

# 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: 2023 年 1 月 19 日

<b>申請企業名</b>	株式会社 なの花中部
<b>開催店舗名</b>	なの花薬局美川店
<b>店舗住所</b>	石川県白山市美川和波町力128-3
<b>催事名</b>	からだPLUSの日
<b>開催日</b>	2022 年 10 月 31 日
<b>催事内容</b>	<p>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。</p> <p>なの花薬局美川店にて10月31日(月)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。9月～12月は「胃にやさしい月間」とし、胃腸にやさしく消化のよい食事について詳しく啓発していきます。</p> <p>今回は「胃もたれや胸やけのタイプ」や「胃にやさしい生活習慣」についてまとめた資料と胃にやさしい「サムゲタン風スープのレシピ」を配布しました。</p> <p>また、情報提供ボードには「胃にやさしい食生活」を掲載しました。胃にやさしい生活習慣とは暴饮暴食を避け、ストレスを軽減するなど規則正しい生活をする事です。規則正しい生活を送るためのポイントやストレス解消方法についてもアドバイスしていきたいと思えます。</p> <p>朝晩が冷え込むようになり、「サムゲタン風スープのレシピも一層美味しく見えるわ」と言われていた方がいました。ご年配の方が多い店舗ですがまだまだ自分で料理をされる方が多いのでこのようなレシピの配布も今後やってみようと思えます。また、小さいお子様向けのレシピもあるといいなと新たな発見も出来ました。</p> <p>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。</p>
<b>活動写真</b>	 