



薬局へ
行こう!
Let's
Go!



12/4(水)は中央薬局へ行こう!

10:00~16:00 中央薬局店内にてイベント開催!!

予約はいりません。
お気軽にいらしてください!

健康フェア 第2弾!!

あなたの足腰、筋力大丈夫?

店頭で測定!

ロコモ度チェック!!

1.立ち上がりテスト

(下肢の筋力を調べる)



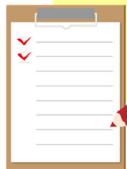
2.2 ステップテスト

(歩幅を調べる)



3.ロコモ 25 チェック

(体の状態、生活状況を調べる)



【ロコモティブシンドローム】

(運動器症候群): 通称 ロコモ

骨や関節、筋肉 etc.の衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態です。

「寝たきり」や「要介護」になるリスクが高い状態です。



もちり麦の
試食もあるよ♪