



# 健康フェアご案内

## 7月23日(火曜日)

### 10時～13時



### 予定内容

1. 体組成成分測定を実施  
測定数値を説明し、  
食事・運動のアドバイスをします。
2. 関節に違和感がある方  
・・・関節のびのび体操をしましょう。
3. 健康に興味ある方  
・・・健康講座開催（マンツーマンOK）
4. 必要に応じてダイエットのきっかけ作りの  
アドバイスをします。
5. 熱中症予防アドバイス



健康のために、何かを始める**きっかけ**作りになるのではと考え、**きっかけ**を作る**お手伝い**として、今年3月より健康フェアをスタートしました。  
7月で第5回目になります。楽しんでいただけるフェアになるように頑張っています。

フェアの中で、健康講座、関節のびのび体操は、  
管理栄養士・健康運動アドバイザー川岸先生の担当です。好評ですよ。  
健康フェアがどんな雰囲気なのか、興味を持たれた方はご来店ください。  
お待ちしております。

薬剤師 加納

