

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 8 月 29 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 沼南店
店舗住所	千葉県柏市大津ヶ丘4-25-5
催事名	貧血相談会
開催日	2023 年 8 月 8 日 ~ 2023 年 8 月 8 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。</p> <p>2、内容 「血糖」についての素朴な疑問・質問への回答。</p> <p>3、集客方法 店頭・受付・投薬台の掲示物による周知 コーナー設置による関連商品の展示 当日の声かけ</p> <p>4、開催の様子 当日の相談会には71歳、男性が参加。1年前から高血糖を指摘され、糖尿病薬を服用中。病院の先生から食事を気を付けるようにと言われたがどうすれば良いのかが分からないとの相談を受けました。2.3日分の食事内容を伺ったところ、調理は奥様が行い野菜の量を増やすなどの工夫をされており、食事は抑えており特に白米の量を以前は茶碗2杯だったところを1杯にしているとのことでした。しかし食事内容を具体的に聞き取ると、おかずは煮物が多く1日に1回は食卓に並ぶことが多い様でした。そこで、血糖値は食べる順番でも変動することをお話し、毎食野菜類から食べ始めると良いことをお伝えしました。血糖値を上げづらい食材や、糖質が少ないレシピをお渡しし、カロリーが砂糖の約半分です体内で消化・吸収されにくい甘未料の「マービーシリーズ」を紹介致しました。 これからも、相談者の生活背景にあったアドバイスや提案をしていきたいです。</p> <p>5、参加者人数 1人</p>
活動写真	<p>※</p> 