

## ふれあい講座（後期）

施設等団体向け

- ◎ 対象 市内の知的障害者のための施設事業所等及び個人
- ◎ 受講料 無料
- ◎ 申込み方法 ご希望の講座がありましたら、実施する日程の前月の10日までに、ふれあい館（264-8711）までご連絡ください。  
（例：10月に実施する講座を希望される場合は、9月10日までにご連絡ください）

対象者	講座名	曜日	時間	日程（変更になる場合もあります）						講師	摘要
				10月	11月	12月	1月	2月	3月		
施設等団体	かんたんリズム体操	火 金	10:30～11:30	30 (火)	16 (金)	11 (火)	23 (水)	21 (木)	27 (水)	吉留	・音楽に合わせて、エクササイズ！
	エンジョイスポーツ	火 水	10:30～11:30	-	28 (水)	-	-	5 (火)	-	職員	・いろいろなスポーツと一緒に楽しもう！
	ふうせんバレーボール	火 木	10:30～11:30	17 (水)	7 (水)	25 (火)	24 (木)	20 (水)	6 (水)	稲田	・一体感が魅力のみんなで楽しむスポーツ！ 
				-	15 (木)	-	-	-	20 (水)		
	体育のじかん	火 金	10:30～11:30	26 (金)	-	18 (火)	15 (火)	12 (火)	12 (火)	高司	・体をいっぱい動かして、いい汗をかこう。
	笑いピクス	火 金	10:30～11:30	9	27	4	11 (金)	26	5	下園	・「笑い」+「エアロピクス」 ＝「ますます健康♪」
	ぬり絵	水 土	10:30～11:30	20	17	15	19	27 (水)	23	職員	・無心になれる1時間！ 
	寺子屋ひろば	火 金	10:30～11:30	4 (木)	8 (木)	5 (水)	8 (火)	6 (水)	15 (金)	職員	・創作や教養活動だよ。自由にのぞいてね。
	音楽	水	10:40～11:45	10	21	12	16	13	13	満田	・季節の歌や懐かしい歌を歌おう！ 和太鼓も楽しめるよ。
かごしまを知ろう！	木	10:45～11:30	25	-	-	-	-	-	職員	・鹿児島市の市電について、クイズやレクで楽しく学ぼう！	
団個人	リフレッシュ体操	土	10:30～11:30	13	10	8	12	9	9	吉留	・音楽とダンスで「リフレッシュ」！
	フィットネス・フラ		10:30～11:30	6	13 (火)	22	-	2	16	下野	・言葉をしぐさで表現するフラを踊ろう！
放デイ 個人	おはなし会	土	13:30～14:30	6	10	8	-	2	-	職員	・絵本やわらべうたで、心が安らぐ時間を過ごそう。

- ・ 講座によっては、参加日や参加人数の調整をさせていただくことがあります。
- ・ 講師の都合や参加人数などにより、日程や場所等が変更になる場合があります。

受講料は無料です！

【問い合わせ先】 鹿児島市知的障害者福祉センター（ふれあい館） 鹿児島市星ヶ峯2-1-1

Tel 264-8711 Fax 264-8884