

開催期日等	会場等	事業名等	内 容	問い合わせ
9月8日(土) 12:00 受付開始 13:00~15:45	宝山ホール	第35回市民健康まつり テーマ「かごしま市民すこやかプラン～みんなで楽しく健康づくり～」	記念講演会：講師 ①温泉ソムリエ 六三四氏 ②いづろ今村病院 院長 黒野明日嗣先生 ★参加料：無料 ★定員：1500名 ★対象：市民 ★事前申込：必要	市民健康まつり 実行委員会事務局 (鹿児島市医師会内) TEL 099-226-3737 FAX 099-225-6099
10月19日(金) 18:40 受付開始 19:00~20:30	鹿児島市科学館 5階宇宙劇場	働き盛りのためのリラクゼーション講座 リラクゼーション in プラネタリウム ※	①リラクゼーション講話 ②プラネタリウム ③音楽 ★参加料：無料 ★対象：市民 ★事前申込：必要	鹿児島市保健所 保健予防課 TEL 099-803-6929 FAX 099-803-7026
10月18日(木) (13:30 受付開始) 14:00~15:30 10月29日(月) (13:00 受付開始) 13:30~15:30	松元支所 3階会議室	血管から見る糖尿病予防教室 ～重症化を防ぐために～ ※	①講話：加治屋昌子 医師(上ノ町・加治屋クリニック) ②講話：管理栄養士 実技：高司佳代 運動指導員 ★対象者：市民の方ならどなたでも ★参加料：無料 ★事前申込：不要	鹿児島市 松元保健福祉課 TEL 099-278-5417 FAX 099-278-4189
12月1日(土) 10:00~15:00	ベルク広場 マルヤガーデンズ	かごしま食育フェスタ 2018 ※	1. 食に関する展示、体験 2. 親子料理教室 ★入場料無料 (参加費はブースにより異なる) ★対象：一般	鹿児島市保健政策課 TEL 099-803-6861 FAX 099-803-7026

## キッズや親子で参加できるイベント情報

### ★みんなのすくすく子育てクラブ in イオンモール鹿児島★

①どるちえリトミック～みんなで楽しく～ 日時：9月11日(火)11:00~12:00

②親子で楽しくヨガ～子供と一緒に Let's go!～ 日時：9月25日(火)11:00~12:00

★対象者：一般 ★参加料：無料 ★事前申込：必要(イオンモール鹿児島イベント事務局へ)

問い合わせ：公益社団法人鹿児島県助産師会 TEL 099-210-7560

イオンモール鹿児島イベント事務局 TEL 099-250-0313(平日9:30~17:30)



### ★第10回十五夜親子綱引き&ちびっこ相撲★

親子で楽しく十五夜を満喫しましょう♪ ※雨天中止

内容(対象者)：①親子綱引き(小学生とその保護者) ②ちびっこ相撲(小学生のみ、男女問わず)

日時：平成30年9月22日(土)13:00~16:00(ファミリー広場にて13時受付開始)

場所：かごしま健康の森公園 ファミリー広場、相撲場 ★参加料：無料 ★事前申込：不要

※動きやすい服装で水分補給の飲み物やタオルなどをお持ちの上、お集まりください。

問い合わせ：かごしま健康の森公園 TEL 099-238-4650 FAX 099-238-4548

### ★キッズけんこうチャレンジ★

「早寝早起き」「歯みがき」など健康に関する目標をたて、実施した日はシールを貼りながら30日間取り組みます。

取り組み期間：12月~1月 ★参加料：無料 ※報告書を出された方全員に参加記念品を進呈。

問い合わせ：鹿児島医療生活協同組合 健康まちづくり部 TEL 099-260-3532 FAX 099-260-8090