



図書館で健康相談

2026

年間スケジュール

利用
無料



開催内容は天候などの影響により変更となる可能性があります。
教室の詳細な情報は、毎月館内に掲示しております。

1月	13	10:00- 11:30	名張郷土カルタ大会
2月	10	10:00- 12:00	太極拳体験とボードゲーム
3月	10	10:00- 12:00	認知症カフェDAY
4月	14	10:00- 12:00	お花見ウォーキング
5月	12	10:00- 11:30	町探検ウォーキング
6月	9	10:00- 12:00	認知症カフェDAY
7月	14	10:00- 12:00	ミニ夏祭りを楽しもう！
8月			休
9月	8	10:00- 12:00	ミニ運動会を楽しもう！
10月	13	10:00- 11:30	体力測定会
11月	10	10:00- 12:00	認知症カフェDAY
12月	8	10:00- 12:00	クリスマス会

in body

DAY

体組成計「inbody」で健康
チェックしてみませんか？

1/ 13	↓	11:30
5 12		
10/ 13		12:00

認知症カフェ
DAY

認知症カフェは、認知症のある方やご家族、地域の方が集い、安心しておしゃべりできる場です。専門家もいますが、相談しなくても、参加しなくても大丈夫。ふらっと立ち寄れる場所です。



名張市立図書館
ホームページ



ちいちかけん
Instagram



問い合わせ先

本プロジェクトに関する問い合わせにつきましては、下記連絡先までお問い合わせください。

070-4308-0959
(受付時間) 平日8:30-17:00)



名張地区まちの保健室
0595-63-5699
(受付時間) 平日8:30-17:00)

