都跡公民館だより　秋号

［令和８年８月２２日発行］

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

猛暑日が続く真夏はお休みしていた公民館事業も秋から本格的に再始動！
申し込み不要の講座もたくさんあるので、ぜひぜひご参加ください！
さらに秋からは自主協のイベントも始まります。もうすぐ秋とはいえ、
まだまだ暑い日が続きます。熱中症には気をつけて、公民館にお越しくださいね！



講 座 案 内

みあと子育て広場

申込不要

９月24日（木）・10月29日（木）・
11月26日（木）　10:00～12:00

おおむね０～３歳児と保護者のための子育て広場です。みんなで楽しく過ごす育児タイム♪

にこにこプログラム

手遊びや季節の歌、絵本、音楽にあわせて歌ったり踊ったり、楽しく遊びます。毎回の詳しいプログラムは、財団ホームページに掲載しています。



協力:地域ボランティアにこにこ会　ほか

プログラムは 10:30 頃から 45 分程度

みあと幸齢者サロン

申込不要

10/8（木） 13:30～15:00
ゴミ減量キャラバンとエコな生活
ゴミの分別や減らし方、分別クイズ等をします。この他に、風呂敷を使ったエコな生活についても学びます。

11/12（木） 13:30～15:00
認知症予防体操



認知症予防に役立つ椅子に座っての体操をおこないます。動きやすい服装でお越しください。

12/10（木） 13:30～15:00
ミュージックケア
楽器や身体を使っての「音楽療法」を体験します。



お仕事帰りに！夜の学び

平安初期に薬師寺の僧である景戒が編んだ日本最古の仏教説話集『日本霊異記』を薬師寺録事の髙次喜勝さんと一緒に物語を読みながら時代背景や当時の人々の生活や考え方などを読み解きます。

【開催日時】
９月18日(金)・10月16日(金)
18時30分～20時

【申込締切】
９月４日(金)



こんな講座を計画中！

毎年、都跡公民館自主グループ連絡協議会さんと共催でおこなっている事業「ズームアップ現代」。
最近は災害が頻発しているので、在宅避難の特徴や在宅避難が可能となる条件、在宅避難に備えておきたいグッズの紹介といった講座をしよう！と一度はなったのですが、諸々の事情により取りやめに…。
振り出しに戻ったところで、役員の方のひとりが「モンゴルの弦楽器ヤトガの演奏会を聞きに行ったが良かった！演奏者は日本の方だったがモンゴルの文化もご存知だし、演奏会とモンゴルの文化について学ぶ事業にしてみてはどうか」との意見が出されて全会一致で決定！
詳しい事業内容はまた後日紹介しますのでお楽しみに！