



2018年9月 大和市立図書館4階 健康テラス イベントカレンダー 9月1日～16日



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27  | 28  | 29  | 30  | 31 | 1 9:00～12:00 誰でもわかる AEDコーナー (入退場自由)  (講師：消防本部救急救命課) | 2 14:00～14:30  レッツ防災カルタ！ カルタで遊びながら 防災知識を身につけよう！ (講師：大和市立図書館) |
| 3 13:30～14:00 保健師のタマゴから 伝えたい！ 健康を保つための 食事のチョイス法 (講師：健康づくり推進課 実習生) | 4 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) | 5 13:30～14:00 備えあれば憂いなし！ ～災害時の食事編～ (講師：健康づくり推進課) | 6 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) | 7 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) | 8 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) | 9 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！ 「わりばしで マジックハンド」～ (講師：大和市立図書館) |
| 10 13:30～14:30 プレミアム健康講座 「お米の力って凄い！ あっと驚く健康効果」 当日先着30名 (講師：健康づくり推進課) | 11 13:30～14:00 やまと健康講座 「住み慣れた地域で いつまでも くらししていけるように ～在宅医療とは～」 (講師：大和市医師会 在宅医療・介護連携支援センター) ※ヤマトン健康ポイント対象です | 12 13:30～14:00 こころサポーター (ゲートキーパー) 養成講座 申込先着20名程度 障がい福祉課あて要予約※ ※ヤマトン健康ポイント対象外 | 13 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) | 14 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) | 15 14:00～15:00  大和市立病院 月例講演会 「抗菌薬を正しく飲んで、 未来につなげよう！」 申込制 先着20名 (講師：医療安全管理室 感染管理担当) | 16 13:30～14:30 読み聞かせと折り紙教室 (ウサギとカメ)  (講師：大和市立図書館) |

2018年8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。

※問合せ・申込先：障がい福祉課 電話046-260-5665(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

2018年 9月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 9月17日～30日

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>17 敬老の日</p> <p>11:00～12:00 箸と和食で健康長寿 申込制 先着20名</p> <p>9月1日 10時～受付開始 (講師：みんなのお箸プロジェクト)</p> <p>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)</p> | <p>18</p> <p>11:00～11:30</p> <p>市民が主役！あなたも講師講座 英語絵本の読み聞かせ</p> <p>(講師：大和市民)</p> | <p>19</p> <p>13:30～14:00</p> <p>そこが知りたい 「乳がん自己触診法」</p> <p>(講師：健康づくり推進課)</p> | <p>20</p> <p>11:00～11:20</p> <p>やってみよう！ かんたん健康体操！</p> <p>(講師：屋内こども広場スタッフ)</p> | <p>21</p> <p>13:30～14:00</p> <p>口の働き（口腔機能） の衰えについて</p> <p>(講師：高齢福祉課)</p> | <p>22</p> <p>13:30～14:30</p> <p>触れる地球 ワークショップ 「地球温暖化時代を どう生きるか？」</p> <p>(講師：大和市立図書館)</p> | <p>23 秋分の日</p> <p>13:30～15:30</p> <p>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！</p> <p>(講師：大和市立図書館)</p> |
| <p>24 振替休日</p> <p>13:30～14:00</p> <p>禁煙のすすめ (講師：健康づくり推進課)</p> | <p>25</p> <p>14:00～15:00</p> <p>市民が主役！あなたも講師講座 東洋医学で 未病を改善する ～気功とツボ～</p> <p>(講師：大和市民)</p> | <p>26</p> <p>13:30～14:00</p> <p>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～</p> <p>(講師：健康づくり推進課)</p> | <p>27</p> <p>11:00～11:20</p> <p>やってみよう！ かんたん健康体操！</p> <p>(講師：屋内こども広場スタッフ)</p> | <p>28</p> <p>13:30～14:00</p> <p>貯骨のススメ (講師：健康づくり推進課)</p> | <p>29</p> <p>①10:30～12:00 ②13:30～15:00</p> <p>よみうり回想サロン ～昭和30年代、 懐かしいあの頃を 語り合おう～ 申込制 各回先着15名</p> <p>9月1日 10時～受付開始 (講師：①読売新聞記者 ②大和市立図書館)</p> | <p>30</p> <p>13:30～15:00</p> <p>かんたん手芸教室 「ミニフレームを 作ろう」 申込制 先着10名 ※10/2(火)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</p> <p>9月1日 9時～受付開始 (講師：大和市立図書館)</p> |

2018年8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。