

内川土屋薬局にて栄養相談を実施しました

アイングループでは、地域に根ざした薬局として、地域の皆さまとのコミュニケーションを大事にしています。さまざまなイベントを通じて、地域の皆さまとお薬のこと、健康や介護のこと等、一緒に考え、地域の健康増進へ貢献していきたいと考えております。

内川土屋薬局（長野県千曲市）では当社管理栄養士指導のもと、栄養相談を実施しています。

9月17日（木）に実施した栄養相談の一例をご紹介します。

糖尿病の男性。体重が増え、血糖値も上昇してしまったとのご相談でした。

食事の内容を伺うと、菓子パンを食べることが多くあるとのことでした。

栄養士からは、菓子パンよりもたんぱく質を含んだおにぎりやサンドイッチに変更してみてもどうか、また甘いものが食べたい時は乳製品や果物等ビタミン・ミネラルが摂れるものとし、どうしても食べたい時は個包装のものでできるだけ小さいものを選ぶようにしてみてもどうかと、ご提案しました。

定期的に来局をされる方なので、薬剤師と連携がとれた栄養指導となるよう努めていきたいと考えています。

このような栄養相談を通じて、自身の健康について考えていただくきっかけになれば、うれしく思います。

今後も、アイングループは地域の皆さまの健康増進へ貢献できるよう、努めてまいります。