

予約制
参加費無料

管理栄養士による

栄養講座 を開催します！

テーマ

メタボリック シンドローム予防

「最近、お腹まわりがぽっこりしてきた・・・」
というあなたへ

そのお腹はメタボリックシンドロームの危険信号かもしれません。メタボリックシンドロームとはお腹の周りに内臓脂肪がたまることによって起こります。「ぽっこりお腹を解消するにはどうしたらいいの?」といった疑問に当薬局の管理栄養士がお答えします。

ご参加の方に「管理栄養士によるレシピ」を差し上げます！

開催日時

2月18日(水) 14:30~15:30

2月21日(土) 14:30~15:30

テーマ

ラクラク筋トレ講座 ～冷えないカラダを作ろう～

「最近風邪をひきやすい、めまい、立ちくらみがある・・・」というあなたへ

それは「冷え」の仕業かもしれません。筋肉を動かし血行をよくして冷えを改善しましょう！当薬局の管理栄養士がおうちで簡単にできる筋トレを紹介いたします！



開催日時

2月25日(水) 14:30~15:30

2月28日(土) 14:30~15:30

参加ご希望の方は店内スタッフ
またはお電話でご予約を！
(定員になり次第、受付を終了させていただきます)

ご予約はこちらまで ↓

TEL 042-720-9960

健ナビ ● 薬樹薬局 成瀬

〒194-0045 東京都町田市南成瀬1-8-21
成瀬メディカルビル1階
TEL 042-720-9960 FAX 042-720-9961
営業時間 月・火・木・金曜 9:00~19:00
水・土曜 9:00~18:00
定休日 日・祝祭日

