

(公財)奈良市生涯学習財団 中部公民館 〒630-8228奈良市上三条町23-4
TEL 0742-26-6506 FAX 0742-26-3263
E-mail chubu@manabunara.jp https://manabunara.jp

館長メッセージ

弥生3月。梅の次は桃。そして

桜と、花の便りが届くのが楽しみな季節がやってきました。2月の寒波は非常に厳しい寒さで、中部公民館のある奈良市中部でも数センチの積雪がありました。暑さと寒さの極端さに体がついていけないことも増え、あらためて、四季のすばらしさや健康のありがたさを感じるこの頃であります。

さて、公民館自主グループの活動届出書の更新にご協力ありがとうございました。皆さまから提出いただいた書類をもとに、中部公民館への令和7年度登録とともに、生涯学習財団ホームページの中にある、自主グループ情報のページが更新されます。

「新しいメンバーを募集しよう」というときも、この自主グループ情報のページを活用して参加者募集を発信していただけます。活動風景の写真をあわせて掲載していただくこともできます。

1年に1回、書類の提出にお手数をおかけしますが、皆様の公民館活動の「いま」をご紹介するという趣旨を「理解いただき、ぜひ活用ください。」ひきつづき令和7年度も、中部公民館での公民館活動にお越しくださることを職員一同おまちしております。

中部公民館 館長 川田和美

令和7年度の催し

バラエティ豊かに送ります

毎年ご好評の講座はもちろんです。リクエストなどに基づいた新規講座も多数ご用意しております。お目当ての講座もあるかも！

4月・5月開催のものを中心にお知らせします。※日程や内容などが変更する場合がございます。

新規講座

自由
入場

「あの懐かしの曲」で
身体をリフレッシュ♪

懐かしの歌謡曲を聴きながら、
脳や身体を動かしましょう♪
初回：4月23日(水)

要申込
4/8(火)必着

奈良のシカを
しる・まもる

「奈良のシカ」の意味とは？
身近な存在を知り、共に守り
ましょう
4月19日(土)・26日(土)
<全2回>

今年もやります

生涯学習セミナー

班活動で創り出す
様々な学習！
原則第三金曜開催

要申込



公民館からのお知らせ

◎「原状復帰」について◎
公民館活動の後、お部屋の机やイスをもとの状態に戻していただけていますか。
次の利用開始時間までに効率よく清掃が行えますよう、机やイスの整頓に皆様のご協力をお願いします。

文化まつり、始動

出演、出展 超・募集中

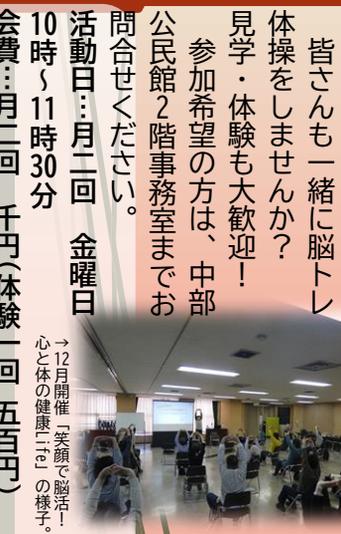
★中部公民館文化まつり★
令和7年度は9月末より開催！発表や展示だけでなく、体験期間も設けております！詳細は、お気軽にお問い合わせください。
★開催期間★
発表：9月27日、28日
作品展示：9月27日～10月12日
体験：9月30日～10月12日

新グループ、誕生

「健脳アップの会」

12月に主催事業として開催した「笑顔で脳活！心と体の健康」では、2つの事を同時に行う、左右で違う動きをするなど、普段慣れない動きで脳へ新たな刺激を与え、皆でコミュニケーションを取りながら体を動かし、脳を活性化しました！
参加者からは
「今後イキイキ生活していくうえで有意義な講座だった」
「とても楽しく、これから実生活でも取り入れたい」
などの声をいただいたこの事業が、この度自主グループとして活動を継続することになりました！！

皆さんも一緒に脳トレ体操をしませんか？
見学・体験も大歓迎！
参加希望の方は、中部公民館2階事務室までお問合せください。
活動日：月二回 金曜日
10時～11時30分
会費：月二回 千円(体験一回 五百円)



→12月開催「笑顔で脳活！心と体の健康」の様子。

令和6年度 こんな講座ありました ～職員の講座ハイライト～

今年度も公民館をご利用いただき、ありがとうございました



西山厚先生とゲスト講師が同じテーマで講演。その後の対談も楽しい講座で、リピーターも多いのがうなずける連続講座です。特に印象に残っているのが長谷寺の回。奈良の長谷寺が、平安時代の貴族の女性たちに人気の「長谷詣」、観音信仰の聖地というお話。奈良の魅力再発見となりました。

館長
川田 和美



「歴史文化連続講座
『奈良へ』」

全2回で開催した本講座。初回は先輩パパママの体験談を伺い、女性の産後うつの問題や家族の在り方、職場との良好な関係を築く重要性などを学びました。2回目は、社会保険労務士の先生から法改正の最新情報を学ぶとともに、今男性育休がなぜ必要とされているのか、その社会背景とともにご講義いただきました。大切な家族を守るために、“今しかできないこと”を考えていただく機会となりました。

主任
乾 千絵



「男性育休って、どんな制度？」

「いつまでもイキイキと過ごすために、脳の機能や予防法について学び、普段にない動きで脳を混乱させながら楽しく身体を動かしました！講座中も笑いの絶えない空間となり、「なんだか若返った気がする～！」っとみなさん晴れやかな笑顔で帰られました♪

職員
常川 美奈子



「笑顔で脳活！心と体の健康
Life」

資産運用の方法の入門講座です。NISA・iDeCo、株式投資・投資信託、外貨預金や国民年金など、資産運用の「はじめてのお金の育て方」資産運用の「初めの一步」を学びました。30代から80代まで、幅広い年齢の方が参加されました。

職員
藤岡 三浩



「はじめての
『お金の育て方』」

「サンタさんに会えた時の子どもたちのキラキラした目が忘れられません！

これからも地域、講師、ボランティアの方々の協力を得ながら、コミュニケーションときずなを深めることのできる場所にしていきたいです。

職員
石田 良



「奈良市子育てスポット事業
『おやこひろば』クリスマス会

聞くだけが学習ではない！この日の生涯学習セミナーでは、チョコレートの歴史や魅力について、講義を聞くだけでなく、実際にチョコレートを食べくらべ。食感、苦味、甘み、香りの違いを楽しむ姿がとても印象的でした。五感でチョコレートを楽しみました。

職員
荒木 涼介



「生涯学習セミナー」出前講座
チョコレートの世界へようこそ

多くの大人の参加者に混じって、子ども達も興味を持ち大いに楽しんでいました。

次世代の子ども達がより公民館活動を通じて地域の文化や福祉活動等の主役に成長していくようにまつりのメニューの充実を図っていきたいと思います。

職員
六渡 錬光



「夏休み子ども映画まつり」

奈良には歴史と共に生きた巨木(樹)が色んな場所にあります。ゆっくり歩きながら木の持つ自然のパワーを感じられます。生きる力強さと、癒しも感じる事ができるすばらしい館外学習です。

職員
黒住 浩昌



「奈良の木と出会う」