

第11回 食と姿勢と靴の 健康フェスタ

～子育て・働き盛り世代の健康アッププロジェクト～

日時：**4月21日(日)**

10:00開場 10:20～16:00

場所：**なは市民協働プラザ2階 会議室2・3**
(プラザ地下駐車場あり)

参加費：**500**
事前申込不要

ワンコイン

講演会
体験料
込み



※中学生以下無料

当日受付にてお支払いください



【会場へはこちらから】



人生100年時代！1年後の自分の健康を考える！

【公開講座】※オンライン受講が可能です

- ・靴選びを失敗するワケ 13:00～
- ・不調の8割は骨盤のゆがみ 13:30～

【特別講演】

- ・MEC食講演会 **14:00～15:00**
～肉・卵・チーズで生まれ変わる～



医療法人徳洲会
中部徳洲会病院
健康管理センター長
渡辺 信幸 医師

1963年愛知県生まれ
名古屋大学医学部卒業後、沖縄県の総合病院に入職。
4年間の研修を経たのち、伊良部島や宮古島などの離島
医療に従事。離島では、脳卒中や心筋梗塞など重篤な患
者を救えないケースも少なくないため、予防医療に注
目。10,000人以上の患者を肥満・糖尿病・高血圧を始め
とした生活習慣病の改善に成功させております。

【健康相談・施術体験会】**先着順・予約制**



- フットリートメント
- 足の爪相談
- 骨盤調整
- ハンドリートメント
- 足と靴の相談

参加受付後、各ブース毎に
予約券を受け取り、予約時
間にお越しく下さい。すべ
ての体験が可能です。予
約券は同時に2枚までお持
ち頂けます。
お待たせする場合がございます。
また、予告なく受付
を終了する場合がございます。
予めご了承ください。

次回開催：6月30日(日)※偶数月に定期開催しています

- 共催：ウェルネス沖縄那覇院・MEC食の会
(有)赤田義肢製作所
- 後援：那覇市・健康管理士の会・FMレキオ・FM21
那覇市協働によるまちづくり推進協議会

【お問合せ先】
ファミリーウェルネスまなびや (岸本)
090-3795-8153

