

# アイン薬局 石岡店にて、健康サポートイベント 「便秘について学びましょう！」を 開催しました！

アイングループでは、地域に根ざした薬局として、地域の皆さまとのコミュニケーションを大事にしています。

さまざまなイベントを通じて、地域の皆さまとお薬のこと、健康や介護のこと等、一緒に考え、地域の健康増進へ貢献していきたいと考えております。

2019年7月20日（土）アイン薬局 石岡店（茨城県石岡市）にて、健康サポートイベント「便秘について学びましょう！」を開催しました。

薬剤師より便秘のメカニズムや対処法の説明をした後、薬局スタッフが参加者と共に、「腸のマッサージ&体操」や「腸つかみ&骨盤回し」※といった運動を実施しました。お薬や生活習慣についてアドバイスも行うと、ご参加いただいた方からは「長年便秘に悩んできた。腸の検査をしても異常がないので、あまり相談できなかった。おなかのマッサージを実践してみます」とのお言葉をいただきました。

※「腸のマッサージ&体操」や「腸つかみ&骨盤回し」とは、順天堂大学 小林 弘幸教授監修の腸を活性化させる運動のこと

今後も、アイングループでは地域の皆さまの健康増進へ貢献できるよう、努めてまいります。

