

# 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



2024年7月発行

## 一斉清掃への ご協力ありがとうございました

6月9日(日)に66名の皆さんにご協力いただき、恒例の館内清掃を実施しました。

おかげさまで  
公民館がきれい  
になりました！  
ご協力本当に  
ありがとうございました！



毎日暑い日が続いています。皆さまのご挨拶も第一声は「おはようございます。今日も酷い暑さですね。」から始まります。当館では、昨年11月に館内の空調設備をすべて取り換え、とても快適に過ごしていただけるようになりました。その際に、1階エントランスホールにも新たにエアコンを設置していただきました。暑い屋外から館内に入って来られる方々が、「ここは極楽やねえ」と大変喜んでくださいます。最近はこのエントランスホールで休憩される方、待ち合わせに利用される方、図書を楽しむ方も増え、嬉しい限りです。三笠公民館も「クーリングシエーター」として、地域の皆さまにご利用いただければ幸いです。  
(中嶋)

## 「三笠公民館サロン すこやかなる風～いやしの歌」

(6月25日)を終えて…

### 自主グループ紹介「いやしの歌の会」



今回ご紹介するのは、「いやしの歌の会」さん。

先月は、公民館主催で隔月開催している「三笠公民館サロン」の講師として活躍いただきました。「すこやかなる風～いやしの歌」というテーマで皆さんと一緒に楽しく歌って身も心も元気になる会として開催しました♪

心地よく声を出すことで歌を楽しみながら免疫力もアップしましょう！と、会場の皆さんと元気いっぱい20曲弱の楽曲を歌って聴いて盛りだくさんでした！

#### ●自主グループ「いやしの歌の会」への参加方法は…

公民館にお問い合わせ

▼代表者にメールで連絡して活動に参加

#### ■活動内容

音楽、言葉、身体表現を使ったコミュニケーションを育むことを目的として活動

#### ■活動日時

不定期

#### ■会費

年会費 3000円





# 7・8月の講座

8月、他にも参加者募集の講座があります!



## \*奈良市子育てスポット事業

申込不要 参加費：無料

### 「子育てママのひととき」

会場：3階集会室

対象：奈良市在住の未就園児と保護者 入場自由  
\*お父さん、おばあちゃんおじいちゃんもぜひ一緒に☆

★7月26日(金) わくわく☆夏祭り

★8月10日(土) ちゃぶちゃぶ♪お水で遊ぼう

いずれも、9時30分～12時30分

最新の情報は、<https://manabunara.jp/> をご覧ください

### 講座へのご参加の皆さまへ注意とお願い

★開催2時間前時点で奈良市に警報が発表された場合、講座を中止とすることがあります。

## 「さくっと宿題だんどりー」

申込不要

参加費：無料

夏休みの学び・交流の場として開放します!

対象：奈良市在住の小・中学生 入場自由

7月30日(火)、31日(水) ※絵画なども可

8月6日(火)、7日(水)いずれも、9時30分～11時30分

※当日保護者のご同意を得ての参加がわかるように、保護者のサイン入り用紙(保護者の名前、電話番号、お子さんの名前・ふりがな、学校名・学年)を、初めて参加する日にお持ちくださるようお願いいたします。



## 「めもりある・うおー～平和への道しるべ～」



音楽を通して平和の尊さを感じるひとときとなりますように・・・

<出演>

自主グループ「奈良保育のうたごえ」

声楽家 吉岡節さん

8月17日(土) 14時～15時30分

申込不要

参加費：無料



# 講座風景

## \*三笠いきいきクラブ\* 6月7日(金)

熱中症対策についてのお話  
講師：大塚製薬株式会社より



## \*自分時間をたのしむ\* 6月21日(金)

朗読の世界をたのしむ  
講師：「朗読広場さほ」のみなさん



紙芝居などもたのしみました☆

受講生のみなさんも一緒に朗読体験しました

## \*奈良市子育てスポット事業「子育てママのひととき」\*

6月15日(土) 楽器であそぼう♪

6月28日(金) セタ☆コンサート♪



楽器がいっぱい!大人も子どももたくさん楽しみました!

講師：夢川さん  
協力：佐保川地区民生児童委員協議会



講師：四ツ葉のクローバー  
協力：大宮地区民生児童委員協議会

生演奏をたのしみました!

## \*「わたしらしさ」と「あなたらしさ」と\*

6月29日(土) 講師：性と生を考える会 田崎智咲斗さん



対話型講演会で学びを深めました

## 朝顔の種を植えました!

大宮地区自治協議会の鳶崎さんに朝顔の種をいただき、花壇に植えました! 今から咲く日が楽しみです☆



ありがとうごさいませ!

## 編集後記

あっという間に猛暑の日々! まだまだこれからが夏本番と思うと、皆さんが体調を崩されないか心配です。さまざまな熱中症対策グッズも出ているので、しっかり対策して元気にお過ごしください。(稲富)