



月ヶ瀬公民館だより

公益財団法人奈良市生涯学習財団
月ヶ瀬公民館
奈良市月ヶ瀬尾山 2815 番地
TEL&FAX 0743-92-0346
発行人 館長 藤田美佳

大暑

待望の梅雨明けです。気候変動（地球温暖化）の影響で、年々夏の厳しさが増しているように思われます。少しでも快適に夏を過ごすため、女性学級では、7月はリラックス整体、8月はアロマテラピー講座を予定しています。また茶芽っ子クラブは、夏休みならではの夜の講座で、ペルセウス座流星群の星空観測をします。

8月・9月は乳幼児とその保護者を対象としたWARAリズム（わらべ歌によるリズム活動）、8月後半からは梅の里学級がスタートします。また月ヶ瀬中学校区地域教育協議会との協働による小中高校生の学習サポートも始まります。この夏も、幅広い世代に公民館での体験や学習を楽しんでいただけたらと思っています。

スポーツ庁が6月に公表した2020年度の体力・運動の能力調査の結果（速報値）によれば、新型コロナウイルス感染症の影響による自粛で、運動する機会が減り、幅広い世代で体力の低下が確認されたそうです。そこで当館では、各種講座でチアダンスやヨガ、懐メロ健康体操を取り入れたり、今年度からの講座としてピラティス入門（10月まで）を設けたりしながら、健康で文化的な生活を送ることを支えていきます。早くも一年の半分が過ぎました。今年の後半も公民館が、笑顔の出会いの場であるように取り組んでいきます！



こんな講座がありました！

6/23 月ヶ瀬梅溪保勝会・梅干し作り

月ヶ瀬梅溪保勝会にご協力いただき、梅採りをして、梅干し作りをしました。梅雨時でしたが、お天気に恵まれました。定員15人に対し、応募者は30人以上となり、抽選で19人が参加しました。



7/3 ピラティス入門 第2回



7/3 茶芽っ子クラブ ジャがいもをほってみよう！



7/16 高齢者見守りサポーター研修会



奈良市認知症サポーター養成講座を活用した研修会を行いました。

月ヶ瀬地区以外からの参加者も含め、15人が参加しました。

こんな講座がありました！

7/17 なつ おはなし会

よみきかせ、紙芝居、クイズ、そして夏らしい「さかなつり」を楽しみました。



図書室だより



職員のおすすめ



『白鳥とコウモリ』東野圭吾 作家生活 35 周年記念作品

誰かが誰かをかばい、殺人事件の謎は深まる。とにかくハマります！500 ページ以上ありますが、一気に読みました。(上田久仁子)

『でんでんむしのかなしみ』新美南吉 作、『字のないはがき』向田邦子 原作・角田光代 文、

『希望の牧場』森絵都 作 絵本はこどもだけのものではありません。「大人にも読んで欲しい絵本」と月ヶ瀬おはなしの会「だっこ」の方々に言っていただいた3冊です。『字のないはがき』は第1回親子で読んでほしい絵本大賞受賞作です。(藤田美佳)

移動図書館

第3金曜日 14時40分～15時20分 次回は、8月20日です。

★1か月、1人10冊まで借りられます。

★市立図書館蔵書のリクエストもできます。

★インターネットで予約して、移動図書館で受け取りも可能です。



※はじめて利用する方は、住所・氏名・生年月日を確認できるもの（健康保険証、運転免許証、学生証、在勤証明書など）を持参して下さい。

【7,8月の講座予定】

◆31日(土) 13時30分～14時30分
ピラティス入門

◆8月1,15,22,29日(日) 9時～12時
夏休みスタディ・サポート

◆8月4日(水) 10時～11時
親子で一緒に WARA リズム

◆8月12日(木) 19時30分～20時30分
茶芽っ子クラブ・夏の夜空を
みてみよう！

◆8月25日(水) 13時30分～15時
梅の里学級・開講式、
植村牧場・黒瀬礼子さん講演会

◆8月28日(土) 10時～11時 女性学級 アロマでセルフ・ハンドケア (参加費 500 円)

月ヶ瀬俳句会【六月】	
積ん読を崩して久し梅雨しとど	かつ野
梅雨晴れ間目覚めのライブ小鳥どち	雍子
せせらぎの彩を映して江戸切子	旅人
遠き日のはだか電球蛍の夜	節子
新緑の緊張感やカミユ読む	新哉
一人言干して十薬良薬に	和代
実梅とり竿だけ動く枝見上げ	利明
湖の山影砕く夕立かな	ふみ子
なき虫のがき大将や青蛙	由姫子
笹百合に値段のつきし直売所	豊美
風の色捉へ男のサングラス	ちず子
疫病に打ち勝つ注射梅雨晴れ間	残照
十薬の花咲きつづく里の道	すま
髪切つて六月の風軽くなり	昭子
一匹の螢肩越しウオークン	繁夫
日照り星今日はブルーで身をつつみ	卓
深海の蒼食べ尽くす夏の雲	ますみ

