

# みすず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。

2022年2月16日（水）、みすず土屋薬局（長野県伊那市）にて実施した栄養相談の一例をご紹介します。

定期的に栄養相談を利用されている方からのご相談をいただきました。

以前上がってしまった数値に関する経過のご相談でした。最近では外食回数の減少や咀嚼回数の増加により数値が適正に近づいていたため、継続していただくようお願いしました。また、野菜や果物はスムージーにして摂取しているとのことだったため、果物を使用する際は1日の目安量を再確認し摂りすぎには注意するようお願いしました。

「形式ばったことだけではなく、自分にも合った方法を一緒に考えてくれてありがたい。また次回もお願いします。」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。



**みすず土屋薬局**

所在地 : 長野県伊那市前原8379-7

営業時間 : 月・火・木・金 8:00~18:30

水 8:00~18:00 土 8:00~12:30

定休日 : 日・祝日

電話番号 : 0265-77-0102