

# みあと

都跡公民館だより  
7・8月号

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  
https://manabunara.jp/  
miato@manabunara.jp

## 講座案内

★新型コロナウイルス感染予防対策を講じた上で開催します。感染拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

奈良の文化財をもっと知る講座 2022  
古民家で昔の暮らし体験  
～ かまどでごはんを炊こう!～



日時 7月31日(日)

9時30分～12時30分

会場 奈良市立都跡公民館・旧田中家住宅

講師 ・すずらんクラブ <sup>かまど</sup> ・竈 ai 研究会

・奈良市文化財課(共催)

対象・定員 市内在住・在勤・在学の小学3年生以上10人

材料費 1人600円

申込〆切 7月20日(水) 必着 ※申込多数の場合抽選

## de 愛♪みあとサロン

「みんなで語ろうあの時代」

～1960年代へタイムスリップ～

当時の音楽や出来事を振り返りながら、  
回想法の体験をしましょう。



日時 7月16日(土)

13時30分～15時30分

会場 奈良市立都跡公民館 2階 大会議室

費用 無料 申込不要・自由入場※人数制限有

講師・出演 (都跡公民館自主グループ)

・B.A.G.[音楽演奏]

<sup>かいそうほう</sup> <sup>みあと めもりー</sup>  
・回想法 me at memory [回想法の体験]

## 〔予告〕夜の学び

～世にも奇妙な『日本霊異記』～

① 9月16日(金) ② 10月21日(金)

いずれも18時30分～20時

内容 日本最古の仏教説話集『<sup>にほんりょういき</sup>日本霊異記』  
から、時代背景、人々の生活や考え方を  
読み解きます。

① 『日本霊異記』の読み方

② 生き物と『日本霊異記』



<sup>たかつぎ きしょう</sup>  
講師 高次 喜勝さん 薬師寺主事・唯識学寮研究員

対象・定員 市内在住・在勤・在学の概ね18歳～65歳 30人  
※詳しくは8月号の『奈良しみんだより』をご覧ください。申込みは7月下旬から受付します。



## その他の行事 7・8月

なかよし文庫 ※本の貸出など(全12回) 10:00～15:30  
7/16(土) { 絵本の読み聞かせ他 (10:30～11:30)  
8/20(土) { 協力：都跡公民館図書ボランティア

移動図書館(あおぞら号) 13:45～14:30  
7/20(水)、8/24(水)

みあと子育てサロン(全12回) 10:00～12:00  
7/20(水) にこにこ会プログラム  
8/17(水) おはなし会、  
ヤクルト健康教室「親子で楽しい食育」

## 公民館の図書室



公民館には図書室があります。絵本や児童書、郷土資料を2000冊以上蔵書しています。図書ボランティアによって、整理・整頓されています。新しく、『銭天堂』なども入りました。貸出(4週間)もできますので、どうぞ、お気軽にご利用ください～い♪

## 申込方法

- ①往復はがきに 講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、都跡公民館  
〔〒630-8032 奈良市五条町 204-1〕まで郵送。
- ②奈良市生涯学習財団ホームページ「参加申込フォーム」より
- ③窓口でのお申込みの際は、返信用の(はがき(63円)をお持ちください。

裏面に続く

# 仲間と作ろう 笑顔の輪

自主グループ連絡協議会の皆様により、公民館の屋根のメッセージが新しくなりました。コロナ禍やウクライナの戦争などによって、気持ちが沈みそうになりますが、周りの仲間たちと一緒に笑顔の輪を作り、大きく広げよう！という願いが込められています。

## こんな講座やっています♪

いよいよ本格的な夏がはじまろうとしています。新型コロナウイルス感染症はやや小康状態となりましたが、これからは熱中症対策と共に気を配りたいですね。さて、この4月以降、当館ではたくさんの講座がスタートしています。



### みあときつずチャレンジ隊



地域の小学生を対象に、地域の大学生や若手社会人たち（若者隊）と一緒に様々な企画をして、それを子ども達とともに実行する講座です。

初回の開講式では都跡地区自治連合会や地域教育協議会、自主グループ連絡協議会、民生委員・民生児童委員など、地域団体の皆様から応援のメッセージをいただきました。その後、若者隊企画による**新聞じゃんけん大会**や**手作り名刺**を使った自己紹介、**オリジナル缶バッチ作り**をしました。子どもたちは、若者たちといっしょに楽しく活動しました。

さて、これからどんな素敵なことがあるのか、とっても楽しみです。

### みあと幸齢者学級



体力測定

初回には開講式と年間計画を決定しました。その後、**奈良市京西・都跡**

**地域包括支援センター**の皆さんを講師にお招きし、みんなで握力や片足立ち、5m歩行などの**体力測定**をしました。皆さん真剣に取り組み、測定結果は後日に報告されます。第2回には、医療法人 康仁会 **ロイヤルフェニックス**からスタッフをお招きし、ケアマネージャーから**介護保険制度の活用法**、

**介護施設の機能**を紹介いただき、作業療法士や理学療法士からは椅子に座った**介護予防体操法**を教わりました。この地域で活躍する専門のスタッフの分かりやすく熱心な説明やご指導は、学級生にとって、

これからこの地域で安心して過ごすための大切な備えとなることでしょう。



介護予防体操

### みあと子育てサロン



絵本の読み聞かせ

毎月1回、第3水曜日に開催しています。4月は、手遊びや**絵本の読み聞かせ**と、子どもたちの手形・足形を使っての**鯉のぼり作り**をしました。

5月は、**地域ボランティアにこここ会**による楽しいプログラムと、館の裏庭に**さつまいもの苗**を植えました。

6月は、絵本の読み聞かせとともに、**ハッピーサービスグループ**から歯科衛生士を招いて、

**子どもの歯の健康**についてお話を伺いました。



子どもの歯のお話

### 都跡歴史講座



平城京の疫病対策

5月・6月の全2回開催しました。第1回は、じんのめぐみ **奈良文化財研究所**の**神野恵**さんをお招きして「**現代のコロナ禍から読み解く平城京の疫病対策**」というテーマで

お話いただきました。聖武天皇の疫病対策や、考古資料が伝える平城京民の感染予防としての生活様式の変化など、分かりやすく教えていただきました。第2回は、同研究所の**村田泰輔**さんによる「**発掘調査でわかる平城宮周辺の地質と過去の災害**」のお話で、過去の災害事例を紹介いただきその痕跡を検証するとともに、データを

集積して現代の防災に生かそうという研究をご紹介いただきました。

いずれのお話も考古資料や地質データを丁寧に観察し分析・保存することで、未来の私たちの暮らしを災禍から守れる可能性を感じました。（館長）



地質と過去の災害



奈良市生涯学習支援サイト <https://manabunara.jp>

「公民館だよりバックナンバー」など都跡公民館のページを見てね！

裏面に続く