



デパートリウボウ Healthy Week 関連イベント

11/19 (火) ▶ 25 (月)

いつもご利用いただいているデパートリウボウの《お客様サロン（4F）》を今回は《ヘルスサロン》として、健康について「気付き」、「学び」、「体感」し、くつろいでいただく場を提供します。お気軽にお越しください。

Health Salon (ヘルスサロン)

2019年

11月19日 (火) ▶ 21日 (木) , 23日 (土)

営業時間

10 : 00
~
20 : 30

- 健康茶・健康食などのご提供
- 健康情報パネルの展示
- ミニ講演会&トークセッション（下記に詳細記載）
- 簡易健康度測定

※血管年齢・脳年齢測定等のウェルナビ/ 血流測定/ 健康アンケート

参加費
無料

※ヘルスサロンはどなたでもご自由にご利用いただけます

※下記のミニ講演会開催時は事前申込された方限定とさせていただきます

ミニ講演会&トークセッション

参加費
無料

事前
申込

プレゼント
あり

『疲労回復』『血流改善』『腸内環境改善』でカラダすっきり元気に！

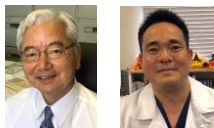
お昼の部 (No.1, 3, 5)

14 : 00
~
15 : 00

No.1 11/19(火)《定員30名》

琉大心臓外科医が教える！
健康には血流力を付けることが
大切

講師/琉球大学大学院医学研究科
胸部心臓血管外科学講座
教授 國吉 幸男
講師 稲福 斉



No.3 11/20(水)《定員30名》

琉大心臓外科医が教える！
中性脂肪による動脈硬化の予防策
について

講師/琉球大学大学院医学研究科
胸部心臓血管外科学講座
助教 仲栄真 盛保



No.5 11/21(木)《定員30名》

「疲労」「不眠」「便秘」改善！
沖縄産スーパーフードの魅力

講師/(一社)沖縄県健康産業協議会
専門コーディネーター

照屋 隆司
(一社)トロピカルテクノプラス
薬学博士 廣瀬 美奈



夕方の部 (No.2, 4, 6)

18 : 30
~
19 : 30

No.2 11/19(火)《定員30名》

美尻女子はむくみ知らず
~楽しくリズムにのって
美尻レッスン~

講師/振付師・演出家・体幹トレーナー
napiro



No.4 11/20(水)《定員30名》 ☆軽食付

カラダも心も腸ハッピー！
オキナワ型腸活のススメ

講師/(一社)トータルウエルネス
プロジェクトオキナワ

管理栄養士 上原 かおり



No.6 11/21(木)《定員30名》

No.7 11/23(土)《定員30名》

※No.7 16:00~17:00

ランニングしても疲れない
カラダづくり食事術

講師/アスリートフードマイスター

津波 真澄



※No.7
16:00-17:00

※おきなわ健美ネットワークのホームページもご覧ください (<https://www.okinawa-kenbi.net/>)

申込

●ヘルスサロンはどなたでもご自由にご利用
いただけます

●ミニ講演会&トークセッションは事前申込
が必要です

※裏面からお申込みください

主催

Okinawa Health and Beauty Network

おきなわ健美ネットワーク事務局

(株式会社沖縄T L O内)

TEL. 098 (894) 8087 担当：広瀬

ミニ講演会&トークセッションの事前申込

申込方法

●パソコン・スマートフォンの方

ホームページ (<https://www.okinawa-kenbi.net/>) からアクセスしてください。

おきなわ健美ネットワーク

検索

●メールの方

メールアドレス (info@okinawa-kenbi.net) にお申込みください。

その際、お名前と電話番号、講演番号 (No.) をお伝えください。

●お電話の方

お電話でお申込みください。

(受付時間：平日9:00~18:00)

その際、お名前と電話番号、講演番号 (No.) をお伝えください。

TEL: 098 (894) 8087

(担当：広瀬)

※本ミニ講演会への参加申込に際し取得した個人情報は、受付や緊急時連絡の目的以外には利用いたしません。

《講演番号》 ※複数受講可

No.1	11/19(火) 14:00-15:00	《定員30名》	琉大心臓外科医が教える！健康には血流力をつけることが大切
No.2	11/19(火) 18:30-19:30	《定員30名》	美尻女子はむくみ知らず～楽しくリズムにのって美尻レッスン～ ※イスを使用した軽いエクササイズをするので、動きやすい服装でお越しください（ストレッチのあるスーツでもOKです）
No.3	11/20(水) 14:00-15:00	《定員30名》	琉大心臓外科医が教える！中性脂肪による動脈硬化の予防策について
No.4	11/20(水) 18:30-19:30	《定員30名》	カラダも心も腸ハッピー！オキナワ型腸活のススメ
No.5	11/21(木) 14:00-15:00	《定員30名》	「疲労」「不眠」「便秘」改善！沖縄産スーパーフードの魅力
No.6	11/21(木) 18:30-19:30	《定員30名》	ランニングしても疲れないカラダづくり食事術
No.7	11/23(土) 16:00-17:00	《定員30名》	ランニングしても疲れないカラダづくり食事術

駐車場案内



- ①パレットくもじ地下駐車場
- ②リウボウ・くもじパーキング
- ③リウボウ・松尾パーキング
- ④パレットパーキング (OTV裏)
- ⑤那覇市役所駐車場
(平日18時以降・土・日・祝限定)
- ⑥沖縄県民広場地下駐車場
- ⑦オナリ橋駐車場

デパートリウボウではご利用金額（レシート金額）に応じて指定駐車場の優待サービスを実施されてます。詳しくは、1Fインフォメーションサービスカウンターにお尋ねください（デパートリウボウのホームページ: <https://ryubo.jp/>）。

お問い合わせ

Okinawa Health and Beauty Network
おきなわ健美ネットワーク事務局

〒903-0213

沖縄県中頭郡西原町字千原1番地

琉球大学産学官連携棟3階（株式会社沖縄TLO内）

担当：広瀬

☎ 098 (894) 8087

✉ info@okinawa-kenbi.net

🌐 <https://www.okinawa-kenbi.net/>