

信越土屋薬局にて、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。

信越土屋薬局（長野県上水内郡）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。

7月に行った栄養相談の一例をご紹介します。

骨密度の検査を3回行い、その都度結果が悪いというご相談をいただきました。今回から薬が増えたそうで、食事の内容を詳しく聞き取り、カルシウムの補給方法をお伝えしました。好き嫌いが多いとのお悩みがありましたので、嫌いな食材の代わりとなる食品をご紹介します、なるべく摂取できる食品を増やせるようにお話ししました。また体重が減少傾向でもあったので、エネルギーとカルシウムが効率的に摂取できる間食をご紹介します、うまく活用するようご説明しました。最後に、1ヶ月に1度栄養相談を無料でやっていることをお伝えし、なるべく継続で栄養相談を行えるようにお伝えしました。

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。



信越土屋薬局

所在地 : 長野県上水内郡信濃町大字柏原382-3

営業時間 : 月～金 8:30～18:00

定休日 : 土・日・祝日

電話番号 : 026-254-8370