



2020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～16日



月	火	水	木	金	土	日
27 	28  	29  	30 	31	1 13:30～15:30  かんたん手芸教室 「つまみ細工を作ってみよう」 申込先着10名 ※3/10(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 1/28(火) 9時～受付開始 (講師：大和市立図書館)	2 10:30～15:00 健康都市やまとフェア ×未病を改善する 県民フォーラム * 14:00～15:00 「よみうり回想サロン」 ～昭和40年代～ のみ、申込先着15名 (講師：政策総務課)
3 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)	4 11:00～11:30 勇気が大事！ 心肺蘇生法とAEDを知っておこう 当日先着20名 (講師：消防本部救急救命課)	5 13:30～14:00 いつまでも艶やかな声を保つ栄養の重要性 (講師：高齢福祉課)	6 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)	7 13:30～14:00 腎を守る ～人工透析を防ごう！～ (講師：健康づくり推進課)	8 14:00～14:45  市民が主役！あなたも講師講座 クラシックギター ウィンターコンサート (講師：大和市民)	9 13:30～15:00 なつかしのあそびをたのしもう～てぶくろでつくろう！あそぼう！～ * 手袋や軍手をお持ち下さい (講師：大和市立図書館)
10 13:30～14:00 頭の体操で認知症を予防しよう (講師：健康づくり推進課)	11 建国記念の日 14:00～15:30 春の新聞ちぎり絵講座 「おひなさま」の絵手紙を作いませんか？ 大人向け 申込先着10名 (講師：大和市立図書館)	12 13:30～14:00 ロコモティブシンドロームとは？ (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：屋内子ども広場スタッフ)	14 13:30～14:00 ベスト体重を維持してずっと健康に (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 「災害と感染症」 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	16 13:30～14:30 読み聞かせと折り紙教室  (講師：大和市立図書館)

2020年1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。

2020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17日～29日

月	火	水	木	金	土	日
17 13:30～14:00 賢く食べて がんを予防しよう！ (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 英語の絵本と 英語のあそび歌を 楽しもう！  (講師：大和市民)	19 13:30～14:00 あなたの血管を守ります ～高血圧～ (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 13:30～14:00 歩く姿勢を数値化！ ～歩行姿勢を 測定してみよう～ 当日先着20名 (講師：健康づくり推進課)	22 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)	23 天皇誕生日 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)
24 振替休日 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)	25 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)	26 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)	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 13:30～14:00 お口いきいき健康講座 (講師：健康づくり推進課)	29 11:00～11:40 めらよかず 米良美一 ミニトークショー わたしを支えた あの本この本 申込先着43名 	1

2020年1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。

