

# 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: 2024 年 2 月 9 日

<b>申請企業名</b>	株式会社 なの花中部
<b>開催店舗名</b>	なの花薬局井ノ口店
<b>店舗住所</b>	福井県三方上中郡若狭町井ノ口29-33
<b>催事名</b>	からだPLUSの日
<b>開催日</b>	2023 年 6 月 28 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>なの花薬局井ノ口店にて6月28日(水)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。</p> <p>4月～6月までは「腸内環境改善月間」とし、腸内環境を整えるためのポイントについて詳しく啓発していきます。</p> <p>今回は「お腹の不調が全身に及ぼす影響」や「整えるための口腔ケア」をまとめた資料と「オートミールと豆乳のキムチリゾット」のレシピを配布しました。</p> <p>また、情報提供ボードには「からだの不調と腸内細菌」を掲載しました。腸内細菌は「もう1つの臓器」と呼ばれ、重量は1人約1.5kgあり、健康に大きな影響を与えていることがわかってきています。腸内を健康に保てるようにアドバイスしていきたいと思えます。今回も先月に引き続いて「腸内環境を整える」というテーマで説明させていただきました。患者様の中には腸内環境を整えるために、普段から、入れ歯を取って歯間ブラシなどで掃除をして、清潔に口腔内を保つように工夫されている方がおられました。腸内環境を整えるために食事はもちろんのこと運動、ストレス、口腔ケア、睡眠そして、お薬でも注意が必要であることをお伝えいたしました。</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>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>