

健康づくりイベント情報

(令和2年4月から2年9月まで)

※印以外の健康づくりイベント情報については、鹿児島市健康づくり推進市民会議から情報提供していただいたものを紹介しています。ここで掲載した内容に伴うトラブル等について、本市が責任を負うものではありません。応募・参加にあたっては、各自で内容をご確認のうえ、自己責任でご参加ください。

開催期日等	会場等	事業名等	内 容	問い合わせ
4月 8日・22日(水) 5月13日・27日(水) 6月10日・24日(水) 7月 8日・22日(水) 8月12日・26日(水) 9月 2日・30日(水) 9:30 受付開始 10:00～12:00	勤労青少年 ホーム体育館 (鴨池2丁目)	中高齢者体操教室 「らくらく体操教室」	①エアロビクス ②ストレッチ体操 ③脳トレ・太極拳 ④健康生きがいづくり講話とマジック ⑤ラジオ体操 ★対象者：どなたでも参加できます (随時受付)	鹿児島県 健康生きがいづくり アドバイザー協議会 TEL 099-268-1030 FAX 099-268-1030
8月21日(金) 13:00 受付開始 13:30～16:30	市民文化ホール 第2ホール (与次郎2丁目 3-1)	結核予防 医療事業	HIVなどの感染症の予防及び普及啓発を目的に、専門家による講演会を行います。 ★対象者：医療従事者、施設関係者、学校関係者、一般市民 ★参加料：無料 ★事前申込：不要	鹿児島市 保健予防課 感染症対策係 TEL 099-803-7023 FAX 099-803-7026
8月23日(日) 9:30 受付開始 10:00～17:00	谷山市民会館 (谷山中央3丁目 383-16)	鹿児島吟道会 第51回大会 兼壮心大会	漢詩、短歌、俳句、新体操、自由詩、歌謡吟剣舞などの吟詠及び舞など 詩吟は平和を重んじ、家族、友人、知人、地域の人々との絆を深め人格形成に役立てることを目的とし、昔から親しまれてきた漢詩、短歌、俳句、新体詩や自由詩などを取り上げており、文化的素養を身につけるとともに、腹式呼吸で、大きな声で、息長く吟じ、健康にもよいと言われています。 ★対象者：一般市民、会員 ★参加料：無料 ★事前申込：不要	公益社団法人 日本吟道学院公認 鹿児島吟道会 TEL・FAX 099-243-7644
9月14日(月)～ 9月18日(金) 18:00 受付開始 18:00～20:00	鹿児島市勤労者 交流センター (よかセンター) (中央町10番地)	第5回 生活とこころの 無料悩み相談会& ミニレクチャー	9月10日～16日の自殺予防週間に合わせ、相談会を実施します ★対象者：市民 ★参加料：無料 ★事前申込：不要	鹿児島市 保健予防課 保健対策係 TEL 099-803-6929 FAX 099-803-7026
毎月第2土曜日 7:55 集合 8:00～9:00	カクイックス店 受付 (加治屋町3-1)	甲突川沿 ノルディック・ ウォーク	大久保利通生い立ちの地で準備運動し、甲突川沿いを1時間「健康寿命延伸」のためにノルディック・ウォークで歩きます。 ★参加料：200円、 ポールレンタル料必要者300円 ★事前申込：必要	鹿児島県 ノルディック・ ウォーク連盟 TEL 099-226-0923 FAX 099-226-0346