

# みあと

都跡公民館だより

平成30年 6月号

[平成30年度NO.2]

発行：(公財) 奈良市生涯学習財団  
都跡公民館  
〒630-8032 奈良市五条町204-1  
TEL / FAX : 0742(34)5954  
http://manabunara.jp/  
miato@manabunara.jp

田んぼには水が入り、いよいよ田植えですね。そう言えば、昨年度の主催講座「ふるさと『都跡』を語ろう会」の秋篠川のお話から発展して「水利」について話題にあがりました。私たちは、田んぼに水が入ることは当たり前のように思うのですが、実はそうではないようです。米作りにとって、水は必須条件。自然の恩恵である大切な水。どこから、どうやって水を引いて、どの順番で水を入れていくのか、水路の清掃整備など水に関する色々な取り決めをして、協力していかないといけないんですね。だから昔は、集落に暮らす人々の関わり合いがとても濃厚だったのです。受け継がれている古い資料の存在が物語っているように思いました。

今は暮らし方が変わり、人は互いに寄り添って共に生きているということ、なかなか実感できなくなりました。おとなも子どもも、共に今を生きていることの喜びを感じていけるそんなお手伝いを公民館としてできればいいなと思っています。



この春、自主グループとして「ふるさと『都跡』を語ろう会」が立ち上がりました。不定期に実施されますので、ご興味のある方は公民館までお問い合わせください。(館長 大谷華代子)

## みあと公民館講座案内

お問合せ  
☎34-5954 FAX兼

### 「回想法」ボランティア養成講座

脳の活性化につながる「回想法」について学び、回想法を行うボランティアを始めてみませんか？

◇とき 7月6日から8月31日までの隔週金曜日  
13時～16時〈全5回〉



◇内容 1回目(7/6) 講義「回想法とは何か。その効果と方法について」  
2回目(7/20) 講義「人に寄り添う聴き方とは」と回想法体験  
3回目(8/3) 講義「個人回想法とグループ回想法」  
4回目(8/17) ワークショップ「グループ回想法の立案」  
5回目(8/31) ワークショップ「グループ回想法の実践」他



☆講座修了後は、都跡公民館を拠点に「思い出語りの会」など「回想法」に関する活動をしていきましょう！

◇会場 都跡公民館 2階大会議室  
◇講師 龍谷大学社会学部非常勤講師 西川淑子さん  
介護支援専門員 野中恭子さん  
◇対象・定員 奈良市在住・在勤・在学の成人 30人  
◇申込締切日 6月26日必着

「回想法」は、1960年代ロバート・バトラー(アメリカの精神科医)によって提唱されたもので、高齢者が思い出話をすることによって、生活にプラスをもたらす生活支援の方法です。関西ではあまり知られていません。ぜひこの機会に！

★この講座は、キリン地域のちから応援事業(キリン福祉財団)から助成していただき実施します。

●お申込み方法は、裏面をご覧ください。

# みあと公民館講座案内 つづき

## 祈りの物語～光明皇后～

都跡に所縁のある人物に  
スポットをあてる、人気の講座です。



今回は、光明皇后の生涯を知ると共に、光明皇后が残した功績から見えてくることについてなど2回に分けて学びましょう。

◇とき 6月29日、7月13日(金)  
14時～15時45分〈全2回〉

◇会場 都跡公民館 2階大会議室

◇講師 帝塚山大学文学部文化創造学科教授  
西山 厚さん

◇対象・定員 奈良市在住・在勤・在学18歳以上 70人

◇申込締切日 6月19日必着



## ◇お申込方法◇

①往復はがき

講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・  
電話番号を記入し、都跡公民館へ郵送。

〒630-8032 奈良市五条町204の1

②インターネット

(公財)奈良市生涯学習財団ホームページ

<http://manabunara.jp>

講座案内→都跡公民館→講座名「参加  
申込」フォームから送信。

①②いずれかの方法でお申込みください。

※公民館窓口でも申込可能。返信用の  
ハガキをご持参ください。

※1講座につき、お一人1申込で願  
いします。

★申込多数の場合は抽選



## ★出張！みあと高齢者サロン 申込不要

7月3日(火)10時～11時30分

音楽にあわせて体を動かしたり、  
声を出したり・・・楽しく集いましょう！

・会場:都跡地区ふれあい会館(小学校の前)

・持ち物:水分補給用飲み物、上靴

\*8時30分時点で、「奈良市」に気象警報が発令している  
場合は中止です。

\*地区社会福祉協議会と共催しています。

\*奈良市ポイント(健康ポイント)がもらえます。



## 7月募集の講座予告!

※詳細は、しみんだより7月号  
または、ホームページや今後の  
募集チラシでご案内します。

### ◇GO!GO!みあとランド\*申込不要

・開催日:7月28日(土) 10:00～12:00

3歳児から小学2年生までのみなさん!来てね!

### ◇国際交流講座～インドネシアの文化～

・開催日:7月28日(土) 13:30～15:30

・定員:30人 ※小・中学生も参加OK!

### ◇昔のくらし体験～かまどでご飯を炊こう!～

・開催日:8月18日(土) 10:00～15:30

・定員:小学生 親子8組 自由研究にピタッ!

## ◇公民館行事予定◇

<6月>

3日 みあときつずチャレンジ隊①

14日 みあと高齢者学級②

16日 都跡健康体操②

19日 みあと女性フォーラム②

20日 みあと子育てサロン♪にこにこ広場♪

\*移動図書館13:20～14:20

26日 みあと子育てサロン★ほのぼの★

・あかちゃん絵本のプチ講座をします。

29日 祈りの物語～光明皇后～①



<7月>

1日 みあときつずチャレンジ隊②

3日 出張!みあと高齢者サロン

6日 「回想法」ボランティア養成講座①

10日 みあと女性フォーラム③

12日 みあと高齢者学級③

13日 祈りの物語～光明皇后～②

18日 みあと子育てサロン♪にこにこ広場♪

\*移動図書館13:20～14:20

20日 「回想法」ボランティア養成講座②

21日 都跡健康体操②

de 愛♪みあとプラザ(オカリナで童謡・唱歌等)

28日 GO!GO!みあとランド

国際交流講座～インドネシアの文化～

31日 みあと子育てサロン★ほのぼの★(巡回相談)

