

<添付資料④>

&well ウィークリープログラムについて

【開催概要】

- 日 時：2019年7月4日～毎週1回程度
- 場 所：Flatto・日本橋室町三井タワーmot. Conference 他、イベント内容に応じて三井不動産の様々な場を活用
- 概 要：毎週1テーマ、職場の近くでセミナー・イベントを開催し、健康習慣の継続と定着を目指します。運動・食事・美容・睡眠等、幅広く、興味をもちやすいテーマで年間約50回のプログラムを用意、健康の無関心層でも参加しやすいものから、しっかり汗をかくプログラムまで自身に合ったコンテンツに参加いただけます。

&well
WEEKLY PROGRAM

日付	プログラム提供	プログラム名	場所（予定）
7/4	株式会社ベンチャーバンク	むくみ・冷え対策に効果的なヨガを紹介	Flatto
7/11	クックパッド株式会社	30分で5品！究極の時短簡単レシピ	Flatto
7/18	株式会社 GRIT NATION	痩せなくてもお腹は凹む？！	室町三井ホール&カンファレンス
7/24	西川株式会社	スリープマスターが教える快適な睡眠法	室町三井ホール&カンファレンス
8/1	—	酷暑を乗り切るアンチエイジング Key Wordは「良眠」と「良腸」	日本橋室町三井タワー mot. Conference
8/6	株式会社ベンチャーバンク	ウエストをすっきりさせたい！に効果的なヨガ	日本橋室町三井タワー mot. Conference
8/22	クックパッド株式会社	ヘルシー豪華なおもてなし料理	Flatto
8/27	富士フイルム株式会社	（企画調整中）	日本橋室町三井タワー mot. Conference

※プログラムの内容・場所は変更となる場合があります。

プログラム開催場所（例）



日本橋室町三井タワー
mot. Conference
(所在地)東京都中央区日本橋室町
三丁目2番1号



Flatto
(所在地)東京都中央区日本橋本町1丁目4-12
カナダ日本橋センタービルディング1階