

健康サポート薬局 活動報告

申請日：2020年9月4日

申請企業名	クラフト株式会社
開催店舗名	さくら薬局 仙台五橋店
店舗住所	宮城県仙台市青葉区五橋2-1-11
催事名	脳年齢測定会
開催日	2020年7月8日
催事内容	<p>近年増えてきた認知症や脳気質性障害などの疾患にも用いられる精神機能検査の一つである脳年齢計で、脳の作動記憶や疲労度を測定して自身では気づきにくい脳の元気度やストレス度を知ってもらうために市民講座を実施しました。</p> <p>初めに資料を用いて脳の仕組みや脳年齢とは何かなどをわかりやすく解説した講義を行い、次に脳年齢計で「情報処理のすばやさ」「脳の元気度」「脳の有効活用度」がわかる脳年齢測定、「頭の回転度」「脳のストレス度」がわかる脳のストレスチェックと、その測定結果をもとに、「パターン認識訓練」「図柄記憶訓練」を行って頂き、その結果を印刷してお渡ししました。また脳におすすめのサプリメントや食べ物、脳を鍛えるトレーニング方法なども紹介して、少しでもストレスの改善や意欲の向上につながるよう提案しました。</p> <p>参加者からは「おもしろくて思ったより良かった」「脳年齢を知ることができて良かった」「ゲームみたいで楽しかった」という感想を頂きました。</p>
活動写真	