



講座 どこでも気軽に実施できる貯筋運動体験「貯筋運動普及講習会」

●日時・場所等

期日	場所	時間
7/29 (日)	西原地区学習センター	① 9:30～12:00
7/30 (月)	輝北コミュニティセンター	② 13:30～16:00

- 講師 川西 正志 氏 (鹿屋体育大学 客員教授)
- 定員 各日程・時間 50人 (定員を超えた場合、抽選)
- 対象者 市内在住又は在勤の人で医師から運動を禁止されていない人 ●受講料 無料
- 応募 氏名・住所・電話番号・年齢・希望する日程・時間を記入し、7月10日(火)までにFAX又は郵送

問 鹿屋体育大学貯筋研究プロジェクト事務局
〒891-2393 鹿屋市白水町1
Tel 0994-46-4929 FAX 0994-46-5312

講座 平成30年度家畜商講習会

家畜の取引に必要な家畜商免許取得のための講習会

- 日時 8月2日(木)～3日(金) 9:00～17:00
- 場所 県市町村自治会館 402 会議室 (鹿児島市)
- 定員 70人程度
- 応募 6月27日(水)までに受講申請書に収入印紙(3,300円)、証明写真を添えて県大隅地域振興局農政普及課又は市畜産課に提出
※受講申込書は県畜産課、県大隅地域振興局農政普及課、市畜産課に有り
※別途テキスト代(3,490円)が必要

問 市畜産課 Tel 0994-31-1118

講座 アクアビクス教室

水の特性を利用し、体力アップ・ウェイトコントロール・膝や腰のリハビリ等に効果的なリズム体操

- 日時 7月5日(木)～8月30日(木)の火・木曜日 19:00～20:00
- 場所 串良B&G海洋センタープール
- 対象者 20歳以上の人
- 定員 50人(先着順)
- 受講料 1,000円(保険料)
- 応募 保険料、印鑑を持参



問 串良平和アリーナ Tel 0994-31-4500

お知らせ ハンセン病問題を正しく理解しましょう

- 6月17日(日)から23日(土)までの1週間は「ハンセン病問題を正しく理解する週間」です。
- 偏見や差別に苦しめられた方々が、平穏に安心して生活できる地域づくりのために、また二度とこのような悲しい歴史を繰り返さないために、私たち一人ひとりが、ハンセン病問題とは何かを正しく理解しましょう。
- ハンセン病問題に関するパネル展を実施します
- 期間=6月16日(土)～6月24日(日)
- 場所=プラッセだいわ鹿屋店3階

問 市保健相談センター Tel 0994-41-2110

講座 初めての短歌教室・初めての書道教室

短歌や書道を気軽に学べる初心者向けの学習会

- 日時 7月7日(土)
- 短歌教室=10:00～11:30
- 書道教室=12:30～14:30
- 場所 第一鹿屋青果市場2階大会議室
- 講師 矢口 裕司 氏 (一般社団法人倫理研究所 専任研究員)
- 定員 各教室 20人程度
- 受講料 無料
- 応募 7月5日(木)までに連絡

問 家庭倫理の会 Tel 090-4587-6029 (岩村)

講座 リナシティかのや情報プラザパソコン講座

●講座日時

No.	講座名	日程	時間
1	パソコン講座無料体験	7/1(日)	午後
2	パソコン入門	7/4(水)～6(金)	午前
3	ワード2010初級	7/10(火)～13(金)	夜間
4	エクセル2010初級	7/18(水)～20(金)	午前
5	ワード2010中級	7/23(月)～26(木)	夜間
6	エクセル2010中級	7/25(水)～27(金)	午前

- 定員 12人 ※No.1は10人、No.2は6人
- 受講料 2,000円 ※No.1は無料
- 応募 開講日の2週間前までに来所又は書面提出

問 リナシティかのや情報プラザ Tel 0994-35-1002
〒893-0009 鹿屋市大手町1-1 FAX 0994-43-0744

講座 勤労者交流センター主催「夏☆特集講座」

●期日・講座名等

No.	期日	講座名	持ってくる物
1	7/4(水)	家庭で料亭の味	材料費2,000円、エプロン、三角巾
2	7/10(火)	クラシックバレエエクササイズ	動きやすい服装、体育館シューズ等
3	7/12(木)	美☆ウォーキング	
4	7/18(水)	めんつゆ作り	材料費1,000円、エプロン、三角巾等
5	7/19(木)	可愛いキャラ弁	材料費600円、米1合、エプロン、三角巾、弁当箱
6	7/23(月)	焼肉のたれ作り	材料費1,000円、エプロン、三角巾等
7	7/24(火)	親子で体験可愛いこけ玉作り	材料費1,000円、ハサミ、エプロン
8	7/25(水)	親子で体験パステルアート	材料費1,000円、お手ふき等
9	7/26(木)	親子で体験ベネチアンガラス	材料費1,000円
10		親子でエコクラフト	材料費1,000円、筆記用具、木工用ボンド等
11	7/27(金)	浴衣の着付け	浴衣、半幅帯、腰ひも、コーリンベルト等
12	7/30(月)	世界に一つだけのハーバリウム	材料費1,000円
13	7/31(火)	親子で体験アルバム作り	材料費500円、写真2～3枚

- 時間 10:00～12:00 ※No.11のみ19:00～21:00
- 場所 市勤労者交流センター ●受講料 無料
- 対象者 小学生以上で市内在住又は在勤の人
- 応募 6月27日(水)までに来所、連絡又は必要事項を書いた書面を提出

問 市勤労者交流センター Tel・FAX 0994-44-9088
kinrokoryu@zenkei.jp

お知らせ 国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証等の更新時期です

- 国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証
現在お持ちの被保険者証の有効期限は7月31日(火)です。
そのため、8月1日(水)から有効の被保険者証を、7月6日(金)に郵送します。
簡易書留や窓口での受け取りを希望する人は、6月29日(金)までに連絡してください。
※窓口受取は7月20日(金)から可能
- 国民健康保険に関する認定証
現在交付されている「限度額適用認定証」、「限度額適用・食事療養(兼生活療養)標準負担額減額認定証」、「食事療養(兼生活療養)標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日(火)です。
8月以降も引き続き利用する場合は、再度申請を行う必要がありますので、市健康保険課又は各総合支所住民サービス課で手続きを行ってください。
○申請期間=7月24日(火)～8月31日(金)
※新規申請も可能
- 必要なもの 世帯主の印鑑、国民健康保険被保険者証、世帯主及び対象者のマイナンバーカード又は通知カード、来庁者の身分証明書(顔写真付きのものは1点、顔写真無しの場合は2点)、委任状(来庁者が同一世帯以外の場合)、更新を行う認定証、領収書等入院日数を確認できるもの(住民税非課税世帯で、過去12か月間において入院日数が合計91日以上の人)
※委任状様式は市健康保険課、各総合支所住民サービス課、市ホームページに有り

問 市健康保険課 Tel 0994-31-1162

講座 60代で60分のウォーキング

- 日時 7月9日(月) 9:30～11:30
- 場所 市保健相談センター
- 対象者 市内に在住する60歳～69歳の人
- 定員 20人(先着順)
- 参加料 無料
- 応募 7月5日(木)までに来所又は連絡
※ウォーキングは毎月1回開催(8月、12月を除く)



問 市保健相談センター Tel 0994-41-2110

講座 平成30年度前期手作り食品加工講座

●場所・連絡先等

場所	連絡先(Tel)	日程
特用林産物出荷加工センター	0994-45-2030	7/5(木) 9/27(木)～28(金)
串良農村環境改善センター	0994-63-1041	7/25(水) 9/26(水)～27(木)

- ※メニューは山菜おこわ、味噌、すし具
- 受講料 1回2,000～2,500円程度(材料費)
- 応募 開催日の12日前までに連絡又は書面提出
※日時、メニュー等の詳細は市ホームページに掲載
※連絡先不通の場合は、市農業研修センターに連絡

問 市農業研修センター Tel 0994-43-9292
kanoken@zenkei.jp