



## ① つぼと健康講座

(3回シリーズ) 定員40人

- ◆ 内容 東洋医学に基づき、身体の中にある健康に良い「つぼ」の押し方や探し方など、日常生活で実践できる健康法について学びます。
- ◆ 日時 第1回 令和6年10月22日(火)  
第2回 令和6年10月29日(火)  
第3回 令和6年11月5日(火)  
\*時間は全て13:50~15:20です。
- ◆ 会場 リナシティかのや(2階) 情報研修室
- ◆ 講師 鹿児島鍼灸専門学校  
同窓会会長 泊 平八郎 氏 


## ② シニア向け音楽療法講座

(3回シリーズ) 定員30人

- ◆ 内容 音楽療法を通して、音楽脳トレーニングや懐かしいメロディを楽しみながら、心身の健康回復や維持の方法等について学びます。
- ◆ 日時 第1回 令和6年10月15日(火)  
第2回 令和6年12月5日(木)  
第3回 令和7年1月28日(火)  
\*時間は全て14:00~15:30です。
- ◆ 会場 リナシティかのや(2階) リハーサル室 
- ◆ 講師 日本音楽療法学会認定  
音楽療法士 坂中 慈子 氏


## ③ 傾聴講座

(3回シリーズ) 定員40人

- ◆ 内容 職場や日常生活に役立つ傾聴力を高めるため、「傾聴(話の聴き方)」に関する基礎知識や技法を学びます。
- ◆ 日時 第1回 令和6年11月16日(土)  
第2回 令和6年11月23日(土)  
第3回 令和6年12月7日(土)  
\*時間は全て10:00~11:30です。
- ◆ 会場 社会福祉会館(1階) 大会議室  
(鹿屋市向江町29-2)
- ◆ 講師 NPO法人かごしまメンタルパートナー協会 理事長 江並 智子 氏 


## ④ わかりやすい相続に関する講座

(3回シリーズ) 定員50人

- ◆ 内容 相続の基礎知識とその諸問題について学びます。
- ◆ 日時 第1回 令和6年10月22日(火)  
第2回 令和6年10月29日(火)  
第3回 令和6年11月5日(火)  
\*時間は全て10:00~11:30です。
- ◆ 会場 リナシティかのや(2階) 情報研修室
- ◆ 講師 鹿児島県司法書士会 鹿屋支部  
司法書士 永野 博己 氏 

## ⑤ 楽しい遊びで、からだ元気講座

(3回シリーズ) 定員50人

- ◆ 内容 脳を使う、楽しい遊びのルールや、遊び方を学び体験します。  
(ポッチャ・モルック・その他ニュースポーツ)
- ◆ 日時 第1回 令和6年11月6日(水)  
第2回 令和6年11月13日(水)  
第3回 令和6年11月20日(水)  
\*時間は全て10:00~11:30です。
- ◆ 会場 リナシティかのや(3階) フィットネスホール
- ◆ 講師 鹿児島県レクリエーション協会  
指導員 

## お申し込み方法

### <対象者等>

鹿屋市民で原則3回受講できる方

### <募集期間>

令和6年7月12日(金)~令和6年8月30日(金)

### <申込方法>

・電話、FAX、メール、来所などでお申込み  
・FAX、メールでお申込みの場合は、「講座名・氏名・年齢・住所・電話番号」を記入し送信してください。

### <受講者決定について>

・定員を超えた場合は、抽選とします。  
・昨年度同じ講座を受講された方は、今回もお申込みはできますが、定員を超えた場合初回お申込みの方を優先いたします。

☆募集期間終了後、1週間程度で受講申込者各位に文書で受講案内いたします。

<申込み・お問い合わせ先> 社会福祉法人 鹿屋市社会福祉協議会

〒893-0009 鹿屋市大手町1番1号 リナシティかのや2階 福祉プラザ内

◆電話 0994-44-2951

◆FAX 0994-44-7757

◆メールアドレス salon@kanoyasyakyou.jp

高齢者元気度  
アップ・ポイント  
の対象に  
なります

受講料  
無料