

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 26 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	2023 年 5 月 15~17 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: 80代 男性 ・相談内容 糖尿病なのだけれど、健康の為に朝起きて、ご飯食べる前に散歩を1時間くらいしているのだけれど、 運動は食後にした方がいいのかな。一応散歩に行く前に飴を一粒口の中に入れて、舐めながら歩いて いるのだけれど。</p> <p>・指導内容 【管理栄養士より】 血糖値を下げる目的で散歩に行かれるのであれば食後の運動がオススメです。 食後ですと食事によって上がった血糖値を抑えてくれる働きが期待できます。また、食前の運動ですと 現在飴をなめて対策されているかとは思いますが、低血糖のリスクも高まりますので出来れば食後に した方が良いかとは思いますが、しかし、ご自身の継続しやすい方でも良いかとは思いますが。 ただし、散歩に行く際はポケットに飴を入れて低血糖になった場合対応できるように準備して てください。</p>
活動写真	