

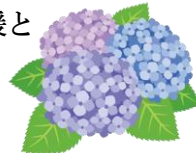


# 柳生公民館だより

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:中西 良樹

新型コロナウイルス感染症が流行しているなかでも、水田をわたる風や新緑がまぶしい木々を見るとそれらの憂いが少し和らぐ気がします。みなさまはいかがお過ごしでしょうか。ワクチンの供給と接種が開始され、少し希望が見えてきた矢先に第4波がくるなど、地域のみなさまにおかれましても心休まる日がないのではないかと案じております。

公民館においては、5月には昨年の春以来の臨時休館となり、グループ活動の休止や主催講座の延期となりました。今後も公民館活動をおこなうには不安定な状況が続きそうですが、地域のみなさまにご支援とご協力をいただきながら、気持ちが晴れる公民館を目指してまいりたいと思います。これからも感染防止を徹底してまいりますので、みなさまのご来館をお待ちしております。



柳生公民館 館長 中西 良樹

## おすすめ講座のご案内

このコーナーでは、6月から8月の間にしみんだよりで広報して募集する講座の中から、特に職員がみなさまにおすすめしたい講座をひと足先にご紹介します。

※新型コロナウイルスの感染拡大を防止のため、延期・中止となる場合があります。

### 「はじめてのフラダンス」講座

6月号掲載

ハワイアンミュージックに合わせてゆったり踊るフラダンスは、激しい動きがないので、運動神経や年齢にかかわらず誰でも手軽に始められます。

また腰を落としてしっかりと地面を踏みしめて踊るので、太ももやふくらはぎの引き締め効果が期待できたり、有酸素運動なので運動不足の解消にも繋がります。

そして、ただ踊るだけではなく、ひとつひとつの動きには「相手に想いを伝える」という意味が込められていて、ただ単に踊りを学ぶだけではない奥深さがあります。

初心者、大歓迎！フラの音楽や踊りで癒されながら、日常を少し忘れる時間を過ごしにきませんか。

開催日：2021年7月3日(土)・8月7日(土)・9月4日(土)【全3回】

開催時間：10時30分～12時

費用：無料

講師：カリノパーバルフラススタジオインストラクター 西濱 美和 さん

申込開始：6月1日(火)

申込締切：6月25日(金)



### 「親子で陶芸」講座

7月号掲載

夏休み最初の日曜日に、柳生公民館では親子で陶芸体験をします。

ひと家族に割り当てられたひと塊の陶芸用粘土を使って作品を作っていきます。

お皿やコップをたくさん作るもよし！親子で協力して、大きな花瓶などをひとつ作るもよし！  
どんなものを作るのかを親子で相談して、ステキな作品を作りましょう！

開催日時：2021年7月25日(日) 13時～16時

費用：ひとり800円

講師：陶芸家 稗田 真理子 さん

申込開始：7月1日(木)

申込締切：7月16日(金)

備考：色付けや焼き上げは、講師の方にしていただきます。出来上がった作品は、後日、公民館まで取りにきていただきます。



#### ◇講座受講ご希望の方は…

往復はがき(講座名、氏名(ふりがな)、住所、電話番号、年齢、性別を記入)又は電話、FAXで公民館までお申し込みください。また、財団ホームページ(<http://manabunara.jp>)の参加申込フォームでもお申し込み頂けます。

柳生公民館 〒630-1237 奈良市柳生町 340 TEL/FAX: 0742-94-0504





このコーナーでは、柳生公民館で活動されている自主グループを紹介します。もし興味のあるグループがありましたら、公民館までお問い合わせください。今号、ご紹介するのは「柳生ヨガクラブ」です！

## 柳生ヨガクラブ

柳生ヨガクラブは、柳生公民館主催講座として 2018 年から 3 年連続でおこなわれた、「『わたし』と向き合う、ヨガ入門」の受講生が、講座終了後も継続してヨガを続けたいとの思いから自主グループとして結成し、今日まで活動しています。

自主グループを結成した時は 10 人ほどでしたが、その後も口コミなどで会員数も増え、現在では 18 人の会員数となっています。

もしこの記事を見て興味を持たれた方はお気軽にお問い合わせください。もちろん、体験入会も大歓迎です。

**活動内容：**ヨガの基本を学び、健康維持増進を図る。

**活動日時：**第 2, 4 木曜日（7 月より活動日は第 1, 3 木曜日になります）

**第 1 部** 9 時 30 分～10 時 30 分 **第 2 部** 10 時 45 分～11 時 45 分  
※どちらか都合の良い時間帯に参加できます。

**会 費：**入会金不要 月額 1,500 円

**入会方法：**公民館に連絡し、直接活動場所にお越しください。

初心者、大歓迎！  
第 1 部・2 部を  
連続で参加しても  
OK！  
みなさんのご参加を  
お待ちしております！



## 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

### 〇がん検診のお知らせ

日 時：7 月 14 日（水）受付 9：00～10：00

場 所：奈良市都祁保健センター

対 象：40 歳以上の方

定 員：30 人

申込期間：6 月 1 日（火）～6 月 18 日（金）

対象の詳細、費用等は、ならしみんだより 6 月号の「健康」のページをご覧ください。



### 〇すこやかキッズ 1・2・3

日 時	テーマ（対象）	内 容
7 月 12 日（月） 10～11 時	「トライ！トイレットレーニン グ」（2 歳～3 歳半）	プチ講座、サーキット遊びと絵本の時間
8 月 2 日（月） 10～11 時 30 分	「おいしさ発見！元気のもと」 （1 歳～3 歳児）	プチ講座、食育クイズ、 パネルシアター劇

定 員：10 組（多い場合は抽選。落選者のみに連絡）

場 所：奈良市都祁保健センター

申込期日：開催日の 1 週間前まで

申込先：都祁保健センター（電話 0743-82-0341）

\*但し、新型コロナウイルス感染拡大防止のために上記の事業を中止することがありますので、ご了承ください。不明な点はお問い合わせください。



## ごあいさつ

4 月の人事異動により柳生公民館館長に就任いたしました中西良樹です。前館長同様に公民館活動を推進してまいりたいと考えております。

いろいろお世話になるかと思いますが、よろしくお願い申し上げます。

中西 良樹