

「安心・安全」な医療・介護サービスを提供し 選ばれる薬局・施設へ

2020年4月
株式会社アイセイ薬局
代表取締役社長 藤井江美



新 年度の始まりに際し、ご挨拶を申し上げます。それに先だち、この度の新型コロナウイルス感染症によりお亡くなりになられた方々に、謹んでお悔やみ申し上げます。また、罹患されている方々、不安な日々を送られているすべての皆さまに心よりお見舞い申し上げます。アイセイ薬局グループでは、厚生労働省より発出された「新型コロナウイルス感染症対策の基本方針」に基づき、全国の拠点・薬局において患者さま、利用者さまおよび従業員の健康や安全を第一に考え、感染予防・拡大防止の観点からさまざまな対策を実施しております。今後も患者さまと医療を結ぶ懸け橋として、医師をはじめ地域の医療福祉関係者と連携し、最適な医療・介護サービスを提供していく所存です。

さて、本年度は医薬品医療機器等法(薬機法)改正を受け、アイセイ薬局グループにおける各店舗は、「地域連携薬局」、「専門医療機関連携薬局」として社会のご期待を上回

る貢献をしております。それに加えて、オンライン服薬指導も実施可能な範囲が広がります。すでに体制整備を開始しておりますが、地域の皆さまに今まで以上に質の高いサービスをご提供できるように滞りなく準備を進めてまいります。

また、我が国の介護施設は、近年「自立を支援する介護」への取り組みが求められています。アイセイ薬局グループが運営する介護施設では、先進的な自立支援介護の提供を視野に、引き続き、利用者さまの介護度の低減、QOL改善のための取り組みを推進いたします。

私たちがのような企業の活動において核となるのは人材です。皆さまのご期待に沿える人材を育成し、「安心・安全」な医療・介護サービスを提供することにより、選ばれる薬局・施設となるよう引き続き邁進いたします。今年度も一層のご指導、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

2
面

感染症などに負けない
カラダをつくる
「腸活」のススメ

3
面

めまいに悩む人の「一歩」を
ポップなデザインと多様な
情報で後押し!

4
面

広がるアイセイ薬局グループ
調剤薬局・介護施設
新規オープン

4月号のTOPICS▶▶▶
待ち時間短縮で感染症のリスクを減らしましょう

アイセイ薬局グループのおくすり予約サービス
おくすりPASS
FAST

処方せん
撮って
送るだけ。


MONTHLY REPORT WEB

アイセイ マンスリーレポート

🔍 検索

 WEB版も
ご覧ください!

感染症などに負けないカラダをつくる 「腸活」のススメ

インフルエンザや新型コロナウイルスなどの感染症、風邪など体調に不安を覚えることの多い時期。健康に過ごすための対策の1つとして、ウイルスと戦える免疫力を高めておくことが有効です。免疫機能を整えるためには、バランスの良い食事で「体を温める」「抵抗力を高める」「基礎体力をつける」ことが大切になります。

具体的な方法として、特におすすめなのが「腸活」です。免疫機能の大部分を腸が担うといわれており、腸内環境を改善することが、免疫力を高めることにつながります。

「腸活」では、腸内細菌を育てることによって腸内環境を改善していきます。「腸に有用菌を届ける」ための食材として乳酸菌などを含む発酵食品と、「腸内細菌のエサ」となるオリゴ糖や食物繊維などを含む食材を組み合わせることで、より効果が期待できます。即効性はないため、毎日の食事に「腸活」に有効な食材を取り入れることも肝心です。

今回は、腸内環境の改善につながる食材と、その食材がたっぷり含まれるお手軽スムージーのレシピをご紹介します！

〈参考〉有用菌を届ける【補菌】と有用菌を育てる【育菌】 2つのグループの食材

【補菌】発酵食品	【育菌】腸内細菌のエサとなる食材
<ul style="list-style-type: none"> ■ 納豆(納豆菌、乳酸菌) ■ ヨーグルト(ビフィズス菌、乳酸菌) ■ チーズ(乳酸菌) ■ 味噌(乳酸菌、麹菌、酵母菌) ■ ぬか漬(乳酸菌、酪酸菌、酵母菌) 	<ul style="list-style-type: none"> ● キムチ(乳酸菌) ● 塩麹(麹菌) ● 甘酒(麹菌、乳酸菌) ● 大麦(水溶性食物繊維、βグルカン) ● 海藻類(水溶性食物繊維) ● 大豆製品(オリゴ糖) ● 山芋(水溶性食物繊維) ● ごぼう(水溶性食物繊維、不溶性食物繊維) ● バナナ(オリゴ糖) ● りんご(オリゴ糖) ● たまねぎ(オリゴ糖)

アイセイ薬局 管理栄養士監修！ 腸内環境を整え免疫力アップ！お手軽レシピ♪

☀朝にもおすすめ！グリーンスムージー

《材料》1人前

アボカド	1/2個
キウイ	1/2個
バナナ	1本
小松菜	1/4袋(70g)
にんじん	1/10本(20g)
水	100ml
ヨーグルト	100g
ミックスナッツ	2粒



監修:アイセイ薬局 管理栄養士、
ナチュロパス(自然療法士)
齊藤亜紀子

《作り方》

- ① 材料を切る
アボカド:種・皮を取り除き、一口大に切る。
キウイ・バナナ:皮を向き、一口大に切る。
小松菜:水洗いし、一口大にちぎる。
にんじん:皮をむき、一口大に切る。
ミックスナッツ:細かく刻む。
- ② ①の材料と水をミキサーに入れ、全体がなめらかになるまでかける。
- ③ コップにヨーグルトを入れ、②を注ぐ。模様がつくようにゆっくりとかき混ぜる。ナッツを上にとッピングして完成。



367kcal/塩分0.1g/
ビタミンA 370μg/ビタミンC 130mg

アイセイ薬局グループ各店舗では、地域の予防医療の拠点となるための取り組みの一環として、患者さまの健康相談に加えて、日々の食事に関するご相談にもお応えしています。今後も、地域の皆さまの身近な健康管理のパートナーになるべく尽力してまいります。

めまいに悩む人の「一歩」を ポップなデザインと多様な情報で後押し！

ア イセイ薬局が編集・発行する予防医療啓発情報誌「ヘルス・グラフィックマガジン（以下、HGM）」は、毎号ひとつの症状にフォーカスし、専門医や各分野の専門家による症状や改善方法などの情報を、楽しいビジュアルとともに解説する季刊フリーペーパーです。3月16日に発行された最新号のテーマは、「めまい」です。症状に悩んでいる人が多い一方で、「大したことはない」と思われがちな「めまい」に焦点を当て、有益な情報をお届けします。



最新号「めまい」について、アイセイ薬局 HGM編集長に聞きました！

Q1. 今回のテーマを「めまい」に選定した理由は？

以前から、取り上げてほしいテーマとして「めまい」を希望する声を複数いただいていたこと、また、めまいに悩んでいる人が多い割にはまとまった書籍などもあまりないということで、HGMでしっかり取り上げようと思い今回テーマとしました。

Q2. 今号の表紙のポイント？

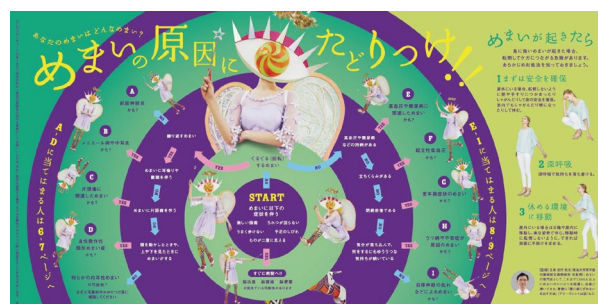
めまいが辛いどうしても家にこもりがちですが、あえて体を動かして、三半規管を鍛えたりバランス機能を整えたりすることで、めまいが軽減されることがあります。今より「一歩」踏み出してほしいという思いを込めて、めまいをイメージしたサークルの中から勇気を持って外へ出ていく表紙案を採用しました。

Q3. 今号の誌面制作のこだわりは？

たとえば、めまいトレーニングとして紹介している運動は、横になって首を動かすだけといった地味な動きなのですが、あえてアクティブな感じが出るようなイメージに仕立てています。今号では、つらいめまいに悩んでいても塞ぎこんだりネガティブになったりせずに、前向きに取り組むこと、踏み出していくことを、いつも以上にデザインでも意識しました。

「めまいの原因にたどりつけ!! (p.4-5)」のフローチャートは、ひとくちに「めまい」といっても症状も原因も多岐にわたることから、めまいの専門医の五島先生と相談しながら作成したHGMオリジナルのものです。

その他、めまいの改善につながる簡単なトレーニングやリハ



「めまいの原因にたどりつけ!! (p.4-5)」

ビリ、薬膳レシピ、気象病についてなど多彩な情報を掲載し、めまいに悩む人が一歩踏み出す後押しができるような1冊を目指しました。

Q4. 今後の展開は？

次号(6月発行)のテーマは「足の悩み」を予定しています。外反母趾やたこ・いぼ、水虫、巻き爪や足のニオイにいたるまで、様々なメカニズムと対策法を紹介し、役立つ1冊になるよう鋭意制作中です。

【HGMの設置・配布希望、ご相談、制作業務受託に関するお問い合わせはこちら】

株式会社アイセイ薬局 ストアプロモーション事業
担当：堀(ほり)

E-mail: hgm@aisei.co.jp

TEL: 03-3240-0250 FAX: 03-6212-4193

広がるアイセイ薬局グループ 調剤薬局は372店舗、介護施設は35施設に

ア イセイ薬局グループでは4月1日、はなまる薬局 八潮店(埼玉県)、はなまる薬局 笠原店(岐阜県)の2店舗がオープン。3月26日には、株式会社ビガー(茨城県)がアイセイ薬局グループに仲間入りしており、茨城県小美玉市で初めての店舗となりました。4月1日に株式会社かとう(山形県)も当グループの一員となり、全国の調剤薬局は372店舗(2020年4月1日時点)になりました。

また、介護施設では、静岡県にグループホーム「はなまるホーム大岩町」をオープンしました。グループホームとは、認知症をお持ちの高齢者の方に、少人数で「自宅にいるのと同じ」ように暮らしていただく施設。入所者同士が持てる能力でお互

いに補い合うとともに、スタッフ全員が家族同様に接するなど、コミュニケーションを大切にされた生活の場です。「はなまるホーム大岩町」のオープンにより、介護施設は35施設*となりました。社是として掲げる“奉仕のこころ”を胸に、今後も地域医療を支え、質の高いヘルスケアサービスの提供に努めてまいります。

※ グループホーム26施設、デイサービス4施設、介護付有料老人ホーム2施設、軽費老人ホーム1施設、小規模多機能型居宅介護1施設、訪問看護ステーション1施設(2020年4月1日時点)

◆ 調剤薬局 新規オープン ◆

オープン日	店舗名	所在地
4月1日	はなまる薬局 八潮店	埼玉県八潮市大瀬5-1-15 SAIYU 3rd VILLAGE 101
4月1日	はなまる薬局 笠原店	岐阜県多治見市笠原1966-4

◆ アイセイ薬局グループ加入 調剤薬局 ◆

加入日	会社名	店舗名	所在地
3月26日	株式会社ビガー	はとり東薬局	茨城県小美玉市羽鳥2719-92
4月1日	株式会社かとう	あさひ薬局	山形県南陽市郡山877-3

◆ 介護施設 新規オープン ◆

(介護予防) 認知症対応型共同生活介護 グループホーム「はなまるホーム大岩町」

◆ 施設概要 ◆

開設日: 2020年4月1日

所在地: 静岡県静岡市葵区大岩町9-28

アクセス: JR東海道本線「静岡駅」より静鉄バス 中原池ヶ谷線「臨済寺前」下車 徒歩4分

対象: 介護保険認定が「要支援2」~「要介護5」の方で、認知症の診断を受けた方

定員: 18名

〈入居に関するお問い合わせ先: 054-200-8700(平日9:00-18:00)〉



はなまるホーム大岩町

アイセイ薬局グループの施策に関するご質問や取材のご依頼は、下記連絡先にて承っております。

株式会社アイセイ薬局 コーポレート・コミュニケーション部

担当: 霜(しも)・原田(はらだ)

TEL: 03-3240-0994 E-mail: koho@aisei.co.jp

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-2-2 丸の内三井ビルディング