

# 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: 2021 年 12 月 13 日

申請企業名	総合メディカル株式会社
開催店舗名	そうごう薬局 今福つるみ店
店舗住所	〒536-0002 大阪府大阪市城東区今福東1-13-8 1階
催事名	栄養ケアサポート講演会 ～低栄養の予防～
開催日	2020 年 11 月 6 日
催事内容	<p>2020年11月6日(水)、大阪市城東区のそうごう薬局 今福つるみ店にて地域住民の皆さまの健康サポートの一環として、栄養ケアサポート教室を開催いたしました。当薬局は、栄養ケアサポート薬局として登録があるということもあり、地域包括支援センター様のご依頼に基づき、共同で開催させていただきました。</p> <p>昨今、フレイルという状態に注目が集まっていますが、フレイルとは要介護状態の前段階の状態、栄養不足による筋力低下などが起こっており、注意が必要な状態です。フレイルにならないように、健康寿命を延ばすためには低栄養の予防が大切です。低栄養の予防には、バランスの良い食生活をする&amp;エネルギー・タンパク質をしっかり摂る必要があります。このバランスの良い食事について、クイズもおり交ぜながら講義させていただきました。</p> <p>講義後には皆さんから多くの質問をいただき、日常の食事を改善する意欲が伝わってきました。</p> <p>今後もこのような活動を引き続き行い、私たち薬剤師を活用できる薬局をつくり、地域の健康ステーションとして貢献できるよう尽力してまいります。</p>
活動写真	