

健康 Doctor's Fitness × なの花薬局 づくり講座



第3回テーマ

動脈硬化と脳卒中

参加無料

開催 2024年 1月28日(日)

参加申込はQRコードまたは、なの花薬局スタッフまで!⇒



医師が伝える

『血管と脳卒中の
関係とリスク』

宮脇医師による

特別講演

Doctor's Fitness

主任健康運動指導士
亀崎先生による

運動療法体操

医師によるエコーを体験!

『あなたの
動脈硬化度は?』

頸動脈エコー

皆で楽しみ
ましょう!



『運動で体調は
変えられる!』

管理栄養士による

栄養講話

『無理しない!
おいしい減塩食』

なの花薬局



お十指も
じ更帳じしごせあー

なの花薬局では薬だけでなく運動、食事、睡眠の改善を中心とした健康寿命延伸に取り組んでおります。今回のテーマは『動脈硬化と脳卒中』。毎回テーマを変えてシリーズ化して健康づくりに活かせる、処方箋をお持ちでなくても地域の方が立ち寄れる、健康に関する相談ができる店舗づくりを目指しておりますので気軽に参加いただけると嬉しいです。みなさまの健康を、専門家が様々な視点からサポート。自分自身の身体を知り、健康について学び、楽しく運動しませんか? ご家族やお友達同士はもちろん、おひとりのご参加も大歓迎です! 仲間と一緒に、だれどご自身のペースで。健康寿命を伸ばすことを目的とした「健康づくり講座」ぜひご参加お待ちしております。

次回開催
予定

Doctor's Fitness × なの花薬局

『第2の脳 腸内環境』

2024年 3月24日(日) 11時~



お申込みは上記QRコードまたは、なの花薬局南茨木駅前店スタッフまで!

お問い合わせ

なの花薬局

なの花薬局 南茨木駅前店
072-665-5181

営業時間

月~金 9:00~19:00 祝 日 10:00~14:00
土曜日 9:00~16:00 休業日 日曜日