

◇第2回『 ラベンダー薬局 健康相談会 』◇

平成29年11月11日（土）健康相談会を開催しました。

13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。

【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。

測定結果を踏まえて薬剤師・栄養士が健康相談を行いました。

【試食会の実施】

○もちり麦入りヨーグルト

忙しい朝や間食にもおすすめのもちり麦入りヨーグルトの実演試食会を行いました。実際に茹でたもちり麦を見て頂くことができ、また美味しいと好評でした。

ごはんと一緒に炊くだけでなく、和食・洋食・中華・お菓子などの多くのレシピにアレンジ出来ることを知っていただくことができました。

○生姜湯の試飲

かりんが入っているので甘くて飲みやすいと好評でした。

生姜は体を温める効果があるので寒い時期にはぴったりです。

【シナプソロジー体験会】

大変盛り上がり、好評をいただきました。

普段あまりしない動きが脳をいきいきさせます。

ご参加のみなさんと一緒に楽しく脳の活性化を体験することができました。

今回は13名の方にご参加いただきました。

実演試食会という形でやらせていただきましたが、美味しいとのお言葉をいただけて大変嬉しく思っております。

また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。

そして少しでも皆様の健康のお役に立つことができればと思っておりますので、ご要望や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。

