



# 京西公民館だより

あけましておめでとございます

皆様におかれましては、穏やかなお正月を迎えられたこととお喜び申し上げます。昨年は京西公民館の運営に多くのご支援とご協力を賜り、誠にありがとうございました。ご利用者の方々と共に過ごした日々、教えていただいた数々のことは私の宝物となりました。

新たな年を迎えるにあたり、地域のより幅広い世代の皆様と学びと交流の場として当館をご利用していただけますよう、参加したくなるような魅力のある事業を計画してまいりたいと思っております。ご来館の際には「京西公民館に期待すること」など、何でもお気軽にお声掛けいただけますと幸いです。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

## ◆ ◆ ◆ 10月には公民館まつりを開催しました

昭和54年の開館から、今年度、京西公民館は45周年を迎えました。これを記念し、10月16日から20日の5日間にわたり「京西公民館開館45周年〜輝け！秋まつり〜」と題して公民館まつりを開催しました。自主グループが日頃の学習成果を発表すると共に地域の皆様には公民館で交流すること学ぶことの楽しさを感じていただくひとときになったのではないのでしょうか？興味を持たれたグループには、是非見学にお越しください。お待ちしております。



裏面に公民館まつりの様子や参加した自主グループの一部を紹介しています。

伏見南地区で  
現地講座！

募集中の主催講座 ※要申込

## アーティスト・イン・

## レジデンスを訪ねよう

「アーティストインレジデンス」をご存じですか？国境や文化の違いを超えアーティストがアイデアやインスピレーションを活かし、非日常の拠点で一定期間滞在し、制作活動を行う場のことです。この講座では、京西地域の平松にある古民家をおしゃれに改築した「スペースパートナー」を訪ね、オーナーご夫妻からお話を聞いて普段はあまり見ることでできない施設の中を見学します。芸術に関心がある人のみならず、どんな場所なのかを見てみたいという方もぜひお申込みください。



発行（公財）奈良市生涯学習財団 京西公民館 電話 F A X 0742-44-2669  
〒630-8044 奈良市六条西一丁目3番43-2号

とき：2月16日（日）

10：00～11：30

内容：近鉄尼ヶ辻駅西口に集合

現地へ（徒歩約10分）

見学・お話（解散は現地）

対象：市内在住・在勤・在学の

15歳以上の方、10人

費用：無料

申込  
締切  
2/4  
(火)

## 京西公民館 主催講座の申込方法

下記の①～④いずれかの方法

- ①往復はがきに必要事項《講座名・氏名住所・電話番号・年齢・性別》を書いて京西公民館に締切日必着で郵送。
  - ②FAXで上記の必要事項を送信する。
  - ③公民館に来館し、申込用紙に記入。返信用85円ハガキをお持ちください。
  - ④公民館のホームページから申し込む。  
<<http://manabunara.jp>>
- \*申込多数の場合は抽選となります  
\*京西公民館では、公民館だより、ならしみんだよりに掲載されない講座も開催しています。上記HPでは全ての講座紹介を見ることができます。

諸事情で締切後の回覧になりました場合は、どうぞご容赦ください。また、締切後でも申込受付を継続している場合がありますので、いちど公民館にお電話ください。

詳細はこちら





～新しい生活様式でも豊かな学びを～



## グループ名

活動日・活動時間帯  
活動の紹介

写真

公民館まつり  
または  
活動の様子

## にじの文庫

第1土曜 午後

本に親しみ読書の面白さを  
知ってもらいたいと、本の  
貸し出しをしています。

絵本は絵も楽しめ、文字は  
読みやすく、大人の方にも  
読んでいただきたいと思っ  
ています。  
ぜひ公民館に足を運んでく  
ださい。



## ぶよ☆ぶよの会

第2・4水曜 午前

奈良市子育てスポーツ事業  
運営に関わるボランティア  
です。かんたん工作や手遊  
び・季節行事（七夕など）  
子どもたちと一緒にワイワイ  
元気に活動中！



## 真央の会

第2・4水曜 午前

大正琴の練習をしています。  
拍子を合わせ演奏しますが  
時には合わず、間違っ  
たり。でも仲間が音を  
つなげてくれます。そんな  
仲間と楽しく練習をして  
います。



## 六洋会

第1金曜 午前

水彩画・油彩・パステル等  
好きな画材を使って自由に  
描いています。月一回、  
モデルを並べて各自の個性  
尊重し、会員相互の親睦を  
深めるように努めています。



## ひまわり会

第3水曜 午前

二十年あまり活動を続けて  
いるフラワーアレンジメン  
トの会です。毎回、季節毎  
の生のお花に癒され、一人  
一人の個性を大切に作品を  
作って楽しんでいきます。



## 縁の会

### (公益社団法人自彊術普及会)

毎週水曜 午後

体調の良い時も不調の時も  
自彊術体操でのご縁で集ま  
った私たちは、励まし合っ  
てみんな一緒に元気になら  
うと、明るく楽しく活動し  
ています。いつでも見に来て  
ください。待っています。



## 健康体操GLEEM

毎週土曜 午前

楽しい仲間と一緒に運動不足を  
解消しませんか？現在60才以上  
の方々が健康体操で体力づくり  
筋力づくりに励んでいます。  
どうぞお気軽に見学にお越し  
ください。



## フレッシュ自彊術(火曜/土曜)

第1・3・5火曜/毎週土曜 午前

フレッシュ自彊術は31動の  
動きからなる体操を中心に  
ストレッチや軽い筋トシを  
しています。「動かさないと  
ね」等おしゃべりしながら  
汗を流しています。一緒に  
身体を動かしてみませんか？



## リフレッシュサロン

毎週火曜 午前

私たちのグループは、整体  
及び武術の健康概念をもと  
にした、それぞれの体操を  
ご指導いただける2名の講  
師を隔週でお迎えし、会員  
のフレイル予防と健康維持  
を図ることで幸せを得て  
います。

