

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： 2024 年 11 月 12 日

申請企業名	株式会社なの花東日本
開催店舗名	なの花薬局 昭島駅前店
店舗住所	東京都昭島市代官山2丁目9-4 昭島昭和第一ビル北館1F
催事名	「うまみアップで減らしお〜！」
開催日	2024 年 11 月 10 日
催事内容	<p>「減塩」をテーマに2部制にて開催(1部6名、2部4名)した。降圧剤を服用している方は5名であり、その他の方も腎臓病や糖尿病など、生活習慣病の方がほとんどであった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・血管年齢計は全員に興味を持って頂き測定した。結果は個人差があったが、全員がC以上(A3名、B2名、C5名)であり、普段からかなり食事や運動に関して意識している様子であった。 ・心不全療養指導士資格保持者の薬剤師がいる為、隙間時間で2名の方に血圧を測定してもらい、薬剤師より情報提供した。1名は降圧剤を飲んでいないが140/90以上とやや高めであったため、このようなイベントをきっかけに生活習慣の見直しや早期受診による一次予防に繋がると感じた。1名は降圧剤を飲んでいるため数値は正常範囲内であった。 ・塩分チェック表は全員が15点以下(平均10点)であり、中には7点以下の方も見受けられた。また味噌汁の塩分濃度測定は全員は0.9以下(平均0.8)であったため、減塩に関して意識してる方が多かった。結果に合わせて減塩アドバイスを行った。 ・栄養講話は参加者が飽きないようにクイズ形式とした。中には質問する方やメモをする方がおり、アンケート集計でも大変好評であった。
活動写真	 