

## 令和8年度の主な健康増進(身体活動・運動)に関するイベント

年	開催日	曜日	イベント名	実施場所	申込み	問合せ先
通年	年中無休 (但し12月29日～ 1月3日を除く)		鹿児島ぶらりまち歩き	西郷隆盛銅像周辺、加治屋町 周辺など、 市内各所に全13コース	必要 (前日17時まで に要予約)	鹿児島まち歩き観光ステーション TEL:099-208-4701
令和8年	令和8年4月26日	日	子ども走り方教室	かごしま健康の森公園	必要	かごしま健康の森公園 TEL:099-238-4650
	5月12・19・26日	火	スタイリッシュウォーク	勤労青少年ホーム	必要	勤労青少年ホーム TEL:255-5771
	5月14・21・28日 6月4・11・18・25日	木	プロ直伝! 令和の体幹トレーニング	喜入公民館	必要	喜入公民館 Tel:099-345-3751
	5月14・28 6月11日・25日 7月9日	木	【新規】楽しいバドミントン入門	城西公民館	必要	城西公民館 Tel:224-6993
	5月17日・24日・31 日 6月14日・21日・28 日 7月5日	日	ピラティス	勤労青少年ホーム	必要	勤労青少年ホーム TEL:255-5771
	5月22日 6月12・26日 7月10・24日 8月7日	金	はじめての3日体操で健康づくり	郡山公民館	必要	郡山公民館 Tel:298-2220
	5月23日 6月6日 7月25日 8月29日 9月12日 10月10日 12月12日 1月16日	土	健康・体幹バランストレーニング	桜島公民館	必要	桜島公民館 TEL:099-293-2725
	6月6日・20日 7月4日・18日 8月1日	土	ココロ・カラダととのう週末ヨガ	松元公民館	必要	松元公民館 Tel:278-1312
	6月20日 7月18日 8月22日 9月19日 10月17日 11月21 日	土	初めてでもできる! 健康増進ニュースポーツ	郡山公民館	必要	郡山公民館 Tel:298-2220
	7月2・9・16・23・30 日	木	からだヨロコビ! シニアのエアロビ	喜入公民館	必要	喜入公民館 Tel:099-345-3751
	7月23日・30日 8月6日	木	楽しく踊ろう! ヒップホップ	城西公民館	必要	城西公民館 Tel:224-6993
	8月8日	土	転がる感動! ポッチャ	松元公民館	必要	松元公民館 Tel:278-1312
	8月23日	日	走り方教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
	9月6日	日	走り方教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
	9月23日	水	西郷どんの遠行	西郷南洲顕彰館・南洲神社 (スタート: 西郷生誕地、西郷屋敷跡)	不要	西郷南洲顕彰館 099-247-1100
	10月8・15・22・29日 11月5日	木	シニアのための気軽にできる健康体操	サンエールかごしま	必要	サンエールかごしま TEL:099-813-0851
	10月7・14・21・28日 11月11・18・25日	水	心も弾む! 健康体操・ニュースポーツ	喜入公民館	必要	喜入公民館 Tel:099-345-3751
	10月9日・23日 11月13日・27日 12月11日	金	元気! 楽しいエクササイズ	松元公民館	必要	松元公民館 Tel:278-1312
	10月13・22・27日 11月10・24日	火、木	健康ウォーキング	伊敷公民館	必要	伊敷公民館 Tel:220-1866
	10月14・28日 11月11日	水	はじめよう! ノルディックウォーク	中央公民館	必要	中央公民館 TEL:099-224-4528
10月15・22日 11月5・19・26日	木	健康アップ!! ノルディック・ウォーク	鴨池公民館	必要	鴨池公民館 TEL:099-252-5756	
10月15日・29日 11月5日・19日	木	まつもと散歩 ~ノルディック・ウォーク~	松元公民館	必要	松元公民館 Tel:278-1312	

令和8年	10月16日・30日 11月6日・20日 12月4日	金	目指せ美ボディ！体幹コアエクササイズ	城西公民館	必要	城西公民館 Tel:224-6993
	10月20・27日 11月10・17日 12月1・15日	火	里山を歩く！ノルディックウォーク	郡山公民館	必要	郡山公民館 Tel:298-2220
	10月25日	日	第47回谷山ふるさと祭	国道225号 (南署入口交差点～谷山港区 入口交差点)	必要	かごしま市商工会 TEL 099-268-3576
	11月2日	土	ウォーキング教室	かごしま健康の森公園	必要	かごしま健康の森公園 TEL:099-238-4650
	11月2日・3日	月、 火・祝	第75回おはら祭	天文館電車通り一帯	必要	観光振興課 TEL:216-1327
	11月8日	日	子ども持久走教室	かごしま健康の森公園	必要	かごしま健康の森公園 TEL:099-238-4650
	11月11日	水	正しく安全なウォーキング大会 鴨池運動公園ウォーキング	白波スタジアム前 ※集合場所	不要	中央保健センター TEL:258-2370
	11月13日	金	正しく安全なウォーキング大会 城山ウォーキング	中央公民館前 ※集合場所	不要	東部保健センター TEL:216-1311
	11月19日	木	正しく安全なウォーキング大会 甲突河畔ウォーキング大会	西原商会アリーナ ※集合場所	不要	西部保健センター TEL:252-8522
	11月20日	金	正しく安全なウォーキング大会 花と緑の吉野公園ウォーキング	吉野公園	不要	北部保健センター TEL:244-5693
	11月26日	木	正しく安全なウォーキング大会 錦江湾公園ウォーキング	錦江湾公園	不要	南部保健センター TEL:268-2315
	12月実施予定	日	第46回ランニング桜島大会 ハーフマラソン、10km	鹿児島市	必要	ランニング桜島実行委員会事務局 (鹿児島市スポーツ振興協会) TEL:248-7718
	12月2日・9日・16日	水	ゆったり動いてととのえる太極拳	松元公民館	必要	松元公民館 Tel:278-1312
	12月13日	日	ランニング教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
令和9年	令和9年1月17日	日	ランニング教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
	令和9年2月14日	日	ランニング教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
	令和9年2月7日	日	ウォーキング教室	鹿児島ふれあいスポーツランド	必要	鹿児島ふれあいスポーツランド TEL:099-275-7107
	令和9年3月予定	日	絶景寺山西郷どんハイキング	鹿児島市立少年自然の家	必要	鹿児島市立少年自然の家 Tel:099-244-0333
	令和9年3月 実施予定		桜ウォーキング	未定	不要	運動普及推進員協議会事務局 (中央保健センター) TEL:258-2370
	令和9年3月7日 (実施予定)	日	鹿児島マラソン2026 マラソン(42.195km)、ファンラン(8.9km)	鹿児島市・始良市	必要	鹿児島マラソン実行委員会事務局 (鹿児島市スポーツ課内) TEL:803-9622
	令和9年3月28日	日	春を迎えるウォーキング	かごしま健康の森公園	必要	かごしま健康の森公園 TEL:099-238-4650