

# 平城公民館だより

Letter from Heijo public hall

令和6年8月23日発行

発行：(公財)奈良市生涯学習財団  
平城公民館  
〒631-0811 奈良市秋篠町 1468 番地  
☎ 0742-48-3578  
財団 HP <https://manabunara.jp>  
E-Mail [heijo@manabunara.jp](mailto:heijo@manabunara.jp)

毎日暑い日が続きますが皆様お変わりありませんか？又、9月に入ると台風シーズンにもなります。「備えあれば憂いなし」という諺もあります。何かの時の対策に怠りが無いようにしていきたいですね。

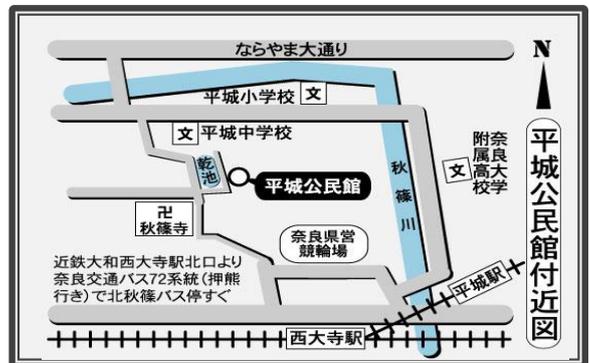
最近、好きで良く聴く歌に「ビリミリオン」という歌があります。ファンタジーな世界観の歌なのですが、歌詞が心に残りました。内容は、ある日老人が若者の残りの寿命50年を50億円で買いたいと願います。しかし、若者は悩むことなくお断りします。若者は、自分の毎日は働くだけの単調な毎日なのに、でも売れないと……。100億に値上げをしても、譲れないと……。その理由は……。これからの人生何にでもなれるから。自由に夢を描けるし、恋も出来る。大きな可能性があるということ。何にでもなれるのが「今」。その「今」が良い。心を揺さぶる歌詞のような気がします。

さて、毎週やっている「朝活！週一回公民館で健康づくり」の講座で、7月の末「茶話会」を実施しました。飲み物は冷えた麦茶だけですが……。でも、今までの中で最も多い17名の方が参加してくださいました。お一人お一人自己紹介も兼ねて色々なこととお話し頂いたのですが、「最近お友達が増えて、楽しくなってきました。」「自宅で体操をしなければと思っていても、中々出来ないのが毎週水曜日が楽しみです。」や「体操を続けてきて、けがをしにくいように、上手く転べるようになってきた。」とか。そのような何気ない皆さんのお話がとても楽しかったです。そんな時、皆さんの話を聴いていてふとビリミリオンの歌詞と重なったのです。「友達ができて楽しくなってきた今」「いろんな人と繋がれる今」「体操を続けてきてきて、うまく転べるようになってきた今」素敵ですね。

人は、人生が長くなればなるほど、体力は100%じゃなくなり、「いつかやろう」が増えて来るように思います。でも、「何にでもなれる今」は、年齢や世代に関係なく、何時までも全ての人のものだと思います。そう考えると、楽しくなってきましたか。いくつになっても、まだまだ何にでもなれる。どんなことでもできる。体力は100%ではなくても、今までの経験を活かせば、昔と変わらない。何にでもなれる今にシフトチェンジしてみませんか。もっともっと何にでもなれる「今」を大切にしながら、皆様に「元気」を届けられる公民館であり続けたいと思っています。

## 公民館の休館日にご注意ください。

- ◆ 9月17日(月)は「敬老の日」と重なるため、翌日の9月18日も休館となります。
- ◆ 9月22日(日)は「秋分の日」で休館です。
- ◆ 10月14日(月)は「スポーツの日」と重なるため、翌日の10月15日も休館となります。
- ◆ 11月3日(日)は「文化の日」で休館です。
- ◆ 11月23日(土)は「勤労感謝の日」で休館です。



## 社会福祉協議会からのお知らせ

### 【生活の無料相談】

平城地区社会福祉協議会では、地区在住の税理士・行政経験者・司法書士の協力を得て、平城地区にお住まいの方を対象とした無料相談会を毎月開催しています。

- 日程/毎週水曜日 18:00~20:00 第1水曜:税務相談、第3水曜:行政相談、第2・第4水曜:法律相談
- 場所/平城公民館 1階 講座室(1組40分程度)
- 法律相談の事前予約・お問い合わせは下記担当まで  
税務相談 西川 090-9871-8327、行政相談 井村 080-4243-5310、法律相談 堀 0742-77-0660

## こんな講座ありました。

### へいじょう子どもシネマ 7/13(土)

地域の子どもたちが公民館で楽しい時間を共に過ごすことができるように、そして、地域の方々の活動を知ることにより地域とのかかわりをより深めることができるきっかけとなることを目的として「へいじょう子どもシネマ」を実施しました。上映作品は、現在なかなか目にしないレーザーディスクを使い「ドラゴンボールZ 超戦士撃破!!勝つのはオレだ」を上映しました。子どもたちは、楽しそうに観ていました。また、この事業は平城地区社会福祉協議会が主催する子ども食堂「さくら食堂」と連携・協力して実施しており、終了後には「さくら食堂」への参加し、美味しいカレーでお腹いっぱいになりました。とても楽しく、地域との関わりを持つことができました。

### 子どもお天気教室 7/31(水)

気象の専門家である奈良地方気象台の職員の方を講師に招き、気象に関わる実験を通して、学ぶ楽しさや気付くことの大切さを感じ、理科(特に気象)について好奇心の向上を図ることを目的に、この講座を開催しました。子どもたちの感想からは、「実験がたくさんできて嬉しかったです。」「雲をつくるのがおもしろかった。」「天気のことについて詳しく知れた。」「気象庁の仕事に興味を持てた。」「雲の仕組みが分かって良かった」「気圧の実験が楽しかった」等があり、とても有意義な時間を過ごしました。



### 夏休み親子絵画教室 8/3(土)

絵に興味をもったり、描いたりすることを通して、ものづくりの面白さや楽しさを感じてもらったり、また、夏休みを利用して親子で絵を描くことにより、楽しいひと時を過ごし親子の絆を深めてもらうことを目的に開催しました。子どもたちの感想からは、「上手く絵がかけた」「ハイライトとか上手くなった」保護者からは、「親子で絵を描く機会がありませんでしたので良かったです」「水彩画の楽しさを学べて、習いたいと思いました。」等があり、親子で過ごす微笑ましいひと時でした。



## 9月と10月の公民館の主催講座の予定

※講座の内容・日程は、変更になる場合があります。  
(※の付いている講座は、事前申込が必要です。)

#### 【9月】

4日(水)朝活!週一回公民館で健康づくり②  
【11日②、18日②、25日③】  
5日(木)平城元気サロン⑥  
26日(木)生涯学習セミナー④ ※  
28日(土)平城おやこチャレンジクラブ※

#### 【10月】

2日(水)朝活!週一回公民館で健康づくり④  
【9日⑤、16日⑥、23日⑦、30日⑧】  
3日(土)平城元気サロン⑦  
13日(日)親子でアウトドア※  
24日(木)生涯学習セミナー⑤ ※

お申し込みが必要な講座はパソコンやスマートフォンからも申し込みます。  
下のQRコードを読み込んでください。申込み可能な講座から順次公開中です。



## ~10月・11月の主な講座~

### 【わんどくIN平城】

日 /9月7日(土)  
時間/1部 14:00~15:00  
2部 15:00~16:00  
場所/平城公民館 2階大集会室  
内容/読書介助犬に本の読み聞かせを行うプログラム  
「R.E.A.Dプログラム」の実施  
対象/奈良市在住・在学の小学1~4年生と保護者  
※犬に対するアレルギーのある方は参加不可  
定員/6組(12人) ※費用/無料  
メ切/8月29日 申込多数の場合は、8/30 公開抽選



### 【朝活!週一公民館で健康づくり】

9月末までの予定で実施していた【朝活!週一公民館で健康づくり】が、受講者からの声も多くあり、下記の日程で延長します。

(健康増進ポイント 50p 付与)

★開催日 10/2、10/9、10/16、10/23、10/30  
11/6、11/20  
12/11、12/18、12/25  
1/8、1/15、1/22、1/29  
2/5、2/12、2/19、2/26  
3/5、3/12、3/19、3/26

※ 原則令和6年3月末迄の原則毎週水曜日



### 【平城おやこチャレンジクラブ】

日時/令和6年9月28日(土)10:30~11:30  
場所/平城公民館 2階 大集会室  
内容/親子でバルーンアート体験  
対象・定員/奈良市内在住・在学の小学生と保護者9組(18人)※2人1組  
費用/材料費1組300円  
メ切/9月18日 申込多数の場合は、9/19 公開抽選



### 【親子でアウトドア】

日時/10月13日(日)9:30~14:00(予定)  
内容/公民館施設を利用して、屋外での火起こしから調理、工作体験など親子でチャレンジ。  
対象/平城・西大寺北小学校3~6年生と保護者  
定員/10組20人(2人1組)  
メ切/10月3日 申込多数の場合は、10/4 公開抽選

## ~公民館からのお知らせ~

### 【平城公民館まつり】を開催します!!!

公民館の活動を地域の皆様方に知っていただくこと、そして平城公民館で活動されておられるグループの方々の発表の場として、【平城公民館まつり】を実施します。

★ 日時 : 11月30日(土) 10:00~16:00  
12月1日(日) 10:00~15:00

※11月28日(木)・29日(金)は準備日となりますので、ご了承ください。

★ 内容 : 舞台での発表・作品の展示・体験・イベント等  
◎公民館まつりについての詳細は、次号の公民館だよりでお知らせします。  
◎地域の皆様、お忙しいとは思いますが、気軽に公民館へお越しいただき、発表や展示等をご覧いただければと思います。よろしくお願いいたします。

公民館まつり開催に伴い、11/28(木)~12/1(日)については、**全館使用不可**です。申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。  
ご不明な点や確認事項等がございましたら、公民館事務室へお問合せください。

