



## 薬局薬剤師による健康講座 Part6

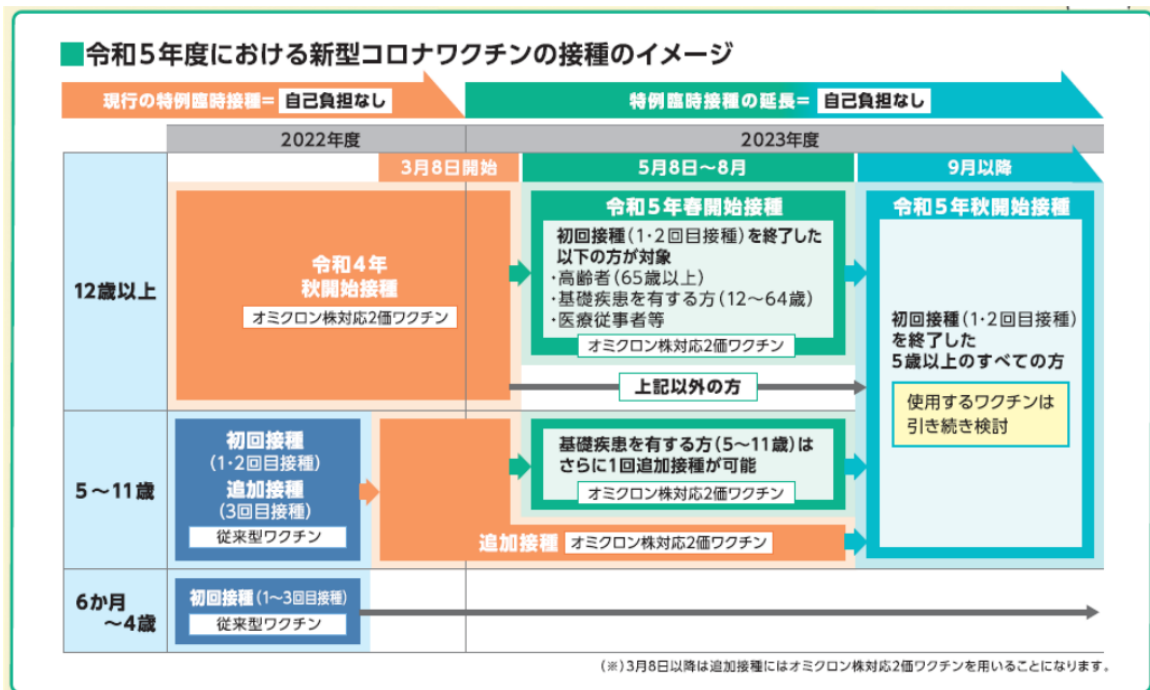
### 5類になった新型コロナウイルスは今後どうなる？

令和5年5月8日から新型コロナウイルスも2類から5類へと変更されました。

人々の生活スタイルも少しずつ元に戻りつつあるのではないのでしょうか。

そこで5類変更となったと言われても一般の方にはわかりにくいかと思しますので、簡単にまとめましたのでご覧ください。

感染症名	新型コロナウイルス
診察・検査代	自己負担
薬代	自己負担 ※新型コロナウイルス専用治療薬国配給分については無料
自粛期間	発症日を0日として5日間自粛 <b>※無症状の場合は検査日を0日とする</b> <u>5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、痰や喉の痛みなどの症状が軽快して24時間程度が経過するまでは、外出を控え様子を見ること</u>  こうした期間にやむを得ず外出する場合でも、症状がないことを確認し、マスク着用等を徹底してください。  10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があるので、不織布マスクを着用したり、高齢者等ハイリスク者と接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。
濃厚接触者	規定なし
ワクチン接種	令和5年度は12歳以上の方は春と秋の2回実施（無料） 受けられる条件あり（次頁表を参照）



## 抗原検査キットについて

もし発熱や咳、鼻水など症状が出た場合に、抗原検査キットを自宅に常備しておけば、簡単に検査可能です。

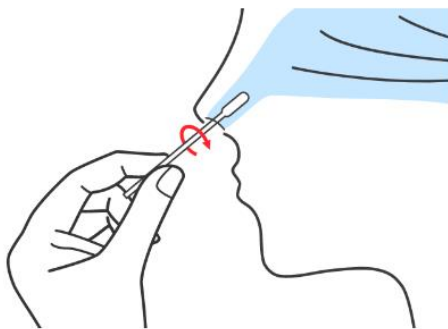
これから旅行や家族の集まりなども、さらに増えてくるでしょう。そういった際に大切なご家族やご友人のために、予め検査しておくのも安心感につながるかもしれません。

新尾道薬局では

**＜医療用＞新型コロナウィルス検査キット（鼻ぬぐい液）1200円**

**新型コロナウィルス＋インフルエンザ抗原検査キット（鼻ぬぐい液）2000円**

を販売しております。ご購入の際はスタッフまでお声掛けください。



企業様への販売も致しております。必要数量を取り揃えますので、予めご相談下さい。



## ！！健康相談会が開催されました！！

6月28日水曜日午後、新尾道薬局の待合にて【第5回 新尾道薬局・健康フェア】が開催されました！！

～今回のテーマは【夏バテと脱水症】特集～

暑い夏を迎える直前に夏バテと脱水症にならないよう対策をお伝えしたくて、企画しました。人気の経口補水液‘アクアソリタ’、‘OS-1’の飲み比べや、‘養命酒製造の黒酢’の試飲会も行いました。

新尾道薬局の薬剤師が、日常生活における水分補給の大切さをスライドを使いながらお話し、そのあと管理栄養士が、夏バテを防ぐお食事のポイントについてクイズを交えながらお話ししました。

それから別の薬剤師が、「手軽にできる肩こり改善体操」を皆様と楽しく行いました。



健康フェアの終わりに個別相談会を行い、お薬や健康に関することや毎日のお食事など、お悩みを伺いました。

当日会場準備中、外は雨と雷が鳴ってどうなるかと心配でしたが、始まるころには雨も上がって主催者としては一安心。参加される患者様たちも足元が悪いにも関わらず、「雨があがってよかったー！」と来て下さり、おかげさまで無事に楽しく開催することができました。

ご参加くださった皆さま、本当にありがとうございました！！

スタッフ一同、これからも地域の皆さまのお役に立てるよう、いろんな情報を発信していきたいと思っております。

**一新尾道薬局では、年に数回不定期で健康相談会を行っております。今後もまた計画していきたいと思っておりますので、ご興味のある方はぜひご参加くださいー**

## くりたろうおすすめ商品

### 低糖質クロワッサン 低糖質パンオショコラ 低糖質カスタードロール

イタリア自然酵母「パネトーネ種」を使用しているため、保存料無添加で最大 60 日もちます。常温保存で、そのまま食べるとフワッと！リバイクしたらサクッと！おいしくいただけます。

ネット通販でも人気の商品を、薬局で購入できるの！？と大変好評です。体にやさしい低糖質のパン。朝食やおやつにおすすめです♪



### 国産ごぼうスティック うま塩味

ごぼう本来の素材の味が、いきています。

- ◆食物繊維が手軽にとれます。
- ◆塩分 50%カット
- ◆おやつに、サラダのトッピングに
- ◆化学調味料不使用

ほどよい塩味がやみつきですよー

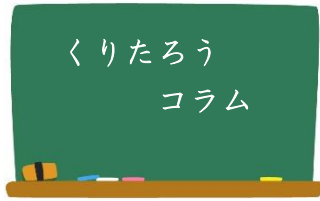


### ロカボファームビスケット豆乳・カカオ・紅茶味

「ひよこ豆・植物性マーガリン・てんさい糖」を使用した、プラントベース（植物由来の原材料を使ったもの）で、体や心にやさしいおやつです。

さっくりとした やさしい甘さがおすすめです！！  
コーヒー紅茶はもちろん、どんなお飲み物にも合いますよ～





## 管理栄養士って

### どんなお仕事？

調剤薬局は、薬剤師がいて処方箋を持っていったら薬がもらえるところ。とイメージを持たれている方が多いかと思いますが、実は…他にもスペシャリストがいるんですよ♪

IMSグループ・因島薬品には、**管理栄養士**7名が在籍しています。なんと！そのうち2名が新尾道薬局に在籍しています。

ご存じの方も多いかと思いますが、**管理栄養士**は患者さん一人ひとりの生活、病状に合わせた栄養管理や栄養指導を行うスペシャリストです。

---

瀬戸田町にある、新尾道薬局とグループ薬局の“なかの薬局”（瀬戸田町中野402-1）は、日本栄養士会のすすめる【**栄養ケア・ステーション**】として活動を行っています。栄養ケア・ステーションは、食・栄養の専門職である**管理栄養士**が所属する地域密着型の拠点です。

**管理栄養士**が食や栄養に関する相談はもちろん、自治体、民間企業が開催する介護予防教室や、セミナー・研修会の講師を務めたり、医療機関より紹介を受けて患者さんに居宅療養管理指導を行ったり、用途に応じてさまざまなサービスを提供しています。先日は8月4日の栄養の日のイベントとして尾道と因島で、栄養にまつわる講話を開催する活動を行いました。

---

では、新尾道薬局の**管理栄養士**は、普段どんなことをしているのでしょうか？



## 新尾道薬局の管理栄養士は、こんなことをしています。



### 事務の仕事

受付、患者さん対応、処方箋入力、書類作成などを行います。



### 個別栄養相談

日々の食事に関する小さな悩みをお聞きし、依頼があればカロリー計算などを行っています。予約を受けて、糖尿病の方の食事指導など個別に相談を受けることもあります。



### 在宅訪問 栄養指導

患者さん宅に在宅訪問する薬剤師に同行し、食事・栄養指導を行います。  
患者さんの実際の生活状況を見ることができるため、患者さんに寄り添った栄養指導ができます。



### 健康相談会

年に数回行われる薬局での健康相談会にて、その時のテーマに沿った講習を行っています。クイズなどで皆様にわかりやすくお話をするように心がけています。  
相談会終了後に個別相談会も行っているため、そこで話を聞いた内容から、次回個別相談を受けることもあります。



## 栄養ケア・ステーション業務

- ・短期集中通所型サービス…要介護状態になるおそれの高い高齢者を対象に、市町村主体で行われる介護予防事業です。フレイルなどをテーマに栄養指導を行っています。弊社の管理栄養士は、尾道と因島の2か所に携わっています。
- ・乳幼児を対象とした栄養相談…親子で参加できる講座です。その中で栄養相談を受けています。

## 栄養士会議

月1～2回ペースでオンラインにて、IMSグループ他店舗の管理栄養士と会議を行っています。各薬局での活動内容や情報共有をし、地域のみなさまによりよいサービスを提供できるよう意見交換をします。



## オリジナルレシピ作成

レシピを作成し、薬局の待合にレシピコーナーを作って患者さんにお持ち帰りいただいています。ご存じの方も多いたと思いますが、薬局の大人気コーナーとなっています。素材別、機能別に分類して手に取りやすくなっています。

薬局にある販売商品を使用したレシピもあります。



## 販売商品の検討

管理栄養士としておすすめしたい商品を提案し、仕入れ担当者と相談しながら商品を入荷。

テーマに沿った売り場づくりをこころがけ、今のようなものが患者さんに求められているのかなど、世の中の流行りにも常にアンテナをはっています



以上のように、**管理栄養士**は調剤薬局の中でも地域の皆様の健康を見守る“身近な存在”であり、“頼れる存在”です。

健康や日々の食事のことで何か気になることやお困りのことがあれば、因島薬品の**管理栄養士**をご指名いただき、お気軽にお声がけくださいね♪

☆ ★ IMS グループ 管理栄養士在籍店舗 ★ ☆

- ・新尾道薬局（尾道市栗原町 5901-1）
- ・なかの薬局（尾道市瀬戸田町中野 402-1）
- ・因島市薬剤師センター薬局（尾道市因島中庄町 2430-4）
- ・因島調剤薬局（尾道市因島重井町 6616-3）
- ・みつば薬局（福山市駅家町近田 233-1）

管理栄養士の日々の活躍や薬局での出来事を、新尾道薬局 Instagram・因島薬品 Instagram にて見ることができます。フォロー、いいね！をお願いします！！



@IMS.GROUP.19760417




@SHINONOMICHIYAKKYOKU



処方箋の待ち時間短縮、感染リスクの回避、お薬に関する質問や健康相談など受付しています。

☆【新尾道薬局公式LINE】に、ぜひLINE登録をお願いします☆ ↓↓↓

あしがき  まだまだ暑い日が続いています。

我が家の子供たちも、夏休みは毎日おうちプールで真っ黒になりました。私が子供の時の夏休みといえば、毎朝広場でラジオ体操をし、帰ってから朝ごはん。午前中は宿題をして、お昼ご飯を食べた後は小学校のプールに自転車で通っていました。今からは想像できないくらい元気だったのと、こんなに暑くなかったように思いますが、今の暑さは…

水分と塩分を上手に摂って“熱中症”を防ぎ、バランスの良い食事を心がけて“夏バテ”にもならないように気を付けたいですね。

LINE 公式アカウント

# 友だち募集

@407fgtcb

LINE 公式アカウントの検索方法はこちら