

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: 2022 年 6 月 24 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	お薬・栄養相談会
開催日	2022 年 6 月 20~22 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。 薬剤師の健康相談によるお薬の服用等に関する不安の解消。 管理栄養士の栄養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、内容 お薬・栄養相談会</p> <p>3、集客方法 店頭・受付・投薬台の掲示物による周知。当日の声かけ</p> <p>4、開催の様子 ・対象: 70代 女性 ・相談内容 腎臓が悪くて、先生から塩分・たんぱく質の制限をするように言われています。 毎日歩くようにしているのだけれど、これから暑くなったらスポーツドリンクとかは飲まないようにした方がいいの？あれって塩分結構はいつているわよね。</p> <p>・指導内容 【管理栄養士より】 夏は汗をかく量が増える為、水分補給に注意してください。のどが乾いてからですと既に体内の水分量は減ってしまっている状態です。のどが乾く前に飲む習慣をつけましょう。 スポーツドリンクや経口補水液は塩分が含まれているため普段の水分補給には向きません。 汗をたくさんかいた時にはスポーツドリンクを飲んでもらって問題ありません。 水だけだと電解質が不足してしまい水を飲んでいるのに脱水してしまうリスクがありますので、自分の体調の様子を見ながら適切な飲料を飲むようにしてください。</p> <p>5、参加者人数 1人</p>
活動写真	