

# 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  
2016 年 12 月発行



12 月に入り一気に寒くなりました。インフルエンザや流行性胃腸炎なども猛威を振るっているようです。まずは手洗いうがいを忘れずに、十分にお気を付けてください。

公民館では 25 日(日)に午後から毎年恒例の避難訓練&大掃除を行います。100 人を超える参加申し込みをしていただき感謝しております。今年もまたピッカピカの公民館で新年をむかえることができそうです。

今年一年いろいろとお世話になりありがとうございました。

これからもよろしくお願ひします。

山本

## 講座風景



### \*三笠いきいきクラブ



11 月 4 日電車、バスを乗り継いで京都鉄道博物館へ館外学習に出かけました。みんなで、お弁当を食べ、ミニ SL に乗車して楽しい秋の一日を過ごしました。



こんな素敵な SL なんです☆ ミニ SL に乗車中♪

かわいらしいお弁当  
いただきました♡

参加者みんなで笑顔の一枚を！

### \*奈良市子育てスポット事業子育てママのひととき

11 月 5 日、先月みんなで掘ったさつまいもで、おいもパーティーをしました。焼き芋も、つるの煮物も大好評でした。18 日は、奈良県歯科衛生士会の方に歯磨き指導をしていただいたり、歯についての相談にのっていただきました。



あ〜ん、ぱくっ



おいしいっ♡



ゆで栗も一緒に♪



お手伝いいたします！



ママも私も  
たのしいよ☆



ポケットシアター



個別の歯磨き指導も☆



食べちゃうぞ〜！



こわいよ〜！

食べたら歯磨き、  
約束げんまん！



### \*三笠女性フォーラム

11 月 11 日。奈良市環境部廃棄物対策課の方に来ていただき、生活に密着したごみの減量方法を紹介していただきました。



映像も交えてのお話でした



ゴミの分別中。これはどこかな…？



だんだんスムーズに分別できるように！



## \*女性力アップきらめき

11月16日。(株)明治さんに来ていただき、クッキングをしました。今回は、みるくたっぷりの中華コースで、乳製品を使った3品を作りました。メニューは、中華風炊き込みごはん、カッターチーズ入り花シューマイ、絹ごし豆腐のなめらかプリンでした。

高井先生が丁寧に説明中です☆



こころを込めて、お料理しています☆



小さなお客様も大満足の上上がり♪



みんなで食べるとさらに美味しい!

## \*和菓子のある暮らし

11月29日。善積饅頭(じょうよまんじゅう)を作りました。先生の前々日からの丁寧な準備と、みなさんの一生懸命な気持ちで素敵な和菓子タイムとなりました。



先生の手元をじっくりと!



繊細な作業です



ゆっくりと向き合いながら作っていきます☆



作った和菓子と、先生作のお干菓子をお抹茶とともに…。



## 12月募集の講座



### \*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。



- ・12月16日(金) 9時30分~12時30分 3階 集会室
- ・1月7日(土) 9時30分~12時30分 3階 集会室

<入場自由>



### \*小さなスマイル~ふれあいまつり~

- ・12月24日(土) 13時30分~15時30分

<入場自由>

小さなクリスマス会をひらきます。みんなで集まればきっとたのしい!

ハンドベル体験、ちっちゃなお菓子作り(50円)、折り紙、工作をします☆



### \*思い出シネマ 懐かしの映画鑑賞「34丁目の奇跡」上映

- ・12月24日(土) 10時~12時 3階 集会室

<入場自由>

字幕スーパー版を平面にパイプ椅子での鑑賞です。

席によっては見にくい場合もあります。ご了承ください。

(長寿健康ポイント対象講座です。ななまるカードをお持ちの方はお忘れなく!)



### 【編集後記】

風の強い休日、子どもたちと思い立って出かけたところ。そこは、学生時代からのお気に入り、秋が深まる頃からそっと冬の足音がきこえてくる場所。その場所の主人公は大きな大きなモミの木。見上げててもてっぺんまで見ることができないぐらいの木。足元を優しく包むように、一面クリスマスローズの可憐な葉がひろがり幹には蔭がくるくと巻きついている。大きく広げられた枝の下にながれる空気は、なんだかとてもやさしくて、甘酸っぱい思い出の扉をそっとたたいてくれる。学生時代、クリスマスの頃に偶然訪れたこの木の下。悩み多き学生時代、あったかいものでころがいっぱいになった場所。そういえばあの日も風が強かったな…。今日、ここに出かけたのはきっと前日夕方からの風が呼んでくれたのではないかしら?一瞬風がやんで、学生の頃の私がそっと手をふった気がした。嬉しそうに髪をなびかせてもみの木のまわりを走る子どもたちの姿に、訪れる冬がいつもより思い出深いものになる予感がした。次の休日は、お家で子どもたちと本格的に冬支度をはじめよう。

脇本