

健康福祉

(18～20面)

内=内容 対=対象

期=日時・期間・期日 所=場所

定=定員・定数・人員 料=料金

申=申し込み 問=問い合わせ

fax=FAX ㊟=Eメール

共=共通事項 託=託児あり

■イベント・講座

ゆうあい館交流フェスタ

内心身障害者との交流で親睦を深めるイベント(演芸、バザー、お楽しみ抽選会など) 対どなたでも 期3月12日(日)10時～15時 料無料 問市心身障害者総合福祉センター(ゆうあい館) 252-7900(fax253-5332)

手話講習会

①入門編(全23回)

対市内に住む18歳以上で、聴覚障害者との交流やボランティア活動を行うために手話を習得しようとする人(難聴者、聴覚障害者を除く)

会場	日時	定員
勤労青少年ホーム(4月19日開講)	毎週水曜日13時30分～15時30分	各25人
城西公民館(4月24日開講)	毎週月曜日19時～21時	
谷山市民会館(4月24日開講)		
吉野公民館(5月9日開講)	毎週火曜日19時～21時	20人

申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業、電話番号、希望会場、受講理由を書いて、3月16日(必着)までに〒892-8677 山下町11-1障害福祉課216-1272へ

②基礎編(全27回)

対市内に住む18歳以上の人で、市町村が実施した手話講習会入門編を修了した人(難聴者、聴覚障害者を除く)



会場	日時	定員
勤労青少年ホーム(4月19日開講)	毎週水曜日10時～12時	各25人
城西公民館(4月24日開講)	毎週月曜日19時～21時	
谷山市民会館(4月24日開講)		

申電話で3月16日までにサンサンコールかごしまへ

①②共

定超えたら抽選 料無料(テキスト代は自己負担) 問サンサンコールかごしま099-808-3333 (fax障害福祉課216-1274)

さくらじま白浜温泉センター陶芸教室

対市内に住む人

期3月15日(水)14時～16時

定10人程度

料1500円(材料代など)

申電話かファクスで住所、氏名、年齢、電話番号をさくらじま白浜温泉センター293-4126 (fax同じ)へ ※当日受け付けも可



マリンピア喜入のイベント

①道の駅喜入 喜楽市

内喜入地域の農産物や特産品などの販売 期3月19日(日)10時～15時

②第18回いきいきウォーキング

◇喜入地区の自然に触れながら健康づくりにチャレンジしませんか ◇コース…マリンピア喜入～グリーンファームの往復(約14km、上りや下りの坂が多いコース) 期3月25日(土)9時～12時30分(8時30分から受

け付け) ※小雨決行 定50人(超えたら抽選) 料無料 申マリンピア喜入にある申込用紙かはがき、ファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を3月18日(必着)までに〒891-0203喜入町6094-1マリンピア喜入345-1117 (fax345-3412、㊟marinpiak@po3.synapse.ne.jp)へ

いきいき桜ウォークinかんまちあ

◇桜の季節、心地よくそよぐ春風に吹かれながら、健康づくりに効果的なウォーキングを楽しみませんか ◇コース…かんまちあ～石橋記念公園を往復(約3km) 対市内に住む人 期3月29日(水)10時～12時(9時30分から受け付け) ※雨天時は屋内でレクリエーションを実施

定なし 料50円(保険料) 申不要(当日、かんまちあ屋根付きイベント広場に集合) ◇できるだけ公共交通機関をご利用ください(有料駐車場あり) 問中央保健センター



スパランド裸・楽・良のイベント

①らららカルチャー前期講座

内フラダンス、洋裁、三味線、日本舞踊、演歌カラオケなど

期4月～9月 ◇開催場所、定員、料金は各講座によって異なります ◇申込期限…3月17日(必着) ◇申込方法など詳しくはスパランド裸・楽・良245-7070 (fax245-7088)へ



②第24回いきいきウォーキング

◇郡山地域の自然や名所を巡るウォーキングとスパランド裸・楽・良の温泉を楽しみませんか ◇ロングコース(14km)かショートコース(9km)を選択 期4月2日(日)9時15分～(8時45分から受け付け) ※小雨決行

定200人(超えたら抽選) 料500円(入浴・保険・記念品代)

※昼食は別途申し込み(400円)が必要 申直接かはがき、ファクス、Eメールで住所、氏名、生年月日、性別、電話番号、希望するコース、昼食の要・不要を3月23日(必着)までに〒891-1102東俣町1450スパランド裸・楽・良245-7070 (fax245-7088、㊟info@spa-rarara.com)へ

精神障害がある人のための自分らしい働き方講座

◇演題…みんなでラップを体験しよう!～仕事を継続するための道具箱 ◇講師…HOP STEP WRAP かごつま ※WRAP(ラップ)…精神的に困難を抱えた人が元気であり続けるために自分で作る行動プラン(元気回復行動プラン) 対市内に住む精神障害のある人 期3月24日(金)14時～15時30分 所精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) 定60人程度 料無料

申電話で3月23日までに保健予防課803-6929(fax803-7026)へ

にこにこ料理教室(健康づくり料理教室)

内食生活改善推進員による料理教室 対市内に住む18歳以上で、全日程の受講が可能な人(にこにこ料理教室を受講したことがある人を除く) 期5月19日～来年2月16日の毎月第3金曜日10時～13時(年10回) 所中央保健センター 定20人(先着順) 料1回600円程度(材料代)

申電話で3月15日から中央保健センターへ

今日もいきいき! 輝きライフ



健康づくりや生きがいに取り組んでいる皆さんを紹介します。

桜島公民館自主学习グループ パッチワーク教室

結成から20年以上活動を続けており、現在は13人で月2回、季節のタペストリーの制作などを行っています。布片を縫い合わせるパッチワークは、きれいな作品に仕上げるためにさまざまな工夫が必要なため、みんなで教え合いながら作品作りを楽しんでいます。また、ギャラリー見学やランチ会の開催など、メンバー同士の親睦を深める活動も楽しみの一つです。

今後は、老人ホームなどでの出張教室やイベントへの作品提供など、パッチワークを通じた地域貢献にも取り組みたいです。

