



サンプラザ薬局 京都駅前局

ミニ健康イベントのご案内

※お電話にてご予約ください(先着5名様)

日時

2017年

10月28日(土)

14:30 ▶ 15:30

場所

サンプラザ薬局 京都駅前局



入場無料



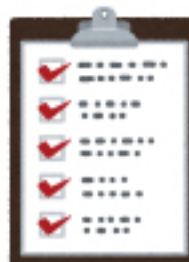
★お気軽にご参加ください!★



「ロコモ」とは??

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の通称。骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に障害をきたしている状態のことです。進行すると要介護や寝たきりになるリスクが高くなります。

ロコモ度チェック



ロコモ予防の第一歩は自身の身体を把握することです。



もしかしてロコモ? チェックしてみよう!

ロコモ体操



ロコモ体操とは、ロコモティブシンドロームを予防・改善するために考案された運動のことです。



マイサイズシリーズ試食コーナー

今までの食事では量もカロリーもちょっと多い、と感じる方へ。



問い合わせ先

サンプラザ薬局

【京都駅前局】担当：藤野

☎ 075-365-3353

京都市下京区東塩小路町841-15
<http://www.sun-plaza.co.jp/>



サンプラザ 健康フェア

日時

2017年

10月28日(土)

14:30 ▶ 16:30

場所

サンプラザ薬局 星田局

入場
無料



学研都市線星田駅
徒歩2分

今回のみどころ

天高く馬肥ゆる秋、つつい食べ過ぎてしまうのではないのでしょうか？
当薬局では、日々の食事のカロリーが気になる方だけでなく、筋力が落ちて歩きづらくなった方、塩分が気になる方にもおすすめの食品を販売しています。今回はこの食品の試食会をしたいと思います。健康でおいしい生活の一部を体験してみませんか？

★お気軽にご参加ください!★

問い合わせ先

サンプラザ調剤薬局【星田局】

☎ 072-892-8221 大阪府交野市星田5-10-14インペリアルコート星田102
<http://www.sun-plaza.co.jp/>



15:00 薬剤師講演 ロコモティブシンドロームって何？

マイサイズシリーズ試食コーナー

今までの食事では量もカロリーもちょっと多い、と感じる方へ。



お薬(健康)相談コーナー

オリジナル健康茶試飲コーナー



サンプラザオリジナル！ぜひお試しください。