

# 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 5 月 16 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	2024年5月11日
催事内容	「体ひきしめ部」を開催しました  真剣なご様子で筋トレに取り組んでいらっしゃいました。また、体成分分析機器の結果でモチベーションを高めて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!!

参加費 500円/1日  
※ 健康サポート薬局(2024年5月) 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: 5/25,6/22>

年齢を重ねても元気に歩ける体へ  
・シルエットを美しく  
・出産前のボディへ  
・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!

★ 5/11, 5/25, 6/8, 6/22  
★…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

※ 学校教育法で定められた正規の大学ではありません  
[社] 川崎市立鷺沼高等学校 体育館