

NPO法人城南健康ふれあい倶楽部  
“ふれあいほ～る” 土・日予定表

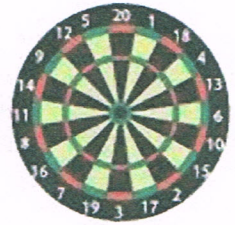


9月7日(土)

## 《ソフトダーツ大会》

19:30～21:00 参加料:500円

子どもから高齢者までどなたでもオッケー！  
初めての方でも投げ方から教えるので大丈夫！  
みんなで楽しく盛り上がりましょう！(^o^)/



9月8日(日曜)

## 《住みやすい中央町を語る会》

10:00～12:00 参加料:200円

歴史と伝統ある中央町のインフラを見直し、安全  
安心で住みやすい楽しいまち創りを語り合う会  
※対象は中央町に職場かお住まいの方どなたでも



9月14日(土曜)

## 《薬草カラダ改善教室》

10:00～12:00 参加料500円

10年かけて日本中の1250の山々を巡り約2300種の  
野草・薬草を体感し、薬草パワーを伝える本『家庭で  
使える薬草107種』を出版:講師は薬草目利き人の大家  
カラダ改善研究所所長:中村臣市郎



9月15日(日曜)

## 《健康365セミナー》

10:00～12:00 参加料:500円

36.5℃の体温を365日維持する健康365サロン主催  
『骨とカルシウムを考える』ぜんそく・腰痛・偏頭痛  
膝痛・座骨神経痛・ヘルニア他お悩みの方に必見！



9月16日(祝日)

## 《敬老の日》 ～無料開放～



65歳以上の方が対象です

10時～12時:自分写真史セミナー(写真で人生を振り返る)

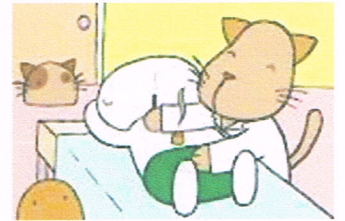
午後:誰でも歌えるカラオケ・ダンス他気軽な健康スポーツを楽しんで下さい!

9月28日(土曜)

10:00～11:30

## 《お灸で元気!》

「興味はあるけどやったことがない!」「熱そう!」  
そんなあなたに、鍼灸師が東洋医学の観点から自分で  
できるツボの探し方、お灸の仕方を丁寧にお伝えします。  
参加料:1,000円



19:30～21:00

## 《深町宏サクソクスコンサート》



福岡県筑後市出身。NHK交響楽団・首席奏者の富岡和男に師事。  
9年間の教職経験後、プロミュージシャンとして独立。  
幅広い音楽性、心地よい音色で多くのファンを魅了し続けています。  
参加料:1,500円

## ふれあいほ～るをお貸しできます!

各種教室(運動、会議など)やセミナー、コンサートなど開催できます。

利用時間 10:00～21:00

設備 机20台、イス80脚、DVDプレーヤー、プロジェクター、スクリーン  
専用ミキサー、大型スピーカー2台、モニター2台、ホワイトボード  
ストレッチマット、鏡張り、ミニステージ、ミニカラオケ

※お申し込みは、3ヶ月前より「施設利用申請書」にて受付しています

NPO法人城南健康ふれあい倶楽部

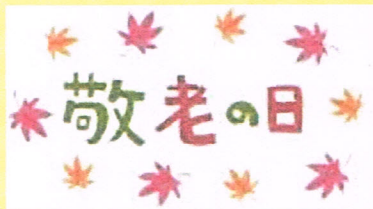
住所:久留米市中央町35-1 (市役所から南側へ徒歩1分)

TEL 0942-35-0212 or 090-8298-6230 (横道)

お問い合わせ  
お申し込み

# 敬老の日：無料開放！

都合の良い時間にお好きな内容にどうぞ！



## 場所

ふれあいほ～る  
久留米市中央町35-1  
(問屋街:西原糸店南)

## 日時

9月16日(月:祝日)  
10時～17時



## 対象 65歳以上

### 《自分写真史セミナー》

10時～12時 【裏面をどうぞ】

～自分や家族の写真を整理しませんか～

13時～17時

カラオケ・健康グッズ

パターゴルフ他お楽しみに！



主催：NPO法人城南健康ふれあい倶楽部

お問合せ・お申込み：TEL0942-35-0212