管理栄養士による筋トレ講座を開催します！

予約制
参加費無料

テーマ

ラクラク筋トレ講座
～ロコモティブシンドローム予防～

「最近、動くのがおっくうになってきた」という方におススメの講座です。
ロコモティブシンドロームとは、骨や関節、筋肉、神経などが衰えて、「立つ」「歩く」といった動作が困難になることをいいます。いつまでも自立した生活ができるように、おうちで簡単にできる筋トレを当薬局の管理栄養士がお伝えします。

開催日時(予約制)
6月23日(木)
15:30～16:00

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 03-5797-5357

【開催場所】

薬樹薬局 オーケー新用賀店
〒158-0097 東京都世田谷区用賀4-21-1
TEL 03-5797-5357　FAX 03-5797-5358
営業時間　10:00～19:00
定 休 日　1月1日～3日

【イ】講座_192 栄養 (6564)1600518-160623-1301