

10月12日・13日(事前予約制)

### 乳がん検診体験

マンモグラフィー検診体験!

マンモグラフィー検診を体験しよう!

◎ 11:00-13:30 / 14:00-19:00



事前申込は  
10/13  
まで!

&BIZ  
予約ページ

## 乳がん 検診体験

無料

各日  
50名

事前予約制

10月6日

### 三井不動産3x3CUP

企業対抗バスケット大会

日本橋に本格バスケットがやってくる!

◎ 18:00~



協力: JBA

観覧は自由に  
無料で可能

## 「三井のオフィス」 WELLNESS WEEK in 日本橋

10月12日(事前予約制)

### 乳がんとの向き合い方

~家族や職場の理解と共感~



登壇者  
NPO マギーズ  
東京共同代表理事  
鈴木美穂氏

がんの治療と仕事の両立について、鈴木氏の体験談  
を含め、対談形式のトークセッションを開催!

◎ 13:00-14:30  
◎ ライブ配信



&BIZ  
予約ページ

提供: **NEC**  
NECネットエスアイ

事前申込は  
10/10  
まで!

10月13日(事前予約制)

### ドリンクスマートセミナー

アルコールに対する  
正しい自分の体質がわかる!

お酒との正しい付き合い方を考えよう!

◎ 12:00-13:00  
◎ 日本橋室町三井タワー 5F  
&BIZ カンファレンス Room7  
またはライブ配信



&BIZ  
予約ページ

提供: **SUNTORY**

### 参加費 参加無料

対象 &well/ &BIZ/ WORKSTYLING会員、  
その他三井のオフィスにお勤めの方

場所 日本橋室町三井タワー大屋根広場  
(東京都中央区日本橋室町3-2-1)  
/&BIZカンファレンス/オンライン配信

参加方法 &wellアプリまたは&BIZサイトから  
お申し込みください



&well会員はアプリの  
「参加する」より予約可能!



&BIZ会員は  
コチラ



大屋根広場

詳細なアクセスは  
コチラ



【雨天の場合】

「日本橋室町三井タワー」5階  
スカイロビーおよび&BIZカンファレンス  
に会場を変更します。会場アクセスはQR  
を参照ください。

10/6(fri.)~10/13(fri.),2023

## 「三井のオフィス」 WELLNESS WEEK in 日本橋

自分のカラダを知って、食べて、動かして!  
街といっしょにたのしく健康になる  
ウェルビーイングな1週間



&well

従業員も人事・健康経営推進担当者の方も、  
無理なくはじめられて、たのしく続けられる、  
健康経営推進の総合プラットフォーム。



&BIZ

「三井のオフィス」で働く方の毎日をより豊かにするポータルサイト。  
各種イベントやセミナー、安心安全に関する取り組みなど、  
オンタイム/オフタイムまで多岐にわたるサービスを提供。



主催

三井不動産  
MITSUI FUDOSAN

COLORFUL WORK

三井のオフィス



参加  
無料

「三井のオフィス」  
WELLNESS WEEK  
in 日本橋



ウェルビーイングな秋のお祭り! 10月2日(Thu)・3日(Fri)は大屋根広場にあつまれ!

「のんある」で  
カンパ!

△ルシー! Food & Drink

事前予約不要・出入り自由

11:00~14:00 / 15:00~20:00

お酒を飲む人も飲まない人も!  
サントリー「のんある酒場」



SUNTORY

のんある  
1本無料  
プレゼント  
※お1人様1本まで  
※20歳以上の方に限ります

理想のボディを目指す!?  
ヘルシーフードの「マッスルデリ」



栄養士監修! 嬉しい  
美味しさを体感しよう。

美味しい! 優しい! ヘルシー!  
そば粉ガレット「KANPARIS」

主菜におつまみ、スイーツも!  
旬の食材とそば粉で  
元気になるよ。



プロに習ってカラダを動かそう!

プロゴルファーの  
トレーナーから  
無料のアドバイス!

相撲ブーム到来!  
四股で最強の体幹をつくる!  
相撲健康体操



12日限定(事前予約制)  
観覧のみなら当日参加もOK  
&wellアプリでライブ配信もあり

18:30~19:10

講師/甲山親方(元幕内・大錠)



お相撲さん  
会いにこよう!!

今なら間に合う!  
参加者  
募集中!

美人すぎるボクサーと!  
爽快感バツグンのダイエット  
ボクササイズ体験



13日限定(事前予約制)  
観覧のみなら当日参加もOK  
&wellアプリでライブ配信もあり

18:00~18:45  
19:00~19:45

講師/伊藤 沙月



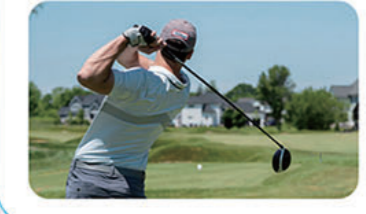
シェイプアップ  
と同時に  
ストレス発散!

ボディチェックとコーチングで、  
スコアアップを目指そう!  
ゴルフボディチェック

ゴルフ専門フィットネスクラブ  
「トータルゴルフフィットネス」の  
トレーナーからアドバイス!

事前予約不要・当日参加可

11:00~14:00  
15:00~20:00



健康なコトやモノに出会えるマルシェ

事前予約不要・出入り自由

11:00~14:00 / 15:00~20:00

早期発見のためにできること  
模型で体験  
乳がんチェック



来場者限定  
25%OFFクーポン有!  
足の健康・靴選びをアドバイス!  
足形計測&  
靴フィッティング



薬剤師とスマホで話せる!  
オンライン  
服薬指導体験



知ることからはじめよう  
医療・人道援助  
活動の紹介



アレルギーフリーの  
お菓子プレゼント!  
飲食店や知人に簡単シェア  
アレルギー管理  
サービス紹介



ぐっすり眠りたい! を叶える  
入浴・睡眠グッズの  
セレクトショップ



腸内菌を増やすバーが  
もらえる!

自宅で手軽にできる  
腸内フローラ  
検査サービス紹介



手軽に飲める  
ドリンク型完全メシが買える!

最新フードテックを駆使した新発明  
忙しい毎日を応援!  
完全メシ体験会



身体能力を試そう!

競ってにのしい健康縁日



事前予約不要・当日参加可

11:00~14:00 / 15:00~20:00

トップアスリートが通うパーソナルジム監修!

筋肉プルプル  
ラムネとり



自分の筋肉と体幹は  
ラムネをゲットできるのか?!

柔軟性があれば  
豪華商品ゲットのチャンス!

難易度高めの!  
スーパーボールすくい



カラダの状態を測定して  
「自分を知る」!

カラダの新で高得点者に!  
お買い物・お食事券  
プレゼント  
※各日先着50名/見500本

自分スキャン

&well会員:事前予約制/当日参加枠もあり &BIZ会員:当日参加枠あり

11:00~14:00 / 15:00~19:00



プログラム(約30分程度)  
姿勢分析、体組成分析、ペジチェック(野菜摂取量チェック)、  
歩行測定、運動指導士・管理栄養士によるカウンセリング



&well会員は  
コチラ

※三井ショッピングパークアバン・レイヤードお買物・  
お食事券500円分プレゼントは、事前にご予約された方  
の中で測定高得点者の方が対象です

※イベント内容は予告なく変更になる場合があります。予めご了承ください。