

アイン薬局 名戸ヶ谷店にて、健康サポートイベント 「フレイル予防」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。

2024年2月28日（水）、アイン薬局 名戸ヶ谷店（千葉県柏市）にて、健康サポートイベント「フレイル予防」を開催しました。

運動や食事を通じてフレイル※の兆候を知る自己診断チェックリストと握力測定を実践した後、フレイルの予防法について説明しました。
参加された皆さまからは、「握力を測る機会が無いので、楽しんで参加することができた」「これから頑張る体力作りをしようとおもうきっかけになった」等のお声をいただきました。

今回のイベントを通じて、「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。

※フレイル:

健康な状態と要介護状態の中間の段階を指します。年齢を重ねていくと、心身や社会性などの面でダメージを受けたときに回復できる力が低下し、これによって健康に過ごせていた状態から、生活を送るために支援を受けなければならない要介護状態に変化していきます。（厚生労働省）