

# 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: 2024 年 2 月 9 日

申請企業名	株式会社 なの花中部
開催店舗名	なの花薬局名古屋明治店
店舗住所	愛知県名古屋市中南区内田橋1-30-12
催事名	からだPLUSの日
開催日	2023 年 6 月 16 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>なの花薬局名古屋明治店にて6月16日(金)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。</p> <p>4月～6月は「食物繊維月間」として食物繊維について詳しく啓発していきます。今回は「発酵性食物繊維」や「便秘の原因と対応」についてまとめた資料を配布しました。また、情報提供ボードには「食物繊維をたっぷりとる方法」を掲載しました。食物繊維は大きく分けて水に溶けにくい不溶性食物繊維と、水に溶ける水溶性食物繊維の2種類があります。どちらの食物繊維も摂取すると体に良いはたらきがあるので、積極的に摂取するように心掛けていただくようにアドバイスしていきます。</p> <p>日頃から投薬時に便秘に対する食事に関して質問を受けることが多く、便秘の方は食事を控えたほうが良いと誤った解釈をしている方も多いように思います。今回、具体的な食品を紹介しながらお話をすることができ、患者様の反応がとても良かったです。</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	 