

2016年9月14日  
イオン琉球株式会社

動いて！知って！楽しむ！健康3DAY'S

モールウォーキング&健康づくりイベント

in イオンモール沖縄ライカム

イオン琉球(株) (本社：南風原町 代表取締役社長：坊池 学) は沖縄県、北中城村、沖縄県ウォーキング協会、全国健康保険協会沖縄支部、琉球大学ゆい健康プロジェクト、名桜大学、沖縄県栄養士会と協働し、9月17日(土)～19日(月・祝)の3日間、イオンモール沖縄ライカムにて”動いて！知って！楽しむ！”をテーマに『モールウォーキング&健康づくりイベント』を実施致しますのでご案内申し上げます。

当社では、近年の健康志向の高まりに合わせ“楽しく健康に”をテーマにヘルス&ウェルネスの提案を推進し、健康増進に関する商品の拡充や店舗内でのウォーキングや健康講座などを行っております。

商業施設で身近にできる”健康づくり”として、多くのお客さまにご参加いただいております。

この度、県の推奨する『みんなのヘルスアクション創出事業』の一環として働き盛り世代を中心に健康づくりの実践を促す啓蒙活動として健康測定やミニトランポリン運動体験コーナー、モールウォーキングなど参加体験型イベントをイオンモール沖縄ライカム1階グランドスクエアにて行います。

今後も、こうした産官学一体となった健康づくりを推進し、“健康長寿おきなわ”の復活へ向けて寄与できればと考えております。

動いて！

① モールウォーキング

沖縄県ウォーキング協会指導のもと、イオンモール内2<sup>キロ</sup>と5<sup>キロ</sup>のコースを歩きます。

② JOYBEAT・ミニトランポリン体験

多彩なプログラムで誰でも簡単に楽しめるエクササイズやうちな〜ミニトランポも体験。

知って！

③ 健康情報コーナー

沖縄県健康長寿課によるパネル展示や健康に関する知って得する情報満載コーナー。

④ 健康測定・体幹教室コーナー

スポーツオーソリティー専任トレーナーによる体幹教室や体組成測定・足型測定でアドバイス。

楽しむ！

⑤ 食育SATシステム体験

普段の食事のサンプルから分かるエネルギー量や栄養過不足を判定し食事内容の採点をします。

⑥ 運動指導・食育・栄養相談

琉球大学ゆいプロジェクトによる、運動やストレッチの指導・塩分チェックシートで健康状態チェック。

## オープニング・セレモニー&モールウォーキングについて

### 【オープニング・セレモニーについて】

- 日 時 2016年9月17日(土) 午前10時30分～11時10分
- 場 所 イオンモール沖縄ライカム1階グランドスクエア  
(住所：北中城村アワセ土地区画整理事業区域内4街区)

### 【内 容】

#### 10:30 開式

- 主催者挨拶： 沖縄県保険医療部部长 すながわ やすし 砂川 靖 様  
イオン琉球(株)代表取締役社長 ぼういけ まなぶ 坊池 学  
来賓挨拶： 全国健康保険協会沖縄支部長 みやざと ひろし 宮里 博史様  
登壇者紹介・記念撮影

#### 11:00 コース説明・ウォーキングポイント・ストレッチ

- イオン琉球よりコース説明  
イオン琉球よりウォーキングで貯まる“健康ポイント”について説明  
スポーツオーソリティ渡口トレーナー指導によるストレッチ  
沖縄県ウォーキング協会 たまよせていちろう 玉寄貞一郎会長よりスタートの挨拶

#### 11:10 ウォーキングスタート♪

### 【イオンモール ウォーキング 概要】

- 日 時 **\*1日目 2016年9月17日(土) 午前11時10分スタート**  
・オープニング・セレモニー 午前10時30分～
- \*3日目 2016年9月19日(月・祝) 午前11時15分スタート**  
・出発式 午前10時15分～  
(ゲスト参加：沖縄SV監督兼代表 高原直泰氏)
- 集合場所 イオンモール沖縄ライカム1階グランドスクエア (アクアリウム前)
- コース 約2km→イオンモール沖縄ライカム1階～3階  
約5km→イオンモール沖縄ライカム1階～5階
- 参加人数 各回 約100名程度
- 主 催 イオン琉球(株)、イオンモール沖縄ライカム
- 共 催 沖縄県、北中城村、琉球大学ゆい健康プロジェクト
- 後 援 沖縄県ウォーキング協会、琉球もろみ酢事業協同組合



7月に行われたモールウォーキングの様子：ウォーキング大使に任命された高原直泰氏（写真中央）

