

NEWS RELEASE

報道関係者各位

2025 年 11 月 12 日

株式会社ラスイート

うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park

「メディカルフィットネス」に力を注ぐ「Doctor's Fitness」院長 宮脇先生による
第 2 回健康セミナーを開催

 Doctor's Fitness ×  共同開催 健康セミナー

医師が教える
血管と心を守る冬支度健康法

2025 年 11 月 18 日 (火)
15:00～16:00 場所:健康スタジオA



Doctor's Fitness 診療所 院長 宮脇 大 (みやわき ひろし)

日本ラグビーフットボール協会医師 (2019 ラグビー W 杯嘱託医)
日本スポーツ協会公認ドクター・日本医師会認定健康スポーツ医等

2011 年大阪大学医学部卒業後、倉敷中央病院、大阪大学医学部附属病院にて循環器内科医として勤務。

2021 年 Doctor's Fitness 診療所を開業、2022 年株式会社 Doctor's Fitness を立ち上げ、病気の治療だけでなく、予防医療や健康寿命の延伸のため「メディカルフィットネス」の普及に力を注いでいる。薬を処方するだけでなく、運動・食事・睡眠をしっかりと改善していくプログラムを提供し、1人1人の健康づくりを支援している。



「うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park」(総支配人:藤立 達哉、所在地:大阪市)は、「Doctor's Fitness」(院長:宮脇 大、所在地:大阪市)と連携し、第 2 回健康セミナー開催をお知らせいたします。

第 2 回となる今回は、2025 年 11 月 18 日『医師が教える、血管と心を守る冬支度健康法』をテーマに開催。冬に向けた循環器・血管ケアのポイントや、日常生活に取り入れられる簡単なストレッチ・運動法、さらに食事や睡眠習慣の調整法などを、医学的根拠に基づいてわかりやすく解説します。

Doctor's Fitness は、医学的根拠に基づいた運動指導と、医療と運動の専門家による連携体制の構築を目指し、「治療中心」から「予防・健康増進」へと医療のあり方そのものを変革することを理念としています。

この宮脇先生の想いと、当施設が掲げる「ウェルネス・ウェルビーイング」を通じた健康意識の向上・行動変容、そして「健康寿命の延伸」という理念が共鳴した結果、提携を結ぶこととなり、健康セミナーの定期開催が実現しました。

セミナーの前後には、入浴や発酵食を中心とした症状別提案型メニューのお食事、健康スタジオや屋内温水プールでの多彩なグループレッスンなどもお楽しみいただけます。健康知識を深める学びと、ウェルビーイングを体感できるひとときをぜひご体験ください。

関連 URL : <https://umekita-onsen.jp/event/87irnxi1vqv>

<Doctor's Fitness 宮脇 大医師による健康セミナーについて>

日時	11月18日(火) 15:00~16:00
場所	うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park 健康スタジオ A
金額	無料 ※セミナーのご参加は無料です。施設へのご入館に入館料が必要です。
セミナーテーマ	医師が教える、血管と心を守る冬支度健康法
予約方法	蓮公式アプリにて承ります。 蓮公式アプリをダウンロードいただき、下記のとおりお進みください。 TOP>プログラム予約>健康スタジオ A>11/18 15:00-16:00 健康セミナー
備考	・施設へは自由入館・自由退館です。セミナー前後は自由行動となります。 ・当日の施設の営業時間は 6:00~24:30 です。セミナー開始までのお好きなお時間にご来館いただき、施設体験をお楽しみください。



<Doctor's Fitness 院長 宮脇 大 (みやわき ひろし) 先生について>

2011 年大阪大学医学部卒業後、倉敷中央病院、大阪大学医学部附属病院にて循環器内科医として勤務。2021 年 Doctor's Fitness 診療所を開業、2022 年株式会社 Doctor's Fitness を立ち上げ、病気の治療だけにとどまらず、予防医療や健康寿命の延伸のため「メディカルフィットネス」の普及に力を注いでいる。薬を処方するだけでなく、運動・食事・睡眠をしっかりと改善していくプログラムを提供し、1人1人の健康づくりを支援している。

公式 HP : <https://doctors-fitness.jp/>



<うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park について>

ウェルネス・ウェルビーイングをコンセプトとする健康増進施設。温浴・運動・食事・メディテーション・美容を5つのテーマとし、2015年開業の「神戸みなと温泉 蓮」の経営・運営のノウハウを生かしつつ、最先端技術を導入し、5つのテーマに基づいた多彩なサービスを組み合わせ、個々のお客様に最適な体験を提供いたします。グラングリーン大阪 ショップ&レストラン南館3階・4階に2025年3月21日開業。2025年8月4日、厚生労働大臣より大阪市初の「温泉利用型健康増進施設」に認定。2025年10月31日、「運動型健康増進施設」に認定され、大阪府初、西日本では姉妹施設である「神戸みなと温泉 蓮」に続く2施設目のW認定施設となり、健康でウェルビーイングな生活をサポートしています。

公式 HP : <https://umekita-onsen.jp/>



《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラスイート 富吉 美帆 (TOMIYOSHI Miho)

TEL : 06-6377-7777 FAX : 06-6377-7677 E-mail : info.umekita@ren-spa.jp