

# ホーム土屋薬局にて、 栄養士による栄養相談を受け付けています！

アイングループでは、地域に根ざした薬局として、地域の皆さまとのコミュニケーションを大事にしています。さまざまなイベントを通じて、地域の皆さまとお薬のこと、健康や介護のこと等、一緒に考え、地域の健康増進へ貢献していきたいと考えております。

ホーム土屋薬局（長野県伊那市）では、栄養士による栄養相談を実施しています。

栄養相談の一例をご紹介します。

以前、栄養相談をご利用いただいた方が、その後の経過報告にご来局されました。

今回は患者さまより「血糖値が下がらない」というご相談を受け、食事内容の聞き取りを実施。炭水化物の単品食べや、果物の摂りすぎが見られたため、炭水化物は単品で食べるよりも、たんぱく質や脂質と一緒に食べた方が血糖値の上昇が緩やかになること、果物には果糖が含まれており、食べ過ぎてしまうと血糖値が上昇してしまうことを説明していました。そして今回、「おかずの内容を見直してみたら血糖値が下がった」と血液検査の結果報告に来てくださいました。

他の方からも、コレステロールと中性脂肪の違いについての質問を受ける等「栄養相談をやっていてちょうど良かったよ」とお声がけいただきました。

このような栄養相談を通じて、自身の健康について考えていただくきっかけになれば、うれしく思います。今後も、アイングループでは地域の皆さまの健康増進へ貢献できるよう、努めてまいります。



**ホーム土屋薬局**

所在地 : 長野県伊那市中央4960

営業時間 : 月・火・木・金 9:00~18:30

水 9:00~17:00 土 9:00~13:30

定休日 : 日・祝日

電話番号 : 0265-74-7333