



脳活性音読塾 塾生募集!

講師：餅田 浩子 先生

(日本朗読検定協会認定インストラクター)

場所：枕崎市立図書館2階閲覧室

日時：5/24・6/28・9/27

10/25・11/22・2/21

※水曜日 計6回

時間：午後2時～3時30分

会費：2000円 (初回のみ) (テキスト代など)

定員：24名 (定員になり次第締め切ります。)

※申込みは4月1日(土)からです。



こんな方に最適!

高齢者元気度アップポイント事業の対象です。参加すると1回につき200円分のポイントが貯まります。

- ・認知症予防に何かやってみたい
- ・ストレスを発散したい
- ・滑舌が悪くなった
- ・仲間が欲しい方

★声を出して文章を読むことは脳の70%を刺激するといわれています。

〈申込み・問い合わせ先〉

枕崎市立図書館 TEL：72-9254

※月曜日休館日(祝日の場合は、次の日が休館日です。)

※第4木曜日は館内整理日のため休館日

☞希望者が多数の場合は締め切らせていただきます。

ご了承くださいm(_)_m お早めの申し込みが安心です!

\\ 会員募集中 !!

からだイキイキ

健康教室



本が大好きだけど、目が疲れやすい…
本に夢中になると、肩がこって…
こんなときは、気分転換にちょっと
体を動かしてみませんか？

◆日時 ①5/17 ②6/14 ③9/13 ④10/11
⑤11/1 ⑥1/10

※水曜日 計6回

◆時間 午後2時～3時

◆場所 枕崎市立図書館 2階

◆会費 3000円

※申込みは4月1日(土)からです。

◆講師 日本フィットネス協会 フィットネスインストラクター

◆申込み・問い合わせ

枕崎市立図書館 TEL72-9254

※月曜日休館日(祝日の場合は、次の日が休館日です。)

※第4木曜日は館内整理日のため休館日です。

運動が苦手な方でも
イスに座ってできる
簡単な体操です!!



○高齢者元気度アップポイント事業の対象です参加すると1回につき200円分のポイントが貯まります。