



2017年

カラダを健やかに。ココロを幸せに。「ウェルネスエイジクラブ」4月1日(土)、スタート!

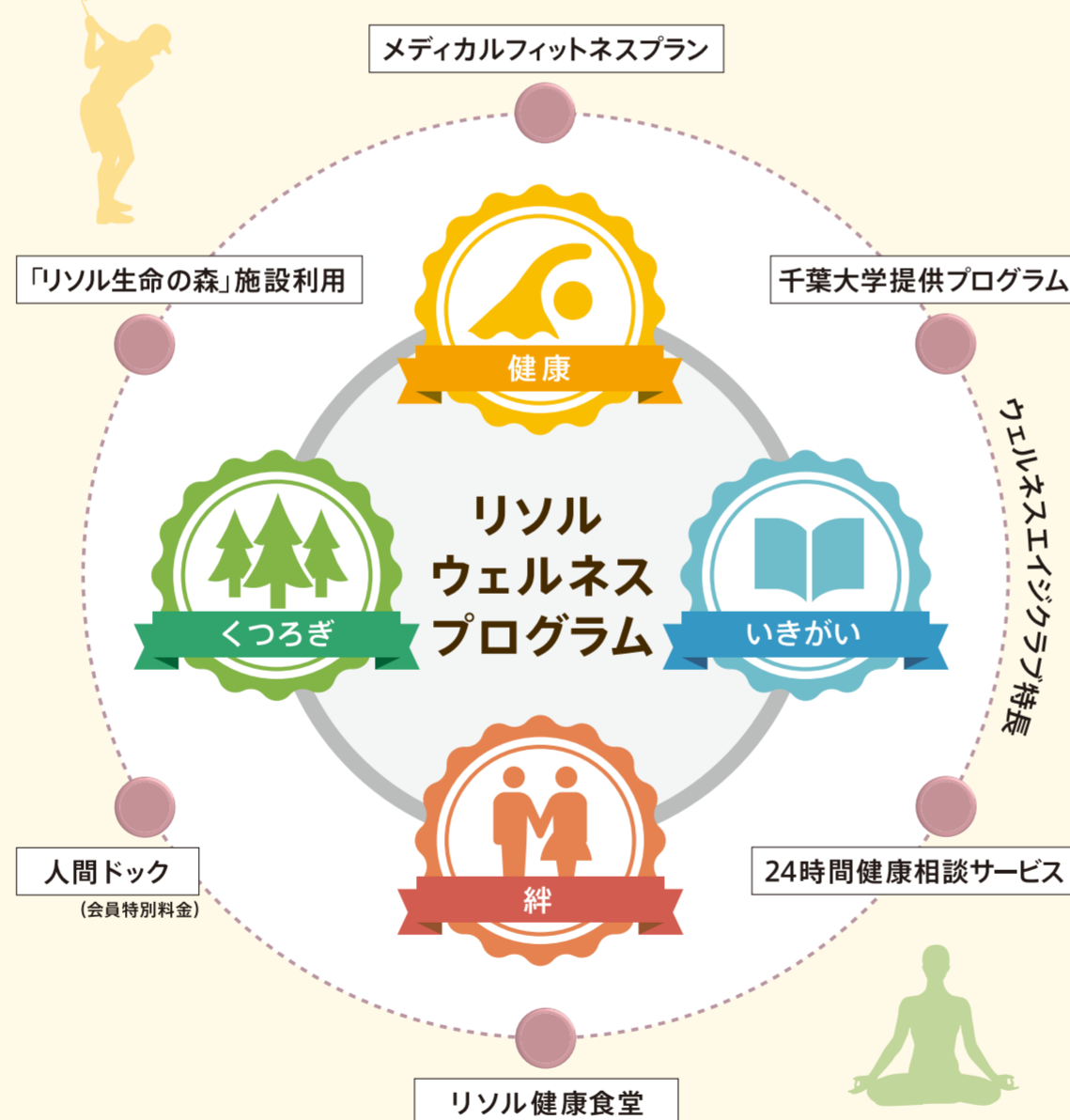


健康で豊かな人生を実現。「リソルウェルネスプログラム」

千葉大学の近藤教授は、well-being(健康で幸福な生活)の実現には、“フィジカル面(身体的健康)”だけではなく、“趣味活動や生涯学習等の取り組み(いきがい/社会参加)”、“旅行やサークルへの参加等(絆/人とのつながり)”、“自然とのふれあいや笑い(くつろぎ/メンタリティ)”が重要であることを研究成果から実証。「リソルウェルネスプログラム」は、この研究成果に基づいて監修されています。

スポーツからカルチャーまで、多種多様な100を超える「リソルウェルネスプログラム」をご用意。

- | 健康 | 絆 |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> スクエアステップ 8,000歩・20分ウォーキング ヨガ ピラティス 太極拳 エアロビクス パーソナルトレーニング フラダンス 社交ダンス らくらく体操 機能改善体操 ボールエクササイズ ノルディックウォーキング ジョギングスイム プールエクササイズ テニスレッスンetc. | <ul style="list-style-type: none"> 日帰りツアー(観光・ハイキング) ゴルフコンペ テニス大会 マラソン大会 水泳大会 夏まつりイベント ランニングクラブ テニスクラブ スイムクラブ ゴルフクラブ 社交ダンスクラブ フラダンスクラブ 朗読 収穫体験 混声合唱団 etc. |
| いきがい | くつろぎ |
| <ul style="list-style-type: none"> ガーデニングスクール かな書道教室 囲碁教室 麻雀教室 写経教室 フアブリックペイントスクール デッサン水彩画教室 木彫り教室 陶芸教室 お茶の間ゼミ etc. | <ul style="list-style-type: none"> 森林ウォーキング アウトドアヨガ 花木庭苑ツアー エステティックサロンジュールフェリエ 森のリラクゼーションサロン 生命の森レストラン 和食処 翠州亭 生命の森レストラン ブローニュ 生命の森レストラン THE GRILL 天然湯の華風呂「長柄カルナの湯」 天然鉱石風呂「真名カルナの湯」 etc. |



ご入会手続きに必要なもの

年会費 **69,800**円 (税込)

- 本人確認書類 / 運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード、旅券、年金手帳等
- 金融機関へのお届け印

年間契約のみとなります(2017年4月1日~2018年3月31日)

【ウェルネスエイジクラブご入会条件】①2017年4月1日現在で満65歳以上の健康な方。②原則として、以下についてご承諾いただける方。③「ウェルネスエイジクラブ」の健康寿命延伸への効果検証や新しいプログラム開発のため、右記③の健康チェックは原則として必須とさせていただきます。右記①および②のプログラムについては積極的なご参加をお願いいたします。また、③の健康データの活用(個人の氏名が特定できないようにしたうえで活用いたします)。①および②の参加記録、並びにアンケートへのご協力もお願いいたします。

ウェルネスエイジクラブの7つの特長

- 近藤教授の監修による「リソルウェルネスプログラム」をご提供。**
「フィジカル面(健康増進)」に加えて、「絆」「いきがい」「くつろぎ」という4つのテーマに基づく、100を超えるプログラムを取り揃えています。さらに、会員限定プログラムもご用意しました。
- 千葉大学による「いきがい(学ぶ)」プログラムをご提供。**
学ぶことや知識を深めることも健康寿命延伸の重要な要素の1つと考え、千葉大学によるカレッジリンクや、公開講座、科目等履修のご提供をいたします。
- あなただけの「メディカルフィットネスプラン」を作成。**
 - 【メディカルチェック】**
「リソル生命の森」内のクリニックで採血・採尿・血圧・身体測定・運動負荷試験。
 - 【フィットネスチェック】**
体力年齢がわかる体力測定を、年2回、原則4月と10月に実施。
 - 【プラン作成→実践→更新】**
上記の健康チェックの結果に基づき、医師や管理栄養士、健康運動指導士が、あなただけの「メディカルフィットネスプラン」を作成。このプランをベースに、一人ひとりの健康度や体力に合った健康活動に取り組んでいただけます。また、その結果をもとに、適宜プランの更新を行います。
- 24時間健康相談サービス**
「24時間無料健康ダイヤル(電話健康相談)」で、いつでも気軽に健康についてご相談いただけます。
※本サービスは「リソル生命の森」内のクリニックが行っているものではありません。外部の「健康相談ダイヤルサービス会社」と契約し、サービスの提供を行うものです。
- 人間ドック(会員特別料金)** (一般料金より最大70%オフ)
「リソル生命の森」内のクリニックで、本格的な人間ドックを12,000円~の会員特別料金で受診していただけます。
- 「リソル生命の森」施設利用**
スポーツジムや、厚生労働省認可の効能・効果のある準天然温泉(大浴場)、室内プール、テニスコートなどの多彩な健康施設をご利用いただけます(裏面参照・一部有料)。
- リソル健康食堂**
管理栄養士の監修による健康に配慮したメニューを、1食600円でご利用いただけます(昼食、平日限定)。

