

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: 2023 年 9 月 15 日

申請企業名	有限会社ホウライ
開催店舗名	ハヤカワ調剤薬局
店舗住所	新潟県糸魚川市大字西谷内74番地8号
催事名	糖尿病ってどんな病気？
開催日	2023 年 8 月 31 日
催事内容	成人の5人に1人が糖尿病または予備軍。男性は30歳代以上、女性は50歳代以上に増加傾向が見られます。今回は「糖尿病ってどんな病気？」をテーマに糖尿病の自覚症状、合併症、疾患の予防、BMI値の算出、食事や運動についてお話させていただきました。3名の方が参加、食事に関して腹八分目と分かってはいるが、目の前にあると食べ過ぎてしまうとの意見が多かったです。早食いの傾向もありましたので、ゆっくりと噛んで食べる習慣、野菜・海藻・きのこの等の食物繊維を多く含む食品を意識して摂取するようにアドバイスしました。
活動写真	 