

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: 2025 年 7 月 25 日

申請企業名	薬樹株式会社																																																																						
開催店舗名	健ナビ薬樹薬局 都立大学																																																																						
店舗住所	東京都目黒区中根二丁目12番5号 大菊ビル1階																																																																						
催事名	今日からできる！筋トレ（初級編）																																																																						
開催日	2025/06/21																																																																						
催事内容	「今日からできる！筋トレ（初級編）」をテーマにイベントを開催しました。 和気あいあいと参加なさっていらっしゃいました。																																																																						
活動写真	2025年 6月 イベントカレンダー 管理栄養士 木原 <table><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td></td><td>14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング</td><td></td><td>×</td><td>×</td><td></td><td>14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td></td><td>14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編</td><td></td><td>×</td><td>×</td><td>14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング</td><td></td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td></td><td colspan="2">10:00～17:00 A測定会</td><td>×</td><td colspan="2">10:00～17:00 A測定会</td><td>10～12時 筋トレ初級編</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td></td><td></td><td>14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編</td><td>×</td><td>×</td><td></td><td></td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td>1</td><td>2</td><td colspan="3">管理栄養士 不在 ... 半日不在...</td></tr></tbody></table> ～今月のイベント(講座/測定)～ A:カラダバランスチェック測定会 予約不要 参加費 無料 ※経路及び距離している可能性のある方、ペースメーカー・ペースリセット等の体内埋込み型医療用器具を使用している方は測定できません。 ※測定で測定を行いますので、あらかじめ測定しやすい服装でお越しください。 B:レベルアップウォーキング 要予約 参加費500円 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) C:今日からできる！筋トレ(初級編) 要予約 参加費500円 持ち物はこちら⇒動きやすい服装(スカート不可)、運動靴、飲み物、タオル 【開催店舗】 健ナビ薬樹薬局都立大学 【電話番号】 03-5731-1347 ※イベントは予告なく変更・中止する場合があります。予めご了承ください。 ※予約不要のイベントでも最新情報は店舗へご確認ください。 ※健ナビ係長部会員のの方は、基本的に全て無料でご参加いただけます。 ※オンラインイベントに店舗から参加された場合は店舗にて相談ください。  薬樹	日	月	火	水	木	金	土	1	2	3	4	5	6	7		14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング		×	×		14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング	8	9	10	11	12	13	14		14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編		×	×	14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング		15	16	17	18	19	20	21		10:00～17:00 A測定会		×	10:00～17:00 A測定会		10～12時 筋トレ初級編	22	23	24	25	26	27	28			14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編	×	×			29	30	1	2	管理栄養士 不在 ... 半日不在...		
日	月	火	水	木	金	土																																																																	
1	2	3	4	5	6	7																																																																	
	14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング		×	×		14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング																																																																	
8	9	10	11	12	13	14																																																																	
	14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編		×	×	14:00～15:00 レベルアップ ウォーキング																																																																		
15	16	17	18	19	20	21																																																																	
	10:00～17:00 A測定会		×	10:00～17:00 A測定会		10～12時 筋トレ初級編																																																																	
22	23	24	25	26	27	28																																																																	
		14:00～15:00 今日からできる！ 筋トレ初級編	×	×																																																																			
29	30	1	2	管理栄養士 不在 ... 半日不在...																																																																			