

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 10 月 12 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9月2日
催事内容	「体ひきしめ部」を開催しました。 9/2、16の2日間開催しました。 真剣に筋トレに取り組んでいただき、体成分分析の結果でモチベーションが高まっていたようです。

バージョン 114.0.1823.87 (95式ビルド) (64ビット)

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

【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

参加費 **500円/1日**
※ 健ナビ倶楽部（1800円/100円）会員は無料で参加できます。

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: 8/19, 9/16 >

スポーツクラブのインストラクターの指導のもと、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!
8/5, 8/19, 9/2, 9/16
★ 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5層の大学ではありません
[1]階: 14080518005641770707

活動写真