



一般社団法人 横須賀市薬剤師会

# 薬と健康の週間

日時：平成30年11月25日(日) 10:00～16:00

場所：ヴェルクよこすか 6F ホール

午前部 ((開場9:30) 10:00～12:00)

## 講演 「効果をあげるウォーキング」

講師 公益財団法人 明治安田厚生事業団 ウェルネス開発室  
室長 埜 智史先生

＜資格＞ エクササイズフィジオロジスト  
フィットネスウォーキングインストラクター  
上級健康サプリメントアドバイザーなど

### ＜略歴、活動＞

最近国が進めようとしている健康経営のアプローチをはじめ、企業の中での健康づくりに着目し、プログラム開発ならびに支援活動を行うとともに、「健康」をキーワードに地方創生として自治体と連携し、健康づくりの観点から支援を行っている。



午後部 (13:00～16:00)

## 測定コーナー

骨の健康度(骨密度)チェック、肺年齢測定、  
血糖値・体脂肪率・血圧などのチェック  
手の洗浄度チェック(洗い残しがわかります)

時間内出入り自由 混雑が予想されます  
14:30以降混雑緩和される傾向が有ります

## 薬の相談コーナー

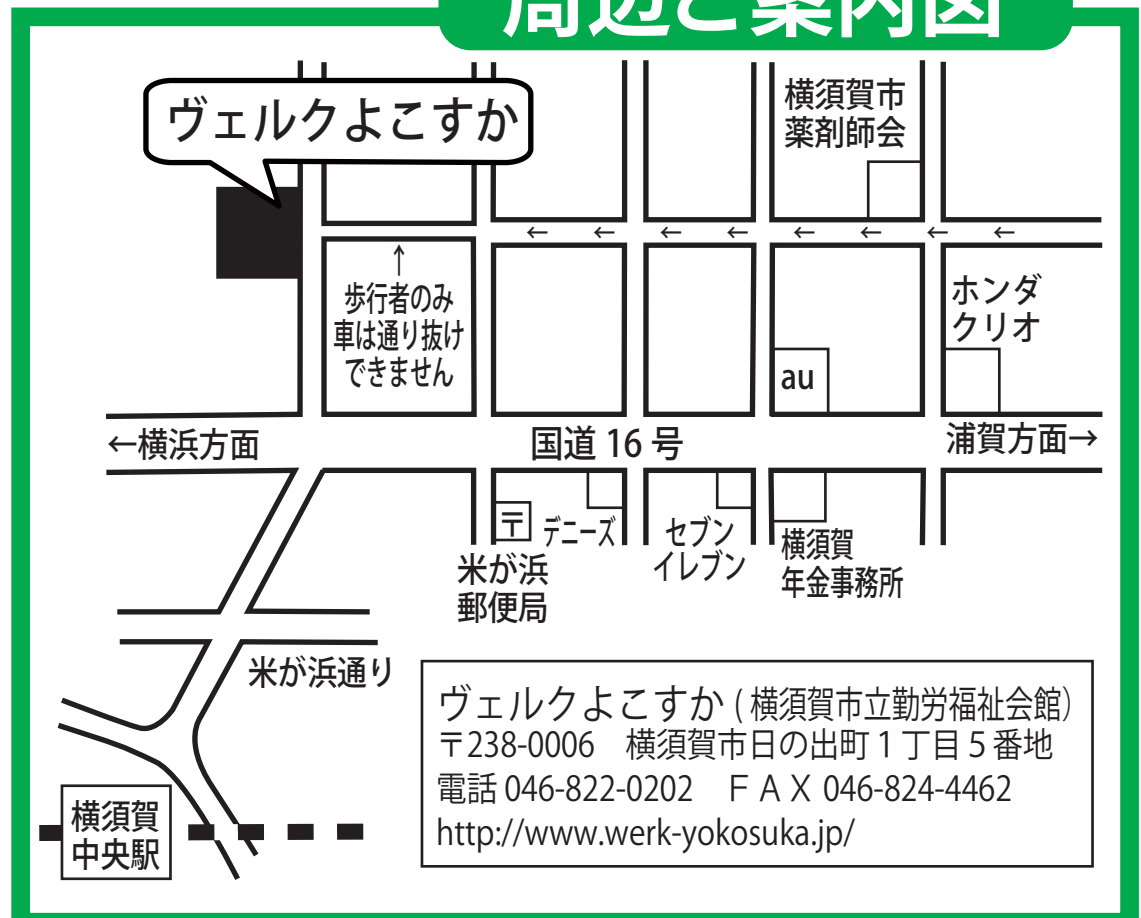
お薬の相談を受け付けております。  
いつも服用されているお薬や、  
お薬手帳をお持ちください。  
管理栄養士も相談を受け付けます。

## ミニヨーガ療法体験

椅子に座ったどなたにでもできるヨーガです。

※全行程申し込みは不要・無料です  
※満員になり次第入場を制限させていただく  
場合があります

## 周辺ご案内図



主催

一般社団法人横須賀市薬剤師会

〒238-0006 横須賀市日の出町2-3-2  
TEL:046-823-8832 FAX:046-827-4559  
ホームページ: <http://www.y-pa.or.jp>