



# 2019年4月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 4月1日～14日



月	火	水	木	金	土	日
<b>1</b> 13:30～14:00 健康度見える化コーナー って何だろう！？  (講師：健康づくり推進課)	<b>2</b> 13:30～14:30 読書手帳をつくろう 申込制 先着10名   (講師：大和市立図書館)	<b>3</b> 13:30～14:00 お口元気で いきいき生活  (講師：高齢福祉課)	<b>4</b> 11:00～11:20 やってみよう！ かんたん健康体操！  (講師：屋内子ども広場スタッフ)	<b>5</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>6</b> 13:30～15:30 かんたん手芸教室  「つまみ細工を 作ってみよう」 申込制 先着10名 ※5/11(土)にも同一講座を 開催します。どちらか一方に お申込みください <b>4/1(月) 9時～受付開始</b> (講師：大和市立図書館)	<b>7</b> 14:00～15:00 市民が主役！あなたも講師講座 第5回LickLuck ファミリーコンサート   (講師：大和市民)
<b>8</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>9</b> 11:00～11:30 心筋梗塞って何？ 救急車って どんな時に必要？ 当日先着20名 ※ヤマトン健康ポイント対象です (講師：消防本部救急救命課)	<b>10</b> 13:30～14:00 禁煙のすすめ  (講師：健康づくり推進課)	<b>11</b> 11:00～11:20 やってみよう！ かんたん健康体操！  (講師：屋内子ども広場スタッフ)	<b>12</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>13</b> 14:00～15:30 牛乳パックを使って 「新聞ちぎり絵」の 「ハガキ入れ」を 作りましょう！ 大人向け 申込制 先着10名 <b>3/25(月) 9時～受付開始</b> (講師：大和市立図書館)	<b>14</b> 13:30～15:00 なつかしのあそびを たのしもう ～つくってあそぼう！ 「動物マペット」～  (講師：大和市立図書館)

2019年3月20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。
- ※ 青枠の講座がヤマトン健康ポイントの対象講座です。



# 2019年 4月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 4月15日～30日

月	火	水	木	金	土	日
<b>15</b> 13:30～14:00 そこが知りたい 「乳がん自己触診法」 (講師：健康づくり推進課)	<b>16</b> 11:00～11:30 市民が主役！あなたも講師講座 英語の絵本と 英語のあそび歌を 楽しもう！  (講師：大和市民)	<b>17</b> 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)	<b>18</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>19</b> 13:30～14:00 メタボリック シンドロームとは？ (講師：健康づくり推進課)	<b>20</b> 14:00～15:00 大和市立病院 月例講演会 「肺がんの診断と治療に ついて」 申込制 先着20名  (講師：大和市立病院 呼吸器内科)	<b>21</b> 13:30～14:30 読み聞かせと 折り紙教室  (講師：大和市立図書館)
<b>22</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>23</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>24</b> 13:30～14:00 脳卒中を予防しよう (講師：健康づくり推進課)	<b>25</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>26</b> 13:30～14:00 ご存知ですか？ 食品表示の読み方 (講師：健康づくり推進課)	<b>27</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>28</b> 13:30～15:30  もちより倶楽部 トラump・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>29 昭和の日</b> 13:30～14:00 ベスト体重を維持して ずっと健康に (講師：健康づくり推進課)	<b>30 国民の休日</b> 13:30～14:30  透明フィルムで 本にカバーをかけよう 当日先着10名 (講師：大和市立図書館)	1	2 	3 	4 	5 

2019年3月20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。
- ※ 青枠の講座がヤマトン健康ポイントの対象講座です。