

第3回

あおぞら

# 健康フェスタ

入場無料

長〜い健康寿命を  
目指しましょう！

2018年  
11/17 土  
13:00~15:00

生涯

ハツラツ生活

高齢化が進む今、最も重要なテーマとなるのが、『日常的に介護を必要とせず、いかに自立した生活を送れるか』です。シャンティメディカル株式会社は、薬局を運営する会社であると同時に、健康寿命をいかに伸ばすかを考え、セルフメディケーションの推進、スポーツを通じた体づくり、運動・食事・睡眠の大切さを地域の方々に知ってもらいたく、このフェスタを開催いたします。3回目となる今回も、さまざまなイベントを盛り込み、皆さまのご来場をお待ちしております。

## 測定コーナー

13:00~15:00

血糖値測定 (当日先着10名)  
脂質測定 (当日先着10名)  
血圧測定・骨密度測定・体組成計

担当薬剤師 中谷健三・任書鵬・川村江利子・田中彰悟・福田恭代



## 高齢者向けエクササイズ ~簡単ストレッチde脳トレ~

13:30~14:00

14:30~15:00

1回  
30分

椅子に座りながらできるストレッチ&脳トレ!

※後半は音楽に合わせて踊ります。

(当日先着25名) 講師 A-bank北海道 HIRAKUさん



## お薬相談コーナー

13:00~15:00

担当薬剤師 三上隆司・氏家弘子



## iPad 簡単認知症テスト

13:00~15:00

担当 高橋正治郎・國立礼子



## 職業体験 薬剤師になってみよう!

13:00~15:00

薬局内でお菓子をを使用した  
実際の調剤体験・投薬体験  
(当日先着20組)

担当薬剤師 三上夕介・宮本可林



会場

多世代交流センター コンテ日吉

施設内交流スペース(函館市日吉町4丁目16番21号)

問合せ

TEL.0138-85-6316

(えにしあ薬局・平日9:00-17:00)

主催/シャンティメディカル株式会社 共催/一般社団法人A-bank北海道 後援/函館市・市立函館保健所