

健康づくりイベント情報

(令和2年10月から3年3月まで)

以下掲載の健康づくりイベント情報は、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。

なお、新型コロナウイルス感染症の情勢に鑑み、内容の変更または中止となる場合がございますので、詳しい内容等につきましては各イベント主催者に直接ご連絡ください。

開催期日等	会場等	事業名等	内 容	問い合わせ
10月14、28日(水) 11月11、25日(水) 12月9、23日(水) 1月13、27日(水) 2月10、24日(水) 3月10、24日(水) (9:30~受付) 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」	エアロビクス、ストレッチ体操、脳トレ・太極拳、健康生きがいがづくり講話とマジック、ラジオ体操など ★対 象：どなたでも ★参 加 費：無料 ★事前申込：必要(開始前までに)	鹿児島県 健康生きがいがづくり アドバイザー協議会 TEL:099-268-1030 FAX:099-268-1030
10月16日(金) (18:40~受付) 19:00~20:30	鹿児島市立科学館 5階 宇宙劇場	働きざかりのための 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	リラクゼーション講座、プラネタリウム、音楽生演奏 ★対 象：18歳以上の市民 ★参 加 費：無料 ★事前申込：必要	保健支援課 TEL:099-803-6929 FAX:099-803-7026
11月22日(日) 11:00~16:00	マルヤガーデンズ ぴらもーる	第6回かごしま 食育フェスタ	展示、体験、物販など様々な面から食育を学べるイベント ★参 加 費：無料(有料ブースも有) ★事前申込：不要(必要ブースも有)	保健政策課 TEL:099-803-6861 FAX:099-803-7026
11月23日(月) ①1部(講演会) (9:00~受付) 9:30~11:00 ②2部(公開講座) 11:30~12:30 ③同時開催 10:00~15:30	かごしま 県民交流センター 3階 大研修室1	「産業カウンセラー の日」 ①1部：講演会 ②2部：産業カウンセラー養成講座の公開講座 ③同時開催：Zoom 無料カウンセリング 体験	※全て事前申込が必要です※ ※②、③の対象は満20歳以上です※ ①1部(講演会) テーマ「パワハラ防止法案のポイントと組織づくり～アンガーマネジメントの活用～」 講師 小吹 真紀 氏 (日本アンガーマネジメント協会所属) ★定 員：50名(先着順) ★参 加 費：(一般)3,000円 (会員)2,000円 ②2部(公開講座) ★定 員：50名 ★参 加 費：無料 ③Zoom 無料カウンセリング体験 ★定 員：5名 ★参 加 費：無料	一般社団法人日本産業 カウンセラー協会 九州支部鹿児島事務所 TEL:099-216-8732 FAX:099-216-8733 メール kagoshima@ counselor.or.jp