



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：5/22・6/26・9/25

10/23・11/27・2/26

※水曜日 計6回

時 間：午後1時15分～2時45分

会 費：3000円(初回のみ)(テキスト代など)

定 員：25名(定員になり次第締め切ります。)

※申込みは4月2日(火)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・第4木曜日(館内整理日)は休館です。

(ただし、祝日に当たる場合は、次の日が休館になります。)

☞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 ①5/15 ②6/12 ③9/11 ④10/16
⑤11/20 ⑥1/15 🎵

※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2日(火)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・第4木曜日(館内整理日)は休館です。

(ただし、祝日に当たる場合は、次の日が休館になります。)

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。