

社員の健康も ナヤミムヨオ！

～総合健康産業を目指すリーブ21が社員健康講座を開催～

2018/07/18

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、企業として掲げる「髪健康は体の健康から 社員も健康産業の一員として健康管理を」という「健康宣言」の体現の一環として社員向け健康講座を開催しました。

■リーブ21では、平成30年07月12日に、医療法人 同仁会（社団）同仁会クリニックの管理栄養士 中村恵子先生（右写真）をお招きし、社員健康講座「中食・外食派必見！素材重視の賢い選び方を身に付けよう～自分に合った健康食品の活用法～」を開催しました。「外食・コンビニ食の欠点を補う選び方・食べ方」を題材に、外食・中食・内食のメリットとデメリットなど、わかりやすくお話ししていただきました。



～受講者のコメント～

「中食＝コンビニなどで惣菜などを買って食べることでわかりました」「毎日の中食選びのポイントがわかりやすく、早速実践してみたいと思いました」「食事のセルフチェックシートを使った改善ポイントの記入で、自分の食事状態が判明しました」



★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食べることを実践し、社員も食事バランス「まごわやさしい」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。
- ・社員は社内で週に2回開催されるヨガ教室で心身ともにリフレッシュしています。

【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

ホームページ：<http://www.reve21.co.jp/>

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