

あさかつ3rd プレ企画

トライアル

あさかつ

協力：畿央大学/ ウェルネス共創研究センター
理学療法学科・健康栄養学科

9月6日(日) 9:00 | 10:30

テーマ 残暑に負けない体づくり

無印良品では、地域のみなさまと店舗スタッフ、そして畿央大学の学生・教員とともに、軽い運動や血圧・体組成の測定、バランス能力などの簡単な体力測定を通して健康について考える「あさかつ」イベントを定期的を開催しています。
2025年11月よりスタートした「あさかつ」は、2026年4月からの2ndシーズンは定員制のグループで実施しました。
9月6日(日)は、3rdシーズンの募集に向けて、体験会を開催します。ぜひお気軽にご参加ください。

みんなで元気に
店内ウォーキング

管理栄養士のタマゴが
考案したレシピを
ご試食いただきます。



畿央大学

畿央(きおう)大学は、奈良県広陵町に所在する、理学療法士・看護師・管理栄養士・建築士・教員・保育士など「健康・デザイン・教育」分野のスペシャリストを養成する大学です。2003年の開学以降、近隣の市町を中心に様々な教育型地域貢献に取り組んできました。

大学での学びを地域の皆様の健康維持に役立ててもらえるよう理学療法学科・健康栄養学科の教員・学生が運動・栄養面でのサポートをさせていただきます。



スケジュール

9:00-9:30
受付・健康チェック

9:30-9:45
運動コーナー

9:45-9:55
店内ウォーキング

10:00-10:30
もぐもぐタイム
+ 学生のレシピ紹介

「ごろごろ野菜の
冷製バジルソースパスタ」

定員

先着 **20** 名

持ち物

- ・運動しやすい服装
(スニーカー・タオル)
- ・水分補給の飲み物

お申し込み方法



無印良品 イオンモール橿原
[本と喫茶 Café & Meal MUJI・橿原書店]

〒634-0836 奈良県橿原市新堂町 241-1 イオンモール橿原ウエスト・ビレッジ
営業時間 10:00-20:00 (本と喫茶エリアは 9:00-20:00)
電話番号 無印良品 0744-21-8153 / Café&Meal MUJI 0744-48-5361 / 橿原書店 0744-21-8153