

三笠公民館だより

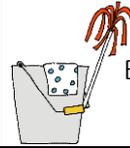
(公財) 奈良市生涯学習財団 三笠公民館

〒630-8115 奈良市大宮町 4 丁目 313-3

TEL・FAX：0742-33-0515

E-mail：mikasa@manabunara.jp

2021 年 12 月発行



師走を迎えました。

スーパーにはお正月用のお餅や黒豆、栗の瓶詰などが並び、あちこちからクリスマスソングが聞こえてきます。1年のうちで一番日が短い時期でもあり、ぐっと気忙しいが増しますね。

毎年そんな忙しい時期に、三笠公民館では利用者の皆さんにご協力いただき、大掃除をしています。昨年は感染状況の悪化により中止しましたが、長年続いている恒例行事のようです。私は今年初めてなのですが、皆さんの大掃除への前向きな姿勢に驚かされているところです。「私、行きますよ～」、「今年は外回りの掃除無いの?」と、声をかけてくださる方は、何やら楽しそうなのです。こういう皆さんの様子を見て、三笠公民館は地域の皆さんから“私たちの公民館”だときちんと思ってもらえているんだなあ、と感じます。

来年は設立 50 周年を迎えます。これから先も、この“私たちの公民館”が続いてほしいと願っています。
(松田)

年末の一斉清掃のご協力をお願いいたします

毎年恒例の館内一斉清掃を行います。19日には、職員によるワックス清掃を行います。ご協力くださる皆さま、当日はよろしくお願いたします。

◆日時：12月18日(土)
13時30分～

◆持ち物：ぞうきん、軍手など、
その他 清掃に必要なもの

◎倉庫中にある持ち主の分からない物は、
当日処分いたします。

※当日、駐車場の使用はできません
ので、悪しからずご了承ください。



自主グループ紹介「真風流奈良吟詩会」



今回ご紹介するのは、詩吟の「真風流奈良吟詩会」さん。指導者の大村堤岳(ていがく)さんをはじめ、メンバーの皆さんからお話を伺いました。

▶歴史が長いとお聞きしました。

真風流は昭和 38 年に創設され、三笠公民館よりさらに約 10 年古いです。三笠公民館が JR 奈良駅の近くにあったときは、広い和室に座布団を敷いて、机を出して練習をしていました。懐かしいなあ。

長い人は、40 年以上も続けておられます。詩吟は情操を養い、教養を高め、頭を使う。大きな声も出すので、健康にもよく長命の方も多いです。生涯学習の一環として格好の内容だと思っています。

▶真風流は、奈良の流派なのですか？

そうですね。奈良県日本詩歌吟詠会という団体に加盟している流派が 12 あり、そのうちの 1 つです。元々 2 人のお師匠さんがいらっしゃり、私は師匠から指導してほしいと頼まれて教え始めました。指導を始めて 25～26 年になります。



▶長年続けられる秘訣は何ですか？

ただ詩吟をするだけではなく、詩に出てくる歴史を勉強して現地を訪ねる旅行をしたり、お食事会や発表会をしたりと催しも楽しみです。そして、ここの会は味が違う。皆さんの雰囲気もいいし、やっぱり先生の魅力だと思います。女性が習い事を長く続けるというのはなかなか難しいことですが、先生がほとんどボランティアで教えてくださっているのがありがたいです。皆に会えるのが楽しみ。

なんと、来年 88 歳になる方が 3 人もいらっしゃるそうです！
それでも、「感染もおさまってきたし、がんばっていかなあかん」、
「詩吟の魅力を、若い人や知らない人に知ってほしい！」とのこと
でした。

元気をもらえるインタビュー、どうもありがとうございました！！



12月募集の講座

最新の情報は、<http://manabunara.jp/>をご覧ください



来館・講座へのご参加の皆さまへ

注意とお願い

*奈良市子育てスポット事業 「子育てママのひととき」

入場自由
参加費：無料

会場：3階集会室

対象：奈良市在住の未就園児と保護者

*お父さん、おばあちゃんおじいちゃんも
ぜひ一緒にご参加ください

★12月17日(金) 9時30分～12時30分

クリスマスをたのしもう☆

★1月8日(土) 9時30分～12時30分

手づくりのお正月あそび

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
講座を延期・中止する場合があります。

- ★感染予防対策にご協力をお願いいたします。
- *発熱・風邪症状のある方は来館をお控えください。
- *会場内の人数が大勢になった場合は、
密を避けるため入場制限をする可能性
があります。
- ★開催2時間前時点で奈良市に警報が
発令された場合、講座を中止する
ことがあります。



講座風景

三笠いきいきクラブ 11月5日(金)

「介護予防講座&簡単エクササイズ」

講師：ハッピーサービスグループのみなさん

☆みんな笑顔いっぱい楽しめました☆

三笠女性フォーラム 11月12日(金)

「音楽療法で音をたのしむ」

☆音楽療法士の先生2人にご指導いただきました☆



奈良市子育てスポット事業「子育てママのひととき」

11月6日(土)「ドキドキわくわくミニ運動会」

協力：大安寺西地区民生児童委員協議会、はなまるの皆さん

11月19日(金)「産後のからだの整え方」

講師：からだベディア 協力：大宮地区民生児童委員協議会



気になる骨盤底筋の
お話と
ちょっぴりピラティス

家庭教育サポートネットワーク支援事業 「ママのゆったりカフェ」

11月6日(土) ミニミニ運動会と交流会

講師(助言):NPO法人しんぐるまざあず・フォーラム・関西
奈良県スマイルセンター

シングルパパ&ママのゆったりカフェ



編集後記

11月6日(土)は、午前と午後にミニ運動会を開催。こどもたちの成長を感じると同時に、ボランティアの皆さんや地域の皆さん、講師の皆さんのあたたかい眼差しが印象的でした。子育てをしていると息詰まることもたくさんあります。先輩お母さんの「いろいろあったよ〜」「育ててる時は精一杯やったわ。」という声を聞くと、今子育てで不安真っ盛りの親御さんたちも不安なのは自分だけじゃないと元気が出ます。人と人のつながりの大切さを感じます。 稲富