

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 11 月 5 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9月7日
催事内容	<p>「体ひきしめ部」を開催しました。</p> <p>インストラクターの指導のもと筋トレに真剣に取り組み、自宅の運動についても振り返りができていました。</p>
活動写真	<p>20代～50代までの、運動したいけどきっかけがない方へ!!</p> <p>スポーツインストラクターと薬剤師・管理栄養士による</p> <h3>体ひきしめ部 活動中!</h3> <p>【部活目標】 筋肉をつけよう!!</p> <p>参加費 500円/1日 <small>※体ひきしめ部 membership 会員は無料で参加できます。</small></p> <p>【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）</p> <p>・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</p> <p>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: 9月28日 ></p> <p>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。</p> <p>開催日時 毎月継続予定 です!</p> <p>★ 9月7日(土)、9月28日(土) ★</p> <p>★...インストラクターの直接指導が受けられる日 ★...計測日</p> <p>朝8:00～9:00</p> <p>【ご予約受付】 ●薬樹薬局 鷺沼 TEL 044-871-7275</p> <p>【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</p>