

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: 2025年7月1日

申請企業名	クラフト株式会社	
開催店舗名	さくら薬局 加美色麻店	
店舗住所	宮城県加美郡色麻町四竈字瀧107-1	
催事名	塩分チェック講座	
開催日	2025年3月31日	
催事内容	➤現状や目的・考え	医師に減塩指示をされてもふだん自分がどれだけ食塩を摂取しているか把握してる患者は少ない。現在の食塩摂取量を把握することで、減塩を意識しやすくすることを目的とした。
	➤実施内容	塩分チェックシートを用いてふだんの食塩摂取量について確認した。その結果をもとに、食塩摂取量を把握してもらい、食生活の改善点についてアドバイスした。
	➤実施結果・効果	食塩摂取量や食品に含まれる食塩量を確認し、減塩について意識してもらうよい機会になったと思う。
	➤参加者の感想	あまり塩分量について考えたことはなかった。予想以上に塩分摂取量が多かったので、家族と相談しながら食生活を見直したい。
	➤課題・改善点	降圧剤が出ている患者さまに声掛けをしたが、高血圧予防のため、今後は血圧が高くない患者にも声がけするようにしたい。
	➤今後の活動方針・抱負	市民講座の時だけでなく、ふだんの服薬指導でも食生活の見直しについてアドバイスできるようにしたい。
活動写真		