

# 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10月26日
催事内容	「体ひきしめ部」を開催しました。  真剣に筋トレに取り組んで頂き、体組成計結果でモチベーションを高めて頂きました。

**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!!**

- 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

**参加費 500円/1日**  
※健ナビ倶楽部 (www.k-nabi.com) 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)、汗みぎタオル

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: 9月28日 >

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!

**10月5日(土)、10月26日(土)**

★インストラクターの直接指導が受けられる日 ★一計測日  
**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主観の大学では取りません。  
11月10日(土)13時～15時(10月31日)まで受付中