

高齢者のための 保健体育講座

**健康・安全に関する話を聞いて、
運動を楽しんでみませんか？**

開催日	内 容
9月12日（土） 9:30～11:30	【保健】スポーツと健康 【体育】ストレッチ、折り返し運動等
9月19日（土） 9:30～11:30	【保健】加齢と健康 【体育】ストレッチ、ボッチャ等
9月23日 （水・祝） 9:30～11:30	【保健】自然災害と安全 【体育】ストレッチ、モルック等

講 師 浜 田 幸 史
(鹿児島県立短期大学生活科学科教授)

会 場 カクイックス交流センター
絵画制作室（東棟5階）

*所在地：鹿児島市山下町14-50



受講料：無料

定 員：先着20名

対 象：一般県民（3回とも参加できる概ね65歳以上の方）

申込方法（下記の①②のいずれか）

①右の二次元コード読み込みの上、申請手続きによる申し込み

②FAX、メール、ハガキによる申し込み

※その際には住所・氏名・年齢・電話番号のほか

「高齢者のための保健体育講座希望」と明記してください。

FAX：099-803-4473 / Email：kentankyo@pref.kagoshima.lg.jp

ハガキ：〒890-0005 鹿児島市下伊敷1-52-1

鹿児島県立短期大学 教務課 宛

