

飛鳥公民館だより

令和4年度 第4号 (令和5年1月20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

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、講座が中止となる場合があります。

① 特殊詐欺・悪質商法から 飛鳥地区を守る！

奈良警察管内の特殊詐欺発生状況や悪質訪問販売・クーリングオフなどについて学びます。どんどん巧妙になっていく特殊詐欺の手法など最新の情報を知っておくと、もしもの時に役立ちますよ！

日時：2/24(金) 13時30分～15時

講師：奈良警察署 生活安全課 米田 亜希子さん
飛鳥地区自主防災・防犯会 会長 宮本 平さん

対象：飛鳥中学校区在住の成人

定員：30人

締切：2月14日(火)



③ 中国音楽に親しもう☆ 二胡・フルス・古箏

中国楽器の音色をゆっくり楽しみませんか？楽器の紹介に加えて、中国の楽曲や日本のポピュラー音楽など、中国音楽の魅力を知る絶好の機会です！

日時：3/5(日) 10時30分～11時30分

講師：中国楽器奏者 愛琴 Aikin さん
ピアノ伴奏者 佐藤 智子さん

対象：飛鳥中学校区在住または

飛鳥公民館利用の小学生以上

※未就学児については保護者同伴での参加

定員：30人

締切：2月21日(火)



② みんなで遊ぼう！ ボードゲーム+α

コミュニケーションツールとして話題のボードゲームやかるたなどを使って、“はじめまして！”のみなさんやお友だちと一緒に世代を超えた交流を楽しみましょう。絵本やおもちゃなど幼児向けのコーナーもあります。

日時：3/18(土) 10時～12時

対象：飛鳥中学校区在住または飛鳥公民館利用の
概ね4歳以上

※未就学児については保護者同伴での参加

定員：30人

締切：3月7日(火)



④ 大人に贈る春のおはなし会

自主グループ「飛鳥おはなしの会」のみなさんによる大人のためのおはなし会です。この機会におはなしや絵本の世界にふれてみませんか。

日時：3/25(土) 14時～15時

対象：市内在住の成人

定員：20人

締切：3月14日(火)



⑤ カラダ元気！健康体操

2/9(木)、3/9(木) ※第2木曜日
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

申込不要
入場自由

①②③④の講座は下記 A～Cいずれかの方法 でお申込ください。

- A. 返信用はがき(63円)をお持ちのうえ、飛鳥公民館窓口で申し込む。
- 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。

※申込多数の場合は抽選になります。

裏面もご覧ください



飛鳥体験ウィーク

入場
無料

申込
不要

令和5年3月2日(木)～3月11日(土) ※4日・6日は除く

飛鳥公民館で活動している自主グループの体験に参加してみませんか？
今回体験できるグループはなんと19グループ！見学だけでも歓迎です。
この機会にぜひ飛鳥公民館へお越しください。

★新型コロナウイルスの感染拡大状況により
中止になる場合があります。
★講座開始2時間前の時点で奈良市に気象警
報が発令された場合は中止となります。

日にち	時間	ジャンル	グループ名	詳細	定員	持ち物・服装・対象
3/2 (木)	9:00 ～ 10:30	健康体操	いちスマイリー クラブ	健康増進のための健康ストレッチ	3人	動きやすい服装 ※女性のみ
	13:00 ～ 16:30	音楽バンド	ジュー・ジューズ	音楽鑑賞、楽器に触れる	3人	
	18:30 ～ 20:00	盆おどり	なでしこ会	年齢は関係なく元気に楽しく踊る	無	動きやすい服装、室内用運動靴 ※女性のみ
3/3 (金)	9:30 ～ 11:00	太極拳	飛鳥太極拳同好会	簡単なストレッチの後、入門太極拳・ 初級太極拳・24式太極拳	無	動きやすい服装
	13:30 ～ 16:00	水彩画	絵画クラブ彩	水彩画を描く 見学のみも可能	3人	筆、絵具、鉛筆(4B) (ない場合は道具貸出)
3/5 (日)	13:00 ～ 16:00	囲碁対局	飛鳥楽碁会	囲碁の対局を見学 可能な場合対局	無	
	13:00 ～ 16:00	紙芝居	飛鳥紙芝居の会	紙芝居を観る	3人	
3/7 (火)	13:30 ～ 15:30	女声コーラス	フラウエン・ シェネンコール	コーラスの体験。見学のみも可能。歌え る方は、一緒に歌ってください。楽譜 はこちらで用意します。	無	※女性のみ 
	19:00 ～ 20:45	太極拳	飛鳥太極拳教室	太極拳 (八段錦、24式、陳式太極拳)	無	動きやすい服装 室内用運動靴 
3/8 (水)	9:00 ～ 11:30	ヨガ	心と身体をゆるめる ヨガサークル	アーサナ、呼吸法、瞑想など (中級クラス)	3人	動きやすい服装 ヨガマット(貸出用あり)
	10:00 ～ 11:00	絵本の読み聞か せ・おはなし	飛鳥おはなしの会	絵本の読み聞かせ、おはなしなどを聞 いてもらう	3人	
	10:00 ～ 11:30	3B体操	あすか体操クラブ	①準備体操②ストレッチ③脳トレ ④全身の筋肉を動かす	3人	動きやすい服装、室内用運動 靴、座位用の敷物 ※女性のみ
	13:00 ～ 15:00	ヨガ	ならヨガ研究会	ふたりヨガ、楽健法など自主練習	3人	動きやすい服装 ヨガマット(貸出用あり)
	17:00 ～ 20:30	空手道	草野派系東流拳法 空手道会健志館	空手道の練習 ①17:00～18:30 ②19:00～20:30	無	動きやすい服装(3歳から参 加可能)
3/9 (木)	13:30 ～ 14:30	ヨガ	ならヨガ入門	身体と心を整えるヨガ	3人	動きやすい服装 ヨガマット(貸出用あり)
	18:30 ～ 20:00	盆踊り・他民謡	創作盆踊り やまと会	盆踊り・他民謡 	無	※女性のみ 
3/10 (金)	13:30 ～ 16:00	俳句	南柯飛鳥句会	句会の見学と俳句づくり	無	筆記用具 
	14:00 ～ 15:30	水墨画	水墨画あすか	水墨画の基本を学び、はがきに描く	3人	
3/11 (土)	10:00 ～ 11:30	健康体操	新婦人とびひの班	奈良の風物を身体を使って表現する体 操	3人	動きやすい服装 ※女性のみ

★定員無と記載の場合でも、会場の広さによって入場を制限することがあります ★マスクは必ず着用してください。

★館内用の履き物と水分補給用の飲み物は、各自お持ちください。★来館前に検温し、体調がすぐれない場合は参加をご遠慮ください。