

飛鳥公民館だより

令和4年度 第3号 (令和4年11月25日発行)

発行：(公財)奈良市生涯学習財団

飛鳥公民館

〒630-8306 奈良市紀寺町 984

TEL/FAX : 0742 (23) 2804

E-mail asuka@manabunara.jp

講座のご案内

① カラダ元気！健康体操

12/8、1/12、2/9、3/9

※第2木曜日

申込不要
入場自由

10時～11時

月に1回、公民館で楽しく体を動かす習慣を作りませんか？ストレッチや椅子に座っての体操など簡単な運動です。

対象：飛鳥中学校区在住の概ね65歳以上
参加費：100円

講師：奈良市運動習慣づくり推進員協議会
持物：運動靴（上履き）、水分補給用の飲み物、タオル、交通系ICカード

※参加すると奈良市健康増進ポイント50Pが付与されます

③ ええ加減男飯

男性限定で簡単に栄養バランスの取れた料理を一緒に楽しみませんか？

きのこハンバーグやぶりの照り焼きをメインに付け合わせも作ります。

※作った料理はお持ち帰りいただきます。

日時：①1/11(水)・②1/25(水)・
〈全2回〉

9時30分～12時

対象・定員：成人男性 8人

講師：奈良県栄養士会 奈良支部
管理栄養士

材料費：1,700円(2回分)

締切：12月20日(火)



② 冬のおはなし会

12/24(土) 13時30分～15時

「飛鳥おはなしの会」のみなさんによる冬をテーマにした楽しいおはなし会です。

対象：5歳～小学生(未就学児は保護者同伴)

定員：20人

締切：12月14日(水)



④ ならまちの失われた地名 —高畑を中心に—

高畑を中心としたならまちの失われた地名に焦点をあて、『奈良坊目拙解』などを参考にして由来等を紐解きます。

日時：①1/20(金)・②1/27(金)〈全2回〉

(①は講義、②は現地学習)

10時～11時30分

対象・定員：成人 30人

講師：大阪大谷大学 教授 狭川真一さん

締切：1月6日(金)

⑤ 親子でパンをつくろう！

2/4(土) 9時30分～12時30分

ウイナーロールと白パンを親子で協力してつくります。手ごねにも挑戦します！

※作ったパンはお持ち帰りいただきます。

対象・定員：小学生と保護者4組8人

材料費：1組1,200円

締切：1月18日(水)



②③④⑤の講座は申込みが必要です。下記A～Cいずれかの方法でお申込ください。

A. 返信用はがきをお持ちの上、飛鳥公民館の窓口で申し込む。

B. 奈良市生涯学習財団ホームページ (<http://manabunara.jp>) の参加申込フォームから申し込む。

C. 往復はがきに必要事項(講座名・氏名(ふりがな)・〒住所・電話番号・年齢・性別)を記入の上、公民館に送付。

※応募者多数の場合は抽選になります

①の講座は自由入場です。申し込みは必要ありません。

- ・マスクは必ず着用してください。
- ・事前に検温し、体調のすぐれない方は参加をご遠慮ください。
- ・こまめな手洗い、手指の消毒等の予防対策をお願いします。
- ・参加者名簿の作成にご協力ください。・館内用の履物(スリッパ)をお持ちください。

裏面も
ご覧
ください

「学校現場からみえてくる子育て事業」

令和4年11月19日(土)

こんな講座
ありました！



奈良市では子育てに優しい地域をめざし、子どもや家庭を取りまく様々な問題の解決と、家庭の教育力の向上を図ることを目的として奈良市家庭教育サポートネットワーク事業に取り組んでいます。

地域の子育て環境をよりよくしていくために、現在子育てに関わっている方はもちろん、子育てから少し遠のいている方にも、今の子育て事情について知っていただく機会になればと思います。

飛鳥小学校校長の水上雅裕先生にご講演をお願いしました。今回は講演会だけではなくとどまらず、その後みなさんとともに講演の感想や地域の情報を共有する時間を持ち、さらに「現在の子育てと昔の子育ての違い」、「今の自分に何かできることは？」などおしゃべりする時間を持ちました。

おしゃべりの中で出てきたのは挨拶の大切さ。地域内で挨拶を交わしていくことでお互いの距離が縮まり、知り合いになっていき関係性ができてくる。それが子育てにやさしい地域につながるのではないかとのお話が出ました。地道に続けていくことが大切ですね。他には多世代の交流が自然にできるようなイベントができればという声もありました。

また、学校の情報はホームページで日々更新されているのですが、高齢の方にとってはホームページを見ることはハードルが高く情報を得づらいとの意見がありました。そこで公民館に『飛鳥小学校通信』を置くことになりましたので、ぜひ手に取ってご覧いただければと思います。

ご参加いただいたみなさまありがとうございました！



飛鳥C・S活動

「お米づくり」のその後…

飛鳥C・S活動の一環として行われたお米づくりを公民館でも取り組みました。

最初は玄米にバケツ稲を置いてご来館のみなさんにも観察してもらおうと考えていたのですが、すすく育ってきた稲を鹿に見事に食べられてしまいました。そのため、裏にバケツ稲を非難。みなさんには見守っていただけなくて残念でしたが、鹿の被害からは免れ、一時はどうなるかと思っていたのですが無事に成長してくれました。ただボウフラが大量に



食べられた稲(泣)

発生したりさまざまなハブニングがありました。利用者の方にメダカをいただき、バケツ稲の中にメダカを飼ってボウフラ対策をしました。あっという間にボウフラはいなくなりました！

短い間ではありましたがハブニング続きで楽しみながら育てることができました。10月には稲穂を刈り取って中学校に無事持って行くことができました。



成長した稲穂

年末年始の休館日について

令和4年12月26日(月)から令和5年1月5日(木)まで、公民館は**休館**となります。

リサイクル資源(ペットボトル・空き缶・牛乳パック)の回収もおこなっておりません。どうぞよろしくお願いいたします。

【編集後記】

今年の公民だよりは今号が最後になりますので、一年のご挨拶をさせていただきます。本年も飛鳥地域の皆さまには大変お世話になりました。心からお礼を申し上げます。来年も飛鳥公民館での学びをとおして、たくさんの出会い・ご縁がひろがっていくことを願っています。表面に掲載しました公民館の主催講座に少しでも興味を持っていただけたらうれしいです。今冬は新型コロナとインフルエンザの同時流行が懸念されており、なかなか気が休まりませんが、どうか良いお年をお迎えください。来年も飛鳥公民館をよろしくお願いいたします。(乾 愛)