

グレイプス浅草 お薬・栄養セミナー報告



平成26年2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致しました。

《薬剤師のテーマ》

「クスリとのつきあい方～のみ方の基本と管理について～」

実際に入居者様がどんなお薬を服用されているかを伺いながらお話をしました。身近な薬の飲み方や保管の仕方などについては質問も飛び交いました。「服用している薬との食べ合わせが悪い食品の代替食品は？」など管理栄養士への質問が挙がり「緑黄色野菜などが禁止されている場合は他の淡色野菜からビタミンを摂ることで栄養不足にならないように気を付けること」をアドバイスさせていただきました。



《管理栄養士のテーマ》

「あなたの食事は大丈夫？～栄養バランスをチェックしよう～」

料理カードを使い、ご自分の夕食の献立をたててもらいました。選んだ料理カードから栄養のバランスをチェックしました。カードは料理の写真なので「分かり易かった！」との声も挙がりました。試食は「ひじきの白和え」でした。



セミナーでは「こんな話が聞きたい！」という声を受けてテーマを考えております。今後も入居者様の健康や生活に役立つ情報を発信していきたいと思っております。



株式会社トラストファーマシー