



藤沢らしさを未来に引き継ぐ
ふじさわSDGs
共創パートナー



中北薬品株式会社 2024年度取組み報告



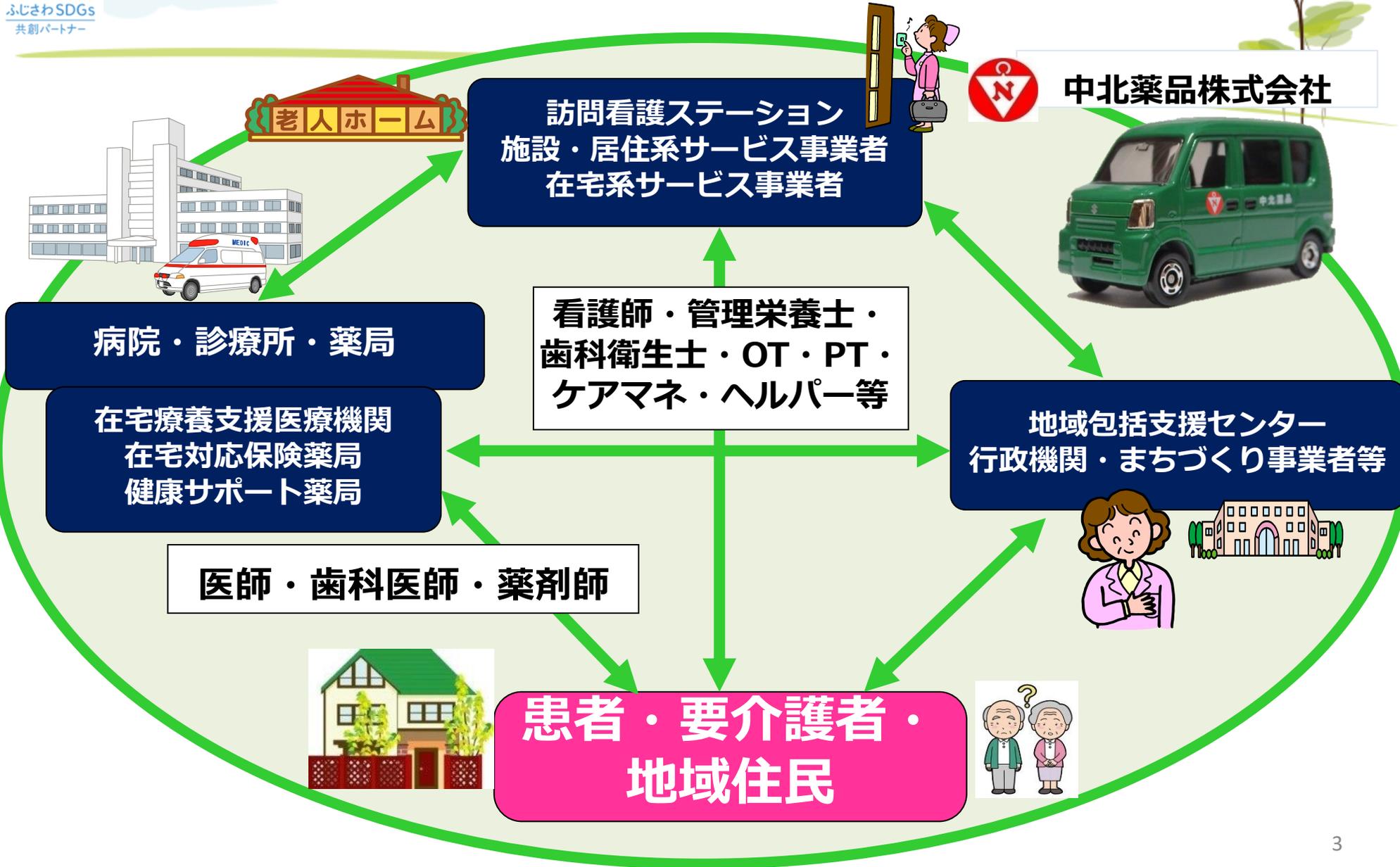
中北薬品とは



私共は愛知県に本社を構え、
今年創業298年を迎える
医薬品卸売販売業社です。

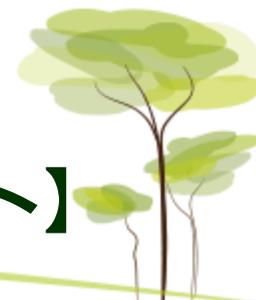


地域包括ケアシステムの枠組みへ



中北薬品「まちづくり」活動①

【健康寿命の延伸・健康増進サポート】



◎管理栄養士による食事・栄養セミナー

- ・生活習慣病を防ぐための食事
- ・高齢者期の食事（低栄養・フレイル予防・健康寿命の延伸）
- ・季節のテーマ（熱中症、夏バテ予防の食事、免疫力を高める食事） など

＊地域包括支援センター、高齢者サロン、社会福祉協議会等で実施

中北薬品「まちづくり」活動②

【健康寿命の延伸・健康増進サポート】



◎ 体操教室（中北けんこう体操）

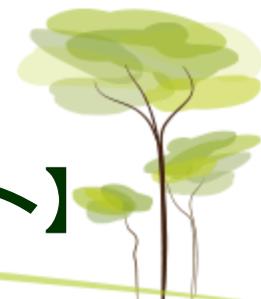
・ 頭と体を使う体操・全身をのばす体操・足を鍛える体操・肩をほぐす体操

◎ ハンドケア

・ ハンドクリームを使ったケア

中北薬品「まちづくり」活動③

【健康寿命の延伸・健康増進サポート】



◎ 健康機器を用いた健康フェスタや栄養相談

- ・ 骨強度測定、血管年齢測定、体組成計、ベジチェック等

◎ ハンドケア

- ・ ハンドクリームを使った手のケア

中北薬品「まちづくり」活動④

【子どもの食育・子育てサポート】



◎管理栄養士による食育セミナー・参加型イベント

- ・ 小学校、こども園での食育セミナー（朝食の必要性、三色食品群等）
- ・ 子育て支援センターでの離乳食セミナー、産後の食事について
- ・ 各種イベントでの体験型食育ブース出展

中北薬品「まちづくり」活動⑤

【感染症対策・女性の活躍推進サポート】



◎ 正しい手洗い勉強会

- ・ 正しい手洗い方法を習得し、手洗いチェッカーを用いて確認

◎ 女性を対象としたセミナー実施・乳がん啓発運動の支援

- ・ 乳がん啓発運動指導士によるリンパトーンストレッチ®

※乳がんのセルフチェックを取り入れた体操

中北薬品の「まちづくり」活動とは



乳児期～高齢期における各ステージに
応じた支援を行い、

地域福祉の推進と健康寿命の延伸を目指す



パートナーシップ宣言内容



◎ **すべての人が健康に暮らせるまちづくりに貢献します。**

3 すべての人に
健康と福祉を



- ・ 健康測定機器の貸し出しによる健康イベント、管理栄養士による相談会や各種セミナー、手洗いチェッカーを用いた正しい手洗い勉強会の開催を進めていきます。
- ・ 乳がん啓発運動士によるセルフチェックを兼ねた検診啓発及びピンクリボン活動を進めていきます。
- ・ 乳児期から高齢期に及ぶ様々なステージに見合った活動を進めていきます。



昨年度取組み報告



取組み報告①

～高齢者向け健康イベント～



夏バテ予防にお勧めの栄養素
〈ビタミンB1〉
 糖質をエネルギーに変えるために必要な栄養素です。

豚肉 うなぎの蒲焼 鯛 さば 玄米 など

+ アリシンで吸収率アップ!!

〈アリシン〉
 ビタミンB1の吸収を高める働きがあります。

ねぎ 玉ねぎ にんにく にはら

◎ 高齢者サロン「つどい柄沢」

柄沢地区の地域住民様向け栄養セミナーを実施

- ・ 7月6日 「熱中症・夏バテ予防」
- ・ 12月14日 「体を温める食事」

◎ 老人福祉センター こぶし荘

- ・ 9月18日「健康・体力測定会」にて、
栄養相談ブースの協力
- ・ 12月8日 栄養セミナー「低栄養予防の食事」



9/18こぶし荘での栄養相談の様子

取組み報告②

～高齢者向け健康イベント～



◎ 藤沢市地域共生社会推進室様 健康イベントへの栄養相談ブース出展

- ・ 10月24日 いきいきパートナー登録者向け健康イベント
- ・ 11月14日 地域住民様向けイベント「湘南台1日健康デー」



11/14湘南台市民センターでの様子

弊社管理栄養士の監修レシピを配布。
来場された方々に手に取っていただき
大変好評でした。

【かぼちゃと鶏肉のスパイシー炒め】

材料 2人分	・ 鶏肉 大さじ2
・ かぼちゃ 100g	・ 塩 少々
・ ピーマン 1個	・ 塩こしょう 少々
・ 鶏もも肉 120g	・ カレー粉 小さじ1
・ しょうが(すりおろし) 小さじ2	・ 砂糖 小さじ1
・ 植物油 小さじ2	・ 高麗人参 少々

【作り方】

1. かぼちゃは種を取ってスライスし、電子レンジ(600W)で3分加熱し、熱湯がとれたら1cm幅に切る。
2. ピーマン、鶏肉は一口大に切る。
3. 油をひいたフライパンでしょうがを炒め、香りがしてきたら鶏肉を加える。
4. 鶏肉の表面に焼き色が付いたら鶏肉を入れ、鷹を3分加熱する。
5. *を加えてかぼちゃを加える。
6. 全体に味が馴染んだら塩を振りかけ、高麗人参をのせて完成。

【ポイント】

- ・ しょうががスパイシー感には、味をマイルドな感じにしてくれます。
- ・ かぼちゃはビタミンEが豊富で、血行をよくする働きがあります。

栄養価 1人分

エネルギー	237kcal
たんぱく質	11.3g
脂質	12.5g
炭水化物	14.3g
食塩相当量	0.4g

中北薬品株式会社 管理栄養部

糖尿病の方向けレシピ

～ 食品を上手に選択し、調理方法を工夫しましょう～

中北薬品株式会社 管理栄養部

取組み報告③

～児童向け体験型セミナー～



◎ 藤沢市内児童クラブ（18か所）

7～8月の夏休み期間に小学生向けに「正しい手洗い勉強会」を実施
汚れに見立てたクリームがきちんと落ちてきているのかを体験



8/8さくらんぼ児童クラブでの様子



今後の連携提案





① 各種ワクチンの情報提供、 資材提供を中心とした周知・啓発活動

小児ワクチンの啓蒙、肺炎球菌ワクチンの推進、子宮頸がんワクチンの啓発活動などをはじめ、インフルエンザ・コロナワクチン、今後拡大してくるRSワクチンの情報提供

関連団体：藤沢市、保健センター、医師会、薬剤師会 など



② 乳がん検診啓発活動連携

- ・ 乳がん啓発運動指導士によるリンパトーンストレッチ®の実施
- ・ 集団検診や女性の健康週間などのイベントにて情報提供の協力

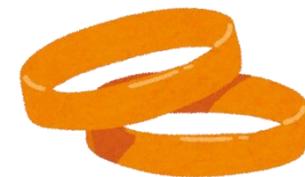


連携提案のご紹介



③ 認知症関連への取り組み支援

- ・キャラバンメイトによる認知症サポーター養成講座の実施
- ・認知症関連イベントでの認知症予防セミナー
- ・藤沢市内のみまもり活動



④ 管理栄養士による栄養セミナー・健康イベントへの協力

- ・栄養セミナーや栄養相談、栄養関連のブース出展
- ・企業様向けの健康セミナー（食事・栄養）



幅広い年代への
健康・食生活サポートに



連携提案のご紹介



⑤ マナーインストラクターによる研修

マナーセミナーラインナップ



企業様向け

社員の皆さまのスキルアップや
働きやすい職場づくりのために

- ・ ビジネスマナー全般
- ・ 職場内コミュニケーション
- ・ アンガーマネジメント など

ご要望に沿った内容をカスタマイズします

中北薬品マナーインストラクター部

1995年から、社内マナーインストラクター制度を確立
2009年マナーインストラクター部を発足
これまでに 延べ **8,500軒以上** のマナーセミナーを開催



連携提案のご紹介



⑥ 健康管理アプリ・育児記録アプリの提供

- ・ 健康管理アプリ「とりけあ」
食事・活動・おくすり・体調の記録が
でき、健康管理が一括でできます。
管理栄養士監修レシピも掲載。

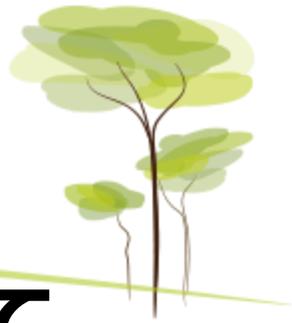


- ・ 育児記録アプリ「クイリマ」
日記（アルバム）・育児記録（授乳・
排泄管理）・通院履歴・予防接種・
母子手帳の記録ができます。



次世代を担う若い世代への支援強化に

これからも引き続き



**ふじさわSDGs共創パートナーとして
中北薬品はすべての人が健康に暮らせる
まちづくりの実現に貢献いたします**



**セミナー依頼・ご相談は
下記連絡先までお願いします！**

中北薬品株式会社 横浜西支店

TEL : 045-801-7616

FAX : 045-801-7545 (中村宛)

