



# 2023年 7月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 7月1日～9日



※ 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**の講座はヤマトン健康ポイントの対象講座です。



月	火	水	木	金	土	日
26 	27 	28	29 	30	<b>1</b> 13:30～14:00 あなただけの ストレス対処法 コーピングリストを 作ろう  (講師：大和市立図書館)	<b>2</b> 13:30～15:00 シリウス読書クラブ <b>申込先着10組程度</b>  (講師：大和市立図書館)
<b>3</b> —休講—  (講師：健康づくり推進課)	<b>4</b> 13:30～15:00 からだ・いのち・こころ に出会う絵本  (講師：大和市立図書館)	<b>5</b> 13:30～14:00 尿もれ、治せるって 知っていますか？ <b>当日先着20名</b> (講師：健康づくり推進課)	<b>6</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>7</b> —休講—  (講師：健康づくり推進課)	<b>8</b> 13:30～14:30 レシートロールで作る 小さなお家 <b>小学生 申込先着8組 小学3年生以下は保護者同伴</b> (講師：大和市立図書館)	<b>9</b> 13:30～14:00 図書館で楽しむCD鑑賞会 「気軽に楽しむ！オペラ」  (講師：大和市立図書館)

2023年6月20日現在

# 2023年 7月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 7月10日～31日

月	火	水	木	金	土	日
10 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	11 13:30～14:20  テラスdeシネマ 「歴史秘話ヒストリア 戦国武将編 上杉謙信」  (講師：大和市立図書館)	12 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)	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 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	15 10:00～11:00  大和市立病院 月例講演会 当日先着30名 ※ヤマトン健康ポイント対象です  (講師：大和市立病院)	16 13:30～14:15  読み聞かせと 折り紙教室   (講師：大和市立図書館)
17 海の日 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	18 11:00～11:30  市民が主役！あなたも講師講座 英語絵本の読み聞かせ Let's enjoy English! 申込先着20名   (講師：大和市民)	19 13:30～14:00 夏を乗り切る！ 熱中症予防に効果的な 食事について 14:00～14:30 フレイル健康サポーターに よるフレイル健康チェック  (講師：健康づくり推進課)	20 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)	21 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	22 13:30～14:15  触れる地球 ワークショップ   (講師：大和市立図書館)	23 13:30～14:30  Let's レ・クリエイション！ 図書館で脳活 「おしゃれ繕い はじめてのダーニング」  (講師：大和市立図書館)
24 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	25 14:00～15:30  大和シルフィードの選手が シリウスにやってくる！！   (講師：大和シルフィード)	26 13:30～14:00  今すぐはじめよう！ 熱中症予防  (講師：健康づくり推進課)	27 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)	28 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	29 13:30～14:30  ぬり絵サロン   (講師：大和市立図書館)	30 13:30～15:00 ダンボール織り機で作る コースター 小・中学生対象 申込先着8組程度 小学3年生以下は保護者同伴  (講師：大和市立図書館)
31 —休講—  (講師：健康づくり推進課)	1 	2 	3 	4 	5 	6 

2023年6月20日現在