

令和5年度

# くしま市民講座

7.5  
[WED]

14:00  
～ 15:30

中央公民館  
研修室

**串間市民病院 頑張っています！**

～市民病院が提供する健康増進7カ条～

講師：串間市病院事業管理者兼院長 江藤 敏治 氏

8.21  
[MON]

10:00  
～ 11:30

道の駅くしま  
多目的室

**語り継ぎたい 戦争の話**

～あの時、串間でなにが・・・～

講師：福島地区在住 神戸 仁 氏

9.15  
[FRI]

10:00  
～ 11:30

道の駅くしま  
多目的室

**元気な時に「終活」を！**

～終活はいつから？なにをするの？～

講師：明治安田生命保険相互会社

10.13  
[FRI]

13:30  
～ 15:00

道の駅くしま  
多目的室

**知って得する「腸活ライフ」**

～健康・美肌につながる腸イイ話が盛りだくさん！～

講師：都城ヤクルト株式会社

11.27  
[MON]

10:00  
～ 11:30

道の駅くしま  
多目的室

**やろう！運転寿命延伸トレーニング！**

～安心・安全に、運転し続けたいあなたに～

講師：株式会社オフサポート

12.15  
[FRI]

10:00  
～ 11:30

総合保健  
福祉センター  
調理室

**串間産で作る てげうまクッキング！**

～くしまの特産品を使っておいしい料理を作ろう！～

講師：食生活改善推進員

<問い合わせ先>

受講希望者は生涯学習課までお申し込みください。【0987-55-1161】