



2018年 2月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 2月1日～11日



月	火	水	木	金	土	日
29 	30 	31 	1 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) 13:30～14:30 目指せ！あなたも 健康マスター！ (講師：NHKエデュケーショナル)	2 13:30～14:00 誤嚥性肺炎の 予防について ～食品の特徴と 調理の工夫～ (講師：高齢福祉課)	3 14:00～15:00 市民が主役！あなたも講師講座 第2回LickLuck ファミリーコンサート  (講師：大和市民)	4 14:00～15:30 かんたん手芸教室 「ハリネズミの針山」 申込制 先着10名  (講師：大和市立図書館)
5 13:30～14:00 賢く食べて がんを予防しよう！ (講師：健康づくり推進課)	6 14:00～15:00 本の修理講座  (講師：大和市立図書館)	7 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)	8 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)	9 13:30～14:00 ウォーキングで 楽しく健康づくり (講師：健康づくり推進課)	10 13:30～14:30 触れる地球  ワークショップ 「北極と南極の 生きものたち」 (講師：大和市立図書館)	11 建国記念の日 13:30～15:00 なつかしのあそびを たのしもう 「びゅんびゅんごま」 (講師：大和市立図書館)

2018年1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(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

2018年 2月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 2月12日～28日

月	火	水	木	金	土	日
12 振替休日 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)	13 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) 	14 13:30～14:00 腎を守る ～人工透析を防ごう！～ (講師：健康づくり推進課)	15 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)	16 13:30～14:00 貯骨のススメ (講師：健康づくり推進課)	17 14:00～15:00 がん治療と食事 申込制 先着20名 (講師：大和市立病院) 	18 13:30～14:30 読み聞かせと折り紙教室 (おひなさま) (講師：大和市立図書館) 
19 13:30～14:00 脳卒中を予防しよう (講師：健康づくり推進課)	20 14:30～15:00 市民が主役！あなたも講師講座 英語絵本の読み聞かせ (講師：大和市民) 	21 13:30～14:00 日常生活でできる口腔ケア ～健康寿命を 伸ばしましょう～ (講師：高齢福祉課)	22 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)	23 13:30～14:30 聞こえと コミュニケーション ～認知症と難聴～ 当日先着30名 (講師：健康づくり推進課)	24 14:00～15:30 「おひなさま」の絵手紙 を新聞ちぎり絵で 作ってみませんか？ 大人向け 申込制 先着16名 (講師：大和市立図書館)	25 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) 
26 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)	27 14:00～15:00 知っておきたい相続と 遺言のお話～たいせつな 家族のために～ (講師：地域包括支援センター)	28 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)	1 	2 	3 	4 

2018年1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(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