

# 従業員の健康も ナヤミムヨオ！

～総合健康産業を目指すリーブ21が健康講座を開催～

2017/12/01

株式会社 毛髪クリニック リーブ21（本社：大阪府大阪市中央区、代表取締役社長：岡村勝正、以下リーブ21）は、企業全体で健康づくりに取り組む「健康宣言」をしていることから、従業員の健康維持・増進を願い健康講座を開催しました。

■リーブ21では、平成29年11月16日に第1回の健康講座「生活習慣病予防対策」を開催した。

講師：医療法人同仁会(社団)同仁会クリニック

管理栄養士 中村恵子 先生（右写真）

講座内容では、「満腹感を高めて、我慢しない食欲コントロール」を題材に、メカニズムや上手に満腹中枢を刺激するコツなど、わかりやすくお話をいただきました。

～受講者のコメント～

「咀嚼の重要性を知り、日頃からの心掛けと健康との関係がわかりやすく、次回の講座にも参加したいと思います。」



★リーブ21の健康へのこだわり！

・社長自らが「芋・豆・ごま、色の濃い野菜と玄米をしっかりと食べることを実践し、社員の食事バランス「まごわやさしい」の推奨や糖質過剰摂取の抑制を実践しています。

・リーブ21の店舗やオフィスでは土足厳禁。来客スペース以外は社員全員靴を脱ぎ、素足で仕事をしています。足を窮屈な靴から開放することで、足のストレス緩和につながり、仕事を終えたときの疲労感が変わります。



総合健康産業を目指すリーブ21では、社員一人ひとりが健康管理に努めて、肉体的にも精神的にも病と縁の無い身体作りを目指しています。

（上写真：受講の様子）

## 【会社概要】

会社名：株式会社 毛髪クリニック リーブ21、代表取締役社長：岡村勝正

本社所在地：大阪府大阪市中央区城見 2-1-61 ツイン21MIDタワー22F

設立：1993年11月、資本金：40,000,000円、主要サービス：頭髪の発毛施術サービス

## 【本リリースに関する取材のお問い合わせ】

株式会社 毛髪クリニックリーブ21 広報部

〒103-0027 東京都中央区日本橋3-12-2 朝日ビルディング3階

TEL：03-3510-1321 FAX：03-3510-1311 Email：kouhou@reve21.co.jp