

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 11 月 22 日

申請企業名	株式会社アイセイ薬局
開催店舗名	アイセイ薬局高根台店
店舗住所	千葉県船橋市高根台4-32-1
催事名	地域健康フェア
開催日	2022 年 11 月 16 日
催事内容	<p>・血管年齢測定 指先の細動脈のボリュームの変化を波形で解析して自律神経のバランス、交感・副交感神経の活性レベル、自律神経活動度、肉体的疲労などを測る。</p> <p>実際に血管年齢を測定してもらい実年齢との乖離がどれくらいあるのかをご自身で確認してもらう。 実際には実年齢よりも血管年齢が+3歳の方が多くほぼ実年齢と相違なかった。 薬を服用している方には薬はそのまま継続してもらい引き続き減塩の食事のレシピをお渡しして日頃の調理の参考にしてもらった。レシピについてはアイセイ薬局の管理栄養士が監修しているものを渡した。 運動についても日頃から行っている方がほとんどで測定結果を踏まえて運動の継続、継続の重要性について説明した。 また、ひざの痛みが出ないようにサプリメントを服用している方からの相談があった。効いているのかいないのか自覚症状がないとのこと。継続して差し支えないことを説明したが自己判断で中止しても問題ないことも説明。</p>
活動写真	   