

LICウェルネスゾーン 特別 3月18日(日)

～多世代交流プログラム～ 企画 in LICはびきの

①ボルダリング

ロープを使わずに低い岩や岩壁を登る今人気のクライミングです。色の付いた「ホールド」と呼ばれる突起物で手軽にクライミングを楽しむことができます。全身を上手く使って登るので筋力・握力のない方でも大丈夫です。



【時間】10:00～15:00 【場所】LICはびきの アトリウム

【対象】年少～小学生 ※保護者の同伴が必要

【定員】なし(予約不要) 【費用】無料

②スポーツかるた

みんなが遊んだことのあるかるたが進化しました!札には楽しく体を動かす「お題」が書かれています。筋力やバランス、柔軟性、有酸素運動などいろいろな動きで楽しく健康に。



【時間】①10:00～10:20 ②10:30～10:50

③11:00～11:20 ④11:30～11:50

⑤13:00～13:20 ⑥13:30～13:50

⑦14:00～14:20 ⑧14:30～14:50

【場所】LICはびきの アトリウム

【対象】小学生と保護者(2人1組)

【定員】各回4組(当日先着順) 【費用】無料

③ LIC ウェルネスゾーン体験

市民の健康づくり・介護予防のため、ミズノオリジナルプログラムを展開しています。機能性グッズを使った介護予防の体験会を実施します。



LICはびきの1階(峯屋横)

●●一般開放●●

【時間】10:00～15:00 ※下記①～④の実施時間は

【対象】年齢制限なし、利用できません。

どなたでもご利用いただけます。

【定員】なし(予約不要、入場制限あり)

【費用】無料 【持物】室内シューズ

●●ララサーキットショートレズンタイム●●

【時間】①10:30～10:45 ②11:30～11:45

③13:30～13:45 ④14:30～14:45

【対象】40歳以上で医師から運動制限を受けていない方

【定員】各回14人(予約不要)

【費用】無料 【持物】室内シューズ

主催：羽曳野市 受託者：ミズノスポーツサービス株式会社

問合せ

●LICウェルネスゾーン

☎072-958-0711(平日9:00～17:00)

●地域包括支援課

☎072-947-3825(平日9:00～17:30)

◆◆ 防火管理者講習のご案内 ◆◆

【日時】甲種 3月8日(木)9:50～16:00(受付9:30～)

9日(金)10:00～16:00

【会場】柏原羽曳野藤井寺消防組合消防本部3階視聴覚室
(藤井寺市青山3-613-8)

【申込期間】2月19日(月)～2月23日(金)9:00～17:00

【申込方法】火災予防協会(消防本部3階予防課内)に受講料2,000円を持参の上、申込用紙に必要事項を記入し申込。

※定員50人、定員に達し次第締切。返金不可。

※柏羽藤火災予防協会員は受講料1,000円

※講習を30分遅刻された場合は受講できません。

※自衛消防業務講習または消防設備点検資格者講習の既修

者は、第1日目防火管理の意義および制度科目が免除されるので、ご希望の方は申込時に講習修了証を提示してください。※天災その他特別の事情が生じた場合は、講習会日時を変更することがあります。

【交通】電車、バスをご利用ください。(駐車場はありません)

【電車】古市駅下車、西へ約1.2km(徒歩約15分)

【バス】古市駅より「羽曳が丘」行、または「四天王寺国際仏教大学」行で、軽里1丁目(関西電力前)下車、外環状線(国道170号線)に沿って北へ約200メートル。

～その他詳細はお問い合わせください～

<問合せ> 柏原羽曳野藤井寺消防組合消防本部3階
予防課 ☎072-958-9940

●● 定期上級救命講習のお知らせ ●●

【日時】3月10日(土)9:30～17:30

(普通救命講習I・上級救命講習) ※受講後に修了証を発行

【場所】柏原市立地域福祉センター(オアシス)

(所在地:柏原市大泉4-15-35)

【対象】柏原市・羽曳野市・藤井寺市に在住・在勤・在学の方

AEDの使用方法を含む心肺蘇生法、小児の心肺蘇生法やけがの応急手当などの講習。普通救命講習Iのみも可能。

【申込】2月9日(金)9:00から電話にて受付開始
※先着30人

■問合せ■ 柏原羽曳野藤井寺消防組合
消防課救急係 ☎072-958-9937