

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: 2022 年 1 月 14 日

<p>申請企業名</p>	<p>株式会社ココカラファインヘルスケア</p>
<p>開催店舗名</p>	<p>セガミ薬局日本橋店</p>
<p>店舗住所</p>	<p>大阪府大阪市浪速区日本橋東3-18-13</p>
<p>催事名</p>	<p>健康相談会～骨密度測定および骨を強くするための栄養・生活相談～</p>
<p>開催日</p>	<p>2021 年 12 月 18 日</p>
<p>催事内容</p>	<p>薬剤師および管理栄養士による、骨密度測定会および骨を強くするための栄養・生活相談会を実施いたしました。健康な方、若い方は骨密度を測定する機会がほとんどないとの声があった為、今回の実施に至りました。小さなお子様連れのお母様は測定結果を見て、同年代の平均値より低く出たことに驚かれていましたが、「今後の生活で気を付けていく、良いきっかけとなりました。」と、前向きにおっしゃって下さいました。また、適度な運動はもちろん、日光を浴びることで骨が強くなるということも、熱心に聞いて下さる参加者の方もおられました。管理栄養士からは食事面でのポイントもお伝えいたしました。カルシウムを多く含む食材を紹介させて頂きました。またカルシウムだけではなく、他の栄養素もバランスよく摂ることも骨を強くする上で重要であることをお伝えさせて頂きました。「次回はいつ?」と、さっそく聞いて下さる参加者もおられました。今後も地域の皆様の健康増進へ寄与できるよう、定期的に健康相談会を実施し、情報発信して</p>
<p>活動写真</p>	