

利用者様の喜びの声!

運動習慣が付き、
日常動作がスムーズに
行えるようになりました。

つまずきや、転倒が
なくなりました。

生活にハリが出て毎日楽しく
過ごすことが出来る様になりました。

感染症予防対策について

◎ 施設の対策

- 定期的な換気
- 使用する機具の消毒
- 人と人との距離を確保



3密対策

◎ マスクについて

- マスクの着用は
任意になっております



マスク任意

下記のような症状が疑われる場合は来館をお控えください。

- 平熱を超える発熱
- 咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状
- だるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)
- 嗅覚や味覚の異常
- 体が重く感じる、疲れやすい等

LICウェルネスゾーン

TEL:072-958-0711

〒583-0854 大阪府羽曳野市軽里1-1-1
LICはびきの内 LICウェルネスゾーン

平日(祝日除く)
9:00~17:00

運営受託者
ミズノスポーツサービス(株)

運営委託者
羽曳野市地域包括支援課
TEL.072-947-3825(直通)
平日(祝日を除く)9:00~17:30

お申込方法

対象 65歳以上の羽曳野市民の方
※ただし、医師から運動制限を受けている方、ご自身で来所できない方を除く

申込期間 11月5日(火)~11月15日(金)《平日》9時15分~17時

申込方法 LICウェルネスゾーンに**来館**にて
今年度より文化プログラムと運動プログラムの併用でのお申し込みが出来ます。

当選発表 12月2日(月)~ LIC ウェルネスゾーン入口横・
市ウェブサイトに掲載。

切り取らずにこのままお持ちください

施設控え

下記の太線内をご記入ください。(用紙は切り取らずにこのままお持ちください)

申込みたい プログラム 番号	運動プログラム	第1希望	文化プログラム	第1希望	抽選番号
		第2希望		第2希望	
		第3希望			
フリガナ					男・女
氏名					
生年月日	年	月	日	令和7年 1月1日時点	歳
住所	〒583- 羽曳野市				
電話番号					
携帯番号					

LICまちの保健室

毎週火曜日
13:30~15:00

管理栄養士への栄養相談、看護師への健康相談、
トレーナーへの運動相談ができます。マンツーマン
で日頃のちょっとした心身の悩みにお答えします。



対象 65歳以上の羽曳野市民の方

定員 毎週6名

日程 1月7日(火)~3月25日(火)【毎週火曜日】
13:30~15:00【要予約】

場所 LICウェルネスゾーン(LICはびきの内)

費用 無料

申込 9:15~来館またはお電話にて予約
事前に相談内容をお伺いします。
下記、講座イベントの申込は来館に限ります。

専門職担当予定
第3火曜日/管理栄養士 第2・4火曜日/看護師 第1・5火曜日/トレーナー

講座受付日/令和7年1月14日(火)9:15~から

2月4日(火) 身体は硬くないですか?

定員
各15名

【講師】健康運動指導士 【内容】柔軟性を高めよう

2月18日(火) 災害に備えて、家庭でできる食品備蓄

【講師】管理栄養士 【内容】食の備えと備蓄食品の選び方

2月25日(火) 一次救命処置を学ぼう

【講師】看護師 【内容】倒れた人を助けるために一歩踏み出す勇気を持つよう!



脳と体両方を
しっかりと鍛えて
年齢に負けない
健康づくり

運動で脳と体を
バランスよく鍛え、
日常生活をイキイキ
したもののへ

お客様控え

こちら控えの抽選番号でご確認ください。

運動プログラム	第1希望	文化プログラム	第1希望	抽選番号
	第2希望		第2希望	
	第3希望			
				氏名

当選発表

12月2日(月)9時~

LICウェルネスゾーンのホームページはこちらから▶



当選された方は、手続きの為に一度ご来館ください。【期間】12月2日(月)~12月6日(金)

※この度、お客様から頂戴いたします個人情報は『LICウェルネスゾーン新規受講生抽選』に活用させていただきます。また、それらの諸連絡を実施するにあたり『LICウェルネスゾーン』と『ミズノスポーツサービス(株)』で厳重に管理させていただきます。※抽選は新規者が優先になります。

持ち物

- 飲み物(水・お茶等)
- 室内シューズ
- タオル
- 運動のできる服装
- 事前にお渡しした申込書・健康アンケート