

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2024 年 11 月 12 日

<p>申請企業名</p>	<p>総合メディカル・ファーマシー中部株式会社</p>
<p>開催店舗名</p>	<p>ハロー薬局忠次店</p>
<p>店舗住所</p>	<p>愛知県名古屋市南区忠次1-1-6 メディカルガーデン名古屋南1F</p>
<p>催事名</p>	<p>健康相談会</p>
<p>開催日</p>	<p>2024 年 11 月 12 日</p>
<p>催事内容</p>	<p>ハロー薬局忠次店では、「かかりつけ薬局」「かかりつけ薬剤師」として地域の皆さまの健康をサポートする目的で、地域住民向けに健康について相談会を実施しました。健康については、定期的に健康計測機器(InBody、脳年齢測定、血管年齢測定器など)を用いて測定し、説明させていただきました。また、血糖測定を行うことにより、食事と血糖値の関係を説明したり、気を付けるべき食事の内容について相談を受けることもありました。たくさんの方が薬局に入ることができないため、予約制にして一人ひとりとしっかり話をできるように対策をして開催することができました。</p> <p><相談内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・測定前にあんパンを食べているが、どれくらいで血糖値があがってしまうのか?⇒あんやパンに含まれる炭水化物がブドウ糖に変換され、吸収されて血糖値が上昇する旨説明。 ・筋肉量を増やすにはどうしたらいいか?⇒運動後できれば30分以内にたんぱく質を摂取するとよい。 <p>忠次店では今後も定期的に健康イベントを開催し、地域の皆様の健康にお役に立てるよう取り組んで参りたいと思います。毎月1回、水曜日午後開催としておりますのでお気軽に開催内容・日程についてお問い合わせください。</p>
<p>活動写真</p>	