

2023年 2月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 2月1日～12日

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、

- ・会場の換気・除菌、社会的距離の確保、スタッフの健康管理などを行っています。
- ・**体調不良の場合は、参加をお控えください。**またご来館時は、**マスクの着用をお願いします。**
- ・入場時に**手指の消毒、検温**をお願いします。
- ・定員を少なめに設定しています。満席の際はご了承ください。

今後の状況により、
やむを得ず変更・中止と
なる場合がございます
予めご了承ください。



月	火	水	木	金	土	日
30 ※赤枠の講座 …事前申込制（先着順） ※青枠の講座 …ヤマトン健康ポイント 対象講座	31 	1 13:30～14:00 健康オイルって 体にいいの？ (講師：健康づくり推進課)	2 11:00～11:15 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)	3 —休講— (講師：健康づくり推進課)	4 14:00～15:30 市民が主役！あなたも講師講座 本を楽しもう！ ～絵本の読み聞かせ& みんなでものがたりを 作ろう！～ 小学生以下対象 申込先着8組 (講師：大和市民)	5 13:30～15:00 かんたん手芸教室 「梅の花のストラップ を作ろう」 申込先着10名 ※3/5(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。 (講師：大和市立図書館)
6 —休講— (講師：健康づくり推進課)	7 13:30～15:00 新聞ちぎり絵講座 「おひなさま」の絵手紙 を作ってみませんか？ 大人向け 申込先着10名 (講師：大和市立図書館)	8 13:30～14:00 運動で糖尿病予防 ～血糖値を上げにくい 体を作ろう～ 当日先着20名 (講師：健康づくり推進課)	9 11:00～11:15 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)	10 —休講— (講師：健康づくり推進課)	11 建国記念日 9:00～20:00 第2回 ぬり絵サロン展覧会 入場自由 (大和市立図書館)	12 13:30～14:00 声を出さずに楽しむ うたごえ喫茶 (講師：大和市立図書館)

2023年1月22日現在

2023年 2月 大和市立図書館 4階 健康テラス イベントカレンダー 2月13日～28日

月	火	水	木	金	土	日
13 —休講— (講師：健康づくり推進課)	14 13:30～14:00 ピンクシャツデー を知っていますか？ 折り紙でシャツを 折ろう！  (講師：大和市立図書館)	15 13:30～14:00 あなたは眠れていますか？ 元気に暮らす睡眠の コツ！ (講師：健康づくり推進課)	16 11:00～11:15 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)	17 —休講— (講師：健康づくり推進課)	18 13:30～14:00 図書館で気軽に楽しむ クラシック音楽  (講師：大和市立図書館)	19 13:30～14:15 読み聞かせと 折り紙教室  (講師：大和市立図書館)
20 —休講— (講師：健康づくり推進課)	21 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)	22 13:30～14:00 いる？いない？ 元気を維持する「間食の とりかた」教えます 14:00～15:30 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)	23 天皇誕生日 11:00～11:15 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)	24 —休講— (講師：健康づくり推進課)	25 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)	26 13:30～14:30 図書館でアートしよう バルーンアート工作 風船で遊ぼう 小学生対象 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)
27 —休講— (講師：健康づくり推進課)	28 13:30～14:30 ぬり絵サロン  (講師：大和市立図書館)	1 	2	3 	4 	5 いつも 感染対策へのご協力 ありがとうございます 

2023年1月22日現在

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