

2019年8月、長野県の調剤薬局12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。

2019年8月長野県の調剤薬局12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、8月23日（金）に今井土屋薬局（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。

ご来局された患者さまより、「冷え症に悩んでいる」というご相談を受けました。夏場は水分補給に冷たい飲料や食べ物を多く摂りがちになるため、連続して冷たい物を摂らないよう意識することをお伝え。また、旬の夏野菜は水分が多く含まれるため、身体を冷やしやすいですが、加熱すると身体を温める効果に変わります。冷えが特に気になる日等は、炒め物やスープに入れて摂取するよう説明しました。その他、根菜類や香味野菜、血行を促進するビタミンEを含む南瓜やナッツ類も効果的であることをお伝えし、資料をお渡しすると「ぜひ参考にする」という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



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 : 8月5日(金)、23日(金)



ホーム土屋薬局

所在地 : 長野県伊那市中央4960
営業時間 : 月・火・木・金 9:00～18:30 水 9:00～17:00 土 9:00～13:30
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0265-74-7333
開催日 : 8月5日(金)



和田土屋薬局

所在地 : 長野県松本市和田1443-3
営業時間 : 月～水・金 8:30～18:30 木 9:00～18:00 土 8:30～13:30
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0263-40-1080
開催日 : 8月7日(水)



みのわ土屋薬局

所在地 : 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪8612-1
営業時間 : 月～水・金 8:30～18:30 木 8:30～16:30 土 8:30～14:30
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0265-98-4080
開催日 : 8月9日(金)



飯山土屋薬局

所在地 : 長野県飯山市飯山新町裏186-1
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 : 0269-81-2810
開催日 : 8月16日(月)

店舗概要②



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 : 8月20日 (火)



高田土屋薬局

所在地 : 長野県長野市高田547-10
営業時間 : 月～水・金 8:30～18:30 木 8:30～17:30 土 8:30～14:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-225-9180
開催日 : 8月20日 (火)



竜東土屋薬局

所在地 : 長野県伊那市境1069
営業時間 : 月～金 9:00～18:00 土 9:00～16:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 0265-78-7883
開催日 : 8月21日 (水)



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
開催日 : 8月23日 (金)



茅野土屋薬局

所在地 : 長野県茅野市玉川4274-1
営業時間 : 月～金 9:00～18:00
定休日 : 土・日・祝日
電話番号 : 0266-71-2122
開催日 : 8月27日 (火)

店舗概要③



三輪土屋薬局

所在地 : 長野県長野市三輪5丁目43-18
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 : 026-219-1910
開催日 : 8月30日 (金)



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 8:30～18:00 土 8:30～14:00
定休日 : 日・祝日
電話番号 : 026-291-3771
開催日 : 8月31日 (土)