

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7日

申請企業名	さくら薬局株式会社	
開催店舗名	さくら薬局 都賀の台店	
店舗住所	千葉県千葉市若葉区都賀の台2-22-9	
催事名	塩分制限講座	
開催日	2024年11月19日	
催事内容	➤現状や目的・考え	高血圧患者へ塩分制限の重要性について説明することが目的
	➤実施内容	塩分制限のパンフレットを使って日常の食事で塩分がどのくらい含まれているかを説明 さらに塩分を制限するための工夫、調理方法を説明することで生活の改善につなげていた だく
	➤実施結果・効果	日本食はみそ汁や漬物など塩分を多く含む食事が多いことを知っていただき、塩分を控えて も美味しく召し上がっていただくために必要な食事の工夫をお伝えした
	➤参加者の感想	塩分をとりすぎていると分かっているけど味気ない食事は長く続かないのでなかなか実行で きていなかった 出汁やお酢などを使用することで香りで食事が美味しく感じられることを知りやってみようか なと思う
	➤課題・改善点	混みあっている待合でお声がけをし、聞いていただくのはなかなか難しい 開店直後、閉店直前など時間の設定を変えることも検討していきたい
	➤今後の活動方針・抱負	塩分の話をした際に思いがけず感動していただいたので、次回以降糖分や脂肪分につい ても食事の改善方法を調べて活用してみたい
活動写真		