

三輪土屋薬局にて、栄養相談を実施しました！

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。

三輪土屋薬局（長野県長野市）では、当社管理栄養士指導のもと、栄養士による栄養相談を実施しています。

今回、10月29日（火）に実施した栄養相談の一例をご紹介します。

患者さまより「糖尿病と高血圧で以前から栄養相談を受けたいと思っていた。食生活の見直しをしたい」というご相談を受けました。食生活の聞き取りを行うと、漬物の摂取量が多いことがわかり、資料を用いて塩分量を一緒に確認しました。また、夕食後寝る前に果物を食べる習慣があることから、夕食の量を増やし、その分果物を控えるようご説明。1日の果物摂取目安量を伝え、活動の多い時間帯に食べるよう説明しました。「こんなに塩分とっていたなんて気がつかなかった」「話をすることで整理がついて、改善しなくてはいけないことが改めてわかった。助かった」というお言葉をいただきました。

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。



三輪土屋薬局

所在地 : 長野県長野市三輪5丁目43-18

営業時間 : 月～金 9:00～18:30 土 9:00～14:00

定休日 : 日・祝日

電話番号 : 026-219-1910