# 『元気シニア』のつどい

～ シニア世代を「健康で、笑って、生きがいを持って、楽しく生きる」ためのネットワークづくり ～

## 発表 ①10:10～11:00 ②13:40～14:40

### 活動発表

元気に活躍されている個人・団体の方々による、活動の発表を行います。

個人：5名、団体：4組の発表を予定しています。



## 舞台 12:00～12:40

### バンド演奏＆フラダンス

様々な職歴を持つ70歳代の6人で結成された「田中健作＆ハワイアンパラダイス」による、バンド演奏！！フラダンスとの共演もあります。



## 教室1 ①11:00～12:00 ②12:40～13:40

### スマホ＆タブレット教室（講師：NTTﾄﾞｺﾓ＆大学生）

スマホ＆タブレットを安心安全かつ楽しく使う方法を学んで活用すると、仲間の輪がきっと広がります。



## 教室2 ①11:00～12:00 ②12:40～13:40

### インド・ヨーガ教室（講師：折口　哲郎）

インド瞑想で脳細胞の活性化、呼吸法で血流を促進し、健康を導きます。ストレス発散、熟睡に効果があります。



## 教室3 ①11:00～12:00 ②12:40～13:40

### ご縁結び教室（講師：坂松　伊津美）

日々の生活を、より生き生きとさせるチャンスです。この教室で出会うのも、なにかのご縁。ぜひお気軽に参加ください。



## ブース その他、作品展示・販売ブースや、軽食等準備してある休憩ブースもございます。

★参　加　費：無料
★対　象　者：シニア世代150名程度
★開催場所：鹿児島市中央公民館　ホール
（鹿児島市山下町5-9）
★申込締切：2018年9月21日（金）必着
★申込方法：裏面をご記入ください。

**2018年**
**10/15（月）**
**10:00～15:00**
**《受付》9:30～**


お申込み・お問合せ先

**鹿児島県NPO団体ネットワーク協会**
〒892-0838　鹿児島県鹿児島市新屋敷町16-405
TEL：099-216-2050　／　FAX：099-216-2051
E-mail：jimukyoku@kagoshima-kigyouka.com



この事業は、鹿児島県地域貢献活動サポート事業の助成金を受けて実施しています。
**《主催》**鹿児島県NPO団体ネットワーク協会　**《共催》**NPO法人かごしま企業家交流協会
**《後援》**鹿児島県／鹿児島市／公益財団法人鹿児島県老人クラブ連合会／鹿児島市老人クラブ連合会
公益社団法人鹿児島県シルバー人材センター連合会／公益社団法人鹿児島市シルバー人材センター
鹿児島県アクティブシニア活躍推進協議会