

協力薬局

募集

加古川市内の薬局で いきいき百歳体操をしてみませんか

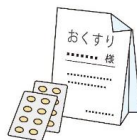
令和6年7月から野口町の「メイキ薬局水足」の待合スペースを利用し定員7名で「いきいき百歳体操」をスタートしました。現在、毎週金曜日の14時から約45分間、約3名の方が体操を実施しています。

加古川市内では令和8年3月現在、195会場で実施しています。今後は多くの薬局でも活動を拡大していきたいと考えています。



★参加者の声★

- 体操に来たらみんなと話ができて楽しいです。
- 体操だけでなく、健康や薬の相談等もできて、ありがたいです。



★薬局の準備★

- (1) 毎週1~2回(同一曜日・時間帯)に実施できる。
 - (2) (背もたれ付きの)椅子
DVDやYouTubeが視聴できるもの
(DVDプレイヤーは1年間貸出可)
 - (3) 開始時に5人以上のメンバーがいる(65歳以上)
- ※加古川市が、参加希望者の募集協力や体操のポイント・おもりの使い方を支援しますので、安心して始められます。お気軽にお問合せください。



★メイキ薬局水足 浅野薬剤師より★

コロナの流行があり通いの場が減り、年齢と共に出かける機会も減ってしまい、なかなか人と出会う機会がありません。その中、いきいき百歳体操の場では懐かしい出会い・新しい出会いが生まれています。薬局としては地域情報を知ることが出来る良い機会にもなります。健康相談できる安心した通いの場に薬局がなれるよう楽しく活動しています。



問合せ先：加古川市 高齢者支援課
【電話】079-421-2044
【FAX】079-421-2063
【メール】kourei@city.kakogawa.lg.jp