

かけけ

令和7年10月号

発行

(公財)奈良市生涯学習財団

西 部 公 民 館

奈良市学園南3-1-5

(西部会館4～6階)

TEL 0742-44-0101

FAX 0742-44-0103

10月に入り、厳しかった夏の暑さもようやくひと段落し、朝夕の涼しさに秋の訪れを感じる季節となりました。

今年の夏は、気象庁の統計開始以来最も暑い夏だったようで、記録的な猛暑となりました。

猛暑の一方で、線状降水帯の発生による大雨の被害を受けた地域もあり、まさに異常気象。

このような異常気象の影響で、毎年日本の各地で災害が起きており、10月も台風シーズンは続く見通しですので、注意が必要な時期となります。

皆さんもご家庭の防災グッズや水、レトルト食品などの備蓄品について改めて、点検・確認等を行い、もしもの災害に備えていただければと思います。

さて、皆さんは四季の中で、どの季節が一番好きですか？私は「秋」が一番好きな季節です。人一倍汗かきのため、夏の暑さが何より苦手、朝夕の涼しさが心地よく、山々の木々が色づいていく紅葉の季節「秋」が大好きです。ここ数年は、少しでも秋を先取りしたくて、紅葉のたよりを聞くと、大台ヶ原や高野山に散策に出かけています。

西部公民館では、秋本番を迎える11月7日～9日に文化祭2025を開催する予定で、現在、自主グループ連絡会の皆さんとともに準備を進めているところです。また、今年も学園前アートフェスタ（11月6日～9日）と同時期に開催し、学園前地域一帯が盛り上がりを見せる秋となります。

多くの皆さまにお越しただけを心よりお待ちしております。

館長 奥田 保枝

こんな講座ありました

7/29 (火)
開催

子どもアートラボinせいぶ

～陶芸で自分だけの作品を作ってみよう！～

夏休みに陶芸を体験し、自分だけの作品作りを通して、子どもたちの表現力や創造力を育むことを目的として開催しました



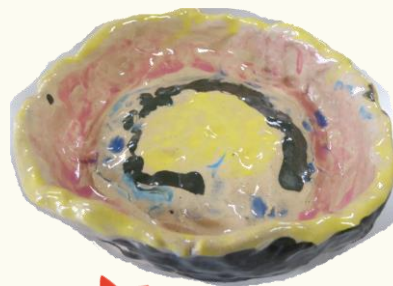
関西文化芸術高等学校の皆さんのご協力を得て、素敵な作品がたくさんできあがりました。



キレイな色に仕上がりました



最初はかんたんだと思ってたけどやってみたら、とても難しかった～



カラフルなお皿！



とてもかわいいハニワちゃん





インディアカマニア

毎週水曜日の夜、6時半～9時 6階体育室で練習しています。

インディアカは、4人対4人でネットをはさんだコートでイラストのような羽根を打ち合うスポーツです。ルーツはブラジルの原住民が遊んでいた「ペテカ」というゲームで、この「ペテカ」が、ドイツ人のカールハンス・クローンによって見いだされ、インディアカ 誕生の原点となりました。ドイツスポーツ連盟が1972年に、このインディアカボールを優秀遊技用具に決定した事により、競技人口はドイツをはじめ、世界各国でも増加しています。

バレーボールのように3回以内のプレーで相手コートに羽根を落とせば得点となります。片手のみで肘から指先までの部分でプレーし、サーブはアンダーハンドのみで行います。6人制バレーボールとよく似ていますが、ネットに当たった場合はもう一度だけ打つことができます。インディアカは男女、年齢を問わず、初心者でもそのレベルに応じた楽しみ方ができます。ストレス発散、体力増強、健康維持にインディアカをどうぞお試しあれ！



★興味のある方は西部公民館までお問い合わせください！

かくえんまえサロン

長寿健康ポイント対象事業

65歳以上の方を対象に「きょういく(今日、行く)」「きょうよう(今日、用)」の場として自分らしく、いきいきと過ごすためのヒントが満載の講座です。お友達を沢山作って、新しい挑戦をしましょう！

10月31日(金) 朗読劇
11月29日(土) 講座「身体は食べたもので作られる履歴書」
12月23日(火) クリスマスコンサート(3階市民ホール)
1月29日(木) 未定
3月3日(火) 未定
13:30～15:00 6階体育室
持ち物: 上履き・下靴を入れる袋
(申込不要・入場自由・無料)

こんな講座あります

カラダ美調整

健康増進ポイント対象事業

月替わりで簡単なエクササイズやストレッチなど、カラダを意識したトレーニングでリフレッシュ！

11月15日(土) スマイル&アクティブコンディショニングⅠ
12月20日(土) ピラティス&ストレッチ
1月17日(土) スマイル&アクティブコンディショニングⅡ
2月21日(土) 未定
13:30～15:00 6階体育室
持ち物: 上履き、下靴を入れる袋、動きやすい服装、水分補給用の飲み物
(申込不要・入場自由・無料)

お知らせ

文化祭 2025

11/7(金)～11/9(日)
10:00～17:00
公民館の一大イベント「文化祭」
個性溢れる展示・舞台発表・ふれあいプラザ・Seibuまちなかマルシェなどイベントが盛りだくさん！
気軽に遊びに来てくださいね。

※詳細はチラシをご覧ください。

申請方法について

奈良市公共施設予約システム導入に伴う新しい公民館予約の運用開始は

令和8年4月1日

からとなりました。

令和8年3月末までは、従来通りの方法で申請していただけます。

詳細は決定次第、お知らせします。