

# 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: 2023 年 5 月 10 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	ハーブランド薬局東松戸店
店舗住所	千葉県松戸市東松戸3-7-19
催事名	お薬・栄養相談会
開催日	23 年 5 月 9 日
催事内容	<p>1、目的 地域住民の健康増進のため。 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。</p> <p>2、内容 患者様の薬・栄養に関するお悩みについて薬剤師・管理栄養士が回答する。</p> <p>3、集客方法 自動ドアにお知らせを掲示し、チラシの配布を行った。</p> <p>4、開催の様子 栄養相談 1件 男性 50代 中性脂肪が高く、HDL-Cが低いことが気になる。 原因は何か。どうしたらいいのか。 【回答】 野菜は積極的にとられているようなので今後も継続していきましょう。 また食事をするときは野菜から食べるように、よく噛んで食べるように意識してください。 HDL-Cと喫煙は関係が深いので、一日のタバコの量を徐々に減らしていきましょう。 運動もHDL-Cと中性脂肪に深くかかわっているので、時間がある時にはウォーキングなどするようにしましょう。 青背の魚に含まれるDHAやEPAはHDL-Cを下げずにLDL-Cを上げる作用があるので今後意識して食べるようにしてください。(資料配布)</p> <p>5、参加人数 1人</p>
活動写真	