

# 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 7 月 8 日

申請企業名	I&H株式会社
開催店舗名	阪神調剤薬局 深谷店
店舗住所	〒366-0035 埼玉県深谷市原郷398番地5
催事名	第11回栄養相談会実施
開催日	2021 年 6 月 24 日 ~ 6 月 25 日
催事内容	<p>阪神調剤薬局深谷店では地域の皆様の健康を支援するために、当店所属の管理栄養士が栄養相談を実施しています。基本的に、いつでも相談を承っていますが、3ヶ月に1度のペースで予約制の栄養相談会を実施しています。今回は第11回栄養相談会の内容について、報告させていただきます。</p> <p>&lt;内容(相談者3名、1名40分程度)&gt;</p> <p>①90代、女性。食事を用意している息子様に栄養相談を実施しました(今回で3回目)。前回の栄養相談会で助言したレシピを参考に作った2日分の献立の写真をお持ちいただきました。前回の相談内容を活かした献立で栄養内容が改善されていることを確認できました。梅雨時期に家庭で起こる食中毒の対策についてのご相談は、厚生労働省の資料を使用し、家庭でできる食中毒予防の6つのポイントを説明しました。</p> <p>②85歳、男性。糖尿病の患者様から、血糖と体重の減らし方について相談がありました。1日の間食目安量と菓子類に含まれる砂糖の量をリーフレットで示し、家族への周知と、食べる回数を減らす提案をしました。また、毎日飲まれている梅酒にも糖質が多く含まれていることを説明し、晩酌の日数を減らしてみることや糖質の少ないハイボールなどの蒸留酒を勧めました。</p> <p>③60代、女性。糖尿病の患者様から、食事全般についての相談を受けました。食事記録より昼食の野菜不足と栄養バランスの偏りが見られましたので、野菜の1日の摂取量を示し、コンビニでも買えるサラダや野菜のおかず、カット野菜の追加を提案しました。</p> <p>今後も栄養相談会を定期的を実施して、継続的に地域の皆様に貢献したいと思います。</p>
活動写真	