



健康フェア実施 レポート



イベント概要

開催日時：2019年9月12日(木) 13:00～17:00

開催場所：クオール薬局イーアスつくば店

テーマ：第1回 クオール薬局イーアスつくば店 健康フェア

目的：地域住民の健康維持増進に寄与する

実施内容：骨波形測定、体組成測定、握力測定、肌水分チェック

参加者数：15名

【健康フェアを実施して】

全体的に健康への関心が高い方の参加が多かったです。

骨波形測定は特に人気が高く、骨に関する食生活や運動の指導のアドバイスを行いました。肌水分チェッカーは顔よりも手の方が乾燥している方が多く、これからの季節に向けた保湿などのスキンケアについてのポイントをご説明しました。

握力計計測では若い頃に比べて筋力が著しく落ちていない方が多く、ロコモティブシンドロームの注意喚起を行いました。

今後も健康フェアを定期的で開催し、特に継続してお越しいただいた方には今回の値との比較も行いながら健康増進に役立て、地域住民のみなさまの健康意識を高めるお手伝いを続けてまいります。

