

◇第6回『 アイリス薬局 健康相談会 』◇

平成29年9月16日（土）健康相談会を開催しました。

12名の方に参加していただきました。

薬剤師、管理栄養士・栄養士が相談に応じました。

○試食品

【米糍からつくった甘酒、甘酒豆乳ブレンド】

米糍から作られたアルコール0%、無加糖の甘酒です。

【一日健美堅果】

食塩無添加のナッツ3種類と、ドライフルーツ2種類が入った商品です。

こちらの2つと市販のホットケーキミックスを使い、蒸しパンを作りました。

もっちりしていて美味しいと好評でした！

【養命酒製造の黒酢】

水割り・炭酸割りを選んでいただきました。飲みやすく美味しいという声が多かったです。

○ボディーチェッカーによる血管年齢の計測

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測定しました。

食習慣・運動習慣等について見直すきっかけになったという方が多かったです。

○物忘れ相談プログラム

物忘れの状態をチェックする簡単なテストを受けていただきました。

「注意が必要」という結果が出た方は、「これからは認知症予防をしていきたい！」とおっしゃっていました。

今回はアイリス薬局での

6回目の健康相談会でした。

今後も皆様に喜んでいただけるような健康相談会を開催して

いきたいと思っております。

ご要望のテーマなどございましたら、

お気軽にスタッフに

お知らせください。

参加して下さった皆様ありがとうございました。

