



柳生公民館だより

令和 5年 11月1日 第 3 号

発行 (公財)奈良市生涯学習財団
柳生公民館
奈良市柳生町 340 (TEL&FAX) 94-0504
発行責任者:谷澤 雅美

11月23日は、勤労感謝の日です。「働く」とは、ハタ(周り)をラク(楽)にすることを意味していました。あなたは、自分が周りの人々に支えられ、自分が「ラク」になっていることを意識していますか。逆に(ハタ)の人々のために、何か役立つ行動をしていますか？

昔から記念日には、それ相応の歴史があります。そうした記念日をきっかけに家族や周りの人々に感謝のメッセージを送ればきっと笑顔で喜んでくれるはずです。この機会にコミュニケーションの一つとして感謝の言葉を送ってみませんか。

柳生公民館では、11月4日から柳生地区自治連合会との共催の柳生地区文化祭で、30余年の永きに渡り自主グループとして活動されてきた、柳生短歌会の指導者武野光歩先生への永年表彰を行います。

公民館では、肌寒くなってきましたので暖房をはじめました。これからの季節気をつけたいのが、換気です。

寒くとも1時間に1回程度は窓やドアを2か所以上開け空気の通り道を作り換気を心掛けましょう。



令和 5 年度 講座開催の予定

柳生地区文化祭

地域住民及び、主催講座、自主グループの一年間の学習成果の発表の場とし、多くの地域住民に生涯学習の楽しさや意義を理解していただくために開催します。また、地域住民の交流の場として地域社会との関りをより高めることを目的とします。

開催日: 令和5年11月4日(土)、5日(日)、
7日(火)~10日(金)

時間: 9時~16時 最終日は15時まで
生け花は8日15時まで

会場: 柳生公民館

内容: 地区住民・自主グループの作品、
子ども園・小学生・中学生の作品、財団主催講座で
制作した作品の展示会、及び、菊花展の開催。
カレーパン、マロンパンなど焼きたてパンの販売
舞台発表は、フラダンスサークルモアナ、舞遊会



運動で免疫力アップ

暑かった夏から一転、冬になると寒さで運動量が減り血行が悪くなります。そうすると免疫力が低下し風邪などひきやすくなります。

身体を動かすことで、自分の身体を見つめ直し身体のメンテナンスしてみませんか。

開催日: 令和6年1月13日(土)
令和6年1月20日(土)

令和6年1月27日(土)
令和6年2月3日(土)
令和6年2月10日(土)

時間: 13時30分~15時

会場: 奈良市立柳生公民館 1階 講座室

内容: マットを使った軽いストレッチ

対象: 柳生地区在住の成人

費用: 無料 自由参加



≫裏面もご覧下さい

奈良市都祁保健センター 月ヶ瀬健康相談室からのお知らせ

○保健師による妊産婦・乳幼児健康相談

<日 時>11月21日(火) 午前10時~11時30分

<内 容>妊娠中の過ごし方、乳幼児の発育発達(体重・身長測定)、育児相談

<場 所>興東公民館

<持ち物>母子健康手帳

<申 込>不要



○妊婦さんとママとパパと赤ちゃんの交流会

<日 時> 11月17日(金)、12月15日(金)

いずれの日も 10:30~12:00

<内 容> 妊娠・出産・子育ての情報交流、親子遊び

<場 所> つどいの広場りりーべるず(都祁福祉センター内)

<対 象> 妊婦さんとその夫及び1歳児未満のお子さんとその保護者

<申込み> 開催日の1週間前まで

※感染症等の状況に応じて中止となる場合があります。

※申込み・問合せは、奈良市都祁保健センターへ。電話 0743-82-0341

柳生短歌会

満月の夜は咲かぬや月下美人
明日開くかも蕾が揺れる

ありがとうこの世のすべてにありがとう
あの世の人へありがとう

短か語の思い綴りに母がごと
導きありて三十余年

短歌の師に導かれきし三十年余
今振り返る短友との絆

土手に咲く曼殊沙華いまはなやかに
観光客の写真スポット

塩コシヨウ鼻を突き刺し出るくしやみ
裡のもやもや消えて爽快

とどまりのなき炎天を苦にもせず
只ひたすらに草を引き行く