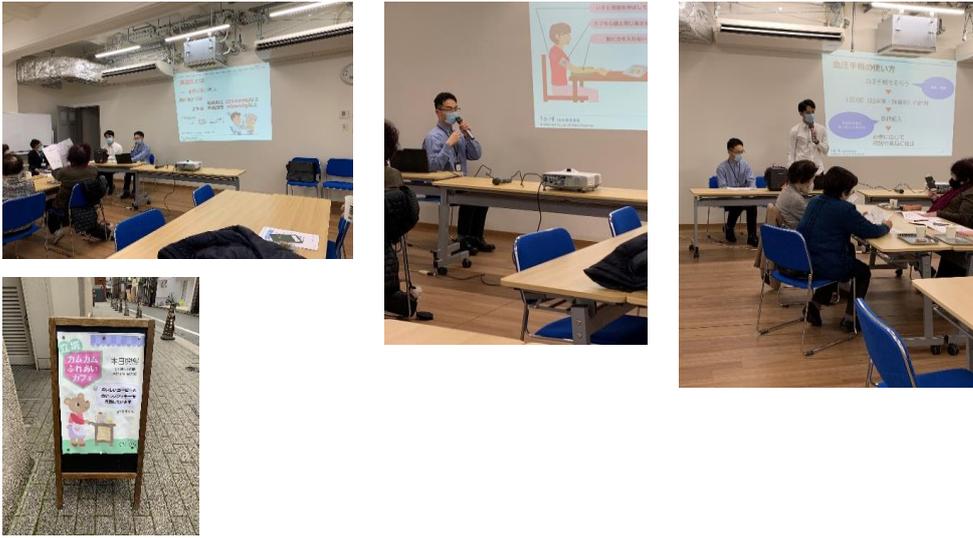


健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2024 年 5 月 29 日

申請企業名	I&H株式会社
開催場所	立誠ガーデンヒューリック京都
参加店舗名	阪神調剤薬局 きぬがさ店 阪神調剤薬局 京大病院前店
店舗住所	阪神調剤薬局 きぬがさ店 京都府京都市北区平野上八丁柳町42-2 阪神調剤薬局 京大病院前店 京都府京都市左京区聖護院川原町28番地
催事名	健康相談会 「どうする血压 ~日常生活でのポイント~」
開催日	2023 年 3 月 26 日
催事内容	立誠ガーデンヒューリック京都で開催される地域イベント「カムカムふれあいカフェ」内で、「どうする血压 ~日常生活でのポイント~」というタイトルで健康相談会を実施した。当日、薬剤師2名、実務実習生2名で対応し、地域の高齢者約10名が参加した。準備したスライドで、高血圧・低血圧の症状について、正しい血压の測り方、血压手帳について、減塩のポイント等の内容について紹介し、その後、個別のお薬相談会を実施した。
活動写真	
	<div data-bbox="432 1630 778 1877"> <p>高血圧とは → 血圧が高い病気 家庭血圧では 最高血圧 135mmHg以上 または 最低血圧 85mmHg以上 診察室血圧では 最高血圧 140mmHg以上 最低血圧 90mmHg以上</p> </div> <div data-bbox="783 1630 1129 1877"> <p>■ 血圧の正しい測り方 上腕式血圧計（腕に帯を巻く） いすに背を伸ばして座る カフを心臓と同じ高さにする 腕に力を入れない 上腕で測定</p> </div> <div data-bbox="1134 1630 1482 1877"> <p>酸味、香辛料、香りなどで薄味を補う 醤油、塩 代わりに 七味やわさびなどの香辛料で、 薄味にアクセント！！ 酢やレモンなどの柑橘類の 酸味で、味にメリハリを！！</p> </div>