

イベント・講座

応募要領は24面

高齢者福祉センター与次郎後期教養講座

講座名	日時	定員
俳句入門	10月1日～来年2月18日の第1・3木曜日 13時30分～15時(全10回)	各15人
和・洋・中 イロイロ ダンス	10月2日～来年2月19日の第1・3金曜日 14時～15時30分(全10回) ※1月は第3・5金曜日	
脳活性化 体操	10月7日～来年2月17日の第1・3水曜日 10時～11時30分(全10回)	
ストレッチ	10月7日～来年2月17日の第1・3水曜日 13時30分～15時(全10回)	
ペン習字	10月9日～来年2月26日の第2・4金曜日 10時～11時30分(全10回)	
脳若トレ ニング (iPad)	10月13日～来年3月23日の第2・4火曜日 10時30分～12時(全10回。11月10日、2月23日を除く)	

対市内に住む65歳以上の人 料無料(教材費などは実費負担)

申往復はがきかファクスで希望の講座名、生年月日も9月15日(必着)までに〒890-0062与次郎一丁目10-6高齢者福祉センター与次郎 ☎250-3311 FAX250-8011へ

吉田福祉センター講座

講座名	日時	定員
①めざせ美文字! 書道講座	10月7日・21日、11月4日・18日、 12月2日の水曜日10時～11時30分 (全5回)	15人
②スポーツ吹き矢 講座	10月9日～30日の毎週金曜日 13時30分～15時(全4回)	10人
③大人かわいい 絵手紙ポップ アート講座	10月15日・29日、11月19日、 12月3日・17日の木曜日 14時～16時(全5回)	12人

対市内に住む人

料①無料、②100円(教材費)、③500円(教材費)

申直接(はがき持参)か往復はがき、ファクスで講座名も9月23日(必着)までに〒891-1303本城町1687-2吉田福祉センター ☎294-1825 FAX294-4701へ



大人かわいい絵手紙ポップアート講座の作品

西原商会アリーナ後期さわやかスポーツ教室

教室名	日時	定員
①今から始める 弓道教室	10月1日～11月5日の毎週火・木曜日18時30分 ～20時30分(全10回。11月3日を除く)	25人
②ピラティス A教室	10月2日～11月13日の毎週金曜日10時～12時 (全5回。10月9日・30日を除く)	各15人
③骨盤体操& シェイプ アップ教室	10月2日～11月13日の毎週金曜日14時～16時 (全5回。10月9日・23日を除く)	
④リラックス ヨガ教室	10月5日～11月9日の毎週月曜日10時～12時 (全5回。10月26日を除く)	50人
⑤ピラティス B教室	10月5日～11月9日の毎週月曜日14時～16時 (全5回。10月26日を除く)	15人
⑥リフレッシュ ヨガ教室	10月6日～11月10日の毎週火曜日19時～20時40 分(全5回。11月3日を除く)	50人
⑦親子体操	10月29日、11月5日・19日、12月3日・24日の 木曜日10時～12時(全5回)	25組
⑧からだ改善 トレーニング 教室	11月6日～27日の毎週火・金曜日13時～14時30 分(全6回。11月24日を除く)	30人

対市内に住む18歳以上の人(高校生を除く)、②⑤はおおむね40歳以上の人、⑦は2～4歳の子どもと親

所西原商会アリーナ(鹿児島アリーナ) 料200円(スポーツ保険料)

申往復はがき(1人1通1教室)で9月20日(必着)までに〒890-0023永吉一丁目30-1西原商会アリーナさわやかスポーツ教室係 ☎285-2244へ

市民生き生きスポ・レクフェスタ2020

■生き生きカップ大会 ※要事前申し込み

種目	日時	場所
ペタンク	11月7日(土) 10時～	永吉中央公園
ラージボール卓球	11月7日(土) 10時30分～	西原商会アリーナ (鹿児島アリーナ)
ドッジボール(小学校低学年)	11月8日(日) 8時30分～	
ドッジボール(小学校高学年)		
ドッジボール(OYAJINピック)		
ソフトバレーボール	11月8日(日) 9時～	郡山体育館
ティーボール		郡山総合運動場
初心者ソフトテニス		東開庭球場
初心者テニス		
ふうせんバレーボール	11月8日(日) 9時30分～	西原商会アリーナ
男女混成バレーボール	11月14日(土) 9時～	吉田文化体育 センター
弓道	11月21日(土) 9時～	西原商会アリーナ

料1人100円

申詳しくは市HPか市スポーツ振興協会 ☎248-7718 FAX248-7738へ



会場での検温や消毒液の設置など新型コロナウイルス感染症対策を行って競技を実施します。

スポーツでリフレッシュしませんか?



市スポーツ振興協会 大脇 主事

健康のための教室

教室名	日時	場所
①がん予防教室 相良安昭氏(相良病院院長)による講話 「知っておきたい!乳がんのこと～乳がん 早期発見のポイント～」など	10月6日(火) 14時～16時	東部保健 センター
②こころの健康教室 井上康氏(メンタルホスピタル鹿児島医師) による講話「高齢者のうつ～予防と対処法 について～」	10月15日(木) 14時～15時30分	西部保健 センター

対市内に住む人 定各40人(先着順) 料無料

申電話かファクスで9月14日から①は東部保健センター ☎216-1311 FAX216-1308、②は西部保健センター ☎252-8522 FAX252-8541へ