

8/23(日) 那覇市で 食と姿勢と靴の 健康フェスタ



特別医療講演会

食べて健康になる
食事法とは!?

講師

中部徳洲会病院
健康管理センター長
渡辺 信幸 医師

食事・姿勢・靴の
3つの視点から
健康を見直す1日!



AI姿勢分析

肩こり・腰痛・猫背など、
身体の不調の原因は
「姿勢」にあるかも
しれません!

- ・体の歪み検査
- ・骨盤調整



食事の ヒント

毎日を快適に過ごす
ための食事のヒントを
お伝えします!

- ・食事のポイント
- ・健康的な食習慣



靴の相談

足のサイズや形の
チェック・靴の選び方
などのアドバイス!

- ・足のサイズ測定
- ・靴の選び方



午前の部

10:00~12:00

講演会

午後の部

13:00~16:00

体験会

参加費

1,000円

日時

2026年 8月23日(日)

時間

午前の部: 10:00~12:00 (講演会)

午後の部: 13:00~16:00 (体験会)

会場

なは市民協働プラザ2F 会議室3
(那覇市銘苅2丁目3-1)



InstagramのDMから
お気軽にご連絡ください!

QRコードから
ご連絡いただけます!



@KENKOU_FESTA

事前予約・申込不要 お気軽にご参加ください!

☎ 090-3795-8153 (岸本)

主催: 健康づくりサポーターズ

※定員に限りがありますので、お早めにご連絡ください!