

発行 公益財団法人
奈良市生涯学習財団
都祁公民館
奈良市針町2191番地
TEL&FAX 82-1362
発行責任者 田中 寿昭

並松池にカヌーが浮かびました

館長 田中 寿昭

九月二六日（日）あいにくの天気模様でしたが、並松池で「カヌー教室」を開催することができました。小雨が断続的に降り、時折風も強くなりりましたが、次週には台風が接近する予報もありましたので準備を始めました。

カヌーを下し終わった頃、傘を差した親子が受付に来てくださいました。寒さしのぎにと早速ライフジャケットを着けると、ワクワク感が高まってきたのでしょうか、参加者にもスタッフにも笑顔が広がっていました。

準備体操の後、カヌーの操作について話を聞き、いよいよ乗船の時です。パドルを杖にして、恐る恐るの表情で乗り込んでいましたが、乗ったのか、すぐに笑顔と歓声でいっぱいになりました。

初めてカヌーに乗る人ばかりでしたので、風に流されたりして草むらに先端から突っ込んでいる姿もありましたが、インストラクターの方からパドルの使い方のアドバイスなどを受けるのと、どんな操船がうまくなっているか、二人乗りの人たちは、「いちに、いちに。」と声を合わせて水面を滑るように進めています。一人乗りの人もカヌーの間をすり抜けるように、爽快にカヌーを操っていました。

とはいえ、特に午前の部は断続的な雨と風で寒い思いをしていたきました。しかし、水温は案外高く、「一手を付けると水があったかい。」の声もありました。船底からその温かさも伝わって来ていました。

午後の部も、受付の頃は雨が降っていましたが、カヌーに乗るころから雨がやみました。そして、霧が晴れて都介野岳も顔を見せてくれました。

家族の方や、近くの方も様子を見て来てくださいました。写真を撮っている人もありましたが、カヌーと

A group of approximately 15 people, including children and adults, are in kayaks on a river. They are holding a white banner with Japanese text that reads "つぎはこども 自然体験と学習" (Next is children's nature experience and learning). The kayakers are wearing life jackets and some are wearing hats. The river is calm, and the background shows a grassy bank.

十一月から十二月

①日時 ②場所 ③参加費 ④対象 ⑤定員 ⑥~~×~~切

⑤十五人
⑥十一月十一日

※追加募集中



こんな講座がありました！（公民館主催講座）

キッズつけざー

・絵工作（八月七日実施）

キッズつけざーで絵工作（うちわづくり）を行いました。



マーブリングと型紙に絵の具をつけて、スタンプします。お好みのがらを押し出て出来上がり。写真のように、真ん中に「夏」を入れて周りをスタンプしたものもありました。夏らしい作品の完成です。

ゆめ基金事業

・カヌー教室（九月二六日実施）

ゆめ基金事業で「カヌー教室」を実施しました。場所は並松池をお借りしました。



カヌーを漕ぐ前に、パドルの使い方を練習して、いよいよ水上でチャレンジ。小雨にも負けずなかなか上達が早いです。陸上からの応援の家族に手を振って撮影するなど余裕がありました。インストラクターのアドバイスも的確で、ぐんぐん上達しました。一周約十分の池を何度も行き来して楽しんでいました。



すずらん学級

・健康体操（八月二六日実施）

コロナウイルス対策のため延期になっていた健康体操を行いました。

人気の大谷恵子先生の教室です。



写真のように、密をさけて、家の中でできる体操、椅子、タオルなどを使った内容でした。いつものように楽しかったです。

・健康講話（九月九日実施）

奈良ヤクルト販売（株）から講師先生をお招きし、「健康寿命を延ばすために」と題して、講演を聞きました。この日は講話だけでなく、参加者の質問に丁寧に答え



てくださいました。参加者は、今日の講話内容を生活に生かそうと思われたようでした。

・草木染め（九月十九日）

ビワの葉と栗のイガから抽出した液で草木染めに挑戦です。



講師の宮部千佳子先生が事前に作ってくださった抽出液を使い染めていきました。写真のような素敵なスカーフができました。

プチ田舎暮らし

・ブルーベリー狩り（八月二一日実施）

少し小雨でしたが、上深川農園でブルーベリー狩りを行いました。今年は豊作です。



しかも、大粒で甘くて適度に酸味もあり最高でした。ジャム作りのレシピをいただきました。自宅で作りましょう。

・野菜の収穫（九月五日実施）

六月に植えて、七月に草引きなど手入れをしました。南瓜、冬瓜、枝豆を収穫しました。八月に長雨があったにも拘わらず大量に収穫できました。



おや子でチャレンジ

・救急法（九月十二日実施）

今日のおや子でチャレンジは、救急法です。講師先生には、日本赤十字社奈良県支部からおいでいただきました。

講習の内容は、三角巾を包帯として使ったり、固定する方法です。新聞紙で作るスリッパとゴミ箱、AEDの使い方などでした。



都祁水彩クラブ



編集後記

秋らしい青空と清んだ空気、実りの秋になりました。皆さんは、「秋の七草」をご存知でしょうか。「春の七草」は、一年の無病息災を祈念して七草粥にして食べるので良く知られています。「秋の七草」はすべてを知らない方もあるのではないのでしょうか。秋の七草は、女郎花（オミナエシ）、尾花（ススキ）、桔梗（キキョウ）、撫子（ナデシコ）、藤袴（フジバカマ）、葛花（クズ）、萩（ハギ）です。秋の七草は、春の七草のように粥にして食べるのではなく、昔から花を愛でていたようです。