



平成28年1月号

発行 (公財) 奈良市生涯学習財団  
西部公民館  
奈良市学園南3-1-5  
(西部会館4~6階)  
TEL 0742-44-0101  
FAX 0742-44-0103

「あいさつ」 西部公民館館長 伊東篤

「あけまして おめでとうございませす！」

いよいよ、平成二十八年が幕を開けました。今年の干支は「丙申（ひのえ・さる）」だそうです。本来の干支とは、「十二支」と「十干」を組み合わせたものだそうです。十干の十と十二支の十二をかけあわせると干支の六十になり、干支は六十で一回りします。あまり馴染みのない干支の周期ですが、有名なものに「還暦」があります。丙申の今年は、陰で努力してきたことが実を結ぶ年になるそうです。日々皆様方が公民館で頑張っておられることが、たくさん実を結ぶように祈念いたします。

さて、一月二十一日は、「大寒」といつて昔から一年中で最も寒い日と言われています。一月六日を「小寒」といつて、この日から「寒」が始まります。そして、二月四日の「立春」に寒が明けます。「小寒」から「立春」までの三十日間を「寒」といつて、一年中で一番寒い時期となっています。体調を崩されないよう整えていただいて、今年も公民館活動に邁進され、おさるさんのような行動力を発揮して、元氣よく楽しい二〇一六年になりますようお願いいたします。



## 自主グループの顔

「悠々太極拳」

代表

樋がき

智絵さん

文化祭二〇一五の舞台発表で、キレのある演武が光っていたお一人、「悠々太極拳」

の代表 樋垣 智絵さんに

突撃インタビュー

●太極拳を始められたきっかけは？

新しく何かを始めようと思つて色々見た中で、続けられたのが太極拳でした。太極拳は腹式呼吸で体を動かせて、頭もすっきりとするのでとても気持ち良いです。一人ではなかなか続けられませんが、グループで自分の型も見てもらえるので、楽しくできています。

●グループ活動のやりがいとは？

会費の管理や練習の連絡など様々することはありますが、練習後の掃除を皆さんが率先してくださるなどお手伝いして頂けるのが、大変ありがたいです。平日は仕事をしているの、日曜日の朝にちゃんと起きて、部屋の申請に来るのが唯一大変かなあと思うことです(笑)

●今年度(二〇一五年)の文化祭には運営委員としても携わっておられましたね！

はい、舞台発表の会場前で受付をしていました。来場者の皆さんの喜んでおられる様子を間近に見ることができて、これからも頑張ろうと思えました。

●最後に今年の決意をお願いします！

グループの方と、「百歳でも太極拳！」と何歳になってもできるのがいいところだねと話しています。皆で健康を保つていけるように、また皆さんのようにいつも朗らかにいられる年にしていきます。



文化祭受付の様子

## 知

っていますか？

西部公民館



さて、今回は“主催事業”にスポットをあてます！

西部公民館では年間二十七件の主催事業を開催しています(平成二十六年実績)。

「主催事業少ない！もつと増やして！！」という方や、「ここは自主グループ活動も活発やし、部屋も使えなくなるし、別にそんなにやらんでもええんちゃうの？？」なんて思われる方もいらっしゃるかもしれませんね。

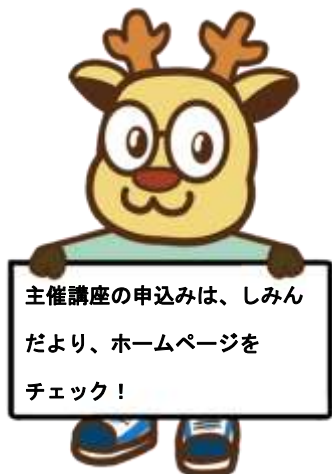
そんな主催事業、いつも職員が頭を悩ませながら企画しています。

★ ★ ★  
主催事業をきっかけに、公民館を身近に感じてもらいたい。

主催事業をきっかけに、新しい仲間や新しい何か(活動)をみつけてもらいたい。

主催事業で、本当に必要なことを学んでもらいたい。

こんな公民館の思い、皆さんに伝わってますでしょうか？



主催講座の申込みは、しみんだより、ホームページをチェック！

# こんな講座

## ありがとうございました!!

★子育てしゃべり場@せいぶ(全五回)

七月～十一月の(第四木曜)

子育て中のお母さんたちがいろいろな  
お勉強、体験、意見  
交換をされました。



★女性講座

↳館外学習編

公民館を飛び出し

て十月には薬師寺、

十一月には、ならま

ち散策をしました!



★駅前夕活(全三回)

↳薬膳料理で心も体もリラックス

十月～十一月(水曜)夜間の講座にもかかわ  
らず、熱心に薬膳料理を  
会得!?しました!



★ビューティーウォークを体験しよう!

十一月二十九日(日曜)

総勢五十人のビュー

ティーウォークは圧巻!



★せいぶ親子クッキング

七月、十二月とその名の通り親子のクッキン  
グを楽しみました!

一月三十日(土曜)に

も開催予定ですので、

ご応募ください!



## ～お知らせ～



平成28年度 自主グループ活動届出書の提出について

- ・1月下旬にご案内・活動届出書を各グループに配布(送付)いたしますので3月1日  
までにご提出おねがいします。

提出書類/自主グループ活動届出書、会則、会員名簿

其の1

自主グループ用ロッカーの申請について

- ・自主グループ活動届出書の案内・届出書の配布時に同封いたします。利用希望のグループは  
「自主グループ用ロッカー使用承認申請書」を自主グループ活動届出書と一緒に提出ください。  
※注/本年度ロッカー使用されているグループは、3月1日までに掃除をして、鍵と名札を返却して下さい。

其の2

掲示板の利用について

- ・会員募集やグループ紹介に活用してください。掲示希望グループ多数の場合は、お待ちいただくこと  
があります。掲示期間は原則3カ月間といたします。ご希望のグループは事務室にお申し出下さい。

其の3

