HDLコレステロール (mg/dL)	健常	130以下	85以下	110以下	6.0以下	40以上	健診結果	★	★	★	★	★
項目	血圧		血糖		脂質	脂質																				
	収縮期 (mmHg)	拡張期 (mmHg)	HbA1c (NGSP)	中性脂肪 (mg/dL)	HDLコレステロール (mg/dL)																					
健常	130以下	85以下	110以下	6.0以下	40以上																					
健診結果	★	★	★	★	★																					