

富雄公民館 主催講座のご案内

9～11月に開催(予定)の講座です
※準備中の講座は、変更になる可能性があります。
詳しくはみんだより、もしくはHPをご確認ください。

開催中!

月に2回! ツボ押しストレッチ



日時：2026年4月8日～2027年3月24日
の原則毎月第2・4水曜日
(9月は第2・5水曜日)(8月は休み)
10:00～11:30
対象：富雄中学校、富雄第三中学校区
在住の成人
申込：不要

開催中!

弁当持参! ランチ会



「月に2回! ツボ押しストレッチ」の後に、軽食持参でランチをしながら、おしゃべりしませんか? ランチ会からの参加もOK! お気軽にご参加ください!(^^)!

日時：2026年4月8日～2027年3月24日
の原則毎月第2・4水曜日
(9月は第2・5水曜日)(8月は休み)
11:30～13:30
対象：富雄中学校、富雄第三中学校区
在住の概ね65歳以上
申込：不要



つなぐ

令和8年度
第2号
(令和8年8月発行)

準備中

こどもが主役! はじめてごはん

じぶんで作った”ごはん”は、誰かに作ってもらった”ごはん”とはひと味違ったおいしさを味わえると思います。

日時：10月17日・31日
10時～12時 ※両日土曜日
対象：奈良市在住の小学生と保護者
8組(16人)
※2人1組でお申込みください
費用：1組1,000円(2回分)
※切：9月30日(水) ※しみんだより9月号掲載予定



これから開催予定の 講座です!(^^)!

随時、お知らせしていきます!!

- 地元FPIに学ぶ! 資産形成のこと
- 富雄公民館からみんなで歩こう
- 出張公民館! in帝塚山
- シニアワンダー劇場
- 冬休み! こどもロードショーinとみお



発行

〒631-0065

0742(43)5386
奈良市鳥見町二丁目9番地

富雄公民館

(公財) 奈良市生涯学習財団



●申込方法●

*申し込み多数の場合は抽選して全員へ通知

ぜひぜひ
ご参加・お申込み
ください(^^)



ワックス清掃のお知らせ 10月4日(日)



上記日程は富雄公民館全室使用できません。
あらかじめご了承ください。
またこれに伴い、10月3日(土)の午後から各部屋の事前準備を行うため、使用制限をさせていただく場合があります。併せてご了承くださいますよう、お願いします。

開催決定!!



11月28日(土)・29日(日)

詳細は、チラシを回覧させていただきますので、
もうしばらくお待ちください!!





でこんな講座がありました (4~7月開催分)



月に2回！ツボ押しストレッチ

4月8日・22日

開催中!

5月13日・27日

6月10日・24日

7月8日・22日

いろんな身体の不調を和らげる、ツボ押しとストレッチをしています!



申込募集期間は終了しています。

いきいきクラブ

開催中!

6月11日(木)・7月9日(木)

富雄・富雄第三中学校区の概ね65歳以上の方対象が、6~2月の通年学習を通して、心身の健康維持と仲間づくりを目的に、楽しく有意義な時間を過ごしてもらえたらと開催しています。



6月
奈良ヤクルト販売(株)さんの出張講座
「腸トレ・脳トレ」



7月
奈良市廃棄物対策課さんの出張講座!
「ゴミ減量キャラバン」

シニアワンデー劇場



4月23日(木)

「銀河鉄道の夜」を上映しました



楽しい映画でした!
また、上映会をしてほしいです。

弁当持参!ランチ会

4月8日・22日

5月13日・27日

6月10日・24日

7月8日・22日

開催中!

ツボ押しストレッチ終了後、そのまま残ってもらって、持ち寄りランチをしながらおしゃべりをしています。ランチ会だけの参加も、もちろんOKです!お待ちしてまーす!



夏休み!子どもロードショーinとみお

7月28日(火)



「すみっコぐらし ツギハギ工場のふしぎなコ」を上映しました。夏休み中ということもあり、たくさんのお子もたちが観覧にきてくれました(≧▽≦)!

出張公民館! in帝塚山 ~スマホで気軽に健康管理~

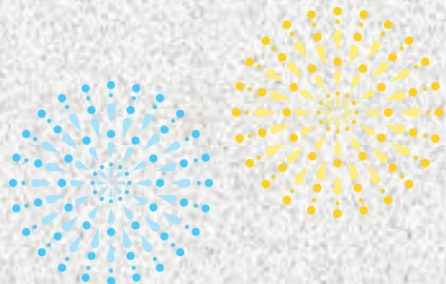
7月29日(水)



スマホアプリを使って、健康管理をしてもらえる方法を教えてもらった他、使い方の疑問の相談の時間もあり、充実した時間になりました。

リラックス男のヨーガ 7月16日・23日・30日(木)

夜の時間帯で、男性対象の講座を実施しました。ヨーガで身体の声聞き、呼吸を整え、自分自身の心とも向き合ってもらえるような時間になりました。



で、こんなことがありました



5/15(金)~6月19日(金) 1・2階和式トイレの改修工事がありました

改修工事期間中、利用者みなさまには、ご不便をおかけしましたが、和式トイレが全て「洋式化」されました。

お子さんから高齢者の方にも、安心してご利用いただけるようになりました。



5/30(土) 自主グループ連絡協議会の総会が行われました

富雄公民館自主グループ連絡協議会の、令和7年度の総会が各グループの代表の方にお集まりいただき開かれました。令和7年度の活動内容と決算の報告、役員の改選が行われ、続いて令和8年度の活動計画、会計予算が新役員より提案され承認されました。公民館からも令和7年度の報告、連絡をさせていただきました。

