

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

白露

9月は、関東大震災や伊勢湾台風があった月です。10年前の紀伊半島豪雨では奈良県でも被害がありました。そのため災害が多い月であるとして、防災月間とされています。5日は奈良市の「市民いっせ避難訓練 総合防災訓練」の開催が予定されておりましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止となり、当館では、月ヶ瀬地区防災防犯対策協議会により、各自治会役員の方々が参加して地区の防災訓練が行われました。内容は、新たに配置された新型コロナウイルス感染症に配慮した家族単位のテントの設置などです。

災害については、「備えあればうれいなし」と言われます。コロナ禍にあって、全市や地区全体での訓練を行うことが難しい状況でも、地区で中核になる方々が、地域の安全を守るために取り組んでいます。第一次避難所として指定されている月ヶ瀬公民館が、地域の防災拠点としての役割を果たせるよう、われわれ職員一同も他の地域の避難所運営の取り組みを学びながら、もしもの際に備えています。



こんな講座がありました！

8/25 梅の里学級 開講式・講演会

今年度の学級が、登録者 80 人でスタートしました。初回は開講式と植村牧場の黒瀬礼子さんの講演会です。ご自身が家業を継がれた当時の想い出や、障害者雇用についてなど、巧みな話術に惹きつけられながら、興味深いお話をうかがいました。



8/28 女性学級 アロマでセルフハンドケア

アロマセラピー（芳香療法）でセルフ・ハンドケアをしました。アルコール消毒で荒れた手をいたわるとともに、香りで癒されました。



9/8 梅の里学級 思い出語りサロン

都跡公民館の自主グループ「回想法 me at memory（みあとめりー）」のみなさんにお越しいただき、回想法*を用いたグループワークを行いました。地区は異なれど、同じく公民館での学習を楽しむ者同士で、和やかな交流のひとつとなりました。

*回想法は、1960 年代に米国の精神科医が提唱した心理療法です。近年では認知症の予防に効果があると注目されている手法です。



9/10 家庭教育サポートネットワーク支援事業 親子で一緒にWARAリズム

講師の工夫で、今回も和やかで楽しい時間となりました。講座後も参加者同士の交流が続きました。



乳幼児とその保護者を対象とした本講座を通じて、新たに公民館を利用して下さる方が増えました。今後子育てに関わる講座を充実させていきます。

図書室だより



9月のおすすめ図書



『銀の夜』 角田光代

『対岸の彼女』で直木賞を受賞した直後に書かれた作品。女性4人の15～35歳の人生が描かれています。それぞれの人生は、すべての女性に思い当たるふしがあるようなそんな物語です。(上田のおすすめ!)

『不調と美容のからだ地図』 市野さおり

季節の変わり目で、体と心の疲れが気になるときに効くポイントとツボが紹介されています。女性学級で行ったハンドケアについて確認するのに役立つ一冊です。(藤田のおすすめ!)

移動図書館

第3金曜日 14時40分～15時20分 次回は、10月15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。

【9,10月の講座予定】

- ◆9月25日(土) 10時～12時
茶芽っ子クラブ
ドキドキ・ワクワク科学実験
- ◆10月6日(水) 13時30分～15時
梅の里学級 月ヶ瀬と伊勢講
- ◆10月9日(土) 13時30分～15時
女性学級 ヨガ
- ◆10月16日(土) 10時～11時
おはなし会 あき
- ◆10月23日(土) 10時30分～12時30分
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬「茶ソムリエ体験」
- ◆10月30日(土) 13時30分～14時30分
ピラティス入門(最終回)

月ヶ瀬俳句会【八月】

赤とんぼ口笛吹きつ三兄弟
楽しみは収穫の秋すぐそこに
ヘリコプター同じ距離置く秋隣
本心は追伸のなか熱帯夜
髪染めて鼻唄の出づ白露の夜
金平糖降つて来さうな銀河かな
山の畑ダム湖に映える茄子の紺
苑渡るホルン聴きに来よ神の鹿
ラーメンはかために茹でて夜の長し
あなたの分を生きてをります盆の月
秋蝶の行方決まらぬ大広場
日の丸とオリンピックと蟬時雨
窓口の大文字草村役場
自動ドア残暑伴い乗り行かん
豪快に煽ぐ天狗の大団扇

和代 利明 ふみ子 由姫子 かつ野 旅人 新哉 節子 ちず子 すま 残照 昭子 豊美 卓 ますみ

