

2021年9月、長野県の調剤薬局14店舗にて、 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。

2021年9月、長野県の調剤薬局14店舗にて、当社管理栄養士指導のもと、栄養相談を実施しました。

今回、2021年9月16日（木）に西鶴賀土屋薬局（長野県長野市）で実施した栄養相談の一例をご紹介します。

食事を用意しても食べる気にならないとのご相談をいただきました。体重が減少傾向だったので、摂取カロリーが少ないこと、食事の内容が炭水化物に偏っていることをお話ししました。特にたんぱく質の不足が伺えたので、市販の茶碗蒸しや豆腐、魚肉ソーセージ、納豆、乳製品等、調理をしなくても食べられるたんぱく質源を紹介しました。また、1日3食にこだわらず、10時や15時に補食をとることで、1日の摂取カロリーが不足しないように提案しました。

「次回の栄養相談時には採血結果を一緒にみて、また食事についてお話ししてもらいたいです。」とのお言葉をいただきました。

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、アイングループで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。

店舗概要①



みくりや土屋薬局

所在地 : 長野県長野市川中島町御厨719-3
営業時間 : 月～土 8:30～18:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-285-1875
開催日 : 9月2日 (木)



高梨土屋薬局

所在地 : 長野県須坂市高梨261
営業時間 : 月～金 9:00～18:00 土 9:00～14:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-215-2302
開催日 : 9月7日 (火)



アイン篠ノ井薬局

所在地 : 長野県長野市篠ノ井会653-3
営業時間 : 月～金 9:00～18:00 第1、4土 9:00～15:00
定休日 : 第2、3、5土・日・祝日
電話番号 : 026-290-7080
開催日 : 9月10日 (金)



アイン薬局 松代店

所在地 : 長野県長野市松代町松代163-12
営業時間 : 月～金 8:30～18:00 土 9:00～13:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-261-2112
開催日 : 9月16日 (木)



今井土屋薬局

所在地 : 長野県長野市川中島町今井384
営業時間 : 月～金 8:30～18:00 土 8:30～14:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-286-2529
開催日 : 9月16日 (木)

店舗概要②



西鶴賀土屋薬局

所在地 : 長野県長野市大字鶴賀西鶴賀町1473-1
営業時間 : 月・火・木・金 9:00~18:00 土 9:00~14:00
定休日 : 水・日・祝日
電話番号 : 026-217-1280
開催日 : 9月16日 (木)



田町土屋薬局

所在地 : 長野県飯山市大字飯山字田町2938-4
営業時間 : 月~金 8:00~17:30 土 8:00~13:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0269-81-1338
開催日 : 9月17日 (金)



里島土屋薬局

所在地 : 長野県長野市里島73
営業時間 : 月~土 9:00~18:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-213-6506
開催日 : 9月18日 (土)



新町土屋薬局

所在地 : 長野県長野市信州新町上条153
営業時間 : 月~金 8:30~18:00
定休日 : 土・日・祝日
電話番号 : 026-262-2953
開催日 : 9月22日 (水)



ふれあい土屋薬局

所在地 : 長野県長野市若里6丁目1-5
営業時間 : 月~金 8:30~18:00 土 9:00~13:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-269-6120
開催日 : 9月27日 (月)

店舗概要③



若穂土屋薬局

所在地 : 長野県長野市若穂綿内7530
営業時間 : 月～金 9:00～18:00
第1、3土 9:00～17:00 第2、4、5土 9:00～13:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-266-5270
開催日 : 9月28日 (火)



豊田土屋薬局

所在地 : 長野県諏訪市大字豊田2437-2
営業時間 : 月～水・金 9:00～18:30 木 9:00～18:00 土 9:00～15:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0266-75-5840
開催日 : 9月28日 (火)



北市土屋薬局

所在地 : 長野県長野市若里1丁目34-3 東洋若里ビル1F
営業時間 : 月～金 9:00～18:30 土 9:00～14:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-291-3771
開催日 : 9月29日 (水)



信越土屋薬局

所在地 : 長野県上水内郡信濃町大字柏原382-3
営業時間 : 月～金 8:30～18:00 土 8:30～12:30
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-254-8370
開催日 : 9月30日 (木)