

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	薬樹薬局 元町
店舗住所	東京都清瀬市元町一丁目8番20号
催事名	メディカル・ウォーキング
開催日	2024年3月2日
催事内容	<p>メディカル・ウォーキングを開催しました。</p> <p>お話ししながらウォーキングして、とても楽しそうでした。短時間の運動でも姿勢を意識することで全身がポカポカになったと仰ってくださいました。</p>

活動写真

健ナビ大学で楽しく学ぼう

メディカル・ウォーキング

メディカル・ウォーキングは医学と栄養学に基づいた科学的健康増進法です。ウォーキングはしているけれど、なかなか効果を感じられない方にオススメです。まずは自分のために歩き方を見直すことから始めませんか？

持ち物はこちら！
動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル、歩数計(任意)

開催日時 **3月2日(土)**
14:00~16:00

参加費 **500円**

開催場所 ●薬樹薬局 元町
【電話番号】042-492-2532
【営業時間】月~水・金曜 9:00~19:00 木・土曜 9:00~18:00
【定休日】日・祝日
【住所】〒204-0021 東京都清瀬市元町1-8-20

参加方法 **予約制** 参加ご希望の方は店内スタッフまたはお電話にてご予約ください。定員になり次第、受付を終了いたします。(要予約)

学校教育法上で定められた予備の大学ではありません。