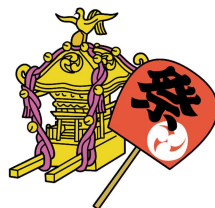


山田支部ニュース



長くて暑かった夏から一転、秋の深まりを感じるこの頃です。コロナ、インフルエンザの感染にも注意しながらの生活の中、地域のお祭りも三年ぶりに開催され、鉦、太鼓の音に心躍らせました。

10月6日(金)山田支部では、栗林公園前薬局による血管年齢検査を実施しました。検査機器で約2分30秒の所要時間で分かるのは、血管の年齢、弾力性働き具合、心身ストレス度、対処能力、疲労度、心拍、脈拍安定 e t c です。検査結果を見ながら、個別に薬剤師さんが指導してくれました。

支部では一年に一度は血管という見えない部分の「今」を知る機会を持ちたいと計画しています。興味ある方、次回は一緒に受けてみましょう。



薬剤師さんのこの秋おすすめの食品

【サバ缶】

水煮ならカレー、煮物など 味噌煮ならそのままおかずに。
手軽に青魚の代表を食べて、血液、血管力アップ!

【キノコ、海藻】

腸をきれいにし、免疫力アップ!

【貝だくさんの味噌汁】

野菜もしっかり食べましょう



松田哲也税理士事務所主催

「コスモスまつり」が
11月19日(日)開催
されます!

出店、コンサートも予定されています。可憐に咲いたコスモスを見に来てください。

川島東町936-9



健康チャレンジ中の 皆さんへ



折り返し地点です。残り半分も楽しんで、続けてくださいね。取り組み期間は12/20までで、チャレンジ終了後のアンケート提出切は1/20です。