

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 9 月 14 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	ハーブランド薬局三ツ葉店
店舗住所	千葉県流山市名都借300-5
催事名	健康相談会
開催日	2021 年 8 月 4 日
催事内容	<p>1、目的 地域住民の健康維持・増進のための啓蒙活動。 薬剤師・管理栄養士の健康相談による生活習慣病の予防、食事からの疾患悪化の予防を目指す。</p> <p>2、集客方法 店頭・受付・投薬台の掲示物による周知、当日のお声かけ</p> <p>3、開催の様子 ・対象: 64歳 女性 ・相談内容 γ-GTが高く、10年くらい前から脂肪肝と言われている。また、糖尿病も悪化している。 食事や運動がいいことは分かっているが、どのようなことに気を付ければよいか知りたい。 γ-GT108、TG176、BS162、HbA1c7.7%</p> <p>・指導内容 肝臓にいい食事、アルコールと脂肪肝の関係性、食事のバランスのとりに方について説明。 アルコールは1日20gまで、休肝日は連続した2日間(48時間)とること、良質なたんぱく質を摂取し、野菜・きのこ・海藻などの摂取量を増やすことなどをお伝え。食事のバランスのとりに方がなかなかわからなかったの、勉強になったとおっしゃっていました。</p>
活動写真	