

つなぐ

令和4年
1月号
(通算第25号)

発行

〒631-0065

0742(43)5386

(公財) 奈良市生涯学習財団
富雄公民館

奈良市鳥見町二丁目9番地

穏やかな新年の幕が開きました。旧年中は、公民館活動に対しまして多大なご協力を賜り、誠にありがとうございました。本年も公民館は、皆様の生涯にわたる学びを応援して参ります。どうぞ宜しくお願い致します。

さて、話は少し遡りますが、年末には恒例の一〇大ニュースが発表されました。ニュースで昨年を振り返ってみますと、改めて様々な出来事が蘇ってきます。

その中から、生涯学習・スポーツ方面から話題を拾ってみますと、まず文化・学術の分野で真鍋淑郎さんのノーベル物理学賞の受賞が思い出されます。地球の気候変動(温暖化)の予測を世界に先駆けて切り開いた業績が評価されたものでした。研究について真鍋さんは、好奇心に駆られて研究し、研究することが楽しくて仕方なかったと述懐されています。新しいことに挑戦するワクワク感や楽しむ気持ちやエネルギー源であり、学びの原点がここにあるように思いました。

そしてスポーツの世界では、今回の五輪から新競技となったスケートボードで、日本の一〇代の若い力がメダリストとして躍動したことは鮮烈でした。スケートボードはストリートカルチャーとして始まった新しいスポーツといわれ、「楽しい」「上達したい」から練習することが原点で、その延長に競争があるといえます。そのため選手同士はライバルというより一緒に楽しむなかまであり、新しい時代を象徴する爽やかな風を感じました。

どちらの出来事も、私たちに大きな希望と勇気を与えてくれた明るい話題として記憶に残ることでしょう。

さて、今年はどうなるのでしょうか。私たちが負けてはいられませんね。やりたい活動を見つけ、目いっぱい楽しみましょう！

二〇二二年元旦



募集予定の主催講座

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため
延期・中止となる場合があります。

どこまでかかわる？孫家庭のこと…

日時：2/24(木) 10時～12時

「孫家庭がしてほしいこと、祖父母がしてはいけない支援」をテーマにワークショップを行います。

講師：NPO 法人 パパちから応援隊

定員：奈良市在住・在勤の祖父母 15人

費用：無料

締切：2/17(木)

※ 申込受付は、しみんだより2月号が配布されてからになります。

広げよう！子育てを支える地域の温かい目線

日時：3/10(木) 13時30分～15時30分

地域コミュニティが希薄になりがちな現在だからこそ、地域ぐるみの温かい子育て支援について一緒に考えてみませんか。

講師：フェリアン 副所長 津村 薫さん

定員：奈良市在住・在勤の成人(40人)

費用：無料

締切：3/1(火)

※ 申込受付は、しみんだより2月号が配布されてからになります。

乳幼児期の今だから、大切なこと

日時：2/26(土) 10時～11時30分

乳幼児期にしかできない、子どもの心を育てるお話を聞き、保護者同士がリラックスしながら悩みを共有できる時間を持ちませんか。

講師：特別支援教育士 田中 佳子さん

定員：奈良市在住・在勤の0～2歳児とその保護者
10組(30人)

費用：無料

締切：2/18(金)

※ 申込受付は、しみんだより2月号が配布されてからになります。

講座申込方法

- ① 往復はがき…「講座名」「氏名、ふりがな」「年齢」「性別」「住所」「電話番号」を記入し、公民館へ
- ② ホームページ…「まなぶんら (<http://manabunara.jp>)」の「講座案内」をクリック
→ 「富雄公民館」をチェックして「検索」
または右下のQRコードを携帯等で読み取る
→ 各講座のページの下部にある「申込」をクリック
→ 必要事項を記入して「確認」をクリック
→ 確認画面の下部にある「送信」をクリック
- ③ 富雄公民館の窓口…窓口で専用用紙に記入
返信用のはがきが一人一枚必要





Wi-Fi が使えるようになりました



公民館内での活動時に Wi-Fi 機器を無料で貸し出します。
事前に予約が必要ですが、機器の空きがあれば、使用当日の貸し出しも可能ですので、窓口にお問い合わせください。

地元主婦に学ぶ！時短！麴料理

感染症の影響で料理講座は約2年ぶりの開催となりました。講座では、栄養価が高くいろいろな料理にアレンジができる塩麴・醤油麴の仕込み方と、それを使った簡単レシピに挑戦しました。

コロナ禍を考慮して講座時間を少しでも短くしようと、講師の吉田奈緒さんが食材の下準備をして下さっていたことでもあります。何種類もの料理が短時間で次々と仕上がっていく様は感動ものでした。調理中は麴のほのかな香りが食欲をそそり、味も絶品！間違いなしです。



終活を意識して！物の整理とお片付け

「終活」「片付け」ときくと、捨てることを真っ先に思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか？しかし講師の吉田章子さんによると、整理や片付けの目的は本来、現在のくらしを快適にすることで、そのことが未来のくらしに、結果的に終活にもつながるとのこと。「楽しくお片付け」をモットーとした、理論と実践法を学びました。

またデジタル時代においては情報も大切な「モノ」として扱い、スマホを用いて整理・管理していくポイントもアドバイスしていただきました。



こんな講座がありました

孫家庭との良好な関係づくりのメソッド

祖父母と孫家庭との関係は、孫の育ちにとってとても大切です。本講座では、就学前の孫をもつ皆さんが、講師の「NPO 法人パパちから応援隊」からの助言とワークショップを通して良好な関係づくり、コミュニケーションの取り方を学んでいきました。

子育て方法は多様で正解は一つではありませんが、参加者はそれぞれに「子育ての主役は親、祖父母は脇役」になるヒントを持ち帰られました。



ストレッチで改善！更年期の不調

概ね 30～55 歳の女性を対象に、ストレッチ運動を通して更年期に起こる様々な身体の不調を和らげていただく人気の講座です。

昨年度に引き続き、講師はフィットネスインストラクターの堀貴子さん。一つ一つの動きが身体のどの不調を改善するのかを分かりやすく説明しながら進めてくださいました。リラックスできる音楽とともにあっという間に時間が過ぎ、早くも次回を望む声が聞かれました。



地域のあはな

花咲ロード

富雄中学校前の花壇には毎年四季折々の花が咲き、道行く人の目を楽しませてくれています。

これは、一〇年ほど前から富雄中学校区地域教育協議会と地元の三碓協議会が連携協力して取り組んでいる花いっぱい運動によるものです。苗や球根の植え付けにはボランティア部などの生徒も多く参加し、夏休み中の水やりなどは地域の方が中心となるなど、地域と学校の交流が進んでいます。そしてきれいな景観が地域の環境美化、生徒の心の教育に大きな効果をあげています。

