

女性の健康 ウェルビーイングプロジェクト

更年期 ウェルネスDAY

～知る・動く・整える・癒される～

ルネサンス福岡西新が今期より取り組んでいるフェムテックの取り組みの一環で本イベントを開催いたします。
更年期世代の女性が抱える身体的、精神的な不調に対して、医療・運動・フェムケア・リラクゼーションなどの視点から
女性の健康課題への理解促進と、地域における更年期支援の認知拡大に寄与いたします。

2026年9月25日(金) 【昼の部】11:00～15:00
【夜の部】18:00～21:00

開催
場所

スポーツクラブ&サウナスパ
ルネサンス福岡西新 24

福岡県福岡市早良区祖原1-1 西新テングットシティ2・3F

対象

地域にお住いの女性の方

是非ご興味のある方をお誘いあわせの上
ご参加ください

料金

無料

申込
方法

事前のご予約が必要になります。

申込フォームよりフォーム内の**[必須項目]**をご入力いただき
お申し込みください。

【お問合せ種類】お問合せ(フィットネス)

【お問い合わせ内容】●セミナーご参加希望の方は、セミナー番号 ●来館予定時間 を記載ください。

申込フォーム▼



申込開始

9月1日(火)
11:00～

※お子様連れでのご来館はできかねます。予めご了承ください。

※セミナー⑤にご参加の方は、セミナー中のみ「桜十字福岡病院」のスタッフがお子様をお預かりし、運動教室を実施いたします。

イベント内容

- 各種セミナー開催
- fermata(株)様による、女性の健康課題解決の商品(フェムテック・ケア)の展示(ご希望者さまにはご説明)
※19:30までスタッフが在中しています。
- イベント時間内、施設を無料開放
【ジム、ラウンジ、温浴施設(お風呂、サウナ)を自由にご利用いただけます。】
- 各種測定会実施(体成分測定、筋力チェック、骨の健康度測定)
- とんとんネイル様によるネイル・ハンドケアブース出展(午前の部のみの出店)
※ネイル(ワンカラー:1,000円/フット2,000円)/爪磨き1,000円/ハンドトリートメント 500円(税込み)
【お支払い】現金、QRコード決済(paypay)のみ

fermata株式会社



とんとんネイル



セミナータイムスケジュール 各セミナー 定員30名

昼の部

- 11:30～12:10 ①「更年期×運動のトリセツ」【講師:産前産後の骨盤ケア Conditioning Salon cocoti代表 寺村いずみ氏(理学療法士)】
- 12:30～13:10 ② 女性の健康課題解決の商品(フェムテック・ケア)についてのご説明【講師:fermata株式会社 代表取締役CEO 杉本亜美奈氏】
- 13:30～14:10 ③ 骨粗しょう症予防に!雪印メグミルクの骨・カルシウムセミナー【講師:雪印メグミルク株式会社 松永柚名氏(管理栄養士)】
- 14:20～14:50 ④ 誰でも簡単にできる骨盤底筋群エクササイズ「ひめトレ」【講師:スポーツクラブルネサンス トレーナー】

夜の部

- 18:30～19:10 ⑤「更年期世代の身体変化と運動の重要性」【講師:桜十字福岡病院 久保田景子氏(理学療法士)】
- 19:30～20:00 ⑥ 誰でも簡単にできる骨盤底筋群エクササイズ「ひめトレ」【講師:JCCA認定ひめトレインストラクター 富田なつみ氏】

協力企業

fermata

桜十字福岡病院

雪印メグミルク

