

## スポーツ・健康づくり

応募要領は24面

### 第21回西部かがやき健康祭

内地域の活動紹介・健康づくりに関する展示 期11月17日(火)～19日(木)の10時～15時 料無料 問西部保健センター☎252-8522FAX252-8541

### 海づり公園フィッシングスクール

①レディース 対釣り初心者女性の女性 期11月21日(土)9時～12時30分 ②初心者向け 対釣り初心者 期12月5日(土)9時～12時30分 ①②共

◇小学生以下は保護者同伴 所鴨池海づり公園・桜島海づり公園 定鴨池海づり公園40人、桜島海づり公園20人 料釣り料金など通常料金 ◇釣りざおの無料貸し出しあり 申電話で鴨池海づり公園☎252-1021、桜島海づり公園☎293-3937へ



### 餌木づくり教室

内イカ用餌木づくり、海釣り体験(荒天時は中止) ◇小学生以下は保護者同伴 期11月23日(祝)9時～12時30分 所桜島港新フェリーターミナル 定15人程度(先着順) 料釣り料金など通常料金 申電話で桜島海づり公園☎293-3937へ

### 高齢者のための水中運動教室

対市内に住む60歳以上の人 期12月2日～18日の毎週水・金曜日14時～15時(全6回) 所鴨池公園水泳プール 定30人 料200円(保険料) 申往復はがきで11月17日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-3鴨池公園水泳プール☎251-1288へ

### 勤労青少年スポーツ大会

#### 「テニスの部」

内硬式テニスのダブルス 対市内に住むか通勤する15歳～おおむね40歳の勤労者 期来年1月17日(日)9時～16時 所鹿児島ふれあいスポーツランド 定20組(先着順) ※男女混合は男子ダブルスとして受け付け 料無料 申直接か郵送、ファクス(送信後電話確認を)で勤労青少年ホームにある申込書を11月18日～来年1月10日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目32-30勤労青少年ホーム☎255-5771FAX255-5750へ



## 学び・文化

応募要領は24面

### 高齢者すこやか温泉講座

内温泉や健康に関する講座 対市内に住む65歳以上の人 期①11月17日(火)10時～12時、②12月9日(水)10時～12時 所①仮屋公民館(伊敷一丁目)、②三和町公民館(三和町) 定各30人程度(先着順) 料200円 申電話かファクスで①は11月13日、②は12月7日までに県公衆浴場業生活衛生同業組合鹿児島市支部☎・FAX225-2683へ



### さくらじま白浜温泉センター陶芸教室

内来年の干支(うし)・お皿・湯飲み・茶わん作りなど 対市内に住む人 期11月18日(水)14時～16時 定10人程度(先着順) 料1500円 申電話かファクスでシルバー人材センター桜島支部☎245-2200FAX245-2201へ ※当日受け付け可

### ジャガイモ収穫体験

対市内に住む小学生以上の人 期11月22日(日)10時～11時、14時～15時 所都市農業センター 定各100人 料無料 ◇1人1袋配布 申往復はがきで希望時間も11月13日(必着)までに〒891-1205犬迫町4705都市農業センター☎238-2666へ



### サンサンヘルス料理教室

内食生活改善推進員との交流と料理教室 対市内に住む人 期11月27日(金)10時～13時30分 所西部保健センター 定12人 料600円程度(材料費) 申電話で11月18日までに西部保健センター☎252-8522へ

### ハンギングバスケット作り教室

対市内に住む18歳以上の人 期11月29日(日)13時30分～15時30分 所鹿児島ふれあいスポーツランド 定20人 料無料 申往復はがきで11月20日(消印有効)までに〒891-0105中山町591-1鹿児島ふれあいスポーツランド☎275-7107 FAX275-7118へ



### 菜和野菜料理教室

◇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18歳以上の人 期12月18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11月13日～24日に南部保健センター☎268-2315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12月24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11月25日から西部保健センター☎252-8522へ



## 市民ギャラリー

展示期間	展示名称	場 所
11月9日(月)～13日(金)	「税を考える週間」特別企画 令和2年度税に関する作品展	東別館 1階
11月16日(月)～20日(金)	90才以上の写真展・鹿児島よかよか体操	
11月30日(月)～12月4日(金)	習研書道作品展	
12月7日(月)～12月11日(金)	吉野写友会	
11月16日(月)～20日(金)	セーフコミュニティパネル展	西別館 1階
11月24日(火)～27日(金)	人権週間パネル展	

問サンサンコールかごしま☎808-3333

## 第27回正しく安全なウォーキング大会

スポーツの秋に、運動普及推進員と一緒に健康づくりのための安全で効果的なウォーキングを楽しみましょう。

イベント名	期 日	集合場所
①与次郎・海の道ウォーキング	11月11日(水)	鴨池児童公園
②甲突河畔ウォーキング	11月12日(木)	西原商会アリーナ(鹿児島アリーナ)
③花と緑の吉野公園ウォーキング	11月17日(火)	吉野公園
④城山すそ野ウォーキング	11月20日(金)	中央公民館前
⑤秋のウォーキング	11月26日(木)	南部保健センター

◇時間は10時～12時(受け付けは9時30分～9時50分)

※雨天中止

対市内に住むウォーキングのできる人

定①30人、②30人、③50人、④30人、⑤30人(いずれも先着順)

料各50円(保険料)

申電話で①は中央保健センター☎258-2370、②は西部保健センター☎252-8522、③は北部保健センター☎244-5693、④は東部保健センター☎216-1311、⑤は南部保健センター☎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
ネコゼ・肩・腰・膝痛・外反母趾に骨盤を整えて予防と改善	11月14日(土)、12月12日(土)の10時～12時	各20人	健康サポート笑福(谷口)☎090-4487-5479
初めてのタブレット・スマホ基礎講座 ※タブレット端末が必要	11月17日(火)13時～17時	15人	NPO法人鹿児島ASC(最上)☎080-5272-4715
脳が喜ぶ!心が笑う!臨床美術「クリスマスプレート」	12月12日(土)10時～12時	20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