

# 健康カフェ



## 「えがお」便り

12/9（土）、けいひん薬局にて第14回健康カフェ「えがお」を開催しました。



「一緒に体操してみませんか」というテーマで実際に一緒に簡単な体操を行いました。とても暖かい日だったので軽く汗をかきました。参加者が急遽2名となったため薬剤師と1対1でのペアでの体操となりました。

簡単なので家でもできそう、やってみる、そしてまたやっておっしゃっていただきました。

次回は来年2月9日（土）に「認知症について」というテーマでお話したいと思います。ぜひご参加ください。