

2024年3月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー

3月1日～10日

- ※ 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**の講座はヤマトン健康ポイントの対象講座です。

皆さまのご参加を
お待ちしております。



月	火	水	木	金	土	日
26	27 	28 	29 	1 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	2 9:00～20:00 第3回 ぬり絵サロン展覧会 入場自由 (大和市立図書館)	3 13:30～15:00 かんたん手芸教室 「粘土で作る アロマストーン」 申込先着10名 ※2/3(土)と同一講座です (講師：大和市立図書館)
4 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	5 11:00～11:30 救急ミニ講座  (講師：消防本部救急救命課)	6 13:30～14:00 運動で生活習慣を改善！ ～血糖値を上げにくい 体を作ろう～ 当日先着20名 (講師：健康づくり推進課)	7 一休講一 (講師：屋内こども広場スタッフ)	8 13:30～14:00 おしゃべりてらす 「なつかしのモノで おしゃべり」 (講師：大和市立図書館)	9 14:00～14:45 市民が主役！あなたも講師講座 クラシックギター スプリングコンサート  (講師：大和市民)	10 13:30～14:00 図書館で楽しむCD鑑賞会 「眠れる音楽」  (講師：大和市立図書館)

2024年3月4日現在

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

2024年 3月 大和市長立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 3月11日～31日

※問合せ：芸術文化ホール 電話.046-263-3806 (9時～18時)

月	火	水	木	金	土	日
11 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	12 13:30～14:30 火曜DVD劇場 「よりぬき へんないきもの」 (講師：大和市長立図書館)	13 13:30～14:00 防ごうフレイル ～まずはお口から～ (講師：健康づくり推進課)	14 芸術文化ホール主催 「カミサマノ本棚」公演 プレイベント 「ワタシノ本棚」 ～あなたの言葉を集めてみよう～ ①11:30～12:30 ②14:30～15:30 講師：中嶋朋子（俳優） 四家卯大（チェロ） 満員御礼	15 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	16 10:00～11:00 大和市長立病院 月例講演会 当日先着30名 ※ヤマトン健康ポイント対象です 開催中止	17 13:30～14:15 読み聞かせと 折り紙教室 (講師：大和市長立図書館)
18 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	19 11:00～11:30 市民が主役！あなたも講師講座 英語絵本の読み聞かせ Let's enjoy English! (講師：大和市長)	20 春分の日 13:30～14:00 更年期を うまく乗り越えよう (講師：健康づくり推進課)	21 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	22 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	23 13:30～14:15 触れる地球 ワークショップ (講師：大和市長立図書館)	24 13:30～14:30 Let's レ・クリエイション！ 図書館で脳活 「みんなで楽しむ バルーンアート」 (講師：大和市長立図書館)
25 15:00～16:00 令和5年度大和市長男女共同 参画市民セミナー 申込先着30名 大和市長国際・男女共同参画課窓口 にて直接、または電話、FAXにて お申込み下さい。 (講師：国際・男女共同参画課)	26 13:30～14:30 ぬり絵サロン (講師：大和市長立図書館)	27 13:30～14:00 運動の効果を上げる 食事のポイント ----- 14:00～14:30 フレイル健康サポーター によるフレイル 健康チェック (講師：健康づくり推進課)	28 一休講一 (講師：屋内こども広場スタッフ)	29 一休講一 (講師：健康づくり推進課)	30 13:30～14:30 点字を打ってみよう 自分の名前を打って、 しおりを作ります 当日先着10名程度 (講師：大和市長立図書館)	31 13:30～14:30 あらまし読み講座 申込先着16名 (講師：大和市長立図書館)

※申込・問合せ：大和市長 国際・男女共同参画課 電話.046-260-5164 FAX.046-263-2080
 FAXの場合、住所・氏名(フリガナ)・電話番号を記載

2024年3月4日現在
 講座に関するお問い合わせ：大和市長立図書館 健康コーナー担当 046-263-0211