

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： 2023 年 6 月 9 日

申請企業名	薬樹株式会社
開催店舗名	薬樹薬局 鷺沼
店舗住所	神奈川県川崎市宮前区鷺沼丁目2番地6 鷺沼センタービル1階
催事名	体ひきしめ部
開催日	2023年5月13日
催事内容	「体ひきしめ部」を開催しました。 インストラクターの方の指導を実践するだけでなく、参加者の方からはトレーニングのポイントについて熱心にご質問もいただきました。

活動写真

20代～50代位までの、運動したいけどきっかけがない方へ!!

スポーツインストラクターと薬剤師・管理栄養士による

体ひきしめ部 再開!!

【部活目標】
筋肉をつけよう!!

参加費 500円 / 1日
※健ナビ倶楽部 (年費1,000円) 会員は無料で参加できます。

【準備物】
動きやすい服装、運動靴、飲み物、バスタオル (マットに敷く用)、汗ふきタオル

月1回 体組成計で筋肉量・体脂肪率などを測定します <測定日: 4/22、5/27 >

年齢を重ねても元気に歩ける体へ
シルエットを美しく
出産前のポディーへ
冷え性改善 など

スポーツクラブのインストラクターの指導の元、筋トレなどの運動をします。
お気軽にスタッフまでお声掛けください。

開催日時 毎月継続予定です!

4/8 (土)*、4/22 (土)*
5/13 (土)*、5/27 (土)*
*インストラクターの直接指導が受けられる日 *計測日
朝8:00～9:00

【ご予約受付】 ● 薬樹薬局 鷺沼
TEL 044-871-7275

【開催場所】 ● 薬樹薬局 鷺沼2号店
〒216-0004 神奈川県川崎市宮前区鷺沼3-2-9 鷺沼センタービル地下1階



学校教育法上で定められた正規の大学ではありません。
TEL: 14000-0140#6664120313-C3752