

# 飛鳥公民館だより

令和7年度 第4号 (令和7年12月16日発行)

(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番地  
TEL&FAX 0742-23-2804  
E-mail asuka@manabunara.jp  
開館時間 9時~17時  
休館日 月曜・祝日(月曜が祝日の場合は翌日も休館)

## 新しい年へ広がる学びとつながり

今年も残すところあとわずかとなりました。地域の皆さまには、日頃より公民館活動にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。子どもから高齢者まで、多くの方が集い笑顔広がる一年となりました。来年も「学び」と「つながり」の場として、より充実した活動を進めてまいりますので、どうぞよろしく願いいたします。

1月からも多彩な講座を予定しておりますので、皆さまのご参加をお待ちしております。

## 主催講座のご案内 <事前申込制の講座>



### ①飛鳥地区自主防災・防犯会共催

締切 1月14日(水)

#### 落語で学ぼう「特殊詐欺・空き巣対策」

特殊詐欺や空き巣の被害を防ぐためには、日頃からの**気づきと備え**が重要です。

気をつけるポイントや最新の手口、効果的な防犯対策を専門家の解説と、落語で楽しく学びましょう。

令和8年1月23日(金) 13時30分~15時

対象:奈良市立飛鳥中学校校区在住の成人30人 参加費:無料

講師:奈良警察署生活安全課 奈良市危機管理課市民安全係

※この講座のみ、電話で申込ができます。(飛鳥公民館0742-23-2804)

(受付時間 9時~17時、月曜・祝日・年末年始休館、1月13日(火)は休館)



### ②はじめての男性家庭料理 <全2回>

締切 1月14日(水)

誰でも簡単に作れる栄養バランスの良い料理に挑戦!

令和8年1月28日(水)、2月25日(水) 9時30分~12時30分

対象:奈良市在住・在勤の成人男性 8人 材料費:1,800円(2回分)

講師:管理栄養士(毎年男性料理を教えていただいている大好評の先生です)



### ③親子でパンをつくろう!

締切 1月20日(火)

手ごねでピザパンとミルクロールパンを作ります。

令和8年2月1日(日) 9時30分~13時

対象:奈良市在住の小学生と保護者 8組 16人(2人1組) 材料費:1組 1,500円

講師:ジャパンホームベーキングスクール 高谷美知子さん 鎌田美恵子さん



### ④おとなデビュー! 日本酒のススメ

締切 1月31日(土)

地域の酒造店で酒づくりに携わる杜氏をお招きし、日本酒の作り方から味わいの違いなどをお話いただきます。「お酒を飲める二十歳になったけれど、選び方がわからない・楽しみ方を知りたい」という方におすすめ! 日本酒の魅力を知って、おとなデビュー!

令和8年2月14日(土) 13時30分~15時

対象:奈良市在住・在勤の概ね 20~40歳 22人 参加費:無料

講師:奈良春日山酒造(株) 杜氏



**申込方法** ①~④の講座は、以下いずれかの方法でお申込みください。※定員を超えた場合は抽選します。

<WEB>奈良市生涯学習財団ホームページ <https://manabunara.jp>

※各講座の講座案内ページの申込みフォームからお申込みください。


施設へのお問合せフォームや公民館への直接メールでは受付できません。

<往復はがき> 講座名・名前(ふりがな)・〒住所・電話番号・年齢(学年)と返信面の宛先をご記入のうえ、〒630-8306 奈良市紀寺町984番地 飛鳥公民館 までお送りください。


※85円になっているか確認してください。締切日まで余裕を持って投函してください。


<窓口> 返信用はがき(85円)を持参、もしくは、メールアドレスを記入できるようにして、飛鳥公民館までお越しください。(受付時間 9時~17時、月曜・祝日・年末年始休館、1月13日(火)は休館です。)

<申込不要の講座> 当日、会場に直接お越しください。  
開始2時間前の時点で奈良市西部に気象警報が発令されている場合は中止します。


**カラダ元気！健康体操** 

毎月第2木曜 10時～11時 (全11回)  
対象：飛鳥中学校区在住または飛鳥公民館ご利用の概ね65歳以上  
参加費：1回につき100円  
持ち物：上履き、水分補給用の飲み物、タオル、交通系ICカード(ポイント付与用)  
※動きやすい服装でお越しください。  
●次の開催日は、1月8日(木)、2月12日(木)、3月12日(木)です。



**飛鳥シネマシアター** 

毎月第2木曜 13時30分～ (全11回)  
※終了時間は作品によって異なります。  
対象：奈良市在住の概ね70歳以上  
参加費：無料  
持ち物：水分補給用の飲み物、ななまるカード(ポイント付与用、70歳以上のみ)  
<上映予定作品>  
●1月8日(木)「麗しのサブリナ」(113分)  
●2月12日(木)「レイダース失われたアーク」(114分)  
●3月12日(木)「クレイマークレイマー」(113分)



<予告>しみんだより2月号に掲載予定の講座です。詳細は1月下旬以降にお知らせします。

**❖春の作品展 2月28日(土)・3月1日(日)**  
飛鳥公民館で登録・活動している自主グループの皆さんの作品を一堂に展示します。  
絵画・書道・水墨画・写真・絵手紙・フラワーアレンジメントなど、多彩な分野の力作が勢ぞろい。  
日頃の活動の成果をぜひご覧ください。

**❖大人に贈る春のおはなし会 3月7日(土)**  
「おはなし会」と聞くと子ども向けのイメージがありますが、言葉の余韻や語りの深さは、むしろ大人だからこそ味わえるものです。春を感じる物語や昔話、心にそっと寄り添うお話を、語り手がやさしい声でお届けします。朗読やストーリーテリングがはじめての方でも気軽にご参加いただけます。

**自主グループ紹介 会員募集中！ぜひご参加ください！**

公民館で活動している自主グループ情報はホームページ <https://manabunara.jp> でも確認できます。

くさの は し とうりゅうけんぼうから て どうかい けんし かん  
**草野派系東流拳法空手道会 健志館**



毎週水曜日

①17時～18時30分 ②19時～20時30分

飛鳥公民館で元気いっぱい活動している「草野派系東流拳法空手道会 健志館」では、一緒に楽しく稽古する仲間を3歳～大人まで募集しています。礼儀やあいさつ、基本の動きから丁寧に指導しますので、初めてのお子さんでも安心して参加できます。体力づくりや集中力アップにも効果的！仲間と一緒に取り組むことで達成感や自信も育ちます。見学・体験はいつでも歓迎です。興味のある方はぜひお気軽にお越しください。

会費：月会費5,500円

参加方法：活動日に体験・見学に直接お越しください。

 **年末年始の休館日について** 

**休館日：令和7年12月27日(土)～令和8年1月5日(月)**

年内は12月26日(金)まで開館し、年始は1月6日(火)から開館となります。休館中のお問合せは1月6日(火)から順次返信となりますので、あらかじめご了承ください。

\*休館日は、リサイクル資源(ペットボトル・空き缶・牛乳パック)と雑がみ(ティッシュ箱、包装紙、紙袋等)の回収を防犯上の観点から休止していますので、ご注意ください。どうぞよろしくお願いたします。

