

はーと・ぱーく講座「まちかど交流講座(クッキング)」

内ランチハウス
輪の仲間と一緒に
に季節野菜のク
ッキング



対市内に住む人 期 4月28日(土)
10時~13時 所精神保健福祉交流
センター 定10人(超えたら抽選)
料300円程度(材料費) ◇申し込
みなど詳しくは精神保健福祉交流
センター(はーと・ぱーく)214-3352
へ

マリニピア喜入のイベント・講座

①喜楽市

内喜入地域の農産物や特産品の販
売など 期 4月15日(日)10時~15時

②健康教室&体力測定

内簡単な健康運動指導と筋力・バ
ランス感覚などの測定 期 4月18
日(水)14時~16時 定20人程度

料無料 申不要

③バランスボールストレッチ講座

対16歳以上の人
期 4月28日(土)
10時30分~12時

定20人(超えたら
抽選) 料無
料 ◇申込期限
... 4月20日



④グラウンド・ゴルフ大会

期 5月12日(土)9時~ 定48チー
ム(1チーム5人) 料無料 ◇申
込期限... 4月20日

①~④共 所マリニピア喜入

問マリニピア喜入345-1117

健康相談会

内ソフトギム(ボール)を使ったス
トレッチやトレーニング方法の紹
介 期 4月14日(土)10時30分~か
11時10分~ 所かごしま温泉健康
プラザ 定各10人程度 料無料 施
設使用料が必要) 問かごしま温泉
健康プラザ252-8551



各支所の福祉課・保健福祉課・保健所 問い合わせ先

- 谷山福祉部福祉課
☎269-8472・8473 FAX267-6555
- 伊敷福祉課
☎229-2113 FAX229-6894
- 吉野福祉課
☎244-7379 FAX243-0816
- 吉田保健福祉課
☎294-1214 FAX294-3352
- 桜島保健福祉課
☎293-2360 FAX293-3744
- 喜入保健福祉課
☎345-3755 FAX345-2600
- 松元保健福祉課
☎278-5417 FAX278-4189
- 郡山保健福祉課
☎298-2114 FAX298-2916

暮らしのガイド

講座・催しなど

初心者ナイターソフトテニス教室

対市内に住む18歳以上の初心者
(学生を除く) 期 5月8日~31日
の毎週火・木曜日(全8回) 所東
開庭球場 定30人(超えたら抽選)
料無料(スポーツ保険料300円が必
要) 申往復はがきに住所、氏名、
年齢、性別、電話番号を書いて、
4月28日(必着)までに〒891-0115
東開町2-1市ソフトテニス連盟268-
5572へ

テニス教室

対市内に住む18歳以上の初心者
(学生を除く) 期 5月9日(水)・
10日(木)10時~12時 所鴨池公園
テニスコート 定40人(先着順)
料無料 申 4月13日から電話で鴨
池公園野球場管理事務所253-6610へ

高齢者のためのソフトテニス教室

対市内に住む60歳以上の人 期 5
月12日(土)10時~12時 所東開庭
球場 定40人(先着順) 料無料
申 4月13日から電話で東開庭球場
事務所268-5572へ

生涯学習プラザ協働講座

①クレイアートボランティア養成
講座(入門編)
対どなたでも 期 5月10日~6月7
日の毎週木曜日10時30分~12時30分
(全5回) 定28人(超えたら抽選)
料5000円 申必要 問モノづくり
工房~響~090-7293-7062

②よくわかる韓国語講座(初心者)
対どなたでも 期 5月8日~7月
10日の毎週火曜日19時~20時30分
(全10回) 定20人(超えたら抽選)
料1万2000円 申必要 問志學館
大学812-8501

③どこかで聴いたクラシック
対どなたでも 期 5月18日(金)10時
30分~11時30分 料1500円 申必
要 問クリエイティブアーツ265-
5124

①~③共 所サンエールかごしま

勤労青少年ホーム前期・1日講座

前期講座日程

曜	講座名	定員	回数	開講日
月	家庭料理~家庭の健康食~	36	10	5月14日
	自信がつくビジネスマナー ◎	20	5	5月14日
	フラワーアレンジメント	20	5	5月21日
	パソコン Word 初級 ◎	10	10	5月14日
	旅行に役立つ英会話 ◎	25	7	5月14日
火	リフレッシュ!エアロビクス! ◎	45	10	5月14日
	家庭料理~季節の食材楽しくクッキング~	36	10	5月15日
	JW-CAD~イメージを画面に~ ◎	10	10	5月15日
	ゴスペルを楽しもう ◎	30	10	5月15日
	茶道表千家	20	10	5月15日
水	医療事務 ◎	40	15	5月15日
	家庭料理~楽しく作っておいしく食べよう~	36	10	5月16日
	ファッションコーディネート ◎	36	7	5月16日
	パソコン Excel 初級 ◎	10	10	5月16日
	家庭料理~ひと手間加えて時季を楽しむ~	36	10	5月17日
木	メイクアップ&ヘアアレンジ	25	7	5月17日
	華道小原流~気軽に花でゆとりライフ~ ◎	20	10	5月17日
	手話でコミュニケーション ◎	20	7	5月17日
	陶芸~自分で作る my 陶器~	15	7	5月17日
	社交ダンス~リズムに合わせて楽しくダンス~ ◎	20	10	5月17日
金	お弁当作り~常備菜で手軽にお弁当~	36	7	5月18日
	パソコン CS 検定・Excel(3級) ◎	15	11	5月18日
	ペン習字~限りなく美しい文字に~	30	7	5月18日
	ヨガでリラクゼーション	30	7	5月18日
	バレーボール~基本から試合まで~ ◎	40	10	5月18日
日	Enjoy☆テニス~基本を学んで楽しくプレー~ ●	30	7	5月20日
	ピラティス~正しい姿勢へとエクササイズ~	30	7	5月20日
	ジャズダンス~基本ステップから始めよう~	30	10	5月20日

対市内に住むか通勤する15歳~35歳未満の人(学生を除く)

◇時間 月~金曜日:18時30分~20時30分
(◎は19時~21時) 日曜日:10時~12時
(●は9時~11時)

料無料(教材費は実費負担)

申 4月10日~24日に本人が直接、勤労青
少年ホーム255-5771窓口へ(先着順)
※土曜日、祝日は休館。新規登録者は
身分証明書と登録料500円が必要

1日講座

内母の日フラワーアレンジ
メント

期 5月13日(日)10時~12時

料1000円

※花ばさみが必要

勤労女性センター第1回短期講座

	講座名	定員	回数	曜日	開講日
午前 10時~12時	楽しいパン作り(~13時)	30	5	月	5月14日
	郷土料理&お菓子 ★	36	5	火	5月15日
	お洒落なフレアスカート(パイアス裁ち)	28	5	火	5月15日
	朝のワード中級	12	5	水	5月16日
	ゆかたの着付け&マナー	30	6	水	5月16日
	バレトン&ストレッチ	30	5	木	5月17日
	朝のエクセル初級	12	5	金	5月18日
午後 13時30分	手作りチャレンジ!!塩麹・ソーセージ・ド レッシング(~13時)	36	1	土	5月26日
	親子で楽しいパン作り(~13時)★◎	30	1	土	6月2日
夜間 18時30分~ 20時30分	60代からのパソコン	12	5	月	5月14日
	初めてのパソコン	12	5	水	5月16日
	肩こり・腰痛・ひざ痛予防 (骨盤体操・コアリズム)	30	5	金	5月18日
	エクセル応用スキルアップ	12	5	月	5月14日
	心が伝わるコミュニケーション	30	5	月	5月14日
20時30分	フラダンスでリフレッシュ	36	5	火	5月15日
	楽しい初夏のカフェランチ ★	36	5	水	5月16日
	初めてのゆかたの着付け	30	5	水	5月16日
	パワーポイントで資料作成	12	5	木	5月17日
	七宝焼アクセサリー作り	30	5	木	5月17日
デジカメ&写真データの編集	12	5	金	5月18日	

対市内に住むか通勤する女性(学生を除く。夜間は勤労女性を優先)

★は男性可、◎は小・中学生と保護者

料無料(材料費などは実費負担) ◇定員を超えたら抽選

申 返信用はがきを持って直接か、往復はがき(1人1通)に講座名(第2希望ま
で)住所、氏名、年齢、電話番号、勤務先、勤務先の電話番号、◎は子ど
もの氏名と学年、託児希望講座開講期間中に2歳~未就学児希望者は子
どもの氏名、生年月日を書いて、4月16日(必着)までに〒890-0063鴨池二
丁目31-15勤労女性センター255-7039へ ※◎を希望する人は◎以外の
講座の申し込みも可