

未来のあなたのために、今できることを！

第6回

健康フェア



2021

10/12 火

どなたでもお気軽にお越しください

10:00-15:00

会場：たまち薬局2F

ご来場は予約制となります。お問い合わせください。TEL.0246-37-7622

病は食事から。

生活習慣病予防や
ダイエットのことで、
相談会を実施しています。



脱！
生活習慣病

すぐ実践できる
脳の活性化
エクササイズ
お教えします。



身近な健康ステーション

たまち薬局

【健康・お薬アドバイスはご予約ください】

TEL.0246-37-7622

健康フェアの詳細は裏面をご覧ください →



あなたと一緒に健康づくり



タスケアでは、皆様のプラスアルファの健康ケアを行い、健康な毎日を「サポート=助ける」という思いを込めて健康づくりの手助けを行なっております。ぜひヘルスチェックをご活用ください。



新型コロナウイルス感染症対策について



参加ご希望者は検温・手指の消毒・マスク着用をお願い致します。希望者多数の場合は整理券配布の上、順次実施致します。37.5℃以上の方は参加をご遠慮いただくことがあります。



おうちでもできる!

椅子やタオルを使ったエクササイズ 座ってできる運動講座



外で運動する時間が減ってしまい、座っている時間が長くなってしまった方へ。座ったままできるやさしい運動講座です。



かさつく手に優しい 手作りハンドクリーム教室



アルコール消毒する回数も多いので、手の乾燥も気になるところ。アロマの香りでリラックス効果も。

自宅でもできる脳活性化メソッド シナプソロジー体験

笑顔で、楽しく脳の機能をアップ!! 脳に適度な刺激を与え、活性化を図るエクササイズとなります。

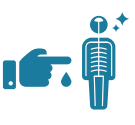
・短時間で成果を実感! (10~20分) ・年齢・性別・体格は問わず誰でもできます!



シナプソロジーの効果とは?

1. 注意機能、判断力の向上
2. 認知機能 (記憶力・思考力・言語能力)の向上
3. リフレッシュ
4. 抑うつ感、倦怠感の低下

数分でできる 健康測定



- 血圧チェック
- 体組成チェック
- 物忘れプログラム

健康リスクの低減を目指すヘルスチェック! 病気予防のために、日頃からの健康チェックがとても重要です。

薬剤師にお任せください 健康・お薬のアドバイス



お薬や健康食品などのお困りごとや疑問に答え、アドバイスをさせていただきます。

(お薬手帳を持参ください) ※ご相談や測定には時間がかかる場合があるので、事前に電話でのご予約をおすすめします。

身近な健康ステーション たまち薬局

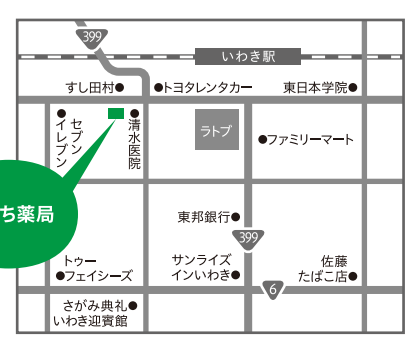
お気軽にお立ち寄りください。



福島県いわき市平字田町 75-5

TEL.0246-37-7622

■ 営業時間 月火水木金 / 8:30~17:30
土 / 8:30~12:30
■ 休業日 日・祝祭日



たまち薬局

在宅医療に対応しています

薬剤師がご自宅に伺います! ご自宅で療養されている方、またそのご家族の方。在宅でのお薬の服用・管理のお手伝いをさせていただきます。お気軽にご相談ください。