



月ヶ瀬公民館だより

公益財団法人奈良市生涯学習財団
月ヶ瀬公民館
奈良市月ヶ瀬尾山 2815
電話・FAX:0743-92-0346
発行人:館長 藤田美佳

小満

連日夏のような気候が続いています。時候に合わない不安定な気候が続くと、身体への負担が大きいように感じます。今月11日に北海道では、一日のうちに冬日（マイナスの気温）と夏日（25℃以上の気温）の両方を記録したそうです。人間もさることながら、家畜や農産物への影響も大きいだろうと思いながら報道を聞いていました。

気候については、今年の夏も猛暑・酷暑が予想されています。初夏のこの時季から汗をかいて体温の調整をすることが熱中症予防になるそうです。

さて体の事といえば、先日ある会議の際に血圧の話題があり、高血圧を気にされている方が少なくないことを知らされました。なお、5月17日は、「世界高血圧の日」でした。奈良市では、この日に合わせてJR奈良駅近くのはぐくみセンターでパネル展示を行っています（5月30日金曜まで）。月ヶ瀬公民館のロビーには、血圧計が設置されていますので、ちょっと気になるなど感じる方、定期的にチェックしたい方 開館中は自由に測定できますので、健康管理の一環としてご活用ください。

今月チラシを配布した梅の里学級では9月に奈良市健康出前講座（栄養編）を、月ヶ瀬女性学級では同じく9月に和のハーブに関する講座を予定しています。夏の疲れが出る頃に合わせた企画です。いずれの講座も7月から開始ですので、是非お申し込みいただけたらと思います。各回の詳細はチラシをご覧ください。

◆◆◆ 避難訓練のお知らせ ◆◆◆

6月4日（木）9時から月ヶ瀬防災講座（避難訓練）を行います。月ヶ瀬中学校区地域教育協議会、月ヶ瀬地区防犯防犯対策協議会と連携した取り組みです。ご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

夜の図書室 5/8

～読むを語る・読むとつながる～

今月のテーマは、疲れたときに読みたい本です。大型連休明けの開催であったことと、世にいう「五月病」の時期だということで、テーマが選定されました。参加者それぞれの視点の興味深さ、幅広さ そして世代や背景も多用でしたので、さまざまな意見を聴ける魅力的なひとときでした。当日は、事情により会場に来ることが出来なかった方がメッセージで参加したり、オンライン（ビデオ会議システムを活用）での参加があったり、いつもとちょっと異なる雰囲気でも盛り上がりしました。



こんな講座がありました！

月ヶ瀬名画座 5/15

今月の名画は、1995年にアカデミー賞7部門にノミネートされた「ショーシャンクの空に」です。関心を寄せてくださった方が多く、参加者アンケートからも満足していただけたようでした。実は、作品名を告知してから、「夜間の上映はないのか?」、「この年のアカデミー賞受賞作はなんだったのか?」といったお問い合わせがありました。そこで、なぜこの作品が、アカデミー賞の複数の部門にノミネートされながらも受賞に至らなかったのか?!と気になり、調べてみました。

この年アカデミー賞を受賞したのは、トム・ハンクス主演の「フォレストガンプ・一期一会」でした。当時全米1位のベストセラー作品を映画化したものでしたので、人々の関心の高さがうかがえます。

なお、月ヶ瀬公民館図書室に翻訳の蔵書があります。



月ヶ瀬名画座

日時:令和8年6月17日(水)
午前9時30分~11時30分
上映作品:おくりびと



いっしょに遊ぼう

令和8年6月10日(水) 午前10時~11時
内容:リトミック 参加費:無料
対象:月ヶ瀬地区の乳幼児と保護者



茶芽っ子クラブ

令和8年6月24日(水) 午後2時45分~4時
内容:ボードゲームにちょうせん
対象:月ヶ瀬地区の小学生 参加費:無料

◆図書室だより◆



移動図書館

今回は6月19日

7/17, 8月蔵書点検のため休み, 9/18, 10/16,
11/20, 12/18, 1/15, 2/12, 3/19

各回とも金曜日 午後2時50分~3時30分
■年間の予定は、各自治会の掲示板に掲示して
いただいております。確認の際にご活用ください。

【移動図書館の利用について】

- ★1 か月、1 人 10 冊まで借りられます。
- ★市立図書館蔵書のリクエストもできます。
- ★大型紙芝居を依頼することもできます。
- ★インターネットで予約して
移動図書館で受け取れます。

■市立図書館
貸出券の作り方
→



奈良市生涯学習財団

<https://manabunara.jp/>

公民館だよりバックナンバー

施設紹介→

月ヶ瀬公民館→
公民館だより



夜の図書室 ~読むを語る・読むとつながる~

会場:月ヶ瀬公民館

※奇数月はオノオノ、偶数月は公民館で開催します。

月に1度金曜の夜に、ゆったり、のんびり 本好きが集い、語
り合う会です。テーマは参加者で話し合っていて決めています。

次回のテーマは「おすすめのマンガ」です。

日時:6月5日(金)午後7時~8時30分

※原則第1金曜ですが、5月と1月は第2金曜日です。

プチ田舎暮らし・月ヶ瀬

◆青梅 令和8年6月3日(水) 午前10時45分~午後
12時30分 日韓の梅文化について学び、韓国式の青
梅の砂糖漬けとエキスを仕込みます。

◆梅干し 令和8年6月18日(木) 午前10時45分~
午後2時30分 月ヶ瀬地区内の梅畑で梅の実を採っ
て、梅干しを漬けます。

※詳細は、しみんだより または奈良市生涯学習財団の
ウェブサイトをご覧ください。

【図書室が明るくなりました!】

地震対策として、蔵書を整理し、棚の位置を変更しまし
た。これにより、角部屋の2方向の窓から外が見られること
と、換気がしやすくなりました。明るく広々とした環境で、
読書の時間を満喫していただけたらと思います。

国宝や皇室の収蔵美術品の写真集、海外名画の画集、
世界と日本の歴史事典などを手に取りやすい場所に移動
しました。

月ヶ瀬俳句会【四月】

蒼穹の吟行日和八重桜
軒かすめ今日は良き日よ初つばめ
奈良晒長き伝統若葉吹く
正調や夏鶯の仕切る故郷
塔被ふ令和の修理春惜しむ
ふる里は一里先まで辛夷咲く
おにぎりのごとき奈良山山笑ふ
若葉雨雫の光指で受け
やはらかな蕨育む旧茶園
青き空風のまにまに春の蝶
春菜漬苦き中にも懐かしき
銀輪の親子の笑顔風かおる
まほろばは生く日足るる日花時雨
陣地取りどちらが勝つか豆の花
春雨や薄目の花弁ポンと落つ
鹿も聞く奈良散策やガイドの声
一草に一つ名のあり草の花

ますみ 利明 卓 知里 節子 由姫子 臣生 新哉 白鯨 旅人 朋子 豊美 かつ野 ふみ子 和代 すま