

# 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 11 月 24 日

<b>申請企業名</b>	株式会社南山堂
<b>開催店舗名</b>	箔山堂小松幸町薬局
<b>店舗住所</b>	石川県小松市幸町3丁目91-1
<b>催事名</b>	はつらつ講座 ヘルスアップ 『骨粗鬆症の治療と生活のポイント』
<b>開催日</b>	2020 年 11 月 19 日
<b>催事内容</b>	<p>小松市社会福祉協議会より、健康講座の実績がある薬局薬剤師を探しており、近隣の噂を耳にしたとのことで、当局に演者の依頼を承りました。 骨粗鬆症について、特に高齢女性をターゲットとして開催とのことで、高齢であること、女性であることのリスクと対応方法について講演をさせていただきました。 参加者は中高年女性7名。食生活や生活環境での注意点と対応ポイントを説明、また個別に食事の好き嫌いや嗜好品をどのように改善していくかの相談をお受けしました。 当日は骨強度測定機を用い、個々の状態を知っていただくことで、生活改善のポイント・治療の必要性の検討などを、来場者同士で楽しく話し合うことができ、それぞれが自分にあった対応方法を考えて持ち帰ることが出来たのではないかと思います。</p> <p>今回はメーカーの協力をいただき、リハたいむゼリー(クリニコ)を配布させていただきました。良質なたんぱく質の摂取で筋力低下・フレイル・サルコペニアを防ぎ、転倒を予防することでも骨折へのリスク軽減につながることを学ぶ機会となりました。 カルシウムだけでなく、必要な物がたくさんあり、個々に不足しているところを補うような対策をしていただくよう理解をしていただけたと思われます。</p> <p>まだかかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を決めてないため、当薬局に相談に行きたいとのご希望もいただくことができました。処方箋の有無かわらず私たち薬剤師を利用していただき、地域の健康相談に対しこれからも積極的にかかわり、皆様から望まれて地域貢献ができれば幸いです。</p>
<b>活動写真</b>	