

学び・文化

応募要領は24面

麴の力でおいしく作れる ヘルシー料理講座

対市内に住むか通勤・通学する15～40歳の人 期9月9日～10月28日の毎週水曜日19時～21時(全8回) 所青年会館 定10人 料4800円(材料費) 申往復はがきかメールで8月26日(必着)までに〒892-0816山下町6-1青少年課 ☎227-1971 ①seisyonen-ev@city.kagoshima.lg.jpへ

いきいき料理教室 (健康づくり料理教室)

◇バランスの良い献立を食生活改善推進員と一緒に作ります 対市内に住む人 期9月17日(木)10時～13時30分 所西部保健センター 定12人(先着順) 料600円程度(材料費) 申電話で8月24日から西部保健センター ☎252-8522へ

高齢者のためのウェルカム教室

①講話、調理実習、実技(健口体操など) 対市内に住む65歳以上で、体重減少や口の渇きなどが気になる人 期9月17日(木)、10月1日(木)・15日(木)・29日(木)の10時～12時(全4回) 所東部保健センター 定10人 料無料(一部材料費が必要) 申往復はがきかメールで8月28日(必着)までに〒892-8677山下町11-1東部保健センター ☎216-1310 FAX216-1308 ①touho-chiiki@city.kagoshima.lg.jpへ

菜和野菜料理教室

◇バランスの良いメニューを食生活改善推進員と一緒に作ります 対市内に住む18歳以上の人 期9月25日(金)10時～13時 所南部保健センター 定12人(先着順) 料600円程度(材料費) 申電話で9月3日～10日に南部保健センター ☎268-2315へ



生涯学習プラザ協働講座

講座名	日時	定員	問い合わせ先
初めてのスマホ・タブレット基礎講座 ※端末持参	8月18日(火) 13時～17時	各10人	NPO法人鹿児島ASC(最上) ☎080-5272-4715
ごきげんゼミ(親子でアンガーマネジメント)	8月19日(水) 10時～11時30分		&YOU アンドユー(上原) ☎090-4809-5556
ネコゼ・肩・腰・膝痛・外反母趾に骨盤を整えて予防と改善	8月22日(土)、 9月12日(土) の10時～12時	20人	健康サポート笑福(谷口) ☎090-4487-5479
ホスケアマッサージを楽しもう! ～経絡とリンパの流れを学ぶ～	8月23日～ 9月13日の 毎週日曜日 10時～11時30分 (全4回)	6人	NPO法人らくらく日本ホスケアセラピー協会(南) ☎090-8629-4692
脳が喜ぶ!心が笑う!臨床美術「アナログ・アニマル・ワールド」	9月12日(土) 10時～12時	13人	アート・コミュニケーションズ(立石) ☎090-5731-8873

所サンエールかごしま

◇料金や申し込み方法など詳しくは各問い合わせ先へ

市民ギャラリー

展示期間	展示名称	場所
8月11日(火)～14日(金)	第23回平和美術展	東別館 1階
8月17日(月)～28日(金) ※8月22日・23日を除く	歴史的公文書の展示(第27回国民体育大会「太陽国体」)	
8月31日(月)～9月4日(金)	武岡絵画倶楽部	
9月7日(月)～11日(金)	鴨池写友会写真展	
8月11日(火)～14日(金)	歴史的公文書の展示(第27回国民体育大会「太陽国体」)	西別館 1階
8月17日(月)～21日(金)	消費生活パネル展	

問サンサンコールかごしま ☎808-3333

感染症講演会

演題	講師
性感染症のトピックス(梅毒)、HIV等について	中村佐知子氏(中村(哲)産婦人科内科院長)
医療機関や介護・福祉施設における感染対策	有村尚子氏(鹿児島大学病院副看護師長)
結核について	森秀樹(東部保健センター主幹)

期8月21日(金)13時35分～16時30分

所川商ホール(市民文化ホール)

料無料

申電話で8月11日～18日に保健予防課 ☎803-7023へ

高齢者福祉センター教養講座

所在地・場所・問い合わせ	講座名	日時	定員	回数	開講日
〒891-1105郡山町176 高齢者福祉センター郡山 ☎・FAX298-2278	理学療法士による健康づくり講座	第1・3火曜日の10時～11時30分	各20人	各10	9月1日
	生き生き脳若返り講座	第1・3火曜日の13時30分～15時			
	楽しく歌う昭和歌謡講座	第1・3金曜日の13時30分～15時	30人		
	季節の家庭料理講座	第2・4金曜日の10時～12時30分	10人		
〒891-0117西谷山一丁目1-7 高齢者福祉センター谷山 ☎268-3331 FAX268-1550	楽しくリズム体操&体幹トレーニング	第1・3水曜日の10時～11時30分	各20人	各10	9月2日
	懐かしのあの唄この唄	第1・3木曜日の13時30分～15時			9月3日
	初めての太極拳	第1・3土曜日の10時～11時30分			9月5日
	生き生き川柳教室	第2・4火曜日の10時～11時30分			9月8日
	初心者のための新聞ちぎり絵	第2・4金曜日の10時～11時30分			9月11日
〒890-0005下伊敷一丁目10-3 高齢者福祉センター伊敷 ☎220-3700 FAX220-3711	趣味でいい人生を送る囲碁を楽しもう	第1・3土曜日の10時30分～12時	各14人	各10	9月5日
	歌をうたって免疫力を高めましょう♪	第1・3土曜日の14時～15時30分			9月10日
	脳活性化! 予防体操	第2・4木曜日の10時～11時30分			9月11日
	はじめてのペン習字	第2・4木曜日の13時～14時30分			
	やさしいヨガ!	第2・4金曜日の10時～11時30分			
〒892-0871吉野町3275-3 高齢者福祉センター吉野 ☎244-5681 FAX244-5641	脳活! 健康体操	第2・4火曜日の10時～11時30分	各20人	各10	9月8日
	楽しい唱歌	第2・4火曜日の14時～15時30分			9月9日
	実用ボールペン習字	第2・4水曜日の10時～11時30分			9月11日
	楽しいスポーツ吹矢	第2・4金曜日の10時～11時30分			
	はじめてのエコクラフト	第2・4金曜日の14時～15時30分			20人
〒891-1419桜島横山町1722-17 高齢者福祉センター桜島 ☎293-2951 FAX293-2969	エコクラフト(初級)	第2・4水曜日の10時～11時30分	各15人	各10	9月9日
	エコクラフト(中級)	第2・4水曜日の13時30分～15時			
	いきいき健康体操	第2・4水曜日の10時～11時30分	20人		
	楽しいグラウンドゴルフ	毎月10・20日の9時～10時30分	40人		

対市内に住む65歳以上の人 料無料(材料費などは実費負担)

申往復はがきかファクスで講座名、ファクス番号も8月20日(必着)までに各高齢者福祉センターへ