

今井土屋薬局が、健康と栄養に関する講演会を実施しました！

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。

2021年11月12日（金）、今井土屋薬局（長野県長野市）の管理栄養士が、川中島公民館にてフレイルについての講演を行いました。

地域包括支援センターの皆さまのご協力のもと、検温や消毒、こまめな換気や間隔を空ける等の感染対策がされた環境で開催しました。

長野県民の食生活の現状やフレイルの前兆となる症状、適正体重や食事の重要性等についてご説明しました。

講演中には、講演者が例として用意した1日分の食事内容を、参加者に考えて改善していただく個人ワークも取り入れました。

参加者の皆さまからは講演の合間等に多くの質問をいただき、積極的にご参加いただきました。

今回のイベントを通じて、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。



今井土屋薬局

所在地 : 長野県長野市川中島町今井384

営業時間 : 月～金 8:30～18:00 土 8:30～14:00

定休日 : 日・祝日

電話番号 : 026-286-2529