

# (公財)奈良市生涯学習財団 春日公民館だより

2018年 第15号 初夏

【発行】

(公財)奈良市生涯学習財団春日公民館  
〒630-8141 奈良市南京終町一丁目 86-1

【Tel/Fax】 0742 (62) 2253

【E-Mail】 [kasuga@manabunara.jp](mailto:kasuga@manabunara.jp)

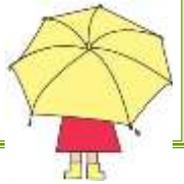
【開館時間】 午前9時～午後9時

【休館日】 月曜日・祝祭日 休館

平成30年度も年4回春日公民館だよりを発行いたします。

公民館は皆様の学習の場、出会いの場として少しでも生活を豊かにしていただくお手伝いが出来ればと思ひ、日々活動をしております。

これからも主催講座のお知らせ、公民館で起こった出来事や地域の情報などを掲載していきますので「春日公民館だより」をよろしくお願ひいたします。



入場自由

【かすが健康づくり教室】 13:30～14:30

みんなで楽しく体を動かしながら  
無理せずゆっくり体を鍛えましょう。

6月26日(火)、7月24日(火)



動きやすい服装、靴でおいでください。  
水分も忘れず！



“有料” 一回 100円

【シニアのびやかサロン】 13:30～15:30

「ちょっとためになる話を聞きたい」「ちょっとお友達が欲しい」という方どなたでもお気軽にご参加ください。



6月15日(金)

金融トラブルに巻き込まれないために  
～近畿財務局出前講座

7月20日(金)

懐かしの映画を楽しむ

※いずれも春日公民館大ホールで開催申し込み不要 奈良市ポイント対象講座

## 【奈良市子育てスポット「子育てのんびり空間」】

子育ての情報交換や親子でゆったり過ごしていただけるスペースです。広い場所なので、みんなで身体を動かしてのびのび遊ぶことができますよ。家の中で子どもと二人だけで過ごすのは「退屈だし息が詰まるなあ」そんな時は、ぜひ公民館へお越しください。

月	日	プログラム内容	日	プログラム内容
6	19日 (火)	さつまいもを 植えましょう	27日 (水)	楽しいお話の時間 更生保護女性会
7	18日 (水)	プールで水遊び!	25日 (水)	親子3B体操
8	21日 (火)	プールで水遊び!	29日 (水)	親子3B体操



【時間】 火曜日 9:30～12:30  
水曜日 12:30～15:30

【場所】 春日公民館 大ホール

【その他】 申込不要、入場自由



## 公民館からのお知らせ

### 夏休みに行く講座です

#### 【みんな大好き！かすがサマーシアター】

映画や奈良の民話、紙芝居を楽しみましょう  
8月1日(水) 13:30~15:30  
幼児・小学生・保護者の方の参加をお待ちしています。事前申し込みは不要です。

#### 【子どもサイエンス実験ラボ】

レインボースコープ、ブラックウォールを作  
って、光の不思議を体感します。  
8月3日(金) 9:30~11:30  
小学3年から6年生 20人  
申し込み締切 7月25日

#### 【夏休み！キッズ工作スタジオ】

自分だけのキラキラ万華鏡を作りませんか？  
8月7日(火) 9:30~11:30  
小学1年生から3年生 15名 ¥150  
申し込み締切7月26日

申し込みは往復はがきまたは奈良市生涯学習  
財団のホームページから春日公民館へ。  
多い場合は抽選となります。

## わたしと公民館

### 健康体操さくら

山口 道子

平成12年から、この春日公民館で毎週健康  
体操をさせていただいております。

40歳代から80歳代と幅広い年齢層の方達と  
仲良く朗らかに楽しく体操をしています。

体操を続ける事で、年を重ねても背中も美しく  
なり元気に動ける体になっていきます。とてもきもちの良  
い体操で、週一回が楽しみとなります。

近い将来、介護のお世話にならないよう、今から  
でも遅くないですよ!!いつでも体験に来てください。  
是非、私たちと一緒に体操をしませんか。

春日公民館で  
体操が出来る事に  
感謝し、今後も続け  
ていきたいと思  
います。



## はるの公民館レター

月1回の「健康づくり教室」は奈良市の  
運動習慣づくり推進員協議会より先生を招  
き健康に過ごすためのアドバイスや体操を  
教わります。4月24日には新聞紙をまる  
めた先生お手製の棒を使った体操や人体と  
手足の関係を解説していただきながら、つ  
ぼを刺激したりもみほぐしたり。  
毎日新聞社からの取材もあり、記者の方が  
写真をいっぱい撮っていたのでどんな感じ  
で掲載されるか楽しみです。



4月25日「子育てのんびり空間」  
のコーナーです。  
端午の節句も近いので大きな兜を  
作りました。折り紙の要領で紙を折  
り、お絵かきしたりシールを貼った  
り。どう？似合うでしょ！と自慢そ  
うにポーズをとって写真を撮りばちり。  
カッコイイ～

今年の「女性学級」は41名のメン  
バーでスタートしました。  
第一回目の5月8日には学級長を  
はじめ運営委員が決定し、今年度の  
学習内容をご討議いただきました。  
共に学ぶことによって、親睦を深め  
日々の暮らしを充実させていって  
いただければと思っています。



秋の号は9月初旬発行予定です。次号ではアジアの食文化を探る講座や地域の歴史を探索する  
講座のお知らせを掲載する予定です。どうぞ楽しみに！  
また、公民館に関するご意見ご要望もお聞かせください。よろしくお願いします。