



# 2017年 12月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 12月1日～17日



月	火	水	木	金	土	日
27 	28  	29 	30 	<b>1</b> 13:30～14:00 食生活で介護予防 (講師：高齢福祉課)	<b>2</b> 13:30～14:30 触れる地球 ワークショップ！  (講師：大和市立図書館)	<b>3</b> 14:00～15:30 かんたん手芸教室 「フェルトの オーナメント」 申込制 先着10名 (講師：大和市立図書館)
<b>4</b> 13:30～14:00 シーズン到来に 備えましょう!! インフルエンザの マメ知識 (講師：健康づくり推進課)	<b>5</b> 14:00～14:30 みんなでいきいき！ やまと健康体操！！ (講師：大和市立図書館) 	<b>6</b> 13:30～14:00 ご注意！ノロウイルス・ ロタウイルス (講師：健康づくり推進課)	<b>7</b> 11:00～11:20 やってみよう！ かんたん健康体操！ (講師：屋内こども広場スタッフ)	<b>8</b> 13:30～14:00 ベジファースト・ ラスト15 (講師：健康づくり推進課)	<b>9</b> 14:00～14:40  昔ばなしをきく会 ～大人もきける 世界のおはなし～ (講師：大和おはなしの会)	<b>10</b> 13:30～15:00 なつかしのあそびを たのしもう 「ふくわらい」  (講師：大和市立図書館)
<b>11</b> 13:30～15:30 「コグニバイク」と 「コグニサイズ」を みんなで楽しもう！ 申込先着25名 高齢福祉課あて要申込※ (講師：高齢福祉課)	<b>12</b> 10:30～11:00  市民が主役！あなたも講師講座 英語絵本の読み聞かせ 未就学児向け 申込先着25名 高齢福祉課あて要申込※ (講師：大和市民)	<b>13</b> 13:30～14:00 ヤマトン健康ポイントを 始めましょう！ ～健康づくりの習慣化の 初回講座～ (講師：健康づくり推進課)	<b>14</b> 11:00～11:20 やってみよう！ かんたん健康体操！ (講師：屋内こども広場スタッフ)	<b>15</b> 13:30～14:00 アルコールの飲みすぎに 注意！ ～お酒は楽しく上手に～ (講師：健康づくり推進課)	<b>16</b> 11:00～12:00 ロボットととんたん相撲 段ボールのロボットで遊ぼう (講師：大和市立図書館)  <b>14:00～15:00</b> 口とがんの関係について 申込制 先着20名 (講師：大和市立病院)	<b>17</b> 14:00～15:00 本の修理講座  (講師：大和市立図書館)

2017年11月21日現在

※ 席に限りがありますので、満席の際はご了承ください。

※ 講座の内容等は変更になることがあります。あらかじめご了承ください。

※ 赤枠の講座は申込みが必要です。先着順となります。

※ 青枠（月・水・金）の講座がヤマトン健康ポイントの対象講座です。

※ 問合せ・申込先：高齢福祉課 電話046-260-5612(平日8:30～17:15)

講座に関するお問い合わせ：大和市立図書館 健康コーナー担当 046-263-0211

# 2017年 12月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 12月18日～31日

月	火	水	木	金	土	日
<b>18</b> 13:30～14:00  測定結果の見方説明会  (講師：健康づくり推進課)	<b>19</b> 14:00～14:30  みんなでいきいき！ やまと健康体操！！  (講師：大和市立図書館) 	<b>20</b> 13:30～14:00  転倒予防のための 運動講座  (講師：高齢福祉課)	<b>21</b> 11:00～11:20  やってみよう！ かんたん健康体操！  (講師：屋内こども広場スタッフ)	<b>22</b> 13:30～14:00  お口いきいき健康講座  (講師：健康づくり推進課)	<b>23 天皇誕生日</b> 13:30～14:30  読み聞かせと折り紙教室 (サンタ・戌(いぬ))   (講師：大和市立図書館)	<b>24</b> 13:30～15:30  恒例！！ もちより倶楽部 トランプ・カルタ何でもござれ 皆で持ちよってお友だち探し！  (講師：大和市立図書館) 
<b>25</b> 13:30～14:00  血糖値を上げにくい 食事バランス  (講師：健康づくり推進課)	<b>26</b> 14:00～15:00  暮らしの中の医療と介護 ～病気になっても あんしんの大和～   (講師：地域包括支援センター)	<b>27</b> 13:30～14:00  コレステロール値を 上げない食事バランス  (講師：健康づくり推進課)	<b>28</b> 11:00～11:20  やってみよう！ かんたん健康体操！  (講師：屋内こども広場スタッフ)	<b>29</b> 13:30～14:00  ヤマトン健康ポイントを 始めましょう！ ～健康づくりの習慣化の 初回講座～  (講師：健康づくり推進課)	<b>30</b> 14:00～15:00  もうすぐお正月！ コマを作って遊ぼう！   (講師：大和市立図書館)	<b>31</b>      休館日

2017年11月21日現在

- ※ 席に限りがありますので、満席の際はご了承ください。
- ※ 講座の内容等は変更になることがあります。あらかじめご了承ください。
- ※ **赤枠**の講座は申込みが必要です。先着順となります。
- ※ **青枠** (月・水・金) の講座がヤマトン健康ポイントの対象講座です。



講座に関するお問い合わせ：大和市立図書館 健康コーナー担当 046-263-0211