



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	2023 年 6 月 21 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6月21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。</p> <p>4月～6月までは「腸内環境改善月間」とし、腸内環境を整えるためのポイントについて詳しく啓発していきます。 今回は「善玉菌の働き」や「整えるための運動」についてまとめた資料と「オートミールの豆乳キムチリゾット」のレシピを配布しました。 また、情報提供ボードには「からだの不調と腸内細菌」を掲載しました。 お腹の不調が起こると腸内で悪玉菌が活発になってしまいます。悪玉菌が活発になり増殖すると老廃物や有毒ガスが発生し、血液に入って全身に悪影響が起こります。悪玉菌を減らし、善玉菌を増やせるようにアドバイスしていきたいと思います。整腸剤を飲んでいる患者様も多いので、食事、運動、睡眠、ストレスなど、それぞれの生活習慣を見直すことで改善できることを話しました。</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	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>