

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 10 月 23 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	ハーブランド薬局南柏店
店舗住所	千葉県柏市南柏中央3-10
催事名	女性ホルモン相談会
開催日	2021 年 10 月 12 日 ~16日
<p>催事内容</p>	<p>1、目的 女性ホルモンについての周知・商品の提案 2、内容 女性ホルモンの働きや骨の健康の案内など 3、集客方法 店頭での声掛け、リーフレット配布、POPの掲示 4、開催の様子 10月12日から16日まで、薬剤師・管理栄養士による女性ホルモン提案・相談会を実施しました。 女性の健康に着目して、女性ホルモンは骨の健康と密接に関わっているというお話や女性ホルモンそのものについてのお話を中心にしました。 リーフレットは「骨の健康と女性ホルモン」というテーマに沿って来局者にお配りしました。 周知内容 ・骨粗鬆症は女性に多い病気です。特に閉経後の5年前後で患者の増加が見られます。 骨の健康に大切な三本柱「食事・運動・生活」 食事→カルシウムと大豆を積極的に摂ろう 運動→毎日の生活の中で意識して体を動かすことで骨への刺激に 生活→日光浴でビタミンDを形成、喫煙はリスクを高める</p> <p>相談者の方は40代でちょうど更年期症状が気になる世代の方でした。 女性ホルモンとは、というところを説明させていただき、ご理解いただいたようでした。 また、食事も大事なポイントですので、カルシウムの摂れる食品のご紹介、エクオールが摂れる食品の紹介もいたしました。</p> <p>エクオールは骨とも深く関わっており、骨の健康が害されると将来寝たきり状態となってしまうリスクが高まります。これを予防するためにもまだまだ来局された方へ周知したいと思います。</p>
<p>活動写真</p>	