

## 活動報告（平成29年2月 開催）

愛進堂薬局では、地域の皆様の健康増進のための愛進堂三ツ池薬局において「健康フェスタ」と題した健康相談会を開催しました。

2月20日から23日の4日間、ボディチェッカーという「血管年齢」と「ストレス」を計測できる機械を設置して健康チェックを行いました。

指先にセンサーをつけるだけという簡単な検査ですが、「身体的ストレス」「精神的ストレス」や対応能力がグラフで表示されます。また血管の年齢と共に、動脈硬化の目安がわかるグラフが表示される興味深い機械です。



当日はいつものお越しの方々をはじめ近隣の方々、家族連れといった幅広い年齢層の方々が多数来局してボディチェックをしていただき、その結果を基に薬剤師、管理栄養士がお薬や運動、食事の相談をお伺いました。

80代の男性は週3回の山歩きで血管年齢40歳という結果が出て大喜び。一方、運動していない30代女性は年齢が逆転したりして悲喜こもごもながら日頃の運動が大切であることを再認識していただきました。

80代の男性は週3回の山歩きで血管年齢40歳

薬剤師や管理栄養士のアドバイスの後、皆さん楽しそうに測定結果をお持ち帰りになりました。



お越し戴いた皆様ありがとうございました。

これからも通常の健康相談の他にも定期的に健康イベントを実施する予定です。