

# 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: 2021 年 8 月 3 日

|       |   |
|-------|---|
| 申請企業名 | ライフエンタープライズ株式会社   |
| 開催店舗名 | ハーブランド薬局沼南店   |
| 店舗住所  | 千葉県柏市大津ヶ丘4-25-5   |
| 催事名   | 健康相談会   |
| 開催日   | 2021 年 7 月 13 日   |
| 催事内容  | <p>2021年7月13日(火)9:00-19:00<br/>ハーブランド薬局沼南店にて、薬剤師・管理栄養士による健康相談会を行いました。</p> <p>1、目的<br/>地域住民の健康の保持・増進のための啓蒙活動</p> <p>2、集客方法<br/>店頭・受付・投薬台の掲示物による周知</p> <p>3、開催の様子<br/>当日は60代の女性から管理栄養士に栄養相談がありました。<br/>相談内容:コレステロールの数値が悪かった。悪玉が多く、基準ギリギリである。調理員をしており食事は気にしているつもり。<br/>指導内容:昨年11月よりひざに痛みがあり、仕事にいけなくなってしまい、活動量が低下。食事内容もバランスを気にされており量も多くないが間食の頻度が多くなっていた。コレステロールの働きを説明し、媒体を使用してコレステロールが多い食品やコレステロールを控える方法、ベジタブルファーストをお伝えした。油の種類を説明し、オリーブオイルやアマニ・えごま油も取り入れることもおすすめ。<br/>また、BMI20なもでフレイル予防の観点から最低でもBMI22を目指すことも提案。通院があり定期的に来局予定との事なので今後の経過を伺う予定です。</p> |
| 活動写真  | ※活動写真を2~3枚添付してください。   |