

no	イベント・講座名	イベント概要	開催日	開催時間	開催場所	対象	人数	先着 or 抽選 or 申込終了	申込期間			申込方法				費用	参加にあたり留意点
									開始日		終了日	電話	FAX	メール	来館		
1	ヨガ講座(12か月コース)	シニア向けのヨガです。呼吸や各種ポーズ等を丁寧に教えます。	8月3日(日)	10:00 ~ 12:15	下山門団地5区集会所	福岡市在住の原則60歳以上の方	30	申込終了			~						
2	健康マージャン	介護予防運動も取り入れた健康マージャンをみんなで楽しみます。	8月10日(日)	13:00 ~ 16:00	福岡ケアサードビス研修所	福岡市在住の原則60歳以上の方	24	申込終了			~						
3	介護予防スポーツ	武術を取り入れた介護予防スポーツです。	8月7日(木)	13:00 ~ 15:00	戸切人権の街づくり館	福岡市在住の原則60歳以上の方	16	先着(空きがあれば当日まで)	7月15日(火)	~	8月6日(水)	○	○	○			
4	スマホ講座	ご自身のスマホを使って、スマホの基本操作を学ぶことができます。	8月1日(金)	10:30 ~ 11:30	調整中	福岡市在住の原則60歳以上の方	10	先着(空きがあれば当日まで)	7月15日(火)	~	7月31日(木)	○	○	○			
5	ちょこっとLINE	情報収集の必須アイテムのLINE操作を学ぶことができます。	8月21日(木)	13:30 ~ 14:30	調整中	福岡市在住の原則60歳以上の方	10	先着(空きがあれば当日まで)	8月1日(金)	~	8月20日(水)	○	○	○			
6	認知症フレイル予防講座	集団認知症検査(ファイブ・コグ)を受けることができます。	8月22日(金)	13:30 ~ 14:30	西市民センター	福岡市在住の原則60歳以上の方	15	先着(空きがあれば当日まで)	8月1日(金)	~	8月21日(木)	○	○	○			
7	就業相談	就業に関する相談を無料で行います。	8月19日(火)	9:30 ~ 11:30	シルバー人材センター西支部	福岡市在住の原則60歳以上の方	15	先着(空きがあれば当日まで)	8月1日(金)	~	8月18日(月)	○	○	○			

