

チェリー薬局にて、健康サポートイベント 「骨粗しょう症について」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。

2022年12月15日（木）、チェリー薬局（埼玉県狭山市）にて、健康サポートイベント「骨粗しょう症について」を開催しました。

骨粗しょう症の基礎知識と骨折予防のための転びにくい体・環境づくりについて話をした後、ロコモ※度チェックを行い、簡単なトレーニングを実践しました。参加された皆さまからは、「骨粗しょう症の時に折れやすい骨の部位がわかった」「体力づくりの運動を学ぶことができた」等のお声をいただきました。

今回のイベントを通じて、「薬局は薬をもらうだけの所ではなく、地域の方々の健康相談窓口」とし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。

※ロコモ：

「立つ」「歩く」といった身体能力（移動機能）が低下している状態のことをロコモ（ロコモティブシンドローム）といいます。

ロコモが進行すると、将来介護が必要になるリスクが高くなります。現に、ロコモが要因で要支援・要介護になった人は全体の約25%を占めています。ロコモを防ぐには、若いころから適度に運動する習慣をつけ、健康寿命を延ばすことが重要です。（厚生労働省、SMART LIFE PROJECT）