

都祁公民館だより

発行 公益財団法人
奈良市生涯学習財団
都祁公民館
奈良市針町2191番地
TEL&FAX 82-1362
発行責任者 植田 隆

まるまる 一日 デイキャンプ in 都祁



開催日：8月1日（木）

時間：午前10時～
午後8時

（都祁公民館午前9時15分集合出発）

場所：奈良県立野外活動センター

都祁吐山町

内容：グリーンオリエンテーリング
（地図に示したポイントを探し、そこにある
樹木の名前を答える） 勾玉作り
野外炊飯、キャンプファイヤーなど

楽しいこと・・・いっぱいだよ！

対象：東部地区の小学生（定員100人）

費用：1,600円
（バス代、夕食代、勾玉作り材料費）

持ち物：弁当（昼食）・飲み物・タオル
帽子・着替え・おやつ

申込み
締切
7月12日

公民館へぜひお越しください

館長 植田 隆

入梅してから一ヶ月あまりがたちます。雨はほとんど降っていません。（六月十八日現在）たよりが届く頃にはどうなっているでしょう。〇〇市で何度をこえたとか、熱中症で救急搬送されたとか、報道されています。天気や気温に関係なく充分に水分をとり熱中症にはご注意ください。さて、今年も公民館では色々な講座が始まっています。モデルウオーク、健康体操（高齢者学級）、都祁散策（すずらんの里）、などです。自主グループの活動も活発です。講座の様子は、裏面に掲載してあります。また、活動の様子を館内にて写真で掲示しています。是非一度お立ち寄り見てくださいます。是非一度お話しは変わりますが、皆さん十分ご存じでしょうが、公民館ってどんなところ何をしているところでしょうか。

〇集いの場・・・暮らしをよくする。〇講話の場・・・暮らしたるため、教養を高めるために。〇勉強の場・・・興味を高めたり、勉強会をしたりして豊かな生活に役立てる。〇つながりの場・・・人々のつながりを深め、住みよい地域づくりを深める。〇主グールの目的で、事業を企画し、自をグループに学習の場を提供して活用され、多くの皆さんが、公民館を活用され、講座にも参加くださるようお願いします。また、少し早いですが、平成二十六年の講座の企画は、秋頃に行います。皆様、ご希望や企画がありまして、ご相談下さるようお願いいたします。職員一同お待ちしております。

7・8月の講座 受講生募集！ お申込みは公民館まで

人形劇鑑賞会

人形劇はアニメや映画にはない
立体性のある人形の動きがあります。
みんなさそって見にきてね！

開催日：8月21日（水）

時間：14時～15時30分

場所：都祁公民館 大集会室

内容：3びきのこぶた・スイミー

はらぺこあおむし などの人形劇

対象：都祁地域在住の幼児・

小学生と保護者 自由入場

費用：無 料



夏休み！ おやこ陶芸体験



土をこねこねペタペタしながら
自分だけのコップやお皿を
つくってみよう！

開催日：7月26日（金）

時間：14時～16時

場所：都祁公民館 大集会室

内容：初歩的な陶芸を学ぶ

講師：陶芸家 稗田真理子さん

対象：都祁地域在住の小学生と

保護者 20人

費用：ひとり 700円（材料費）

〆切：7月17日（水）申込は電話可

持ち物：手拭タオル・お茶

フキ田舎暮らし・都祁 ーしそジュースー

開催日：7月14日（日）

時間：10時～15時



場所：都祁公民館 大集会室

内容：しその刈取収穫体験と、
しそジュース作り

対象：奈良市在住・在勤の成人

定員20人

費用：500円（材料費・昼食代）

〆切：7月5日（金）申込は電話可

持ち物：エプロン・持帰り用容器

（ペットボトル等）、お茶・軍手

こんな講座がありました！（公民館主催講座）

つげ女性セミナー

Let'sウォーキング

女性にとって美しい姿で歩くことは大変魅力的です。

ヒールで美しく歩くためのウォーキング方法を学びました。

講師にはモデルとして活躍されていて、藤谷智子さんを迎え、自らが一般女性対象に考えられたウォーキング方法をご指導いただきました。

◇参加者からは

・初めての体験でしたが、今日の体験を日々に少しでも生かせればと思います。
・美しい姿勢、美しい歩き方のポイントがわかり



5月18日



・立ち方もかわりました。歩き方もかわってきたら良いです。
・何気なくいつも歩いていると思いますが、これからは綺麗に歩きたいと思えます。
・ツプやターンの仕方をマスターすることができました。

・普段の生活では身につかない姿勢、歩き方を教えていただき、とても参考になりました。
・背筋がのびました。

都祁散策（すずらんの里）

5月26日

スズラン群生地と

史跡散策

散策の五月二十六日は天候にも恵まれ、三十一名の参加者が、都祁の里を満喫することができました。

スズランの花はみごろで、ほのかにスズランの香りが漂っていました。

都祁のスズランは吐山香醉山の麓に生育し五月末に可憐な花を咲かせます。



北性植物のスズランが自然に分布する南限の地として国指定の天然記念物に指定されています。

案内人に、奈良市文化振興課の植松さんを招き、下部神社や地藏院など付近の史跡もあわせ散策し、自然と歴史に触れることができました。

◇参加者からは
・自然のスズラン群生地が奈良にあるのは驚いた。大切に守ってもらいたい。
・きれいなみどり、風景の中をゆったり歩いて最高でした。スズランも良かったです。
・普段は来れない所に連れて行ってもらえたので、とても楽しく参加できた。
・吐山地区の歴史や自然など詳しい話が聞けて知見を広めることができた。

・募集要項に歩く距離を紹介してほしい。中高年の参加者が多いので、歩くペースを遅い人にあわせてほしい。
・などの声が聞かれました。
・参加者からのご意見を、今後の講座に活かし、より良い事業を企画したいと考えています。

5月31日

都祁高齢者学級

手軽にできる

チェアーエクササイズ

今年も健康運動指導士、大谷恵子さんを講師に、手軽にできるチェアーエクササイズ

の指導を受けました。脳や神経を刺激する指体操、自分のペースで出来るストレッチ体操など健康維持に役立つ盛り沢山の内容でした。

心の開放・身体の開放・和やかな雰囲気でのリフレッシュすることができました。次回の都祁高齢者学級は、七月十二日（金）に陶芸教室を開催します。



◆黄楊俳句会◆

鯉のぼり群れて四十万十川の上

あおき あきお

おだやかや曼陀羅寺の降り藤

今 ただし

鈴蘭地数多花待都祁郷花

山下 敬輔

立夏夜や車列火照りし蛇のごとく

今岡 和子

田植する後継男子居る幸よ

瀬川 富貴子

すってんころり孫もおどろく蔵摘み

三宅 貞夫

初蝶や純真無垢の追う視線

三宅 修子

訂正とお詫び

平成二五年四月二七日発行都祁公民館だより第一号で都祁公民館自主活動グループご紹介欄「都祁水彩クラブ」の活動日を第三土曜と掲載しましたが、第四土曜ですので訂正しお詫び申し上げます。

ご協力下さい！

公民館は〈陸前高田市図書館ゆめプロジェクト〉を支援しています。

読み終えた図書を公民館までお持ちください。

本の裏表紙に「ISBN・・・」と表記されている図書（百科辞典・雑誌を除く）をお届けください。

受付期間：2013年

12月26日まで

陸前高田市図書館の再建、書籍購入のために寄付されます。

ご協力をお願いします。