ボランティア（登録・依頼）については

きりしま地域人材バンク

「したいこと　できること　やってみよう」

活動で得られる新たな学び、つながり・・・自分をアップデートしませんか？

お問合せはこちらへ

ボランティアについて
詳しくはこちら↓

霧島市教育委員会　社会教育課（別館３F）

TEL　0995-64-0708(直通)

E-mail　gakusyu@city-kirishima.jp

※メール送信時は件名に「地域人材バンク」と記入してください。

令和6年度ボランティア研修会

≪きりしま地域人材バンクでは、ボランティア登録者の技術・資質向上、相互の理解を深めるため研修会を開催しています。≫

「姿勢を整えるヨガ」

講師　南谷 弘子 氏

★体がポカポカとなり、参加者の笑い声でもほっこりでき、心と体が満たされた研修会でした。

★体の違いがわかった。普段使わない筋肉を使うので、より効果がわかった。

★参加者の感想より

★体に対してのメンテナンスをしていないことをあらためて感じました。心と体がほぐれました。参加してよかったです。

★体をしっかり動かす機会となってよかった。気持ちよく姿勢が整いました。

令和７年３月８日(土)　国分ハウジングホール　１階集会室

Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡ Volunteer♡