



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 5 月 9 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	高血圧ってどんな病気？
開催日	2023 年 4 月 25 日
催事内容	<p>高血圧ってどんな病気？をテーマに4名の方に参加して頂きました。 血圧を上げる原因の塩分過剰、肥満、過度の飲酒、喫煙、ストレス、運動不足に関してお話ししました。</p> <p>高血圧チェックリストより地域柄もあるのか、濃い味付けを好む方が多い印象でした。 減塩のコツとして割り醤油を使用、だしで味付けして素材を生かす、香味野菜を利用。 汁物は1日1杯以下、加工食品を控えるなどアドバイスしました。</p>

活動写真	 
------	--