

# 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 6 月 24 日

申請企業名	総合メディカル株式会社
開催店舗名	タイコー堂薬局 箱作店
店舗住所	大阪府阪南市箱作325-2
催事名	健康いきいきステーション「体組成測定」
開催日	2022 年 6 月 24 日
催事内容	<p>2022年6月24日(金)、大阪府阪南市のタイコー堂薬局 箱作店にて地域の皆さまの疾病を予防し、健康の保持・増進を目的として、健康いきいきステーションを開催いたしました。1か月前から開催のご案内をはじめ、上限を4名までとし、当日は完全予約制といたしました。</p> <p>今回は体組成計を用いて筋肉量、脂肪量等の測定をおこないました。測定後、上半身と下半身それぞれの筋肉、脂肪量を比較して日ごろの運動や食事習慣をお伺いし、改善点があればご提案を行いました。</p> <p>ご参加いただいた方からは「腎機能が悪いからどうしてもタンパク質が少なくなってしまう。普段歩くから下半身は丈夫だけど上半身は動かしてないから落ちてくるかも」「体重が増えているのは食べすぎだと思います。この前から小腹がすいたら飴を舐めるようになってしまったので気を付けようと思います。」など、前向きなコメントもいただきました。</p> <p>今後も測定会や相談会を実施し、地域の皆さまの健康サポートや健康増進に繋がる取り組みを実施してまいります。</p>
活動写真	 