

# なの花薬局大泉学園店 認定栄養ケア・ステーション

お知らせ  
なーの。

ささやかな  
お土産付き

事前予約制

今回のテーマは

## アロマ椅子ヨガ

開催日 **2月16日 (木)**  
13:00~14:00

参加費 **500円**

Tポイントカードのご持参で  
50ポイント付与★

場所 **なの花薬局大泉学園店**

※当日の体調チェック結果により、参加をご遠慮いただく可能性がございます。

● 13:00~13:45 アロマ椅子ヨガ初級

アロマの香りに癒されながら、  
椅子に座って行う簡単なヨガです。  
正しい呼吸とストレッチの方法をおぼえて  
身体と心を整えませんか？



● 13:45~14:00 プチ栄養講座

流行に合わせた食のポイントを管理栄養士よりお話しします。  
今回のテーマは「身体の水分状態をチェックしよう」です。

場所  
お問い合わせ先

なの花薬局大泉学園店 認定栄養ケア・ステーション  
東京都練馬区大泉学園町4-22-4  
TEL 03-5905-7022/FAX 03-5905-7021

処方箋をお持ちではない方もお気軽にご参加ください♪