

# 健康測定&お薬相談

あなたの脳はいま何歳？



☆自分に合ったお薬か、日ごろの悩みを聞いてみよう☆

☆ゲーム感覚で簡単に脳年齢を測定&血管年齢測定・健骨度測定☆

## 日時：令和7年7月10日（木）

1部 10:30～12:00 どちらも同じ内容です

2部 13:00～14:30 好きな方に参加してください

会 場：第5SKビル 2階 会議室

（住所：相模原市中央区淵野辺 3-3-6 薬局の上です）

対象者：おおむね 65 歳以上の方

参加費：無料

内 容：①薬 剤 師：お薬相談

②管理栄養士：栄養講座（熱中症予防と脱水予防の食事について）

③各 種 測 定：血管年齢測定 健骨度 脳年齢など

- 血管年齢測定…指先にセンサーを当てて血管の弾力性や血管の状態を測定してみましよう
- 健骨度測定……骨の健康度を手首の骨で測定、5段階で判定します
- 脳年齢測定……1 から 25 までの数字にタッチ！ 脳年齢をチェック！



昨年の測定の様子

★お薬相談希望の方★  
お薬手帳をお持ち下さい

♪ お問い合わせ・お申込み ♪

受付期間：令和7年5月30日（金）～  
令和7年7月4日（金）

定員 各20名程度

大野北第1地域包括支援センター

☎ 042(704)9551

月曜から土曜 9:00～17:00 担当：芝原・今枝

地域包括支援センターは相模原市の委託を受けた相談窓口です