



中部公民館だより

(公財)奈良市生涯学習財団 中部公民館 〒630-8228 奈良市上三条町 23-4
TEL 0742-26-6506 FAX 0742-26-3263
E-mail chubu@manabunara.jp http://manabunara.jp

No. 18

令和2年 12月発行

今年の秋は朝晩の寒暖差があり、もみじに銀杏、南京ハゼと色とりどりの葉っぱがとてもきれいでした。皆さんはどこで紅葉狩りをされましたでしょうか。私は奈良公園や室生寺に足を向け、ゆっくりと楽しみました。奈良も一時に比べると訪れる人も多くはなりましたが、それでも人に押されることなく、大仏をじっと見つめ、お祈りをすることもできました。

公民館の周辺では、三条通ショッピングモールが市と共催で、春日表参道「SUN DAYS PARK」を毎週日曜日に開催しています(社会実験のため期間限定)。歩行者天国の時間帯を活用して、歩道にハンモックやソファ、子ども達が遊べる黑板などを用意して、商店街をみんなで楽しむ工夫をされています。昼下がりに通った時には、思い思いの場所でくつろいだり、楽しむ姿がありました。何気なく通っているこの道が素敵な空間となっています。



新型コロナウイルスの感染が奈良市でも急速に拡大しています。自分は大丈夫と思わず、一人一人の対策がみんなを救うことに繋がります。マスクの着用、アルコール消毒、換気に、3密を避けるなど、かからない、うつさない、行動をお願いします。

館長 福王 聖樹

申込み手続案内!
[本館館長宛のご郵送]



- 往復はがきの方は
①講座名 ②氏名、ふりがな ③郵便番号、住所 ④電話番号 ⑤年齢
を記入して中部公民館まで送付してください。
- ホームページの方は <http://manabunara.jp> 講座案内のページから
「中部公民館」を検索し、希望の講座を選択してお申し込みください。



講座名	開催日時	会場	申込締切
〈東アジア仏教文化研究所共催講座〉 歴史文化連続講座「奈良へ」(冬)	1/23(土) 2/27(土) 3/27(土) 10:00~12:00	5階 ホール	1/7(木)必着 受講料 1500円 (全3回分)
〈立命文華会共催講座〉 長屋王家木簡の 発見から30余年	3月6日(土) 13:30~15:00	5階 ホール	申込不要 受講料 500円

☆講座の案内については(公財)奈良市生涯学習財団ホームページをご覧ください。中部公民館までお問合せください。



(須藤恵美)

〜寧楽人(Naranko)〜
寒さが身にしみる季節がやってきました。みなさんは、寒さ対策に何かされていますか? 末端冷え性の私は、毎朝足湯をしています。足湯には、血液循環の改善や免疫力アップ、また、リラックス効果等があると言われていきます。毎朝と聞くと、大変なイメージがあるかと思いますが、お化粧をするときに同時に行っているの、さほど面倒でもありません。
(心なしか化粧のりも良い気が…(笑))
足を温めると身体全体がポカポカし、寒い朝でも気持ちよく出勤することが出来ます。
イイコトづくめの足湯。よければ皆さんも一度お試しください♪

歴史文化連続講座（奈良へ）

・第1回（9月26日）

上司 永照さん（東大寺 教学執事）

テーマ：聖武天皇と大仏

・第2回（10月24日）

仁科 恵椒さん（書家/日展会友）

テーマ：光明皇后の書

・第3回（11月7日）

新口 絢子さん（NHK大阪放送局）

テーマ：「仏教よもやま話」の日々



からだ健やかセルフケア～ココロもカラダも

「キレイ」をみがく美姿勢レッスン～

講師 室尾 由紀子さん

・第1回（10月2日）

正しい姿勢を知り、カラダの不調を和らげる

・第2回（10月9日）

気持ちよくカラダを動かしてココロもリフレッシュ



こんな講座がありました
【主催講座のご報告】

一部をご紹介します！



友好都市 10周年～揚州を知ろう！～

講師 奈良県外国人支援センター

徐 全揚（じょ ぜんよう）さん

・（9月6日）



知っとこ！奈良～興福寺の大般若経転読会～

講師 法相宗大本山興福寺

僧侶 南 俊慶さん

・（10月7日）



ひきこもりクライシス～子どもと向き合う～

講師 奈良教育大学 教授 生田 周二さん

・第1回（10月30日）

ひきこもりについての基礎知識など

・第2回（11月6日）

実践発表と意見交換



奈良学セミナー

講師 帝塚山大学 客員教授/半蔵門ミュージアム

館長 西山 厚さん

・第1回（11月22日）

仏教の伝来と蘇我氏

日本書紀を読む



立命文華会共催講座

・（9月19日）

絵図・地図に描かれた城・

城下町と陣屋・陣屋町

講師 奈良大学 文学部 地理学科

教授 土平 博さん



・（10月17日）

島崎藤村と吉野

講師 島崎藤村学会

名誉会長 鈴木 昭一さん



・（11月21日）

江戸時代の芸能情報

—歌舞伎を中心に—

講師 立命館大学 衣笠総合研究機構

プロジェクト研究員 倉橋 正恵さん



生涯学習セミナー

今年度は9月より開講。（原則毎月第3金曜7回開催予定）

講師を招いての講演会や、館外学習などを行っています。



♪おやこひろば♪

◆開催日：<原則第2・4火曜日>

◆開催時間：10:30～12:00/13:00～14:30

◆開催場所：4階 第4講座室・入場自由

◆対象：奈良市在住の未就園児と保護者

♪12月8日はクリスマス会です♪
奈良保育学院のお兄さん、お姉さんが
遊びに来てくれます！

※当日入場制限あり(20組)



「おやこひろば」の様子。楽しいひとときを過ごしています！

公民館だよりのバックナンバー等の発信情報は、<http://manabunara.jp>

まなぶんら

検索

で検索できます。