

しらさぎ薬局にて、健康サポートイベント 「転倒を予防しよう」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。

2020年2月17日（月）、しらさぎ薬局（埼玉県加須市）において、健康サポートイベント「転倒を予防しよう」を開催しました。

寒い時期は特に運動の機会が減り筋力が衰える傾向にあり、筋力の低下は転倒のリスクを高めます。そこで薬剤師より、骨折が原因で介護が必要になってしまう事例や、骨粗しょう症について説明を行いました。また、食事や運動に気を遣う、医療機関に相談する、薬を服用する等の対応により、健康寿命を延ばすことが可能であることもご説明。さらに簡単な口コモ度のチェックを行い、ご自身の状態を知っていただいた後、自宅で簡単に実践できる口コモ体操を実施しました。

参加された皆さまからは、「家でも口コモ体操をやる」「とても楽しく取り組めた」「普段薬局で聞けなかった薬のことも相談できてよかった」等のお声をいただきました。今回のイベントを通じて、ご自身やご家族の健康について考えていただくきっかけになればうれしく思います。

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。

