



新年の幕開けから石川県能登半島地方で大変な地震災害が起こり、お正月気分から一変、私も石川県に住む友人家族の安否確認をしました。翌日以降、日を追うごとに災害の大きさ、悲惨さが目に飛び込んできて、悲しい気持ちの年明けとなりました。

先月12月2日に当館で開催した「ビビッと時事〜災害ボランティアのすすめ〜」の中で、講師から「災害に対する一番大事なことは、『自分のいのち』を守る』こと。そして、誰かに『助けて』と声を上げること。自分が無事でないと人は助けられません。自分の『いのち』が助かった後のおたがい様の助け合いについて考えましょう」という話をしていたきました。

今私たちにできることは何か、日々考えています。
(中嶋)

「三笠公民館サロン〜ギターコンサート〜」(12/16)を終えて…

自主グループ紹介「エンジョイ・ギター」



新しい会員も増えて、みんながいっしょに和気あいあい楽しく活動しています。



今回ご紹介するのは、ギターのグループ「エンジョイ・ギター」さん。

先月は、公民館主催で隔月開催している「三笠公民館サロン」の『ギターコンサート』にご出演いただきました。

▼いつ頃から活動されているのでしょうか。

2021年3月からこちらの公民館で活動をスタート。基本的に、一ヶ月に1回、第2日曜日の午前中に活動しています。2024年3月で丸三年になります。

▼具体的な活動内容・活動の様子は？

会員は元々クラシックギター教室出身なのですが、ここでは主にポピュラーや演歌や童謡などの合奏練習をして楽しんでいます。

メンバーは、60〜80代の方です。

☆ 体験!グループ入門〜睦月〜☆ 「はじめてのギター合奏」開催のお知らせ(予告)

- ◎ 開催日時: 令和6年3月10日(日) 10時〜11時
 - ◎ 開催場所: 3階 集会室
 - ◎ 費用: 無料 ※募集は、しみんだより2月号で! **要申込**
 - ◎ 対象・定員 奈良市在住の成人 6人
 - ◎ 参加費用: 無料
 - ◎ 参加者持ち物: ギター、足台、譜面台
- *足台と譜面台は当日のみ会員のものをお貸しすることも可能です。
- ☆もし体験後、継続希望者が5人以上の場合は、新たにギター入門グループを立ち上げる予定です。

「人生100年時代」、出来る限り長く楽しくギターを弾くことを目標にしています。

ご興味のある方は是非、一緒にギターを楽しみましょう。

- 参加方法は…
- 事前公民館に連絡してから活動日にお越しください。
- もし可能なら、ギターをお持ちください。(クラシックギター、アコースティックギター可)
- 活動日時
- 毎月第2日曜
- 9時30分〜13時
- 会費
- 部屋代・コピー代など実費



1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

★講座開始 2 時間前時点もしくは直前の場合も、奈良市に警報が発表された場合、講座を中止とすることがあります。

*奈良市子育てスポット事業

申込不要 参加費：無料

「子育てママのひととき」

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☆ 入場自由

★1月 26日(金)

<午前の部> 9時30分～12時30分

おやこでゆったりヨガタイム

☆動きやすい服装でお越しください。

5 本指ソックス (あれば)

持ち物 タオル、飲み物

★1月 26日(金)

<午後の部> 13時～16時

絵本をたのしむひととき

*いろんな絵本を読んでたのしく過ごしましょう☆

★2月 10日(土) 9時30分～12時30分

大宮地区民生児童委員協議会の

皆さんによるお楽しみ会

*今年は何があるかな!?おたのしみに!



*「体験!グループ入門～如月～」

◆映画鑑賞会

「悪い国シネマクラブ」

懐かし映画鑑賞「七年目の浮気」

2024年2月3日(土)

9時30分～11時30分

《会場：3階集会室1・2》

対象・定員

どなたでもお申し込みいただけます

★入場自由

◆写真

「大宮写真クラブ」

写真撮影の体験 定員申込

◎持ち物：デジタルカメラまたはスマートフォン

2024年2月3日(土) 14時30分～15時30分

《会場：3階集会室2》

対象・定員

奈良市在住の成人(18歳以上) 10人

締切：1/24(水)

◆女声合唱

「女声合唱ハーモニイズ」

女声合唱の体験

2024年2月6日(火) 14時～15時

《会場：3階集会室1・2》

対象・定員

奈良市在住の成人女性(18歳以上)

★入場自由

◆茶道

「チャチャクラブ」

茶道の体験 定員申込

2024年2月8日(木) 10時～11時

《会場：2階和室》

◎費用：抹茶・和菓子代 500円

対象・定員

奈良市在住の成人(18歳以上) 5人

*20代・30代からはじめる未来資金

新 NISA と iDeCo、何が違うの？

投資未経験者にも分かるお話

締切：1/19(金)

参加費：無料

対象：奈良市在住・在勤・在学の

概ね 18 歳～39 歳 20 人

1 月 27 日(土) 10 時 30 分～12 時



講座風景

三笠いきいきクラブ 12月1日(金)

「座ったままでできるストレッチ健康体操」

講師：奈良市運動習慣づくり推進員協議会



自分時間をたのしむ 12月8日(金)

「お水取りの話」講師：東大寺福祉事業団常任理事 平岡慎紹さん



クリスマスだよ!こうみんかで遊ぼう!

12月23日(土) 工作指導：もりのいりぐちの皆さん

出演：サクソフォン奏者 伊東 早百合さん



協力：子育てボランティア「はなまる」の皆さん

ビビッと時事～災害ボランティアのすすめ～

12月2日(金) 講師：奈良県社会福祉協議会

奈良市社会福祉協議会



ゆるおりがみ部～冬～ 12月20日(水)



ツリーやサンタクロースを作りました。

*奈良市子育てスポット事業

12月9日(土)

「子育てママのひととき」*

12月22日(金)



大安寺西地区民生児童委員協議会の皆さんによるクリスマス会



四ツ葉のクローバーの皆さんによる
クリスマスコンサート♪

クリスマス飾り
づくり

能登半島地震義援金募金箱について

被災された皆様におかれましては、心よりお見舞い申し上げます。事務室前に募金箱を設置しております。

ご協力お願いいたします。

編集後記

新しい年が始まり、年始早々大きな地震が起きました。毎日目をつぶるようなニュースが続きます。公民館では、来月～再来月には、グループ体験講座を実施します。ぜひ皆さんも参加して、新しい仲間を見つけ、少し生活に彩を添えてはいかがでしょうか!?本年が、皆さんにとって良い年になりますように。(稲富)