



強い味方

4月からスタート!

まちの健康 おくすり屋さん

1月、安城市と安城市薬剤師会は「市民の健康づくり活動の推進に関する協定」を締結しました。「まちの健康おくすり屋さん」として登録されている薬剤師会所属の薬局では、皆さんの健康づくり活動を応援する健康ステーションとして、気軽に健康相談や健康測定ができるようになります(無料)。

問 保健センター ▶ (☎)76)1133

〈健康相談〉こんな相談ができます!



たばこをやめるために、禁煙補助薬を考えているけど、どういうものがいい?

要介護認定を受けた家族がいるけど、これから何を準備したらいい?

妊娠中です。風邪薬を飲む必要があるけど、赤ちゃんに悪影響はない?

食事の栄養バランスが気になります。栄養をうまく補えるサプリメントはある?

1歳の子どもの体調が悪そう。でもまだ身体が小さいからお薬は不安。

その他、「眠くならない花粉症の薬が欲しい」「便秘薬はどの時間帯に飲むと一番効果的?」等、生活スタイルや症状に合う薬の飲み方について提案してもらうこともできます。

〈健康測定〉各種機器を使ってこんな測定ができます!

血圧計	体組成計
血中酸素濃度計	握力計
血管年齢計	肌年齢計

体組成計(右写真)は体脂肪率等が測定でき、健康指数のBMI数値もわかります。血圧計で高血圧による心臓病リスク、握力計で全身の筋肉量がわかり、食習慣・運動習慣を見直す生活改善につながります。薬局のスタッフに測定結果について相談することもできます。

健康相談や健康測定ができる薬局は右記QRコードから市HPを確認するか、保健センターまで問い合わせてください。
※上記以外の相談や健康測定ができる薬局もあります。詳しくは市HPを参照してください。



病気になってから利用することが多い薬局。「まちの健康おくすり屋さん」は、生活改善につながるアドバイスを得たり、健康状態を知ったりすることで、生活習慣病を予防する場としても活用できます。その他に、市からの各種健診や健康づくりイベントのお知らせ、医療機関の案内等の情報を得ることもできます。健康相談や健康測定をきっかけに、最寄りの薬局を「かかりつけ薬局」として活用し、病気にならないための健康づくりを始めませんか?

