

参加無料

# 健康フェア

10月27日(日) 10時~16時

## 健康測定

### ヘモグロビンチェック

指を乗せるだけ！  
採血無しで貧血チェック



### 血管年齢測定

測定時間18秒！  
センサーに指をタッチするだけで血管推定年齢を測定



### ビジョンチェック

60秒間ボタン早押し！大型パネルで目と身体の反応スピードチェック



### 肺年齢チェック

目には見えない肺機能！1秒間に吐ける息の量から呼吸機能を測定



## 健康相談

お薬や健康のこと、食事のことなんでもご相談下さい。薬剤師がご相談に応じます。



どなたでもご参加いただけます  
お気軽にお越しください!!

会場：サンシティコミュニティルーム  
(サンゼリゼ商店街 動物病院横)

## 健康運動

### 体幹・脚力向上委員会！

身体の軸となる体幹を鍛えることで、姿勢が良くなり、腰痛の改善や疲れが溜まりにくくなる等の効果が期待できます。

ここでは簡単な体幹テストを行い、誰でも簡単にできる運動をご紹介します。

体幹が鍛えられると、他の筋肉もスムーズに力が発揮できます。そこで今回は合わせて脚力アップのトレーニングも合わせてご紹介します。



## こども薬局体験

白衣を着て、お菓子で調剤を疑似体験！  
手洗いチェックや一包化、水剤を体験しよう★

会場・受付 サンシティ調剤薬局

開始 10時~

対象 小学生



## サンシティ調剤薬局

東京都板橋区中台3-27-7-207

TEL : 03-3933-1180 FAX : 03-3933-0251