

鹿児島市福祉コミュニティセンター

4月～6月コミセン短期講座のお知らせ

対象者：鹿児島市にお住いの65歳以上の方、
若しくは、障害者手帳をお持ちの方

応募方法：4月2日（火）より電話予約（先着順）

参加費：無料



開 講 日 時

健康ウォーキング講座(全2回)

健康運動指導士にウォーキングの基本を学びながら、施設近隣を楽しくウォーキング！
◎動きやすい服装で飲み物・タオルなどをご持参ください。

① 4月26日（金）
② 5月17日（金）
13：30～15：00
定員 25名

脳活性化ドリルで脳力アップ！

ゲーム感覚で取り組むことができ、
楽しみながら脳の活性化をしましょう。



6月28日（金）
13：30～14：30
定員 20名

※都合により、日程を変更・中止する場合がございます。事前に電話でお確かめ
くださいますようお願いいたします。

当センターには、温泉入浴（市内在住の65歳以上の方・障害者手帳を持つ人）
や、健康相談（火曜日・金曜日）等もございます。

皆様のお越しをお待ちしております。

◎4月～6月の休館日のお知らせ

4月	1日、8日、15日、22日、29日
5月	3～6日、13日、20日、27日
6月	3日、10日、17日、24日



【お問い合わせ】

電話：099-248-1200 FAX：099-248-2211

住所：鹿児島市祇園之洲町1番地2（石橋記念公園近く）