

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 鹿児島鍼灸専門学校
同窓会会長 泊 平八郎 氏

募集期間が
終了しました

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22日(火)
第2回 令和6年10月29日(木)
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)
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

募集期間が
終了しました

③ 傾聴講座

(3回シリーズ) 追加募集人数 20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 社会福社会館(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

募集中

④ わかりやすい相続に関する講座

(3回シリーズ) 追加募集人数 30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

募集中

⑤ 楽しい遊びで、からだ元気講座

(3回シリーズ) 追加募集人数 25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

募集中

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

<申込期限>

令和6年10月11日(金)

<申込方法>

- ・電話, メール, 来所などでお申込み
- ・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。

高齢者元気度アップ・ポイントの対象になります。
(わかりやすい相続に関する講座は対象外)

<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**