

三笠公民館だより

(公財) 奈良市生涯学習財団 三笠公民館
〒630-8115 奈良市大宮町4丁目313-3
TEL・FAX: 0742-33-0515
E-mail: mikasa@manabunara.jp
2018年9月発行



今年は連日猛暑が続き大変な夏でした。やっと涼しくなりつつあるなと思っていたら、今度は台風21号が襲来。奈良市内でも倒木や看板が飛ぶなど、町のあちこちで被害が出ております。直後には北海道胆振地方を震源とする大地震。北海道では長らく大きな地震が無かったため、地震が比較的少ない地域だと思っておりましたが、このような大きな地震が起きたことで日本全国どこでも大きな地震は起こりうるのだという意識を改めて持たされました。よく「奈良は災害が少ない土地」と言われるのを耳にしますが、いつ猛烈な台風や巨大地震で大きな被害を受けるか分かりません。『公民館や地域の防災学習に参加する』、『避難場所を確認する』、『備蓄品の確認をする』。できることは沢山あります。今すぐにでも備える行動を。

須藤



9月募集の講座

* 気分は海外！留学生と交流しよう

対象：奈良市在住・在勤・在学の16歳以上16人

①9月29日（土）14時～16時

留学生・受講生の自己紹介、
台湾の現代社会について



②10月6日（土）14時～16時

台湾の歴史と観光について

③10月13日（土）14時～16時

台湾のお茶文化を学ぶ（料理実習）

締切 9/20

参加費：800円

最新の情報は、<http://manabunara.jp>をご覧ください

*ハガキでのお申し込みの場合は、返信用を62円にしてください。

入場自由

参加費：100円

ママのためのコミュニティカフェ③

*まめっこママのためのコミュニティカフェ

対象：奈良市在住の未就学の多胎児と
母親（妊婦を含む）

とき：9月21日（金） 3階集会室
13時30分～15時30分

多胎児のお母さんたちのための育児情報交換・
交流会。多胎児の子育てって嬉しさも他より倍・大
変さも倍で毎日疲れていませんか？

そんなママたちのためにご褒美を♪
お茶をしながら交流しませんか。



*奈良市子育てスポット事業「子育てママのひととき」

対象：奈良市在住の未就園児と保護者

*お父さん、おばあちゃん・おじいちゃんもぜひ一緒にご参加ください

9月21日（金）9時30分～12時30分 3階集会室

内容：みんなのからだよろこび運動会！

持ち物…タオル、飲み物、必要に応じて着替え ☆服装は、動きやすい服装で。



入場自由

参加費：無料



10月6日（土）9時30分～12時30分 3階集会室

内容：ハロウィン工作を楽しもう！

どんなものができるかな！？おうちに飾ってね☆彌



三笠ハッピーハイブリッドデー

10/27(土)～10/28(日) 午前の部：10:00～12:00 / 午後の部：13:30～15:30

自主グループの日頃の活動を体験してみませんか。ぜひお越しください。

27日(土)	午前	☆茶道、☆手芸、映画、民舞、☆色鉛筆・パステル画、☆喫茶
	午後	☆茶道、日本民謡、詩吟、☆色鉛筆・パステル画、☆喫茶
28日(日)	午前	☆茶道、かつばれ、囲碁、写経、☆喫茶
	午後	子ども英会話、女声合唱、うたごえ、囲碁、☆喫茶

予告

内容は、変更になる場合もあります。

詳細は、来月号をお楽しみに！

※ ☆印は実費必要です。申込不要。※

8月の講座風景

*奈良市子育てスポット事業「子育てママのひととき」

8月4日(土) ちゃぶちゃぶあそぼう♪
水あそび！ずっと入って出てこない子も…



水遊びの後に、
おいもさんに水やり
をしてくれました。



8月17日(金) 子育てママの夏まつり☆彌

迷路やどんぐりおとし等手作りのおあそびを楽しみました。



みんな何回も
遊んでくれました

*女性力アップきらり☆彌

8月8日(水) パステルアートの世界を楽しむ

パステルシャインアートを体験しました。同じモチーフから
それぞれ違った素敵な作品ができました。



*元気ならエクササイズ
体験会 (公民館共催)

8月3日(金)

ストレッチング・筋力トレーニング・音楽に合わせた体操等の様々な運動で構成された約 60 分間の運動プログラムのDVDをしながら体験しました。



地域でグループ活動をするきっかけになればと思います！
さあ、皆さん一緒に健康寿命を延ばしていきましょう～！！

*思い出シネマカフェ *めもりある・うおー

8月25日(土)
「グーニーズ」の上映会。



～平和への道しるべ～ 8月25日(土)

メッセージを書いてくださった皆さんも
ありがとうございました。



*ママのためのコミュニティカフェ②

シングルマザーのためのカフェタイム

8月4日(土)

参加者数は少なかつたものの、講師の
様々な情報提供があり、必要な情報も
得ることができて、ゆっくりとしたひと
ときを過ごすことができました。



【編集後記】ついに夏休みが終わり、子どもたちは 2 学期です。自分の子どものころには感じていなかったドキドキ感で子どもを送る毎日です。これから季節、台風も多いので、別の意味でのドキドキも増します。皆さんも毎日元気にお過ごしくださいね。そろそろ過ごしやすくなっていますので、元気に公民館へいらっしゃるのをお待ちしています！

稻富