

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 10 月 18 日

申請企業名	株式会社 なの花中部
開催店舗名	なの花薬局美川店
店舗住所	石川県白山市美川和波町力128-3
催事名	からだPLUSの日
開催日	2021 年 9 月 24 日

催事内容

なの花薬局では患者様一人ひとりに寄り添う地域薬局として、地域の皆様の健康をサポートするため薬剤師による健康相談や管理栄養士による栄養相談を行っています。

なの花薬局美川店にて9月24日(金)に「からだPLUSの日」を実施しました。からだPLUSの日では、患者様の食事・生活に役立つ情報を提供しています。7月から12月までを「糖質と甘味料月間」とし、糖質と甘味料について詳しく啓発していきます。今回は「血糖値をあげにくいコツ」が記載されている資料と「飲みものの糖質量」について記載されている資料を配布しました。

また、情報提供ボードには「飲料の糖分」について掲載しました。まだまだ暑いこの時期、冷蔵庫で冷やしたジュースやスポーツドリンクを飲む機会も多いと思いますが、ジュースに含まれる糖質は吸収スピードが早く急激に血糖値が上昇します。水分補給は無糖のお茶や水で行ってもらうようお声掛けしたいと思います。美川店ではペットボトルの表示を見てどれくらい糖分が入っているかの計算式や見方を説明した用紙も一緒にお配りしました。見る所を覚えれば、日常生活でも意識しやすいかと思います。また、ノンカロリーや砂糖不使用の落とし穴なども掲示しました。今回のテーマは比較的皆様の興味がある内容だったのか、掲示物もいつもより見て頂けていました。今後も地域住民の皆様が気軽に健康について相談ができる薬局を目指して、地域に貢献できる取り組みを実施して参ります。

活動写真

