



2019年 12月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 12月1日～15日



月	火	水	木	金	土	日
25 	26 	27 	28 	29 	30	1 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)
2 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)	3 13:30～15:30 かんたん手芸教室 「姫だるまをつくろう」 申込先着10名 ※1/5(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 12/1(日) 9時～受付開始 (講師：大和市立図書館)	4 13:30～14:00 年末年始に多くなる 食事での事故 (講師：高齢福祉課)	5 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)	6 13:30～14:00 あなたは眠れてますか？ 元気に暮らす睡眠のコツ (講師：健康づくり推進課)	7 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) ※ヤマトン健康ポイント対象です	8 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！ カプセルでつくる 「おきあがりこぼし」～ (講師：大和市立図書館)
9 13:30～14:00 あと2キロ・・・を達成 するための食事講座 (講師：健康づくり推進課)	10 14:00～15:00 牛乳パックで作ろう！ クリスマスの プレゼントボックス 申込先着10名 (講師：大和市立図書館)	11 13:30～14:00 健康手帳・血圧手帳・ 救急キットの使い方 (講師：健康づくり推進課)	12 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)	13 13:30～14:00 貯骨のススメ (講師：健康づくり推進課)	14 14:00～14:45 昔ばなしをきく会 ～大人もきける 世界のおはなし～ (講師：大和おはなしの会)	15 10:00～12:00 親子de図書館見学 (講師：大和市立図書館) 13:30～14:30 読み聞かせと 折り紙教室 (講師：大和市立図書館)

2019年11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 12月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 12月16日～31日

月	火	水	木	金	土	日
16 13:30～14:00 実はすごい！ 大和市のがん検診 (講師：健康づくり推進課)	17 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)	18 13:30～14:00 ご注意！ノロウイルス・ ロタウイルス (講師：健康づくり推進課)	19 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)	20 13:30～14:00 「食べる力」を身に 着けよう！おとなの食育 (講師：健康づくり推進課)	21 11:00～11:30 やまとロボットフェスタ 「段ボールロボット工作」 ※子ども対象 (講師：産業活性課) 14:00～15:00 大和市立病院 月例講演会 「こんなことができる 放射線治療」 申込先着20名  (講師：大和市立病院) ※ヤマトン健康ポイント対象です	22 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)
23 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)	24 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)	25 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)	26 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)	27 13:30～14:00 アルコールの飲みすぎに 注意！ ～お酒は楽しく上手に～ (講師：健康づくり推進課)	28 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)	29 13:30～15:30 市民が主役！あなたも講師講座 やってみよう！ みんなで楽しく大道芸！ (講師：大和市民)
30 13:30～14:00 コグニサイズで 認知症を予防しよう (講師：健康づくり推進課)	31 1 休館日		2	3 	4 	5

2019年11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。