



2019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～21日



月	火	水	木	金	土	日
1 13:30～14:30 プレミアム健康講座 健康長寿の秘訣！ ～からだをつくる 「食事」と「運動」～ 当日先着30名 (講師：健康づくり推進課)	2 14:00～14:30 「よみうり回想サロン」 を見てみよう！ (講師：大和市立図書館)	3 13:30～14:00 お口だけじゃない、 口腔ケアで カラダも元気に！ (講師：高齢福祉課)	4 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)	5 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)	6 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)	7 13:30～15:00 七夕飾りを作ろう！  (講師：大和市立図書館)
8 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)	9 11:00～11:30 夏が来る前に！ 水辺での事故対策を 学ぼう 当日先着20名 ※ヤマトン健康ポイント対象です (講師：消防本部救急救命課)	10 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)	11 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)	12 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)	13 14:00～14:30 健康かるたで あそぼう  (講師：大和市立図書館)	14 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！ 「しゅるしゅる棒」～ (講師：大和市立図書館)
15 海の日 13:30～14:00 そこが知りたい 「乳がん自己触診法」 (講師：健康づくり推進課)	16 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)	17 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)	18 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)	19 13:30～14:00 つけない！増やさない！ やっつける！！ 夏の食中毒は こうして防ぐ！ (講師：健康づくり推進課)	20 11:00～12:00 大和市学校給食展 食育 ミニ講座(講師:保健給食課) 14:00～15:00 大和市立病院 月例講演会 申込制 先着20名 ※ヤマトン健康ポイント対象です (講師：大和市立病院) 15:30～16:30 大和市学校給食展 食育 ミニ講座(講師:保健給食課)	21 11:00～12:00 大和市学校給食展 食育 ミニ講座(講師:保健給食課) 13:30～14:30 読み聞かせと 折り紙教室  (講師：大和市立図書館) 15:30～16:30 大和市学校給食展 食育 ミニ講座(講師:保健給食課)

※ 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。

2019年6月20日現在

※ 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。

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

2019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22日～31日

月	火	水	木	金	土	日
22 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)	23 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)	24 13:30～14:00 貯骨のススメ (講師：健康づくり推進課)	25 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)	26 10:15～10:45 夏休み やまと味`ット週間 「段ボール味`ット工作」 ※子ども対象 (講師：産業活性課) 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)	27 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)	28 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)
29 10:15～10:45 夏休み やまと味`ット週間 「段ボール味`ット工作」 ※子ども対象 (講師：産業活性課)	30 10:15～10:45 夏休み やまと味`ット週間 「段ボール味`ット工作」 ※子ども対象 (講師：産業活性課)	31 10:15～10:45 夏休み やまと味`ット週間 「段ボール味`ット工作」 ※子ども対象 (講師：産業活性課)	1 	2 	3 	4 
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)	13:30～15:30 かんたん手芸教室 「コースターを作ろう」 申込制 先着10名 ※6/30と同一講座です (講師：大和市立図書館) 	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)				

2019年6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。