

# 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2020 年 2 月 17 日

申請企業名	株式会社アイセイ薬局
開催店舗名	本町店、けやき台店
店舗住所	本町店(茨城県水戸市本町2-5-28)、けやき台店(茨城県水戸市酒門町3142-8)
催事名	認知症チェックセミナーと健康相談会
開催日	2020 年 1 月 25 日
催事内容	<ol style="list-style-type: none"><li>1)健康チェック(軽度認知症チェック・血流診断)</li><li>2)健康相談(アイセイ薬局) …健康チェック結果に対する生活習慣アドバイス<ul style="list-style-type: none"><li>・70代女性: 血圧数字が良くなく、食事の確認実施。塩分と脂分の摂取量を減らす</li><li>・70代男性: 血流の数字が良くなく、その他生活習慣病の薬を飲んでいたので、運動のアドバイス。</li><li>・運動を実施するとき、全くしないときと波のある方へは継続的な実施(習慣化)できないかヒアリングとアドバイスを実施</li></ul></li><li>3)認知症予防講演会(アイセイ薬局) 認知症の現状と予防策を講演</li><li>4)シルバーリハビリ体操(水戸市シルバー) 30名近くで身体の隅々までストレッチ等実施</li><li>5)口腔ケア講演会(南部第2地域支援センター) 奥歯まできれいに磨くためのコツおよびお口周りの手軽にできる運動を実施し、誤嚥しないための方法を講演</li><li>6)栄養士講演会(水戸市高齢福祉課栄養士) 高齢者にありがちな低栄養にならないための食事</li></ol>
活動写真	