



# 2018年 1月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 1月1日～14日



月	火	水	木	金	土	日
1 休館日	2 14:00～15:00 新春かるた大会  (講師：大和市立図書館)	3 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)	4 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)	5 13:30～14:00 現在流行中!! インフルエンザの マメ知識  (講師：健康づくり推進課)	6 9:00～12:00 誰でも分かる AEDコーナー (入退場自由)  (講師：消防本部救急救命課)	7 14:00～15:30 かんたん手芸教室 「雪の結晶のししゅうの くるみボタン」 申込制 先着10名  (講師：大和市立図書館)
8 成人の日 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)	9 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)	10 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)	11 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)	12 13:30～14:30 第4回プレミアム健康講座 薬の上手な飲み方・ 使い方 当日先着30名  (講師：健康づくり推進課)	13 13:30～14:30 触れる地球  ワークショップ 「気象衛星ひまわりと 富士山」  (講師：大和市立図書館)	14 13:30～15:00 なつかしのあそびを たのしもう 「はねつき」   (講師：大和市立図書館)

2017年12月23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。
- ※ 講座の内容等に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 1月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 1月15日～31日

月	火	水	木	金	土	日
<b>15</b> 13:30～14:00 とっさの時に慌てない！ 備えていますか災害に (講師：健康づくり推進課)	<b>16</b> 13:30～14:30 振り込め詐欺に ご注意を！！  (講師：大和警察署)	<b>17</b> 13:30～14:00 誤嚥性肺炎の予防について ～手軽にできる 飲み込み力UP体操～ (講師：高齢福祉課)	<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 そこが知りたい 「がん予防」 (講師：健康づくり推進課)	<b>20</b>  14:00～15:00 がん診療の進歩 腫瘍内 科の立場から ～がんに なっても自分らしく過ごすた めに～ <b>申込制 先着20名</b> (講師：大和市立病院)	<b>21</b> 13:30～15:30 こぎん刺しの しおり作り <b>申込制 先着10名</b> (講師：大和市立図書館) 
<b>22</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！ <b>申込先着25名</b> <b>高齢福祉課あて要申込※</b> (講師：高齢福祉課)	<b>23</b> 14:00～15:00 知って安心！暮らしを 支える介護サービス (講師：地域包括支援センター)	<b>24</b> 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)	<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 知らなきゃ損！ 知って得する 糖尿病予防ミニ講座 (講師：健康づくり推進課)	<b>27</b> 13:30～14:30 読み聞かせと折り紙教室 (節分のオニ・豆入れ)  (講師：大和市立図書館)	<b>28</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>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> 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  (講師：大和市民)	<b>31</b> 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)	1 	2 	3 	4

2017年12月23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