

募集

体組成測定会



きくよう健康倶楽部事業の一環として、毎月1回測定結果の印刷とスタッフによる結果説明を無料で行っています。

日時 9月24日(木)

午後1時30分～3時30分

場所 さんふれあ

内容 体組成計の測定(1分程度で測定)、測定結果の印刷、スタッフの結果説明

対象者 きくよう健康倶楽部の会員(当日申込者も可)

持参物 活動量計

アプリの人はスマートフォン

申込開始 NPO法人 クラブきくよう

096(273)8488

高齢者のための運動教室



最近、階段の上り下りが大変など、体力や筋力の低下を感じることはありませんか？

町では、65歳以上の人を対象とした、運動教室を行っています。

対象者 次の全てを満たす人

●65歳以上で要介護1～5以外の人

令和8年度キャロップ・トレーニング教室(第2期)



キャロップ・ピア健康増進室トレーニングによるエクササイズ教室です。健康増進室の利用券だけで参加できます。

日時 9月18日(金)～11月20日(金)

毎週(金) 午後1時30分～2時30分

場所 光の森市民センター

(健康増進室・体育館・多目的室) 内容 サークットトレーニング、ストレッチ、器具(マシン)を使ったエクササイズなど

※初回と最終回に、体力測定と体組成計を使って測定を行います。

対象者 町内・町外問わず

料金

町内健康増進室利用券(200円) 町外健康増進室利用券(400円) 持参物 室内用シューズ、タオル、飲み物、運動しやすい服装

定員 10人程度

申込方法 窓口か電話で申し込む

申込開始

9月7日(月) 午前9時～

その他 1回の参加につき、きくよう健康倶楽部のポイントが10ポイント付与します。

申込開始 NPO法人 クラブきくよう (キャロップ・ピア健康増進室)

096(237)6577

●デイサービスなど介護保険の通所サービスを利用していない人 ●アンケート(基本チェックリスト)の結果、要介護状態となる可能性が高いと判断された人

①元氣アップ教室

スポーツクラブでマシンを使って行う半日型の教室です。

日時 10月26日(月)～令和9年2月22日(月) 毎週(月)(祝を除く)

午前10時～11時30分

※全16回の教室です。

場所 ルネサンス熊本光の森24

内容 健康チェック、専門のスタッフによるマシンを利用したストレッチ、筋トレ指導

※送迎についてはご相談ください。

費用 1回当たり410円

定員 15人



②わくわく元氣塾

運動やレクリエーションなどを行う1日型の教室です。

日時 毎週(金)(祝を除く)

午前10時～午後3時

シルバー人材センター 会員募集



豊富な経験・知識・技能を生かしてみませんか。気軽にお問い合わせください。

対象者 町内在住でおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある人

申込方法 窓口で申し込む

※入会申込書は町シルバー人材センターにあります。

持参物 印鑑

申込開始 シルバー人材センター

(午前9時～午後5時 (土)(祝を除く))

096(232)6276

菊陽中学校 第47回定期演奏会



皆さんと一緒に楽しみたいよう。

ご来場心よりお待ちしております。

日時 10月4日(日)

開場 午後1時15分

開演 午後2時

場所 合志市総合センター

「ヴィーブル」文化会館

内容

第1部 オリジナルステージ

第2部 ポップスステージ

第3部 マーチングステージ

申込開始 菊陽中学校吹奏楽部

096(232)2004

自衛官を募集します

種目	受験資格	申込期限	試験日
幹部候補生 一般(大卒)	22歳以上26歳未満の人 (20歳以上22歳未満の人は大卒(見込み含む)、修士課程修了者など(見込み含む)は28歳未満の人)	9月25日(金)	1次: 10月10日(土) 2次: 11月21日(土)～25日(木)
幹部候補生 一般(院卒)	20歳以上28歳未満の人 修士課程修了者など(見込み含む)		
幹部候補生 曹	20歳以上33歳未満の人		
医科・歯科幹部	医師・歯科医師の免許を取得している人	10月22日(木)	11月13日(金)
キャリア 採用幹部	大卒以上の人で、応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験のある人	10月9日(金)	陸: 10月30日(金) 海: 11月6日(金)または9日(月) 空: 11月9日(月)
技術曹	20歳以上の人で国家免許資格を取得している人	10月9日(金)	陸: 10月29日(木)、30日(金) 海: 11月6日(金)または9日(月) 空: 11月9日(月)
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人 (32歳の人はお問い合わせください)	11月20日(金) (9月15日(火) 申込開始)	受付時または各自衛隊地方協力本部のホームページにてお知らせします。

自衛隊熊本地方協力本部 菊池分駐所
0968(24)2772



詳しくはこちら

申込期間 9月1日(火)～30日(水)

※定員に達した時点で締め切ります。

申込開始 こども家庭センター

096(232)1117

ビューティセミナー 受講生募集



シニアの女性のためのスキンケアやメイクアップを学び、素敵に歳を重ねましょう。

日時 10月16日(金)

午後1時30分～3時30分

場所 町福祉センター

対象 60歳以上の女性の人

定員 15人

申込方法 連合会ホームページの申込フォームか郵送またはFAXで申し込む

※申込書はシルバー人材センターにあります。

申込期限 10月2日(金)

申込開始 シルバー人材センター連合会

096(312)3310

FAX 096(312)3312



申し込みはこちら

