

# 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3月発行



春雷と共に梅もちらほら咲きはじめ、春も間近となりました。

先日、平昌オリンピックが開催され、毎晩テレビの前でいろんな競技に声援を送るのが楽しみだったのですが、終わってしまってちょっと寂しくなりました。これから始まるパラリンピックもいっぱいいっぱい放送して欲しいです。一生懸命がんばっているアスリートの姿には本当に心を打たれます。可能ならばもっといい環境で心おきなく力を出し切れるようにしてあげたいものですね。

さて、今月三笠公民館では、赤ちゃんから高齢の方までみんなを対象とした地域まるごと交流会「みんないっしょ赤ちゃんといっしょ大集合！」を開催します。歌あり、楽器演奏あり、絵画あり、バザーありの盛りだくさんのイベントです。ぜひぜひお誘いあわせのうえおいでくださいね。お待ちしております。 山本

## 3月募集(予定)の講座

### \*みんないっしょ 赤ちゃんといっしょ 大集合！

3月16日(金) 13時30分～15時30分

入場自由

会場 3階 フロア全体

### 地域まるごと交流会を開催します!!

#### ★ふれあいコンサート

～みんなで歌おう～ハンドベル※工作あり  
～サクソフォンカルテット～

#### ★昔あそびコーナー

#### ★ダイナミックお絵かきコーナー

#### ★なんでも交換会

(使える不要品・子育てグッズなど)

\* 当日交換できる物品をお持ちくださいね♪



### \*奈良市子育てスポット事業

### 「子育てママのひととき」

入場自由

対象：奈良市在住の未就園児と保護者

会場 3階集会室

\*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



#### ★3月16日(金) 9時30分～12時30分



内容：おもいっきり身体うごかし体操

※ タオル・飲み物は必ずお持ちください。  
子どもも大人もいっしょにたたくさん身体を動かして  
リフレッシュしましょう♪

#### ★4月7日(土) 9時30分～12時30分

内容：親子でホッとふれあいタイム

◎新年度初回ですよ～！はじめましての方も大歓迎！！

## 2月の講座風景

### \*三笠いきいきクラブ

2月2日(金)は、ラフターヨガ  
(笑いヨガ)を体験しました。  
みんなで大きな声で笑い、  
元気が出ましたね(^\_^)♪



ほっほっほっ！  
あ～はっはっは～！



# 2月の講座風景



## \*三笠女性フォーラム

2月9日(金)は、うめもり寿司学校に行って飾り寿司づくりの体験をしました。体調不良の方などもあり、当日出席者は少なくなりましたが、和気あいあいと楽しく作れました。



## \*奈良市子育てスポット事業「子育てママのひととき」

### 2月3日(土) 大好きを飾るフォトフレーム アレンジメント

子どもさんもいっしょに作りました。かわいらしい作品が出来てみんな嬉しそうでした。

豆まきもしましたよ。わたしも!



### 2月16日(金) ぎゅっとあったか! 抱っこのおはなし

抱っこするっていいことがたくさんあるんですよ。抱っこ紐の使い方・安心できるおんぶの仕方も教えてもらって、充実した時間になりました。



## \*女性力アップきらきら

2月14日(水)は、今年度最終回での思い出の写真立てを作りました。一年間いろんなことをして楽しかったですね。



## \*パソコンで西郷どんの里めぐり

2月17日(土)に社会福祉法人ぷろぼのの協力・会場提供で開催しました。午前中から午後までみなさん集中して学習されました。



## \*高齢者のための3B体操

2月21日(水)に2回目を開催。先生の明るい雰囲気と全体での無理なくいっしょに取り組める体操ということで、みなさん笑顔でした。



【編集後記】だんだんと陽ざしも春めいて寒さが和らいできました。ぽかぽかしてくると何か新しいことを始めたくくなりますよね!? 私事では、息子の小学校入学をひかえ、親子ともワクワク半分、不安半分…ドキドキしています。みなさんの周りでも、ちょっと新しいことが始まるのではないのでしょうか。別れと出会いは背中合わせ。周りを大切に日々過ごしていけたらいいですね。みなさんお近くにお越しの際は、公民館にもお立ち寄りくださいね。 稲富

