

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 7 月 6 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 鷺沼センタービル階
催事名	体ひきしめ部
開催日	2023年6月10日
催事内容	「体ひきしめ部」を開催しました。 運動に対する意欲が高い方が多くいらっしゃるため、トレーナーさんと一緒に真剣に取り組んでいただくことができました。

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 活動中!

【部活目標】
筋肉をつけよう!!

- 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

参加費 **500円 / 1日**
※ 録ナビ倶楽部 (年会費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: 6/24, 7/22>

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!

6/10★, 6/24★, 7/8★, 7/22★

★…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
[1] 店舗、[2] 録ナビ倶楽部受付 [3] 受付カウンター