

『お薬の相談室』のご案内

～6月度のテーマ～



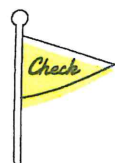
“生活不活発病”って

聞いたことありますか？

年齢に因らずとも、食事作りや庭の手入れなど日々の生活の中ですることがなくなってくると、徐々にそれにまつわる動きがにぶくなり、結局は、これまで出来ていたことが出来なくなってきます。

このようなことを防ぐには、ストレッチ体操などあらためて運動の時間をとるのではなく、普段の生活の中での自然な動きをなまけることなく継続することが大切とされています。

そのような危険性がないかチェックしてみませんか？



日時 令和7年6月12日 木曜日 14:00～15:00

場所 岸和田市立福祉総合センター 3階 講座室1
(岸和田市野田町1丁目5番5号)

担当 山本 新一郎 (山本薬局本店)

お問合せ 岸和田市薬剤師会

電話・FAX 072-423-0800