

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

カルシウムアップ ～骨粗鬆症予防～

あなたの骨は元気ですか？
骨粗鬆症になると骨がもろくなり容易に骨折
するような状態になってしまいます。
今回はカルシウム摂取の自己チェックを行
い、骨粗鬆症を予防するためのポイントを当
薬局の管理栄養士がお伝えします。

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

6月20日(土) 14:30～15:30

テーマ

ラクラク筋トレ講座 ～賢くダイエット～

「何度ダイエットしても、やせない・・・」そんな
方へ
もしかしたら度重なるダイエットで筋肉まで
落ちてしまっている可能性があります。筋力が
落ちるとやせにくいカラダになってしまいま
す。「やせやすいカラダ
にするためにはどうし
たらいいの？」そんな
疑問に当薬局の管理栄
養士がお答えします。



開催日時

6月27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

