

# 健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム

## 健康サポート薬局 活動報告

申請日： 2024 年 11 月 5 日

| 申請企業名 | 薬樹株式会社  |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
|-------|---|-------------|-------------------------------------|------|--------------------------|----|-----------------------|----|----|---|---|-------------|----------|-----|----------|---|------|---|---|-------------|----------|-----|--------------------------|---|-------|---|---|-------------|-----------|-----|---------|---|------|---|---|-------------|----------|------|--------------|---|------|---|---|-------------|---------|-----|--------------|----|------|---|---|------------|--------------|-----|-----------|----|------|----|---|-------------|----------|------|--------|---|-------|----|---|-------------|---------|------|-----------------------|---|------|----|---|-------------|---------|-----|--------------------------|---|------|----|---|-------------|-------------------------------------|------|--------------|---|------|----|---|-------------|----------|------|--------|---|-----------------------|----|---|-------------|----------|-----|----------|---|------|----|---|-------------|---------|-----|---------|---|------|---|----|----|-------|----|----|---|---|------|--------------------|---|------|---|---|------|-------------------|---|------|----|---|------|------------------|---|------|----|---|------|---------------------|---|------|
| 開催店舗名 | 薬樹薬局 上小町  |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 店舗住所  | 埼玉県さいたま市大宮区上小町633番地1  |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 催事名   | 貯金運動  |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 開催日   | 2024年10月12日   |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 催事内容  | <p>「貯金運動」を開催しました。</p> <p>少人数での開催だったので、お客様同士でお話しされる場面もあり、賑やかな雰囲気でした。</p>   |             |                                     |      |                          |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 活動写真  |  <p>2024年 10月 イベントカレンダー</p> <p>◇お店で参加◇ 薬樹薬局 店頭イベント！</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>曜日</th> <th>開催時間</th> <th>開催店舗</th> <th>分類</th> <th>イベント名</th> <th>予約</th> <th>価格</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5</td> <td>土</td> <td>10:00~17:00</td> <td>薬樹薬局 上小町</td> <td>測定会</td> <td>血管年齢チェック</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>土</td> <td>14:00~15:00</td> <td>薬樹薬局 新浦安</td> <td>その他</td> <td>ととのうNAVI ~カラダととのえエクササイズ~</td> <td>要</td> <td>1000円</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>土</td> <td>10:00~17:00</td> <td>薬樹薬局 松山中央</td> <td>測定会</td> <td>脳年齢チェック</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>月</td> <td>13:30~16:00</td> <td>薬樹薬局 八千代</td> <td>運動講座</td> <td>メディカル・ウォーキング</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>火</td> <td>10:00~16:00</td> <td>薬樹薬局 蓮田</td> <td>測定会</td> <td>カラダ・バランスチェック</td> <td>不要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>火</td> <td>9:30~17:00</td> <td>薬樹薬局 船橋金杉2号店</td> <td>測定会</td> <td>骨の健康度チェック</td> <td>不要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>土</td> <td>15:00~16:30</td> <td>薬樹薬局 上小町</td> <td>運動講座</td> <td>貯筋運動講座</td> <td>要</td> <td>1000円</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>土</td> <td>15:00~16:00</td> <td>薬樹薬局 妙典</td> <td>栄養講座</td> <td>守りましょう！ ~大切な腎臓をいつまでも~</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>21</td> <td>月</td> <td>14:00~15:00</td> <td>薬樹薬局 庄和</td> <td>その他</td> <td>明日から使える噛む力を鍛えよう ~口の健康対策~</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>26</td> <td>土</td> <td>14:30~17:00</td> <td>[共同開催]<br/>薬樹薬局 越谷<br/>薬樹薬局 越谷ツインシティ店</td> <td>運動講座</td> <td>メディカル・ウォーキング</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>26</td> <td>土</td> <td>15:00~16:30</td> <td>薬樹薬局 上小町</td> <td>運動講座</td> <td>貯筋運動講座</td> <td>要</td> <td>初回 1000円<br/>2回目~ 500円</td> </tr> <tr> <td>28</td> <td>月</td> <td>14:00~16:00</td> <td>薬樹薬局 八千代</td> <td>測定会</td> <td>血管年齢チェック</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>29</td> <td>火</td> <td>10:00~13:00</td> <td>薬樹薬局 伊奈</td> <td>測定会</td> <td>脳年齢チェック</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> </tbody> </table> <p>◇毎週開催◇オンラインイベント！ 時間：14:00~15:00</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>曜日</th> <th>分類</th> <th>イベント名</th> <th>予約</th> <th>価格</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>火</td> <td>栄養講座</td> <td>スポーツキッズのための食事~基本編~</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>火</td> <td>栄養講座</td> <td>塩分子エック！知って得する減塩の話</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>15</td> <td>火</td> <td>栄養講座</td> <td>明日から使える~秋の花粉症対策~</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>火</td> <td>栄養講座</td> <td>今日からできる家庭の薬膳~冬の健康法~</td> <td>要</td> <td>500円</td> </tr> </tbody> </table> <p>※健ナビ医薬部委員の方は、基本全て無料でご参加いただけます<br/>   ※スケジュールは変更になる場合がございます<br/>   ※事前に店舗に確認の上、ご参加ください<br/>   ※オンラインイベントに店頭から参加されたい場合は店頭にご相談ください</p> <p>Peatix</p>         | 日           | 曜日                                  | 開催時間 | 開催店舗                     | 分類 | イベント名                 | 予約 | 価格 | 5 | 土 | 10:00~17:00 | 薬樹薬局 上小町 | 測定会 | 血管年齢チェック | 要 | 500円 | 5 | 土 | 14:00~15:00 | 薬樹薬局 新浦安 | その他 | ととのうNAVI ~カラダととのえエクササイズ~ | 要 | 1000円 | 5 | 土 | 10:00~17:00 | 薬樹薬局 松山中央 | 測定会 | 脳年齢チェック | 要 | 500円 | 7 | 月 | 13:30~16:00 | 薬樹薬局 八千代 | 運動講座 | メディカル・ウォーキング | 要 | 500円 | 8 | 火 | 10:00~16:00 | 薬樹薬局 蓮田 | 測定会 | カラダ・バランスチェック | 不要 | 500円 | 8 | 火 | 9:30~17:00 | 薬樹薬局 船橋金杉2号店 | 測定会 | 骨の健康度チェック | 不要 | 500円 | 12 | 土 | 15:00~16:30 | 薬樹薬局 上小町 | 運動講座 | 貯筋運動講座 | 要 | 1000円 | 12 | 土 | 15:00~16:00 | 薬樹薬局 妙典 | 栄養講座 | 守りましょう！ ~大切な腎臓をいつまでも~ | 要 | 500円 | 21 | 月 | 14:00~15:00 | 薬樹薬局 庄和 | その他 | 明日から使える噛む力を鍛えよう ~口の健康対策~ | 要 | 500円 | 26 | 土 | 14:30~17:00 | [共同開催]<br>薬樹薬局 越谷<br>薬樹薬局 越谷ツインシティ店 | 運動講座 | メディカル・ウォーキング | 要 | 500円 | 26 | 土 | 15:00~16:30 | 薬樹薬局 上小町 | 運動講座 | 貯筋運動講座 | 要 | 初回 1000円<br>2回目~ 500円 | 28 | 月 | 14:00~16:00 | 薬樹薬局 八千代 | 測定会 | 血管年齢チェック | 要 | 500円 | 29 | 火 | 10:00~13:00 | 薬樹薬局 伊奈 | 測定会 | 脳年齢チェック | 要 | 500円 | 日 | 曜日 | 分類 | イベント名 | 予約 | 価格 | 1 | 火 | 栄養講座 | スポーツキッズのための食事~基本編~ | 要 | 500円 | 8 | 火 | 栄養講座 | 塩分子エック！知って得する減塩の話 | 要 | 500円 | 15 | 火 | 栄養講座 | 明日から使える~秋の花粉症対策~ | 要 | 500円 | 22 | 火 | 栄養講座 | 今日からできる家庭の薬膳~冬の健康法~ | 要 | 500円 |
| 日     | 曜日  | 開催時間        | 開催店舗                                | 分類   | イベント名                    | 予約 | 価格                    |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 5     | 土   | 10:00~17:00 | 薬樹薬局 上小町                            | 測定会  | 血管年齢チェック                 | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 5     | 土   | 14:00~15:00 | 薬樹薬局 新浦安                            | その他  | ととのうNAVI ~カラダととのえエクササイズ~ | 要  | 1000円                 |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 5     | 土   | 10:00~17:00 | 薬樹薬局 松山中央                           | 測定会  | 脳年齢チェック                  | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 7     | 月   | 13:30~16:00 | 薬樹薬局 八千代                            | 運動講座 | メディカル・ウォーキング             | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 8     | 火   | 10:00~16:00 | 薬樹薬局 蓮田                             | 測定会  | カラダ・バランスチェック             | 不要 | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 8     | 火   | 9:30~17:00  | 薬樹薬局 船橋金杉2号店                        | 測定会  | 骨の健康度チェック                | 不要 | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 12    | 土   | 15:00~16:30 | 薬樹薬局 上小町                            | 運動講座 | 貯筋運動講座                   | 要  | 1000円                 |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 12    | 土   | 15:00~16:00 | 薬樹薬局 妙典                             | 栄養講座 | 守りましょう！ ~大切な腎臓をいつまでも~    | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 21    | 月   | 14:00~15:00 | 薬樹薬局 庄和                             | その他  | 明日から使える噛む力を鍛えよう ~口の健康対策~ | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 26    | 土   | 14:30~17:00 | [共同開催]<br>薬樹薬局 越谷<br>薬樹薬局 越谷ツインシティ店 | 運動講座 | メディカル・ウォーキング             | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 26    | 土   | 15:00~16:30 | 薬樹薬局 上小町                            | 運動講座 | 貯筋運動講座                   | 要  | 初回 1000円<br>2回目~ 500円 |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 28    | 月   | 14:00~16:00 | 薬樹薬局 八千代                            | 測定会  | 血管年齢チェック                 | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 29    | 火   | 10:00~13:00 | 薬樹薬局 伊奈                             | 測定会  | 脳年齢チェック                  | 要  | 500円                  |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 日     | 曜日  | 分類          | イベント名                               | 予約   | 価格                       |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 1     | 火   | 栄養講座        | スポーツキッズのための食事~基本編~                  | 要    | 500円                     |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 8     | 火   | 栄養講座        | 塩分子エック！知って得する減塩の話                   | 要    | 500円                     |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 15    | 火   | 栄養講座        | 明日から使える~秋の花粉症対策~                    | 要    | 500円                     |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |
| 22    | 火   | 栄養講座        | 今日からできる家庭の薬膳~冬の健康法~                 | 要    | 500円                     |    |                       |    |    |   |   |             |          |     |          |   |      |   |   |             |          |     |                          |   |       |   |   |             |           |     |         |   |      |   |   |             |          |      |              |   |      |   |   |             |         |     |              |    |      |   |   |            |              |     |           |    |      |    |   |             |          |      |        |   |       |    |   |             |         |      |                       |   |      |    |   |             |         |     |                          |   |      |    |   |             |                                     |      |              |   |      |    |   |             |          |      |        |   |                       |    |   |             |          |     |          |   |      |    |   |             |         |     |         |   |      |   |    |    |       |    |    |   |   |      |                    |   |      |   |   |      |                   |   |      |    |   |      |                  |   |      |    |   |      |                     |   |      |