

アイン薬局 下妻店にて、健康サポートイベント 「便秘症について」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。

2020年1月25日（土）、アイン薬局 下妻店（茨城県下妻市）において、健康サポートイベント「便秘症について」を開催しました。

当日は8人の地域住民の方に参加していただき、便秘のメカニズムや便秘薬等の説明をした後、薬局スタッフが参加者と一緒に「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。運動を通じて親睦を深め、さらに健康やお薬に関する相談に対してアドバイスも行いました。

参加された皆さまからは、「便秘薬を長く使っていることについて不安があったが、今日解決できて良かった」「はやく知りたかった。早速自分の生活に取り入れてみる」「また別のテーマでの開催があったら、ぜひ参加したい」等のお声をいただきました。今回のイベントを通じて、自身の健康について考えていただくきっかけになったのではと思います。

※「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。

