

# 利 の 健 康 フ ェ ア

日時：令和3年 **11月28日(日)**  
**10:00~14:30**

場所：仙台シルバーセンター  
1階交流ホール・7階研修室

9:45 (開 場)  
10:00~10:10 (開会宣言)  
10:10~11:00

講演会

**「食べて笑ってフレイル予防」**

※フレイルとは加齢により筋力や活動が低下している状態

医療法人社団静実会ないとうクリニック

管理栄養士 **伊藤 清世先生**

11:00~11:10 (休 憩)

11:10~11:30 寸劇「ハートヘルスレンジャー」 仙台市薬剤師会劇団 案山子

11:30~12:00 「フレイル・サルコペニア予防のための食事と運動」  
～運動を中心にお話をいたします～

株式会社クリニコ東北地区 大津 博文



7階研修室  
**12時~14時30分**

**事前申込不要**  
(混雑時入場制限有)

12:00 (開 場)

**薬と健康相談会**

※測定会はございません

●お薬のご相談は  
お薬手帳をお持ち下さい



- 認知症について
- 感染予防
- フレイル・サルコペニア予防について
- 禁煙・受動喫煙防止
- 眠れない など

.....お気軽にご相談下さい.....

14:00~14:30



フリーアナウンサー  
佐々木 眞奈美さんの

**「朗 読」**



**「生演奏」**

※公共の交通機関等でお越し下さい。  
※マスクの着用  
※体調不良・発熱(37.5度以上)・風邪症状など体調の  
すぐれない方はご来場をお断りします。

主催：公益社団法人仙台市薬剤師会  
共催：宮城県薬務課 宮城県女性薬剤師会  
後援：株式会社クリニコ

お問合せ先：公益社団法人仙台市薬剤師会 ☎022-391-1150 平日9:00~17:00 (土日祝休み)



1階交流ホール  
10～12時 講演会

# 参加申込書

参加費無料  
**先着80名様**  
(事前予約制)

申込締切 **11月19日(金)**

FAX番号 **022-391-7088**

※FAXをお持ちでない場合はお近くの仙台市薬剤師会加入の薬局へご相談下さい

- 先着80名様に、入場券(ハガキ)を11月24日頃までにお送りいたします。
- 当日おハガキご持参ください。
- おハガキをお持ちでない方はご入場できません。

ご氏名 (ふりがな) ( )
----------------

ご住所 〒 -
---------

【電話番号】	【FAX番号】
--------	---------

ご同伴者様

ご氏名 (ふりがな) )	ご氏名 (ふりがな) )
--------------	--------------

お問合せ先：仙台市薬剤師会

電話番号：022-391-1150

平日9:00～17:00

土日祝休み



掲載の内容は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止及び自然災害等により、やむを得ず中止となる場合がございますのでご了承ください。