

2024.4.22(日) ▶ 5.15(日)

ウェルネス診断実施中!

診断結果はこちらの4つ、あなたはどのタイプ?

A1

みなぎる
ケアがおすすめ



毎日楽しく、元気に過ごしているあなた。どんどん外に出かけて体を動かせば、今以上にパワーが「みなぎる」自分になれそう。

A2

ゆるめる
ケアがおすすめ



気づかないうちに、体がガチガチになっていない? 忙しさに追われて疲れている自分を「ゆるめる」時間があなたには必要かも。

A3

ときめく
ケアがおすすめ



最近、心が動かされたのはいつ? 最近パツパツしないとしたら、「ときめく」気持ちが足りていないのかも。心のセンサーを磨いて!

A4

うるおう
ケアがおすすめ



心も体も、カサついてると調子が出ない。そんなときは、「うるおう」ケアでパワーチャージ! 丁寧なケアで乾きと疲れを癒そう。



診断チャートは、ルミネ立川館内に展示中のパネルかこちらの二次元コードからチェック!

パネル展示場所

- ②F ユナイテッドアローズ横
- ⑦F 東側イベントスペース

EVENT INFORMATION

4.28(日)

[1F] ビーブル

<Biople x MOTHER>
プレゼント付 無料トークショー
講師: MOTHER 代表 岡 清華さん

- 参加費 無料
- 時間 14:00 ~ 15:00
- 場所 9F ルミネラウンジ
- 予約方法 二次元コードよりご予約ください。
※MOTHER 株式会社 WEB サイトへ遷移します。



「どう付き合う?! 健康食品やサプリメント~全てに当事者意識を持ち消費をする大切さ~」をテーマに MOTHER 創業者、管理栄養士、アーユルヴェーダ・ラーチャヨガ講師として活躍される岡 清華さんをゲストスピーカーにお招きし、ご講話をいただきます。



4.29(月)

[2F] ユナイテッドアローズ

<TO UNITED ARROWS YOGA CLUB>
at LUMINE TACHIKAWA
講師: 宮城 由香さん

- 参加費 無料
- 時間 10:00 ~ 11:00
- 場所 屋上 スカイガーデン コトリエ
※雨天時は 9F ルミネラウンジ
- 予約方法 二次元コードよりご予約ください。



アクティブウェアを提案する TO UNITED ARROWS がルミネ立川のイベント「WELLNESS FOR ME!」に参加し、ヨガのイベント TO UNITED ARROWS YOGA CLUB を開催いたします。未経験の方もぜひご参加ください。



5.1(木) → 5.15(月)

[9F] エービシー クッキングスタジオ

肉じゃがの
体験レッスン

- 参加費 無料 (この期間のみ限定)
- 時間 開講日によって時間が異なります。
※各枠定員4名

場所 9F エービシー クッキングスタジオ

料理は作る過程で、塩分・糖分・油分などの使用量を可視化でき、過剰摂取の予防につなげられるので、「料理をする」ことだけで健康なカラダに貢献できます。和食の「さ・し・す・せ・そ」を学びながら自慢の和定食を作りましょう。

詳細は二次元コードから▶



※二次元コードからご予約いただいた方には、健康についての学習カードをお渡しさせていただきます。



5.1(木)

[B1] 九州屋

めざせ果物博士!
オリジナル
果物図鑑をつくろう!

- 参加費 500円(税込)
- 時間 ①11:00 ~ 12:30
②15:00 ~ 16:30
- 場所 9F ルミネラウンジ



予約方法 店頭にて事前予約

旬の果物を見て・触って・食べて、オリジナル果物図鑑を完成させよう! 果物の匂っていつ? 多い栄養素は何? などお子さまにもわかりやすい内容のワークショップです。

5.3(土)

[5F] ファンケル

ヘルスチェック
体験イベント

- 参加費 無料
- 時間 12:00 ~ 18:00
- 場所 7F 東側イベントスペース

FANCL

ファンケルでは様々なコンテンツでお客さまの気になる健康バロメーターを簡単にチェック! カロリーバランスチェックや糖化測定器もご用意。イベント参加特典でファンケル人気商品のサンプルプレゼント!

5.3(土) / 5.6(月)

[7F] エンハーブ

オリジナル
ハーブティー作り

- 参加費 500円(税込)
- 時間 ①12:00 ~
②12:30 ~
③13:00 ~
④13:30 ~

場所 7F エンハーブ



予約方法 店頭にて事前予約

お悩みに合わせたブレンドティーにハーブをトッピングし、シャカシャカ混ぜたら完成です! あなただけのオリジナルブレンドティーと一緒に作ってみませんか?

5.5(日) / 5.6(月)

[7F] 無印良品

スキンケア相談会

- 参加費 無料
- 時間 ①13:30 ~ 14:00
②15:30 ~ 16:00

場所 7F 西側イベントスペース



予約方法 店頭にて事前予約

無印良品の数あるスキンケアの中から、お客さまの肌の悩みに合わせて担当スタッフがご提案いたします。今さら聞けないあんなことやこんなこともお気軽にご相談ください。男性の方もご参加お待ちしております。参加特典としてカットコットン(180枚入り)をプレゼント!

5.6(月)

[3F] クオリネスト

日本初上陸
<Orthofeet
オーソフィート>
体験会

- 参加費 無料
- 時間 10:00 ~ 20:00

場所 7F 東側イベントスペース



日本初上陸オーソフィートの体験会を行っています。オーソフィートの魅力はハンドフリーで履けてゆったりとしたサイズ感。フィッティングのカスタムを実現したストレスフリーのシューズです。是非お試しください。

