

Nakanoshima **Qross**

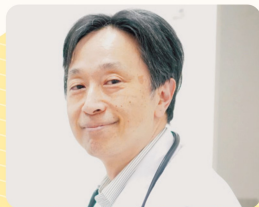
＼2時ですヨ!全見集合／

健康わくわくサロン

in 中之島クロス

2025年 7月5日(土) 14:00～15:30

ヘルスケアトーク



『心臓病予防のススメ!』
—セルフモニタリングと生活習慣の改善—

医療法人 渡辺医学会
桜橋渡辺未来医療病院 岩永 善高 先生
[副院長 兼 心臓血管センター 心不全科長]



『今日からはじめる!』
将来の健康と若返りのための予防医療

長野 広通 先生
[総合内科医]



『股関節が変われば、体が変わる』
—腹筋と一緒に整える“動きの中心”
足が寝せない。体が浮腫む人にも必見です!!—

大林 一樹 先生
[スポーツトレーナー]

みんなで体操

膝・腰ラクラク!
股関節と体幹バランス20分エクサ

【形式】30名×2部(14:45～/15:15～)

- 股関節ストレッチで可動域UP
- 体幹安定エクサで膝腰負担を軽減



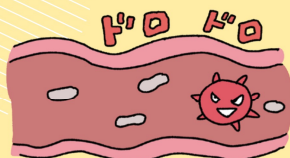
健康チェック体験会



1 あなたの身体の
点数は??

INBODY [体成分分析装置]

★先着30名!



2 肌年齢・血管年齢
チェック



3 無料歯科検診

こども縁日も開催!!



会 場 Nakanoshima Qross 2階“Qrossover Lounge 夢”
大阪市北区中之島4丁目3-51 お気軽にご参加ください!

お問合せ <https://www.nakanoshima-qross.jp/contact/>
06-6690-8973

■参加費無料 ■予約不要 ※お着替えの場所はありませんので、動きやすい服装と靴でお越しください。

・スーパーボールすくい
・ヨーヨーすくい・輪投げ
・コイン落とし



キテミテ中之島2025



こころまち つくろう

KEIHAN

一 가족을想うこころー 「リボンでつなぐみんなの愛」 作品展示&ワークショップ

①作品展示

展示期間: 展示中~2025年10月13日(月)

展示場所: Nakanoshima Qross (中之島クロス)

2階(渡辺橋駅下車)

協力: 大阪市立菅南幼稚園、大阪市立五条幼稚園、
大阪市立野里幼稚園

②アートワークショップ

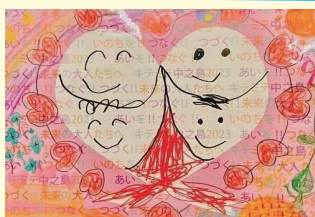
一 가족을想うこころー「リボンでつなぐみんなの愛」の

作品を制作、完成した作品はNakanoshima Qrossに展示します。

ワークショップ日時: 2025年7月5日14時~15時30分 ※無料

ワークショップ会場: Nakanoshima Qross (中之島クロス) 2階
(渡辺橋駅下車)

2025年7月5日開催!



一 가족을想うこころー「リボンでつなぐみんなの愛」について

昔、中之島には「合水堂」という医塾がありました。これは、世界で初めて全身麻酔による乳がん手術を成功させた華岡青洲の兄、華岡鹿城が設立した医塾「春林軒」の分校でした。現在では乳がん治療が進み、たくさんの命が救われています。この命を救うための思いは、家族への愛情から始まります。この作品は、家族みんなで健康について話し合い描いていただいものです。あなたもぜひ、ワークショップでこの体験を試みませんか?

【お問い合わせ】京阪電車お客さまセンター 06-6945-4560 [平日]9:00~19:00 [土休日]9:00~17:00 kitemite-nakanoshima@ml.keihan.co.jp



こどもiPSラボで 「移植治療体験」



子どもが最先端の医療を行うドクターになり、「移植」の類似体験ができるイベントブースを設置します。血液の採取から細胞培養、治療用シートの作成までアニメーションで学ぶことができ、臓器(マグネットシート)の傷にシールを貼り付ける移植治療の体験ができます。

7月5日(土) 同日開催!!

UNI-ONE 体験試乗会

重心移動を感知して
自由に動く
近未来モビリティに
君も乗ろう!!!



UNIONEも
来るよ!!



Nakanoshima Qross アクセスマップ

Nakanoshima Qrossへの行き方
詳細はこちらをご覧ください。



<https://www.nakanoshimaqross.jp/management-body/?id=access>