



2017 健康まつり ご報告

10月14日（土） 東生駒病院内にて「健康まつり」を開催いたしました。
約50名の皆さまにご参加をいただき大盛況の元無事終了いたしました。

「漢方薬の講座」は、東洋医学的アプローチでの興味深い講演でした。

「お薬の講座」は、正しいお薬の飲み方を学びました。

「認知症予防体操」は、皆さんイスに座りながら元気よく手や足を動かし、笑顔いっぱいいきいきと体操されていました。

「栄養講座」は、5大栄養素（タンパク質、脂質、糖質、ミネラル、ビタミン）が含まれる、野菜栄養素や食事からの栄養摂取方法の勉強でした。

また、健康チェックコーナーでは、皆さん自分のからだ年齢・血管年齢・骨密度測定をしていただきました。

最後は無料ハンドマッサージコーナーで少し癒されたご様子でした。



漢方薬について講座



お薬の飲み方講座



認知症予防体操



からだ年齢測定



血管年齢測定



ハンドマッサージ



医療・介護相談



漢方について相談



認知症チェック