

丸子土屋薬局にて、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。

丸子土屋薬局（長野県上田市）では当社管理栄養士指導のもと、栄養士による栄養相談を実施しています。

7月に行った栄養相談の一例として、味覚異常があり検査を受けた60代女性からの相談についてご紹介します。亜鉛不足からくる味覚異常ではないかと医師から言われたため、亜鉛を多く含む食品が知りたいとのことでした。生活習慣をきくと、お酒が好きで休肝日無くお飲みになっているようでした。またつい手軽な加工品に頼りがちであるとの自覚がありました。アルコールや添加物は亜鉛の排泄を促すため控えるようお伝えしました。お酒の分量も若干許容量をオーバーしていたため、資料のお渡しとともに、1日のアルコール分量を守る、また休肝日を設けるように提案いたしました。

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。



丸子土屋薬局

所在地 : 長野県上田市中丸子1682-16

営業時間 : 月～金 9:00～18:30

土 9:00～17:00

定休日 : 日・祝日

電話番号 : 0268-75-5230