LIC ウェルネスゾーン特別企画

多世代交流プログラム みんなで身体を動かそう！

日時 /3月28日㈯ 10:00 ～ 15:00　場所 / はびきのコロセアム サブアリーナ

1.「ボルダリング体験」

腕の筋力で登るのではなく、全身を上手く使って登るので筋力のない方でも大丈夫！
【時間】10:00 ～ 15:00
【対象】年少～小学生
※保護者の同伴必要
【定員】なし（予約不要）

2.「忍者学校」

カラダ作りに必要な体力と運動発育に必要な 36 の基本動作を取得し、忍者になりきって運動の潜在能力を引き出します。
【時間】10:00 ～ 11:30
【対象】4 歳～新小学 3 年生
【定員】30 人　※事前申込

3.「ラララサーキットライト」

ミズノオリジナル機能性グッズを使った介護予防プログラムなどの体験会を実施！
【時間】10:00 ～ 15:00　随時
【対象】40 歳以上
※医師の運動制限が無い方
【定員】なし（予約不要、入場制限あり）

4.「親子走り方教室」

正しい姿勢、腕のふり方、スタートの「コツ」などを学ぶトレーニング。速く走る要点を親子で楽しく習得！
【時間】13:00 ～ 14:30
【対象】新小学 1 年～新小学 4 年生
※保護者と一緒に参加
【定員】20 組 40 人　※事前申込

持物　室内シューズ、飲み物、タオル
申込　受付中 ※定員になりしだい受付を終了します。既に定員に達している可能性がありますので、ご了承ください。
申込方法　2.「忍者学校」および4.「親子走り方教室」は、LIC ウェルネスゾーンに来館または電話にて事前申込が必要です。

● 申込先　〒583-0854 羽曳野市軽里 1-1-1　LIC はびきの内 LIC ウェルネスゾーン　多世代交流プログラム 担当まで
● 問合せ　LIC ウェルネスゾーン ☎ 072-958-0711　来館・電話受付時間　平日（土日祝除く）9:30 ～ 17:00

はびきの市民活動フェスタ 2020

いきいき育つ わくわく暮らす

3月15日㈰ 10:00 ～ 15:00

エコプラザはにふ

百舌鳥・古市古墳群
世界文化遺産登録！
記念缶バッチ製作無料体験

会場
[所在地] 羽曳野市伊賀 5-6-38
・近鉄南大阪線「高鷲駅」より 1.5km
・駐車場 50 台

入・場・無・料

ミニステージ
和太鼓チーム「魂」、ウインドオーケストラ、琉球民謡、歌体操、太極拳 ほか

バザー
（入場券配布9:45 開場10:20）
手作り品、衣料品、食器類 など

こどものひろば
エプロンシアター、絵本の読み聞かせ、木工教室、防災ゲーム ほか

ワークショップ
パソコンでグリーティングカード制作、簡単書道教室、点字体験

エコブース／フードドライブ
牛乳パック・新聞紙で工作、アルミ缶・ペットボトルの回収、携帯電話・パソコンの無料回収（社会福祉法人へ寄付）

★模擬店
フランクフルト、おにぎり、クッキー、ポップコーン、飲み物　ほか

＜主催＞はびきの市民活動交流会　＜後援＞羽曳野市　羽曳野市社会福祉協議会
＜協力＞大阪府立大学・四天王寺大学

[問合せ] 市民協働ふれあい課 ☎ 072-947-3609