

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 9 月 10 日

申請企業名	株式会社 なの花中部
開催店舗名	なの花薬局一宮えびす店
店舗住所	愛知県一宮市千秋町佐野字五反田20
催事名	からだPLUSの日
開催日	2021 年 8 月 25 日
催事内容	<p>なの花薬局では患者様一人ひとりに寄り添う地域薬局として、地域の皆様の健康をサポートするため薬剤師による健康相談や管理栄養士による栄養相談を行っています。</p> <p>なの花薬局一宮えびす店にて8月25日(水)に「からだPLUSの日」を実施しました。からだPLUSの日では、患者様の食事・生活に役立つ情報を提供しています。7月から12月までを「食物繊維で便秘予防月間」とし、食物繊維と便秘について詳しく啓発していきます。</p> <p>今回は「食物繊維の種類と働き」が掲載されている資料と食物繊維がたっぷりとれるレシピを配布しました。</p> <p>また、情報提供ボードには「食物繊維の目標摂取量」について掲載しました。食物繊維には大きく分けて不溶性と水溶性の2種類があります。それぞれ大切な働きがあるため、バランスよくとっていただけるようにアドバイスしていきたいです。</p> <p>便秘の患者様も多く、食物繊維をたっぷり取りましょう。水分もたっぷりとりましょう。と話しました。</p> <p>料理の紹介に興味をもっていたいただいた方も多く、「おいしそうだから、さっそく今晚作ってみる。」という声もいただきました。</p> <p>今後も地域住民の皆様が気軽に健康について相談ができる薬局を目指して、地域に貢献できる取り組みを実施して参ります。</p>

活動写真		
------	---	--