

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 13 日

申請企業名	株式会社 なの花中部
開催店舗名	なの花薬局日永西店
店舗住所	三重県四日市市日永西5丁目523番地
催事名	からだPLUSの日
開催日	2023 年 7 月 15 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>なの花薬局日永西店にて7月15日(土)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>7月～9月は「歯の健康月間」とし、歯の健康について詳しく啓発していきます。今回は「肥満や生活習慣病を予防する食べ方」や「おやつ選び方」についてまとめた資料を配布しました。</p> <p>また、情報提供ボードには「噛む効用」を掲載しました。おやつは糖質を多く含むチョコレートや飴、甘いジュースを選びがちです。おすすめは咀嚼回数が増える小魚や糖質が少ないお菓子、無糖の飲料です。歯にやさしいおやつ選びをアドバイスしていきたいと思えます。</p> <p>お話をした患者様は「よく噛んで食べることが良いことは知っていたけど、一口30回以上とは知らなかった。でも、なかなか30回は難しいわ。」と話されていました。</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	 