


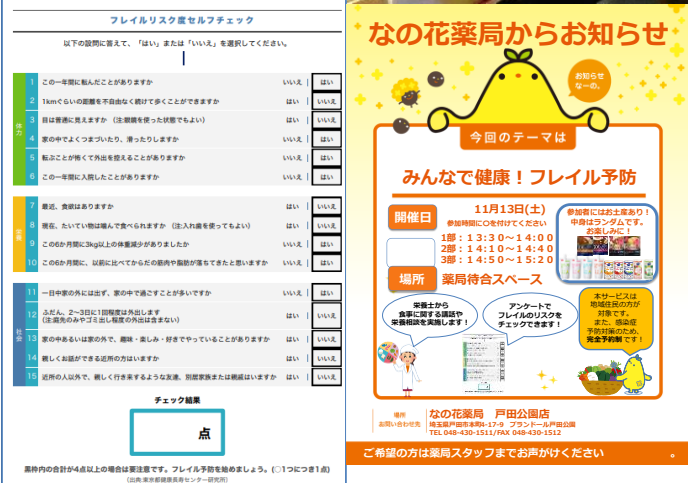
健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 11 月 18 日

申請企業名	株式会社なの花東日本
開催店舗名	なの花薬局戸田公園店
店舗住所	埼玉県戸田市本町4-17-9
催事名	なの花薬局戸田公園店健康フェア
開催日	2021 年 11 月 13 日
催事内容	<p>11月の「介護予防週間」に合わせ「フレイル予防」をテーマとした健康フェアを開催した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・管理栄養士による講演会「みんなで健康！フレイル予防」 ・フレイルチェック(厚生労働省作成チェック表、指輪っかテスト) ・薬剤師によるお薬相談、管理栄養士による栄養相談など。 <p>フレイルチェックは全員リスク無しであったが、コレステロールや血糖値などで食生活の問題があった方数名には、別日で継続的に栄養相談を実施し今後もフォローすることになった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・配布物(みんなで健康フレイル予防・フレイルリスク度セルフチェック・食ペロ1週間チェック表等。

活動写真





フレイルリスク度セルフチェック

以下の設問に答えて、「はい」または「いいえ」を選択してください。

1	この一年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
2	1kmぐらいの距離を不自然なく歩いて歩くことができますか	はい	いいえ
3	目は遠視に見えますか (注: 眼鏡を使った状態でもよい)	はい	いいえ
4	家の中でよくつまづいたり、滑ったりしますか	はい	いいえ
5	靴がはきにくくて履き替えることがありますか	はい	いいえ
6	この一年間に入院したことがありますか	はい	いいえ
7	最近、食欲はありますか	はい	いいえ
8	最近、たいてい物は覚えてもらえますか (注: 入浴剤を使ってもよい)	はい	いいえ
9	このか月に2kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
10	このか月に、以前に比べてからだの痛みや腫れが落ち着かなくなりましたか	はい	いいえ
11	一日中家の外にはいらず、家で過ごすことが多いですか	はい	いいえ
12	ふだん、2〜3日に1回電話はかかりますか (注: 家族のみならず近所の人にもかかさない)	はい	いいえ
13	家の中あるいは家の外で、趣味・楽しみ・好きでやっていたことがありますか	はい	いいえ
14	親しくお話しできる近所の方はいませんか	はい	いいえ
15	近所の人以外で、親しく行き来するような友達、近所者または隣人はいませんか	はい	いいえ

チェック結果

点

※ 質問の合計が4点以上の場合は要注意です。フレイル予防を勧めましょう。(〇1つにつき1点)
(注: 年齢が65歳未満の場合は0点)

なの花薬局からお知らせ

お知らせ
な-の-

今回のテーマは

みんなで健康！フレイル予防

開催日 11月13日(土)
※参加料は0円です。お申し込みは不要です。

1部: 13:30~14:00
2部: 14:10~14:40
3部: 14:50~15:20

場所 薬局待合スペース

※薬士から
食事に際する薬送や
栄養相談も実施します！

アンケートで
フレイルのリスクを
チェックできます！

水コップは
お持ち込みの
対応です。
また、感染症
予防のため、
完全予約制です。

主催 なの花薬局 戸田公園店
お問い合わせ先 埼玉県戸田市本町4-17-9 フラット戸田公園
TEL:048-409-1515 FAX:048-409-1512

ご希望の方は薬局スタッフまでお声がけください