

勤労者交流センター(よかセンター)のイベント

講座名	日時	定員
①押し花体験教室	5月26日(日)10~12時	15人
②いきいき脳若トレーニング	6月21日(金)10時~11時30分	20人

対市内に住むか通勤する勤労者と家族
料無料
申電話かファクスで①は5月13日、②は5月31日までに同センター☎285-0003FAX285-0102へ



日本消化器病学会九州支部 市民公開講座

内市立病院の医師・看護師による講話「おなかの病気で困ったときは?~専門家が教える診断と治療の最前線~」
期5月26日(日)13~16時
所市立病院1階多目的ホール
定150人(先着順) **料**無料
申事前に申し込みフォームで市立病院医事情報課☎230-7000FAX230-7025へ



勤労女性センター前期講座 託

■午前の部

講座名	日時
ファイナンシャルプランナー検定対策3級	6月6日~9月19日の木曜日10~12時(全15回。8月15日を除く)
親子ハンバーグ★	7月20日(土)10時~12時30分

■午後の部(13時30分~15時30分)

講座名	日時
脳トレ体験	6月10日~7月22日の隔週月曜日(全4回)
おしゃれパンツ	6月13~27日の木曜日(全3回)

■夜間の部(18時30分~20時30分)

講座名	日時
日商簿記3級検定講座	6月6日~9月19日の木曜日(全15回。8月15日を除く)
CS(表計算部門)◎ 2級試験対策◎	6月11日~9月17日の火曜日(全15回)

◇他の講座など詳しくは同センターHPへ

対市内に住むか通勤する女性(学生を除く)
 ※夜間の部は勤労女性を優先、★は保護者と小・中学生が対象(男性も可)、◎はワード・エクセルの基本的な操作ができる人




定あり **料**無料(材料費など実費負担)
申直接か往復はがき(1人1枚、第2希望まで)、同センターHPで5月13日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-15同センター☎・FAX255-7039へ



勤労青少年ホーム短期・一日講座

■短期講座

講座名	日時	定員(先着順)
スパイスカレー作り	6月13~27日の木曜日18時30分~20時30分(全3回)	18人
ジャズダンス◎	6月16~30日の日曜日10~12時(全3回)	各10人
合鴨農法 	6月23日、7月7日、8月25日、11月10日の日曜日10~12時(全4回)	

■一日講座

講座名	日時	定員(先着順)
七宝アクセサリ作り◎	6月23日(日)10~12時	10人
自分を知って活かして楽になる心と感情のセルフマネジメント	6月26日(水)19~21時	20人
日本茶を楽しもう◎	6月30日(日)10~12時	15人

◇他の講座など詳しくは同ホームHPへ

対市内に住むか通勤する15~34歳の人(学生を除く)、◎は高校生以上の学生も可
料無料(教材費など実費負担)
 ◇今年度の利用証がない人は、本人確認書類が必要 ※学生は不要
申直接か往復はがき、メール、同ホームHPで生年月日、職業も5月13~26日(必着)に〒890-0063鴨池二丁目32-30同ホーム☎255-5771FAX255-5750ryuyukan@sjcweb.jpへ



高齢者福祉センター与次郎 教養講座

講座名	日時(全8回)	定員
簡単ヨガ	6月5日~9月18日の第1・3水曜日10時~11時30分	各30人
ストレッチ	6月5日~9月18日の第1・3水曜日13時30分~15時	
あのうたこのうた、懐かしい歌	6月6日~9月19日の第1・3木曜日14時~15時30分	20人
リンパマッサージとお灸	6月14日~9月27日の第2・4金曜日10時~11時30分	
ウェルネス体操講座~ココロもカラダも元気はつらつ~	6月14日~9月27日の第2・4金曜日14時~15時30分	25人



対市内に住む65歳以上の人 **料**無料(教材費など実費負担)
申往復はがき(1人1枚1講座)かファクスで講座名、ファクス番号、生年月日も5月17日(必着)までに〒890-0062与次郎一丁目10-6同センター与次郎☎250-3311FAX250-8011へ

西原商会アリーナ 前期さわやかスポーツ教室

教室名	日時(①全10回、②~⑦全5回)	定員
①今から始める弓道	6月5日~7月17日の月・水曜日18時30分~20時30分(6月12日・24日、7月15日を除く)	各25人
②骨盤体操&シェイプアップ	6月10日~7月22日の月曜日19時~20時40分(6月24日、7月15日を除く)	
③リフレッシュヨガ	6月18日~7月16日の火曜日19時~20時40分	100人
④親子体操	6月19日~7月17日の水曜日10~12時	25組
⑤らくらくヨガ	6月19日~7月17日の水曜日14~16時	各100人
⑥リラックスヨガ	7月1日~8月5日の月曜日10~12時(7月15日を除く)	
⑦ピラティス	7月2~30日の火曜日10~12時	25人

対市内に住む①~③⑤⑥は18歳以上の人(学生を除く)、④は2~4歳の子どもと保護者、⑦はおおむね40歳以上の人
料200円(保険料)

申往復はがき(1人1通1教室)か同アリーナHPで5月20日(必着)までに〒890-0023永吉一丁目30-1同アリーナ☎285-2244FAX258-4570へ



吉田福祉センターの講座

講座名	日時(①全8回、②全3回)
①ポルドブラ~バレエとダンスでエクササイズ~	6・7月の第1・3木曜日、8・9月の第2・4木曜日10時~11時30分
②心と身体をリラックスさせるアロマセラピー	6月12日・26日、7月10日の水曜日10時~11時30分

対市内に住む人 **定**①12人、②16人 **料**①無料、②1回500円
申直接(はがき持参)か往復はがき、ファクスで5月15日(必着)までに〒891-1303本城町1687-2同センター☎294-1825FAX294-4701へ



消費生活教室~暮らしのヒントを学ぼう!~ 託

内消費者トラブル、防災、キッチン整理で時短術、ラク家事など
対市内に住む3回以上受講できる人
期6月18日(火)・24日(月)、7月1日(月)・10日(水)・16日(火)・22日(月)の10時~11時30分(全6回)
所青年会館 **定**30人 **料**無料
申郵送かファクス、メール、申し込みフォームで6月4日(必着)までに〒892-8677山下町11-1市消費生活センター☎808-7512FAX808-7501ryyouhi@city.kagoshima.lg.jpへ



高齢者福祉センター東桜島 教養講座

講座名	日時	定員
健康レクリエーション	7月2日~10月1日の第1・3火曜日10時~11時30分(全7回)	20人
脳若トレーニング	7月5日~9月20日の第1・3金曜日10時~11時30分(全6回)	10人
健康体操	7月9日~10月22日の第2・4火曜日10時~11時30分(全7回。8月13日を除く)	20人

対市内に住む60歳以上の人 **料**無料(教材費など実費負担)
申往復はがき(1人1枚1講座)かファクスで講座名、生年月日も6月7日(消印有効)までに〒891-1543東桜島町720同センター東桜島☎221-2081FAX221-3908へ