

【オズモール30周年】3月18日、19日開催！わたしにぴったりのセルフケアが見つかる2日間

働く女性の心身をサポートする体験型イベント 「わたしの保健室」を開催！

スターツ出版株式会社（本社：東京都、代表取締役社長：菊地修一）が運営する「OZmall（オズモール）」（会員数500万人）では、働く女性が自分自身の体と心に向き合い、健やかな毎日を送るためのヒントを提案するイベント「わたしの保健室」を3月18日（水）・19日（木）の2日間、オペラハウス東京にて開催致します。本イベントでは、近年注目を集めるフェムケアアイテムのタッチ＆トライや、専門家を招いたセミナー、気になるアイテムのお楽しみ袋セットなど、忙しい毎日を過ごす女性たちの「保健室」のような安心できる空間を提供します。

►イベント詳細はこちら <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/feature/25240/>

◆「わたしの保健室」とは？



現代の働く女性は、キャリアやプライベートに忙しい一方で、生理、PMS、更年期といった女性特有のゆらぎや、メンタルケアに関する悩みを抱えがちです。毎日がんばる女性にピチ不調や悩みはつきものですが、「どこに相談すればいいかわからない」「自分に合うアイテムが知りたい」という声が多く聞かれます。

そこでオズモールでは、腸活、温活、睡眠など、みんなが気になるヘルスケアのお悩みをピックアップし、「正しく知って、自分を労わる」きっかけを作る場として本イベントを企画いたしました。悩みのメカニズムや解決法、取り入れたい習慣などを専門家やプロのお話しとともにご紹介。自分のココロとカラダに向き合って、ポジティブに過ごすためのヒントをお届けします。

◆ special presents パナソニック「RizMo（リズモ）」の最新デバイス体験会



【体調ナビゲーションサービスRizMo（リズモ）】体験を抽選で100名様に！

体調ナビゲーションサービスRizMo（リズモ）とは、生理周期や睡眠に関する女性の不調を、サポートするサービスです。「温度」と「睡眠」を計測・分析し、体調の予測やアドバイスも。忙しい毎日の中で、ついあとまわしにしてしまいがちな「自分の体のこと」。この機会に、自分を知ることをはじめてみませんか？

ブースでは、RizMo（リズモ）のタッチ＆トライほか、抽選で100名様にプレゼントキャンペーンの応募も実施します！

※応募はお一人様一回限り

◆ 注目コンテンツ ①春のタッチ＆トライ、ヘルスチェック、美活マルシェ、セミナー



最新のヘルスケア・美容アイテムを直接手に取って体験できるコーナーや良質な眠りをサポートする最新デバイスや寝具を体験できる「ねむりの保健室」、日々の生活を彩る美容・健康アイテムを試したりお買い物ができる「美活マルシェ」、今の自分のカラダとココロの状態を可視化し、客観的にチェックできる「ヘルスチェックブース」など、実際に体験して自分を知るきっかけに。さらに、医師やカウンセラーなど、第一線で活躍する専門家をゲストに迎え、女性特有の悩みやセルフケアのコツを学ぶ特別プログラムのセミナーも。（※事前予約制）

◆注目コンテンツ ③OZmall温活総選挙の結果発表＆展示



読者アンケートによって選ばれた「本当に使ってよかった」「これから使いたい」温活アイテムのランキングを発表。選ばれた注目アイテムを会場内で実際に展示いたします。

▶詳細はこちら

<https://www.ozmall.co.jp/beauty/feature/44334/>

◆注目コンテンツ ④注目＆旬なアイテムが満載の「わたしの保健室スペシャルお楽しみ福袋」



フェムケア商品のサンプルや現品を詰め合わせた、ボリュームたっぷりの福袋が来場者特典！自宅に帰ってからも、自分を労わる時間を楽しめます。

◆【アンケートキャンペーン】 抽選でビューティ&ヘルスケアアイテムが！



開催期間中、会場内の「プレゼントマーク」があるブースで【キーワード】をチェック。会場内にある2次元コードを読み取り、【キーワード】を入力してアンケートに答えると、抽選でビューティ&ヘルスケアアイテムを！来場してアイテムに応募しよう。

◆開催概要

OZmallわたしの保健室2026春

「春のご自愛投資！女性ホルモン＆からだケア」

【開催日時】

2026年3月18日(水) 15:00～20:00 (最終入場19:00)

2026年3月19日(木) 15:00～20:00 (最終入場19:00)

【会 場】オペラハウス東京 (東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティ54階)

【参 加】入場無料 (事前予約制)

【参加人数】合計1,200名 (事前予約・抽選)

【ドレスコード】イエロー ※小物や洋服に取り入れてください

【協賛・協力会社】パナソニック株式会社、味の素株式会社、味の素AGF株式会社、株式会社サーフビバレッジ、株式会社 資生堂、株式会社シーボン、ドリームベッド株式会社、メディアエンジン株式会社、イミュ株式会社、株式会社トモズ、merihari(ほか)

◆2/19（木）予約スタート！無料イベント応募方法

「OZmall限定！女性ホルモン基礎テスト」を受講し、高得点の方には入場チケットの当選確率アップ。さらに予約特典のお楽しみ「福袋」付き！

>>> 今すぐチャレンジ <https://forms.office.com/r/rGyuThnCfn?origin=lprLink>

【わたしの保健室・協賛に関するお問合せ】スタート出版株式会社 ブランドソリューション事業部

TEL : 03-6202-0387 Mail : ad@ozmall.co.jp

＜OZmallとは？＞ 1996年に女性ライフスタイル誌「OZmagazine」のWEB版としてスタートし、今年30周年を迎えます。独自の編集力を活かした特集や、高級ホテル・レストラン・ヘアサロンなどの贅沢なプランがお得に予約できるプレミアム予約サービスを掲載。ユーザーを“友達”と捉え、会員500万人の支持を獲得しています。

【取材申込・問い合わせ先】 スターツ出版株式会社 広報 白土 TEL:03-6202-0311 Mail : contact-stp@starts-pub.jp