

# 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 4 月 8 日

申請企業名	薬樹株式会社
開催店舗名	健ナビ薬樹薬局 南林間
店舗住所	東京都町田市南成瀬1-9-6
催事名	筋トレ講座
開催日	2024年3月3日
催事内容	大和シルフィードコラボイベント 筋トレ初級編 終始和やかな雰囲気でした。また、筋トレパートとクイズの部分は参加型ということもあり、盛り上がりました。 参加者の年齢層は5歳～80歳代までと幅広かったです。参加者のペースで強度を変えながら筋トレを実施し、ご参加者様からの満足度も高かったです。薬樹薬局を利用するお客様が大和シルフィードのことを知っていただくきっかけにもなりました。

活動写真



The poster features the logos of '薬樹' (Yakushu) and 'SYLPHID' at the top. The main title is '筋トレ (初級編)' (Strength Training (Beginner)) with a sub-headline '今日からできる!' (Start today!). The text describes the event's goal: to help participants enjoy life with their own feet by starting strength training. It lists the target audience as those interested in strength training, soccer, or starting/staying active. The content includes a self-introduction, a 20-minute lecture by a pharmacist on nutrition and strength training points, and a 30-minute practical session with a Daiso Sylphid athlete. The event is free of charge and held on March 3rd (Sunday) from 13:00 to 14:00 at the '健ナビ薬樹薬局 南林間' (Ken Navi Yakushu Pharmacy Nanyama). Contact information and a map to the location are also provided.