

グレイプス浅草 お薬・栄養セミナー報告

平成24年9月18日(火)グレイプス浅草(サービス付き高齢者向け住宅)のご入居者様向けに、お薬・栄養セミナーを開催いたしました。
今回のテーマは「食とサプリメント」「薬とサプリメント」でした。

まずはじめに管理栄養士が「食とサプリメント」について解説いたしました。サプリメントの基本的なこと、飲み方や食べ合わせなどをご説明させていただきました。○×クイズを行いながら、楽しく学んでいただくことができました。ビタミンを豊富に含むうなぎを使った『うなぎときゅうりの酢の物』の試食では『食べやすい』『美味しい』というお言葉も頂戴しました。

ご入居者様と色々な食についてのお話が盛り上がり、わたしたちも勉強させていただくことができました。



次に薬剤師が「薬とサプリメント」について解説いたしました。ご入居者様が実際にご利用になられている薬を伺い、サプリメントとの飲み合わせについてお話ししたり、サプリメントの種類などをご紹介させていただきました。普段聞けなかったことや疑問点をご質問いただいたりと、とても有意義な時間となりました。

セミナーは終始和やかな雰囲気、終了後もご入居様からご質問を受けたり、いろいろなお話を伺えたりと楽しい時間を過ごすことができました。

今後もセミナーを通じて、ご入居者様同士のお互いのコミュニケーションの場としても、ぜひ活用していただきたいと思います。

