

健康サポート薬局 情報発信の取組み スマートライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2023年 12月 18日

申請企業名	クラフト株式会社
開催店舗名	さくら薬局江戸川橋店
店舗住所	東京都文京区関口一丁目16番1号東海マンション1F
催事名	握力測定会
開催日	2023年8月5日
催事内容	<p>地域住民の方の健康増進に寄与することを目的に開催しました。</p> <p>握力を測定し、ご自分の筋力の状態を知っていただき、それをもとに食生活や簡単なトレーニング・運動についてお伝えしました。併せて生活習慣や食事内容などの相談にも応じています。</p> <p>「自分の衰えを感じた」と驚く方も数名いらっしゃいましたが「握力が平均並みで安心しました。これからも落とさないように気をつけます」という声もいただいています。</p> <p>筋力低下による歩行数の減少などから認知症につながるケースもあるため、今後は握力だけでなく体組成計など様々な企画を催すことで、地域住民の健康増進に寄与したいと考えています。</p>
活動写真	 