カーブスダイソー鈴鹿長太 059(367)7717

冬直前！ウイルスや病気に負けない！

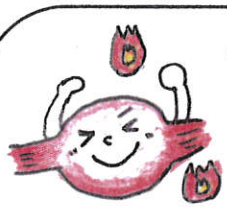
健康豆知識 11月号

免疫力アップのカギは筋肉！

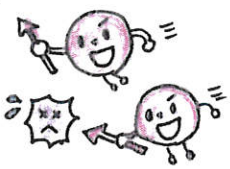
なぜなら！

筋トレすると
筋肉量増
体温アップ！
免疫力アップ！





筋肉は、体が生み出す熱の30～40%をつくっています!!



免疫細胞は、体温が36.5度以上になると、活性化!!

体温が35度台と低いと、
免疫細胞が働きにくくなってしまいます…



やっぱり筋肉って大切!!

参考：カーブスマガジン Vol.58 2021 Winter P.13

11月 特別企画

＼健康への第一歩を応援！／

5回無料体験キャンペーン中♪

各店先着20名

11月おすすめの日程

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14
16	17	18	19	20	21
23	24	25	26	27	28
30					

©2026 Curves Japan Co., Ltd.（2026年10月版）

女性だけの30分健康フィットネス カーブス

＼ご紹介なら！／

1回参加するだけでプレゼントがもらえます

先着10名

なくなり次第終了！

HPからご予約

24時間受付

スマホカメラで読み取り

お近くの店舗もこちらから！