



2017年 9月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 9月1日～17日



月	火	水	木	金	土	日
28 	29 	30 	31	1 13:30～14:00 備えあれば憂いなし！ ～災害時の食事編～ (講師：健康づくり推進課)	2 9:00～12:00 誰でもわかる A E Dコーナー (入退場自由) (講師：消防本部救急救命課)	3 14:00～14:30 レッツ防災カルタ！ カルタで遊びながら 防災知識を身につけよう！ (講師：大和市立図書館)
4 13:30～14:00 みんなで受けよう！ 特定健診・長寿健診 (講師：健康づくり推進課)	5 14:00～16:00 市民が主役！あなたも講師講座 大人のお針子クラブ リメイク講座 (講師：大和市民)	6 13:30～14:00 肩こりを予防するための ストレッチと体操 (講師：高齢福祉課)	7 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)	8 13:30～14:00 伸ばしたい 健康寿命って？ ～BMIを知り食生活を 振り返りましょう～ (講師：高齢福祉課)	9 14:00～15:00 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)	10 13:30～15:00 なつかしのあそびを たのしもう 「いとでんわ」 (講師：大和市立図書館)
11 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)	12 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 当日先着20組 (講師：大和市民)	13 13:30～14:00 大人の予防接種について (講師：健康づくり推進課)	14 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)	15 13:30～14:00 食事から考える 認知症予防 (講師：健康づくり推進課)	16 14:00～15:00 「当院における 退院支援について」 ～入院して前と同じ生活が困難に なった時 どうすればいいのか～ 申込制 先着20名 (講師：大和市立病院)	17 14:00～15:00 タブレット講座 ひつじTOWNで 検定にチャレンジ！！ 当日先着16名 (講師：大和市立図書館)

2017年8月22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。

2017年 9月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 9月18日～30日

月	火	水	木	金	土	日
18 敬老の日 13:30～14:00 貯骨のススメ (講師：健康づくり推進課)	19 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) 	20 13:30～14:30 聞こえと コミュニケーション ～認知症と難聴～ (講師：健康づくり推進課)	21 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)	22 13:30～14:00 頭の体操で 認知症を予防しよう！ (講師：健康づくり推進課)	23 秋分の日 13:30～14:30  読み聞かせと折り紙教室 (ウサギ・カメ) (講師：大和市立図書館)	24 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)
25 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)	26 14:00～15:00 知って得する 高齢者施設の選び方②  (講師：地域包括支援センター)	27 13:30～14:00 健康普及員さんと一緒に 測定結果を見てみよう (講師：健康づくり推進課)	28 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)	29 13:30～14:00 あなたの血管を守ります ～高血圧～ (講師：健康づくり推進課)	30 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)	1 

2017年8月22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。
- ※ **赤字**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