

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: 2025年5月1日

申請企業名	クラフト株式会社	
開催店舗名	さくら薬局 つくば駅前店	
店舗住所	茨城県つくば市吾妻2丁目8-8 つくばシティビル1階	
催事名	血管年齢測定会	
開催日	2024年10月29日	
催事内容	➤現状や目的・考え	血圧と違い、なかなか測定する機会のない血管年齢を測定させていただくことで、現在の食生活や運動量が適切かどうかの参考になればと思い開催いたしました。
	➤実施内容	投薬の待ち時間にiPadと専用の測定器を用いて、希望者に対して血管年齢の測定を行いました。 結果に応じて今後の改善点や現在の取組みで継続した方がいい点などを説明しました。
	➤実施結果・効果	実年齢と比べて高い方、低い方それぞれいらっしゃいました。高かった方には現在の生活で思い当たる点を確認し、それにに応じてアドバイスをしました。低かった方には、他の方の参考にもなるので現在行っている習慣などを質問しました。実年齢より血管年齢がかなり低かった方は血圧、コレステロールの薬によるコントロールをしている、その他水分をこまめにとっていると教えていただき、他の方へのアドバイスの参考にさせていただきました。
	➤参加者の感想	実年齢より血管年齢が若い結果の方は、治療効果や日頃意識している習慣の成果がでているようでうれしいとの声が聞かれました。 また、意外と若年層で実年齢より血管年齢が大幅に高い方も多く、将来のためにも食生活や運動習慣、喫煙、飲酒、ストレスなどを意識していきたいとの声も聞かれました。
	➤課題・改善点	今回も、前回同様、患者さんが混み合う時間帯にはなかなか測定のお声掛けが出来なかったもので、難しい点ではあるが、より多くの患者様に測定して頂き健康意識を高めていただけるよう、より薬剤師の人数が多い日に実施するなど工夫していきたい。
	➤今後の活動方針・抱負	今回の測定結果を見ると、意外と健康に問題がなさそうな若年層や、薬による血圧、脂質、血糖値等のコントロールをされていない方でも、数値が実年齢より高い方が多かったため日頃から意識しやすい食事内容や水分量、運動等のアドバイスも行っていきたいと思いました。
活動写真		