階段を上がる＝散歩×2.3倍
1分間当たりの消費カロリー
太もも筋肉使用中

歩こう！快段！
上がれば変わるさ
迷わず上がろう！
その一歩で 体が変わる
1F
平成薬局
2F
徳山薬剤師会事務局