

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2020 年 6 月 22 日

<p>申請企業名</p>	<p>株式会社ココカラファインヘルスケア</p>
<p>開催店舗名</p>	<p>ココカラファイン薬局港東海通店</p>
<p>店舗住所</p>	<p>名古屋市区七番町2-4-2</p>
<p>催事名</p>	<p>2019年度健康相談会に関する取組</p>
<p>開催日</p>	<p>2019 年 7 月 13 日</p>
<p>催事内容</p>	<p>2019年度ココカラファイン薬局港東海通店では、8回の健康相談会を実施し、地域の皆様の健康増進に貢献させていただきました。健康相談会は月1回程度開催し、季節に合わせたお悩みをメインテーマにした講習会と関連のOTCの使用体験会を実施しました。また、検体測定器を用いた、血糖値、HbA1c、LDLコレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪の測定では、ご自身に現状を把握して頂けるような、より具体的な生活習慣改善へのアドバイスをさせていただきました。7月13日の実施テーマは「マウスケア」。身近な疾患として歯周病に着目し、進行することで、歯を失ってしまうリスクや歯周病への対策を行うことにより、高血圧や糖尿病のコントロールなど全身疾患への有用性を知って頂きました。また、正しい歯磨きの仕方の説明と口臭ケアや、歯科受診の聞き取りを行い、定期的な検診への啓発も行いました。参加して下さった方からは後日「血糖をコントロールするためにも歯磨きを大切にしようになった」と感想をいただきました。8月24日実施テーマは「お酢の力」。夏バテの防止や疲労回復のひとつの手段として「お酢」に着目し、夏バテ以外にも、お酢の継続摂取が生活習慣病への改善の手助けになり得ることなど健康増進への意識付けを行いました。また、お酢の効果的な取入れ方や、アレンジレシピの1例を実際に試飲していただくなど、食生活への提案を行いました。試飲された方からは「飲みやすく、毎日続けてみたい」というお言葉をいただき、現在も継続しているようです</p> <ul style="list-style-type: none"> ・9月21日実施テーマ「カロリーコントロール①適正体重、推奨摂取カロリーの意識」 ・10月12日実施テーマ「カロリーコントロール②血糖値の意識」 ・11月16日実施テーマ「カロリーコントロール③食生活の見直し」 ・12月21日実施「感染症対策①風邪にまけない体づくり、正しく手洗いをしよう」 ・1月25日実施「感染症対策②健康に新年を始めよう、ノロウイルスへの対処方法」 ・2月15日実施「温活、冷えは万病のもと」 <p>現在は新型コロナウイルスの感染拡大の防止のため、健康相談会、検体測定室は見送らせていただいておりますが、自粛明けに熱中症をテーマに開催したいと考えています(6月1日現在)</p>
<p>活動写真</p>	