



2019年 8月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 8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)	2 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)	3 13:30～15:00 手軽にできる！ 太陽系惑星モビールを 作ってみよう！ 小学生対象 申込先着10組 (講師：大和市立図書館)	4 14:00～15:00 本の修理講座 当日先着10名  (講師：大和市立図書館)
5 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)	6 13:30～15:00  認知症キッズサポーター 養成講座 高齢福祉課あて要申込 ※ 市内在住小学生 先着18名 (講師：高齢福祉課)	7 13:30～14:00 正しい水分補給 できていますか？ 知って防げる熱中症！ (講師：高齢福祉課)	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 つけない！増やさない！ やっつける！！夏の 食中毒はこうして防ぐ！ (講師：健康づくり推進課)	10 14:00～14:30 市民が主役！あなたも講師講座 クラシックギター サマーコンサート  (講師：大和市民)	11 山の日 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！ みんなでワイワイ さかなつり大会～ (講師：大和市立図書館)

2019年7月20日現在

※問合せ・申込先：高齢福祉課 電話 046-260-5612 (平日8:30～17:15)

- ※ 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。



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

2019年 8月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 8月12日～31日

月	火	水	木	金	土	日
12 振替休日 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)	13 11:00～11:30 身近な物で 応急手当できちゃいます 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)	14 13:30～14:00 実はずごい！ 大和市のがん検診 (講師：健康づくり推進課)	15 13:30～15:30 かんたん手芸教室 「リボンのお花の くるみボタン」 申込先着10名 ※9/1(日)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 8/1(木) 9時～受付開始 (講師：大和市立図書館)	16 13:30～14:30 6m歩くだけ！あなたの 歩行年齢が分かります！ 健康づくり推進課あて要申込 申込先着20名 ※	17 14:00～15:00 大和市立病院 月例講演会 「こころを健やかに 保つために～10代・ 20代の皆さんに お伝えしたいこと～」 10代・20代対象 申込先着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 (講師：大和市立図書館)
19 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)	20 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)	21 13:30～14:00 ストレッチ運動で 夏の疲れをリフレッシュ！ 当日先着20名 (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 13:30～14:00 夏の脅威！ 蚊から身を守ろう！ (講師：健康づくり推進課)	24 13:30～14:30 アドラー心理学を学ぶ 「よい人間関係をつくる 勇気づけの方法」 中学・高校生対象 申込先着16名 (講師：日本産業カウンセラー 協会)	25 13:30～15:30 出会いと語らいの場 もちより倶楽部 (講師：大和市立図書館)
26 13:30～14:30 6m歩くだけ！あなたの 歩行年齢が分かります！ 健康づくり推進課あて要申込 申込先着20名 ※	27 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)	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)	29 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)	30 13:30～14:30 プレミアム健康講座 命を守る“水” 見直そう、水分補給 当日先着30名 (講師：健康づくり推進課)	31 14:00～14:30 中央林間加留多 ご当地カルタで遊ぼう！ (講師：大和市立図書館)	1 (講師：大和市立図書館)

2019年7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。

※申込期間：7/22～8/9
 問合せ・申込先：健康づくり推進課歩こう係 電話046-260-5803 (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