

### ◇第3回「アイリス薬局健康相談会」◇

平成 26 年 10 月 5 日（日）健康相談会を開催いたしました。

今回は、初めて南部公民館の共催で開催し、29 名の方にご参加いただきました。

#### 【試食品】

##### ◎白米の 25 倍の食物繊維「もちり麦」

もちり麦入りのミネストローネスープを試食していただきました。ご飯と一緒に炊くだけでなく、いろいろな料理にも使えて便利だと喜んでいただきました。

##### ◎フルーツ味の黒酢「ブルーベリー黒酢」

ブルーベリー黒酢のゼリーを試食していただきました。ブルーベリーの味をいかし、砂糖を入れていないため、ヘルシーでよいと好評でした。

##### ◎あぐりこまち粥

梅、鮭、卵の 3 種類のお粥を試食していただきました。

\*試食の他にボディーチェッカーを使用し、血管年齢やストレス度などを計測しました。ボディーチェッカーの結果を踏まえて、栄養士から食事についてのアドバイスを行いました。



ボディーチェッカー測定中

\*脂肪 2kg の展示を行いました。

★今回は、公民館のポスターを見て、初めて薬局に来て下さった方もおり、スタッフ一同、楽しい時間を過ごさせていただきました。



検査結果を薬剤師が説明・アドバイス

今後も楽しい健康相談会を開催したいと思っております。

ご要望のテーマなどがございましたら、お知らせ下さい。