

富雄南公民館だより 冬号

平成 29 年度

No.12

発行 公益財団法人
奈良市生涯学習財団
富雄南公民館
奈良市中町 501 番地の 3
TEL & FAX 0742-48-3066
開館時間 9 時～17 時
休館日 月曜・祝日
(月曜が祝日の場合は翌日に振替休館)

少し暖かくなったと思ったら気温が上がらない日が続いたりして、体調を崩しやすい季節ですね。奈良では「お水取りが終わるまでは暖かにならない」といわれますが、外に出て周りを観察してみると、木々の枝に小さなつぼみがつきはじめていて、春は少しずつ近づいてきています。暖かくなってくると「何か新しいことをはじめようかな・・・」と思うのではないのでしょうか。そのときはぜひ公民館へ足をお運びください。

(館長 山口隆美)



講座案内

富雄南公民館主催講座

Go! Go! 朝ごはん

申込締切

3/1 (木)

一日の元気の源、朝ごはん!!
栄養バランスの良い朝食メニュー作りに挑戦しよう! みんなで楽しく作っておいしい朝ごはんのできあがり♪

★メニュー★ (予定)

オープンサンド

チーズとブロッコリーとトマトを使った料理

スープ

ヨーグルト

※メニューは変更になることがあります

日 時: 平成30年3月10日 (土)

10:00~12:30

場 所: 富雄南公民館 料理実習室

講 師: 奈良市食生活推進員協議会

対 象: 奈良市立富雄南中学校区在住の
小学生 12 人

材料費: 500 円 (参加費 100 円含む)

<申込方法> * 申込多数の場合は、抽選
2月中旬に小学校を通じてチラシをお配りしますので、チラシ裏面の申込用紙に必要事項を記入の上、公民館へFAXまたはご持参ください。
(生涯学習財団ホームページからも申込み可)

富雄南公民館主催講座

作って 食べて お国を知ろう! ～イタリア編～

申込締切

3/22 (木)

イタリア出身の講師を招き、イタリア料理と食文化や生活についてのお話を聞きます。

日 時: 平成30年3月29日 (木)

10:00~13:00

場 所: 富雄南公民館 料理実習室

講 師: 服部 ジェシカ さん (イタリア出身)

対 象: 奈良市在住の 18 歳以上 12 人

材料費: 1,000 円

その他: 6 ヶ月～就学前の託児可 (事前申込必要)

<申込方法> * 申込多数の場合は、抽選
①氏名・住所・電話FAX番号・年令を公民館に FAX する
②62円ハガキを持って公民館に来館し、申込書に記入する
③往復はがきでの申込み
④生涯学習財団ホームページから申込み

こんな講座ありました

平成 29 年に実施した講座を紹介します

おしゃべり会 in 富雄南公民館

12 月 9 日
開催しました

平成 29 年 7 月以降奈良市の公民館では、皆さんと職員が一緒になって語り合う場として、「おしゃべり会」を開催しています。

富雄南公民館では、はじめに「私にとっての身近な公民館～集う・学ぶ・結ぶ～」と題し、富雄南地区社会福祉協議会会長の中川弘子さんに公民館活動と関わるようになったきっかけやそこから広がっていった公民館や地域での活動についてのお話していただきました。その後、2 班に分かれて自己紹介の後、公民館や地域についておしゃべりをしました。

普段、富雄南公民館を利用されていない方もおられたので、公民館活動について知っていただくだけでなく、公民館に期待することなどたくさんのお話をお聞きし、職員も地域のみなさんについて知る良い機会になりました。

参加者からは「誘われて公民館活動に参加したらそこから今まで接点のなかった人とのつながりができて人生が豊かになった」、「地域には公民館が必要だと感じた」といった感想をいただきました。



おいがみ イ・ロ・ハ

12 月 17 日・24 日
開催しました

季節のおりがみや干支などの折り紙を通して、気軽に公民館に来てもらう機会を作ることと、折り紙を折ることで考えながら手先を動かし、脳を活性化することを目指し開催しました。講師に、当公民館自主グループたんぼぼの会の油納計子さんと富雄南地区社会福祉協議会会長の中川弘子さんをお迎えし、クリスマスにちなんだおりがみや新年の干支「戌」のおりがみを教えていただきました。自由入場の講座でしたが、全 2 回ともたくさんの方に参加いただき、「とても楽しかった」、「頭の体操になった」、「定期的で開催してほしい」などの感想をいただきました。



女性のための 野菜おつまみ

2 月 21 日
開催しました

家庭でも取り入れやすいメニューで家族の健康につながるお料理を学ぶことを目的に開催しました。講師に料理家の根田三枝さんをお迎えし、野菜などのヘルシーな食材を使ったおつまみ作りを学びました。終了後、「野菜をおいしく食べることができた」、「珍しいメニューがあって良かった」、「テーブルセッティングも教えていただきとても参考になった」などの感想をいただきました。



<3 月> ◆公民館行事予定◆

- 8 日 実家の片付け
- 9 日 富雄南子育てスポット とつこ広場③
- 10 日 Go! Go! 朝ごはん
- 22 日 富雄南子育てスポット とつこ広場④
- 23 日 自主グループ大掃除・消防訓練
- 29 日 作って食べてお国を知ろう!～イタリア編～



★ 編集後記 ★

2 月 4 日お世話になっておりますお寺の節分祭に行く予定をしておりました。事前に祈願する内容もお渡ししてしまいましたが、当日、私は、体調不良の為、伺うことができませんでした。私の祈願はなんと、身体健康。ガクッときましたが、自分の生活を振り返り、至らない所だらけだったなあ・と気付かせていただきました。何事にも感謝 (K・H)

