

ゆめぷらっと小城 × 西九州大学 ～市民向け講座 in 大学サテライト教室～

11月～平成29年1月号



平成28年4月から始まった、さまざまな講座のお知らせ第3弾！！
11月から平成29年1月に開催される講座をご案内します。
会場は、ゆめぷらっと小城(旧 小城市庁舎跡地)の1階にある
西九州大学サテライト教室です。
みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

1. 市民講座 (受講料:無料) 【申込期限:各開催日の7日前まで】

☆「スポーツ健康講座」

講座概要:大学生と実践!中高年の健康力アップ講座

開催日	開催時間	募集人数	申込み先
11月12日(土)	14:00～16:00	25名	西九州大学グループ 地域連携センター TEL:0952-37-6289 * 申込受付時間 8:50～17:50(平日のみ)
12月10日(土)	14:00～16:00	25名	
1月 7日(土)	10:00～12:00	25名	

☆「健康栄養講座」

講座概要:大学生と一緒に健康な食事について学ぶ

開催日時	講座名	募集人数	申込み先
11月11日(金) 11:00～12:30	「地酒と共に。健康生活」 【申込期限:11月4日(金)】	20名	西九州大学グループ 地域連携センター TEL:0952-37-6289 * 申込受付時間 8:50～17:50(平日のみ)
11月18日(金) 11:00～12:00	「運動と食事、セットで健康づくり」 【申込期限:11月11日(金)】	20名	
11月25日(金) 11:00～12:00	「打倒!糖尿病」 【申込期限:11月18日(金)】	20名	
12月 2日(金) 11:00～12:30	「小城の食材のヘルシーレシピ」 【申込期限:11月25日(金)】	20名	
12月 9日(金) 11:00～12:30	「知っておきたいガンと食事の関係」 【申込期限:12月2日(金)】	20名	
12月16日(金) 11:00～12:30	「おいしく減塩」 【申込期限:12月9日(金)】	20名	

☆「料理講座 ローストチキンの焼き方、ホームパーティー」（受講料:500円）

講座概要:クリスマスに向けてローストチキンの焼き方をデモンストレーションします。出来上がったチキンを、試食しながらホームパーティーのお話をします。

開催日	開催時間	募集人数	申込み先
12月8日(木)	10:00~12:30	16名	西九州大学 佐賀調理製菓専門学校 TEL:0952-22-2001 * 申込受付時間 8:30~17:30(平日のみ)

2. 子どもミュージアム(参加費:1回1家族100円)【申込期限:11月11日(金)】

☆「わくわくあそびランド(2)」

内容:いろいろな材料で、おもちゃを手作りして、みんなであそびましょう。
乳幼児~幼児のみなさんを対象(保護者同伴)としています。

開催日	開催時間	募集人数	申込み先
11月17日(木)	11:00~12:00	20組 (40名)	西九州大学 子ども学部総合研究室 TEL:0952-31-3035 * 申込受付時間 8:50~17:50(平日のみ)

◇◇ 健康相談のご案内 ◇◇

健康に関する心配事はございませんか? 地域看護研究研修センターの職員(保健師・看護師)がご相談に応じます。お気軽にご利用ください。

例えば…

○血圧を測ってほしい。

○体の心配事を相談したい。 など

私たちは、1人でも多くの方に元気な生活を送っていただくため、直接お会いして一緒に考えたいと思います。

また、健康相談では、血圧測定・身長・体重・腹囲測定なども実施します。



11月17日

12月 1日・12月15日

1月 5日・1月19日

* お休みになりました

日時: 毎月2回(第1・第3木曜日)

13時30分~15時30分

※各講座に申込後、キャンセルされる場合は、必ずお電話にてその旨お知らせください。

※定員に達した場合は、募集を締め切らせて頂く場合があります。ご了承ください。



サテライト教室のイベント日程、詳細などはここからゲット!

URL: <http://www.nisiky-u.ac.jp/satellite/>

