



健康都市大学 月イチ学園祭 毎月第1火曜日 午前10時から午後2時30分まで

# 7月5日のラインナップ



詳しくは  
市ホームページで

※健康都市大学 月イチ学園祭 とは…

毎月第1火曜日の午前10時から午後2時30分まで、文化創造拠点シリウス6階で開催している、市民のための学園祭です。予約不要、入場料無料、どなたでもご参加いただけます。

**Story Time**  
**英語のお部屋**  
本と歌で英語を楽しもう！

①10:00～  
親子向け英語絵本と英語の遊び歌  
②11:00～ \*大人向け  
英語で詩や物語を読んでみよう  
③12:30～ \*大人向け  
英語で歌ってみよう！(ウクレレ伴奏)  
④13:30～  
大人も子供も絵本タイム 参加者の  
リクエストで絵本を読みます

場所：609会議室

**大和**  
**南京玉すだれ**  
**& ジャグリング**

南京玉すだれ、ボールやハンカチを使ったジャグリングに皿回しなどの大道芸を披露。同時開催の体験会は、初心者大歓迎。皿回しのコツなどを伝授。ジャグリングは、指・手先を使うので、脳の活性化にも！一緒に楽しみませんか？

場所：604会議室

**卓球コーナー**

場所：フリースペース東側

**出張！**  
**ボランティア**  
**総合案内所**

場所：フリースペース内

**「フリー対局」**  
**囲碁、将棋、麻雀**

フリー対局スペースです。いつも楽しんでいるかたも、久しぶりに触るかたも、皆さんでお楽しみください。

場所：601講習室

ほかにも  
楽しい企画が  
続々登場！

**歩行姿勢測定会**

3Dセンサに向かって6m歩くだけ！身体全体の歩行姿勢を点数化して、参加者それぞれの歩行年齢を測定します。

場所：フリースペース西側

**ケアランボリンを体験してみよう**

ケアランボリンとは、高齢者や障がい者向けの運動器具として安全性を考慮し開発された、手すりのある一人用のランボリンです。膝への負担も軽く、どなたでも体験いただけます。

場所：610大会議室

**いろいろ測定会**

視力、握力、長座体前屈の測定器をご用意しました。

※計測はご自身でお願いします。

場所：611調理実習室

**エンディングノート書き方教室**

実は、なかなか書けないエンディングノート。その書き方のコツ、注意点を教わりながら、作成してみませんか？

①10時30分～  
②11時30分～  
③13時30分～

\*おひとりさま支援条例解説  
12時30～13時15分

場所：607会議室

**あいさポーター研修・**  
**あいサポート**  
**メッセージ研修**

障がい者に対する温かい手助けや必要な配慮について学ぶ研修です。

※あいサポート  
メッセージ研修は、あいさポーターを対象とした研修です。

場所：603会議室

**シニア向けスマホ講習会**

当日参加枠は5人まで。各回抽選となります。

お問い合わせ先：デジタル戦略課  
電話：046-260-5363

Aコース：10時から  
Bコース：①11時30分から  
②13時30分から

場所：612文化創造室

内容は、事情により変更することがあります。

## 会場：文化創造拠点シリウス 6階

主催：大和市 お問い合わせ：図書・学び交流課 ☎046-259-6917

月イチ学園祭は、健康都市大学受講ポイント及びヤマトン健康ポイント対象事業です。