



特集
pick up!

奈良から起業家のスターを！

NARA STAR PROJECT

も く じ contents

2017 年に出店された「ROKUMEI COFFEE.CO TOMIO ROASTERY」。起業が雇用も生んでいる

幅広い行政ニーズに的確に対応するために
人事行政をお知らせします p6-7

変則営業にご注意ください
年末年始の開所情報まとめ p8-9

平安時代から続く奈良を代表する祭り
春日若宮おん祭 p29 ならトピ p31

生活 p10 健康 p12 子育て p13

シニア p15 しごと p16

募集・催し p17 スポーツ p20

文化情報 p22 生涯学習 p26

奈良から起業家のスターを！ NARA STAR PROJECT



昨年、ならまちセンター裏に奈良産クラフトビールのタッブルーム（バー）を開業した「ゴールデンラビットビール」代表の市橋 健さん

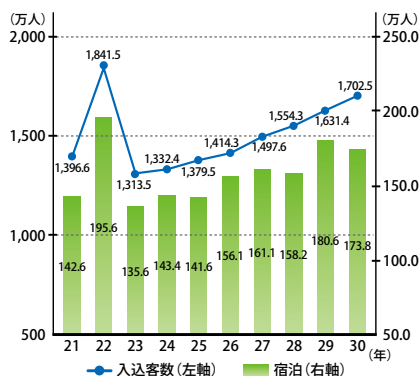
奈良市は平成 23 年から観光入込客数が7年連続で増加しています。

一方で奈良県は人口に対する飲食・宿泊店数は全国で最も少なく、
県外就業率についても全国的に見て非常に高いといった課題があります。

そこで市は、平成 29 年から「NARA STAR PROJECT（以下、NSP）」を打ち出し、
市内の産業の活性化につながる起業家の育成に取り組んでいます。

今月号は NSP を受講した起業家たちの現在の活動を紹介します。

奈良市観光入込客数および
宿泊客数の推移（10 年間）



奈良市観光入込客数調査報告書より抜粋
※ 平成 22 年は平城遷都 1300 年記念事業の影響で増加

人口 1000 人あたりの事業所数
（宿泊業・飲食サービス業）

順位	都道府県（+奈良市）	件数
1	沖縄県	8.41
2	山梨県	7.75
3	高知県	7.72
...		
42	岡山県	4.67
	奈良市	4.64
43	神奈川県	4.37
44	滋賀県	4.30
45	千葉県	4.16
46	埼玉県	3.96
47	奈良県	3.92

総務省統計局「事業所数（宿泊業・飲食サービス業）（平成 26 年）」および「総人口（平成 26 年）」、奈良市の人口統計（平成 26 年）より算出

都道府県別
県外就業率

順位	都道府県別(全国)	就業率
1	埼玉県	29.4%
2	奈良県	28.8%
3	千葉県	27.6%
4	神奈川県	25.5%
5	兵庫県	14.4%
6	京都府	12.7%
7	滋賀県	11.5%
8	岐阜県	11.3%
9	茨城県	10.0%
10	東京都・佐賀県	8.3%
	全国平均	9.0%

総務省統計局「平成 27 年国勢調査」より抜粋

市町村別
県外就業率

順位	市町村別(奈良県)	就業率
1	生駒市	53.7%
2	王寺町	44.3%
3	三郷町	43.1%
4	香芝市	41.5%
5	平群町	38.3%
6	上牧町	35.7%
7	河合町	35.0%
8	斑鳩町	34.8%
9	奈良市	34.0%
10	安堵町	28.6%
	県平均	28.8%

NARA STAR PROJECT とは？

将来にわたる市の産業・雇用の創出、および地域経済の活性化を目的として、平成 29 年に始まった取り組みです。「自ら新たな産業を生み出しながらも、他の起業家に良い影響を与えてくれるような起業家」の育成をめざします。専門プログラムを選抜者に提供し、以降それが次世代の起業家へ引き継がれていくような循環システムを定着させていきます。

今年で3期目を迎え、新たに EO Osaka*の協力を受けながら、奈良から起業家のスターを生み出していきます。

※ EO は Entrepreneurs' Organization（起業家機構）の略。若手起業家の世界的ネットワークとして 1987 年に設立。EO Osaka は EO Tokyo に次ぐ日本支部として、2010 年 7 月に大阪で発足した。





「あをによし」等、ネーミングも奈良らしさにこだわる

奈良市発のクラフトビールで、もう1食、もう1泊を盛り上げる。

市橋 健 (写真は右ページ) ゴールデンラビットビール代表 NSP 2期生
2016年創業。17年インターナショナルビアカップ銅賞受賞。製薬会社に勤めながら、副業としてビール業を営み、その新しい働き方が経済産業省や各種メディアからも注目を集める。

ゴールデンラビットビール 東寺林町 30 ☎ 77-0944

10:00 ~ 17:00 金・土曜日は 21:00 まで 定休日：月・木曜日

奈良にクラフトビールを

僕がクラフトビールの醸造に興味を持ったきっかけは、10年の「平城遷都1300年祭」の際に、奈良産のクラフトビールが出店されておらず残念だったことです。

そこから奈良産のクラフトビールを作りたいと醸造元に研修に行くなど、自身で研究を始めました。大学では農学を専攻し、製薬会社に勤めている経験が、ビールの醸造に応用できると気づき、のめり込んでいきました。

奈良市と二人三脚で起業

そんな折、奈良市が主催する「好きなまちで仕事を創る」という企画を知り応募しました。そこでは、起業家の卵との交流や先輩起業家からの指導などを受け、クラフトビールの事業案をブラッシュアップしていくことで、ベスト共感プラン賞を受賞しました。

その後、16年に起業し、18年にならまちセンター裏にある木造倉庫を改修

し事業所を移転しました。

そして、同年NSPに2期生として参加します。同プロジェクトでは奈良市の起業家仲間ができ、情報交換など現在も交流が続いています。

素材作りからこだわる

「ゴールデンラビットビール」の特長は奈良の素材にこだわっていることです。ブレンドしている大麦は奈良市から紹介してもらった都祁の農家さんと協力して、種まきから育てたものを使っています。

奈良の夜を盛り上げる

僕は奈良の飲食店や宿泊施設が少ない等の課題をビールで解決したいと考えています。ビールは世界中で飲まれているお酒ですので、市内の飲食店や宿泊施設に「ゴールデンラビットビール」を置いてもらい、奈良のクラフトビールを飲むことで、もう1食、もう1泊が増え、思えば一杯と

「奈良を起業家が育つ風土に」日本一の焙煎士の挑戦

井田 浩司 株式会社路珈珈代表取締役 焙煎士 NSP 1期生

2010年に自家焙煎をはじめ、13年に父の営む喫茶店を事業承継。15年から新ブランド「ROKUMEI COFFEE」を展開する。18年に焙煎技術を競う全国大会で優勝し、日本一の焙煎士となる。今年11月には世界大会に出場する。



奈良店 (西御門町 31) ☎ 23-4075 9:00 ~ 18:00 定休日：火曜日

富雄店 (三碓7丁目 29-1) ☎ 93-5544 10:00 ~ 18:00 定休日：火曜日

奈良で自家焙煎を始める

私は大学生の頃から父の営んでいた喫茶店を手伝っていました。しかし当時は景気も悪く、売り上げが厳しい時期でもありました。今後、家業を続けていくために他との差別化を考えたところ、当時珍しかった「奈良で自家焙煎をする」という選択にたどり着きました。

日本一の焙煎士へ

私は焙煎を独学で学び始め、焙煎士の仲間との勉強会等に積極的に参加し、その面白さにのめり込んでいきました。12年からは焙煎技術の日本一を決める「Japan coffee roasting championship」に毎年出場し、技術を磨いていきました。そして、出場6年目となる18年には大会で優勝し日本一の焙煎士になりました。

スペシャルティコーヒーを奈良から世界へ

現在は、コーヒーの生産地での栽培から輸送、保管が厳密に管理されて

いる「スペシャルティコーヒー」の普及に力を入れています。このコーヒーは価格設定が適正にされており、生産地にもお金が入り、現地の子どもたちが学校に行けるようになる等のメリットがあるため、奈良からこの文化を広げていきたいです。

NSPで後輩指導役に

経営面では13年に父から事業を承継したことをきっかけに、本格的に経営について学ぶ機会が欲しいと思うようになり、17年にNSP1期生として参加、多くの仲間と出会って刺激を受けました。

そして、今年のNSPでは、私は受講者のサポートを担います。今後の事業の発展を考えると、奈良市の地域全体が発展することが必要と考えたからです。そのためには、新しい起業家を先輩の起業家が育てる風土が必要です。その役を私が担うことで奈良の発展に貢献できたらと考えています。



奈良発「働ける老人ホーム」を立ち上げ。 介護を必要とする人でも、幸せに働ける社会を。

中山 久雄 株式会社リールステージ代表取締役社長・あをに工房代表社員 NSP 2期生
大学卒業後は出光興産や外資系企業で勤務し、2016年に父から事業承継。国・事業者・要介護者の3者に利益がある仕組みを生み出す等、介護事業に変革を起こしており、経済産業省や各種メディアからの注目度も高い。



「チアフル」から依頼された入浴剤を作っているところ。「仕事をするのが楽しい」と作業に打ち込む入所者のみなさん

新たなビジネスモデルへの挑戦

私は16年に父から事業を承継したことをきっかけに、本格的に介護事業に携わることになりました。

長く会社勤めをしてきた私にとって、当初介護事業の特殊性に驚くこともありました。超高齢社会を迎えた日本では社会保障費が膨らみ続けています。介護費用の経済的負担に苦しむケースも多く、介護事業者の収益も年々厳しくなっている状況があります。そのような社会問題を解決し、介護事業者として利益を生み出すこともできる社会に求められる新しいビジネスモデルはないかと考えるようになりました。

起業家たちとの出会い

当時は、会社の今後の経営戦略についても悩んでいた時期でした。そんな時、NSPの存在を知り2期生として参加することになりました。異業種の起業家たちとの有意義

な交流の中で出会った「チアフル」の松本さんが、社会貢献の一環で障害者施設に製品生産を委託する形態を取り入れていることを知りました。

日頃から入居者と触れ合う中で、手先が器用な人が多くいることを感じていたため、入居者も軽作業やものづくりをできればビジネスになると思いついたのです。

日本の介護に変革を

NSPでの発表で手ごたえを感じ、今年の春に高齢者就労事業を手がける「あをに工房」を設立しました。ここでは、企業から受託した手仕事を入居者に再委託して仕事をしてもらっています。

作業時間に合わせて報酬をきちんと支払う仕組みになっており、参加している入居者からは「ちゃんと報酬を受け取れるので、やりがいと責任を感じています」との声をもらいます。

入居者の作業の質が信

頼を得るようになり、委託してくれる企業の数が増えてきました。

「チアフル」の松本さんからの「お風呂のハープ」製造が委託契約の第一号です。ひのきのおが粉を不織布に計り入れ、一つずつじゃばらに折り、口をひもで縛るという難しい手作業を請負いました。しばらくの訓練期間はありましたが、現在は満足のいく製品を納品できるようになっています。

現在、日本には約3500万人のアクティブリニアがいるとも言われているため、今後はそういった人にも仕事を提供し、元氣な社会をこの奈良の地から発信していきたいと考えています。

株式会社 リールステージ
本社：大宮町 5-3-14 不動ビル 406 (☎33-1555)
介護の他に保育・鍼灸接骨等、幅広く事業を行う。
あをに工房 合同会社
大宮町 5-3-14 不動ビル 406 (☎33-1555)



奈良市でゼロから起業。 NSPの繋がりを活用し、事業を加速化。

松本 梓 チアフル株式会社代表取締役社長 NSP 2期生

大学卒業後、大手住宅メーカー勤務を経て、自社ブランド「jiwajiwa」を立ち上げる。奈良の素材を使った入浴料を全国の百貨店等に展開。近畿経済局や奈良県が主催するビジコンにも入賞。

NSP同期生。「チアフル」の製品包装の業務で協力

都市と地域のバランスをとる

前職時代、全国を出張する機会がありました。都市には精神的に疲弊している人々が多い一方で、

地方にはそれぞれ魅力があるのに経済的に衰退している印象を受けました。

「都市と地域のバランスをとる」事業をしたいと考えるようになり、「自分で働き方を選びたい」と思うようになったタイミングと重なって29歳で起業しました。

奈良の魅力の商品化

私は普段から冷え性に悩んでいたため、市販入浴剤をたくさん試していたのですが、自然派のものであればいいなと常々思っていました。そんな時、奈良県産「大和当帰」の入浴剤に出会ったのがきっかけとなり、自社ブランド「jiwajiwa」を立ち上げ、合成香料・着色料を一切含まない自然素材100%「お風呂のハーブ」

を開発しました。原材料は農林業の県内生産者に直接会って仕入れており、製造工程には障害者・要介護高齢者の人々が携わってくれています。



奈良県産の自然素材 100%
「お風呂のハーブ」

自分自身と事業を深掘り

起業して1年半が経ち、今後の経営方針に迷っていた時、知人からNSPを紹介され参加しました。NSPには現在も事業で関わりのある「リールステージ」の中山さんや、経営経験を重ねた同期から刺激を受けました。期間中はメンタリングを通じて自分自身と事業に深く向き合ったことで、めざす方向性が明確になり

ました。

NSP仲間の助けを受け、事業を加速化

「お風呂のハーブ」は障害者の人々に製造してもらっていましたが、販売

数の増加に伴い生産体制を強化する必要がありました。そこで「リールステージ」の中山さんの協力で、入所者の高齢者の人々に作業してもらえ、ことになり、現在は高品質な製品づくりに貢献してもらっています。また私が苦手な管理部門の業務は、NSP 1期生の栗本さんの会社「Women's Future Center」に助けてもらっています。同社は育児中の女性が在宅ワークをする仕組みづくりをしていて、生産・受発注や経理を依頼しています。さらに、NSP同期で経営の大先輩の田尻さんの会社「楓工務店」には5か月ほど入社させてもらい、経営を学びました。チームの力で顧客満足度はもちろん、社員

満足度も高く、チームづくりの大切さを体感し、今後の組織づくりに生かしたいと考えています。

作り手と使い手・地域と未来によいモノづくり

奈良から「お風呂のハーブ」のように、使い手にとって良いものであることはもちろん、作り手や地域にとっても意義があり、より良い未来に繋がる「四方可良」の商品を、全国・世界へ発信し、日本をもっと元気にしていきたいと考えています。「チアフル」は、新しい時代を築く企業として、私達の心身と地球にやさしい暮らしを届けたいと考えています。

チアフル 株式会社

花園町 20 (☎42-6268)

商品はネットショップ「ナラノコト」で購入できる。また市内では平城宮跡歴史公園内にある天平みつき館や、ならファミリー5階の東急ハンズ等でも販売している。

NARA STAR PROJECTの第3期がスタート!

11月12日にNSP第3期の参加希望者に向けたプレイベントを開催しました。ゲスト講演では AmidA ホールディングス代表取締役の藤田優さんが、「さらなる成長をめざして」をテーマに、自らの上場に至るまでの13年間の出来事を語りました。参加した起業家からは「滅多に聞ける話ではなく、目標までの足取りを描く上で、非常に有意義な内容でした。」等の前向きな声が多く上がりました。

(写真は当日の様子)



幅広い行政ニーズに的確に応えるため、 多様な人材の確保に努めています

職員の採用については、新卒者のほか、即戦力となる人材確保につとめています。著しく変化する社会情勢や複雑化する行政課題に対応できる組織づくりを行い、市政運営・政策立案能力の向上を図っています。

新規採用職員 137人のうち、職務経験者は19人

他の自治体や民間企業の職務経験者等、市政にいかせるさまざまな分野の知識と経験を持った人材を採用しています。

	新規採用職員数	うち職務経験者数
一般行政職等	127 (81) 人	19 (11) 人
技能労務職	5 (1) 人	0 (0) 人
教育職	0 (0) 人	0 (0) 人
企業職	0 (0) 人	0 (0) 人
消防職	5 (0) 人	0 (0) 人
合計	137 (82) 人	19 (11) 人

※()内は女性の内数。職務経験者の前職履歴：公務員4人、福祉関係3人、金融関係2人、土木関係1人、メーカー3人、出版関係1人、病院関係1人、保育園4人

「人・組織・業務の適正化」で継続して人件費を削減

職員のワーク・ライフ・バランスの充実と人件費抑制のために、ノー残業デーの徹底等「働き方」に対する意識改革を実行し、時間外勤務の縮減につとめています。また、平成24年に特殊勤務手当検討委員会を設置し、30種類あった特殊勤務手当を、ごみの収集処理業務を中心に廃止する等、15種類へ「適正化」を図りました。

1年間で約2億2800万円の人件費を削減しました

	普通会計	上下水道事業会計
人件費	238億7,208万6,000円	17億1,550万2,000円
H29 人件費(参考)	236億4,328万9,000円	17億9,180万1,000円
人件費 (退職手当を除く)	214億3,187万8,000円	16億1,185万1,000円
H29 人件費 (退職手当を除く/参考)	216億6,038万9,000円	16億6,254万円
人件費率	18.70%	7.24%
H29 人件費率(参考)	18.90%	7.07%

*各年4月1日現在

※人件費率：各会計における歳出に占める人件費の割合

※人件費が増加した要因は、昨年度よりも退職者が増え、退職手当が増加したため

一般行政職の給料は、概ね他の団体を下回っています

	平均年齢	平均給料月額
奈良市	42.1 歳	318,906 円
奈良県	42.8 歳	322,388 円
国	43.5 歳	329,845 円
中核市平均	41.8 歳	319,514 円

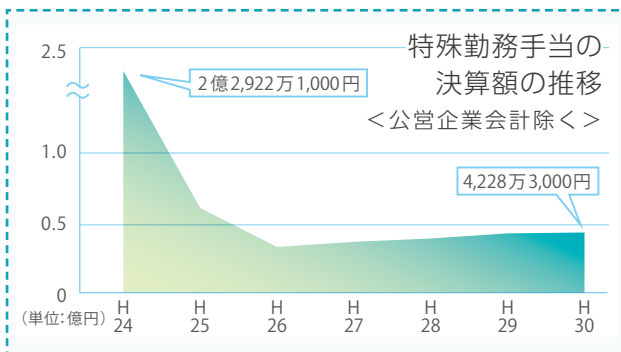
※一般行政職：技能労務職、教育職、企業職、消防職等を除いたもの

※中核市：政令指定都市を除く人口20万人以上等の要件を満たす都市。平成30年4月1日現在で54団体

お知らせします、 奈良市の 人事行政

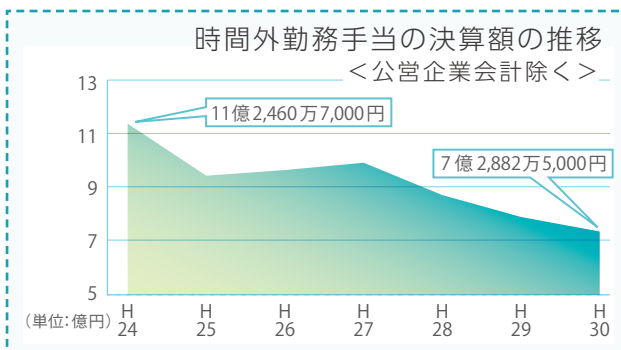
「奈良市人事行政の運営等の状況の発表に関する条例」に基づき、職員数や給与等の状況についてその一部をお知らせします（この公表は主に平成30年度の運営等の状況です）。くわしくは、市ホームページに掲載。総務課の情報コーナーでも閲覧可

特殊勤務手当の大幅な削減(6年間で約80%削減)を行いました



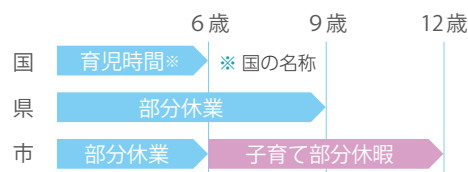
時間外勤務手当の大幅な削減(6年間で約35%減)を行いました

業務の見直し・効率化を進め、また全庁的な目標時間の設定やノー残業デーの徹底等を行い、時間外勤務の縮減に努めています。



平成31年度から部分休業の対象年齢を12歳まで拡大

部分休業の適用範囲を中学校就学前(12歳)まで拡大した「子育て部分休暇」は、市独自の育児支援制度です。仕事と家庭の両立ができる職場環境づくりにつとめています。



	奈良市	奈良県	国
対象	中学校就学の始期(12歳)に達するまでの子を養育する職員	小学3年生(9歳)までの子を養育する職員	小学校就学の始期(6歳)に達するまでの子を養育する職員
内容	正規の勤務時間の始めまたは終わりに、1日につき2時間以内で勤務しないことができる	1週間に18時間45分の範囲で次のいずれかの時間で取得できる。①1日に割り振られた勤務時間の全部 ②勤務時間の始めまたは終わりに連続する、1日を通じて3時間45分を超えない範囲内	正規の勤務時間の始めまたは終わりに、1日につき2時間以内で勤務しないことができる
取得単位	30分単位で取得可能	15分単位で取得可能	30分単位で取得可能
給与	勤務しない時間の給与を減額		

1年間で職員を52人削減しました

業務の民間委託を進めながら、定員適正化に取り組んでいます。

※ H31に右記部局を統合

部局名	H30職員数	H31職員数	対前年増減数
危機管理監	—	16 (2)	16 (2)
総合政策部	63 (9)	74 (8)	11 (-1)
総務部 ※	総務部	103 (14)	-41 (-3)
	財務部	109 (9)	
	会計契約部	13 (3)	
市民部 ※	市民生活部	134 (27)	-42 (-10)
	市民活動部	71 (28)	
福祉部	191 (15)	187 (17)	-4 (2)
子ども未来部	466 (22)	465 (29)	-1 (7)
健康医療部	131 (4)	134 (4)	3 (0)
環境部	255 (32)	252 (33)	-3 (1)
観光経済部	59 (10)	57 (10)	-2 (0)
都市整備部	87 (10)	115 (12)	28 (2)
建設部	98 (20)	101 (15)	3 (-5)
会計課	11 (3)	12 (2)	1 (-1)
企業局	173 (25)	163 (21)	-10 (-4)
消防局	374 (27)	375 (33)	1 (6)
教育委員会	340 (47)	328 (53)	-12 (6)
各種委員会	21 (1)	22 (1)	1 (0)
議会事務局	19 (1)	18 (2)	-1 (1)
合計	2,718 (307)	2,666 (310)	-52 (3)

* 単位：人、()は再任用職員の外数、各年4月1日現在

待機児童対策のため、保育教育士の採用を強化

保育園・こども園の待機児童を解消するため、保育教育士の確保に努めています。

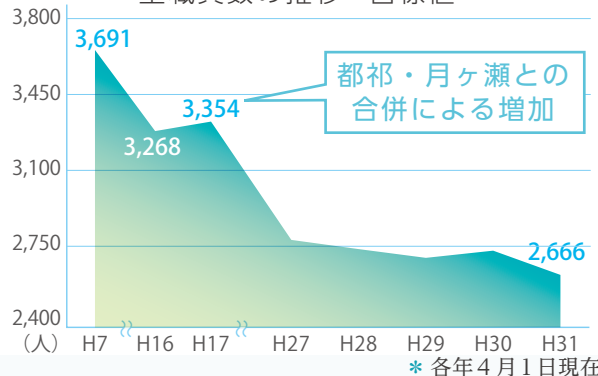
	H28	H29	H30
正規職員：新卒	5人	7人	17人
正規職員：職務経験者	3人	6人	3人
任期付職員	—	—	10人
合計	8人	13人	30人

効率的な組織の実現のため、部局等を再編し、組織のスリム化に努めています

財務部と会計契約部を総務部に統合しました。また、市民生活部と市民活動部を統合し、市民部に改称しました。さらに、業務が密接に関連する課および一定の役割を終えた小規模な課の統合を行いました。

	平成30年度	平成31年度
部	19	14
課	119	108

全職員数の推移・目標値



【問合せ】人事課 (☎ 34-4821)

年末年始のごみ収集・持ち込み等

年末年始は、ごみが多くなる時期です。
ごみ減量・リサイクルにご協力ください。

■ごみの収集（ごみ出しは午前7時半まで）

と き	燃やせる ごみ	プラスチック 製容器包装	燃やせない ごみ
12月27日(金)まで、通常収集			
12月29日(日)	—	—	区域ABEF
12月30日(月)	区域ABEF	区域CH	—
12月31日(火)	区域CDGH	区域AF	—
1月5日(日)	—	区域BE・CH・DG	—
1月6日(月)	区域ABEF	—	—
1月7日(火)	区域CDGH	—	—
1月8日(水)	—	区域AF	区域CDGH
1月9日(木)以降、通常収集			

※5日(日)～10日(金)は通常よりごみが多いため、地域によっては収集が午後4時を過ぎる場合があります。

※市清美公社収集区域について年末は12月31日(火)まで、年始は1月5日(日)から収集します。

【問合せ】収集課(☎71-3012)市清美公社(☎33-8782)

■再生資源の収集（ごみ出しは午前8時半まで）

12月29日(日)=区域10	を収集
12月30日(月)=区域11	
12月31日(火)=区域20	
1月7日(火)=区域12を収集 (6日に網袋・コンテナを配布)	

※市清美公社収集地域の年末年始の収集も、配布しているカレンダー通り

【問合せ】リサイクル推進課(☎33-5380)

市清美公社(☎33-8782)

■動物の死体収集

年末	12月30日(月)まで:午前7時半～午後4時 12月31日(火):午前7時半～午前11時
年始	1月5日(日)から

【問合せ】収集課(☎71-3012)

■し尿のくみ取り

◆月ヶ瀬・都祁を除く地域

年末	12月27日(金)まで(申込は12月20日(金)まで)
年始	1月6日(月)から受付・くみ取り

【問合せ】市清美公社(☎33-8782)

◆月ヶ瀬・都祁地域

年末	12月27日(金)まで(申込は12月20日(金)まで)
年始	1月6日(月)から受付・くみ取り

※12月23日(月)以降の申込み分については1月6日(月)以降の収集

【問合せ】山辺環境衛生組合山辺衛生センター

(☎0743-85-0253)

■浄化槽清掃 次の業者へ問い合わせてください

◆月ヶ瀬・都祁を除く地域

市清美公社(☎33-8782)

オクモト管理サービス(☎61-3979)

松本清掃社(☎36-0523)

大和浄化槽管理センター(☎61-0743)

大和清掃(☎61-4798)

◆月ヶ瀬・都祁地域 松本清掃社(☎0743-53-5211)

■大型ごみの電話申込

【申込専用電話番号】 ☎ 71-9011
(かけ間違いにご注意ください)

年内に大型ごみを収集できない場合があります

12月は申込みが殺到し電話がつながりにくくなります。また、電話がつながっても年内に収集できない場合があります。年明けに申し込む等、理解と協力をお願いします。

○申込み後の12月中の追加や変更はできません。

○大型ごみの収集は、12月31日まで収集します。

< 電話受付期間 >

◆市収集区域 受付: 月～金曜日の午前8時～午後3時

年末	12月27日(金)まで	年始	1月6日(月)から
----	-------------	----	-----------

【問合せ】まち美化推進課(☎71-3220)

◆市清美公社収集区域

受付: 月～金曜日の午前8時半～午後5時

年末	12月27日(金)まで	年始	1月6日(月)から
----	-------------	----	-----------

【申込・問合せ】市清美公社(☎33-8782)

■持ち込みごみの電話申込 環境清美工場へのごみ・再生資源の持ち込みは、電話での申込みが必要

【申込専用電話番号】 ☎ 71-9011
(かけ間違いにご注意ください)

一般家庭・事業所どちらも申込みが必要です。

事前申込みがない場合、ごみの持込はできません。

奈良市のごみ典拠を参照のうえ分別して搬入してください。

剪定枝木は「直径5cm・長さ30cm以下」にしてください。

【持ち込みされるごみの内容について】

環境清美工場(☎71-3000)

【電話予約に関する問合せ】

まち美化推進課(☎71-3220)

受付	年末	12月27日(金)まで	年始	1月6日(月)から
	午前8時～午後3時(土・日曜日除く) ※持ち込み予定日の前日(土・日曜日を除く)までにお申し込みください			
持込	年末	12月31日(火)まで	年始	1月5日(日)から
	午前9時～午後4時半 ※12月31日(火)午後1時まで			

※12月29日～31日および1月5・6日の予約は12月27日まで

※申込みは翌月末の分までを受付

※1回の電話で1日分まで。1日に複数回持込は、その回数分の予約が必要状況により希望に添えない場合があります。

年 末 年 始 の 緊 急 ・ 救 急 情 報 ま と め

◆もしも!のときの応急診療

市では、市医師会、市歯科医師会、市薬剤師会の協力を得て、年末年始の応急診療を行います。内科・小児科は4日間、24時間体制で行います。診療時は健康保険証・各種資格証を必ず持参してください

診療時間	内科・小児科	歯科
6:00～10:00	指定病院 (31日～3日)	休日歯科応急診療所 (30日～3日) ※ 診療時間は 10:00～16:00
10:00～19:00	休日夜間応急診療所 (30日～3日)	
19:00～22:00	指定病院 (31日～3日)	
22:00～6:00	休日夜間応急診療所	

休日夜間応急診療所

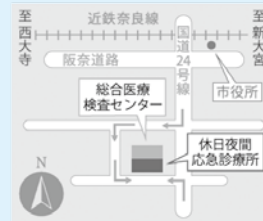
(柏木町519-28 市総合医療検査センター南隣 ☎ 34-1228)

【受付日時】12月30日(月)～1月3日(金)午前9時半～午後6時半

休日歯科応急診療所

(左京5-3-1 総合福祉センター2階 ☎ 70-4182)

【受付日時】12月30日(月)～1月3日(金)午前9時半～午後3時半



◆12/31～1/3の診療可能指定病院

※ 乳幼児を含む子どもから大人までの内科一般

診療時間は午前6時～10時、午後7時～10時です。受診の際は、事前に各病院にご連絡ください

12/31(火)	奈良東九条病院 (東九条町 752 ☎ 61-1118) 近鉄・JR 奈良駅から杏南町・シャープ前・白土町行きバス「北神殿」下車すぐ
1/1(祝)	吉田病院 (西大寺赤田町 1-7-1 ☎ 45-4601) 近鉄大和寺西大寺駅から徒歩約19分。近鉄菖蒲池駅から徒歩約14分
1/2(木)	おかたに病院 (南京終町 1-25-1 ☎ 63-7700) JR 京終駅から徒歩約5分。近鉄・JR 奈良駅から市内循環バス「八軒町」下車、徒歩約6分
1/3(金)	西奈良中央病院 (鶴舞西町 1-15 ☎ 43-3333) 近鉄学園前駅から徒歩約11分。同駅(北口)から東登美ヶ丘一丁目・高の原駅・東登美ヶ丘六丁目東・鹿ノ台北二丁目行きバス、学園前朝日町循環バス「鶴舞町六丁目」下車すぐ

年 末 年 始 主 な 市 の 施 設 の 休 業 日

窓 口 業 務	
市役所本庁、西部・東部・北部出張所、企業局 ※ 1	12/28(土)～1/5(日)
市民サービスセンター	12/29(日)～1/3(金)
生 活	
勤労者総合福祉センター、青少年野外活動センター	12/26(木)～1/6(月)
生涯学習センター、各公民館	12/27(金)～1/6(月)
防災センター	12/28(土)～1/4(土)
保健所、男女共同参画センター「あすなら」各人権文化センター(北・中・東・南)	12/28(土)～1/5(日)
市営火葬場	1/1(祝)～1/3(金)予定
各連絡所【東寺林】12/28(土)～1/5(日)【東市・平城・辰市・帯解】12/27(金)～1/6(月)【精華・伏見・大安寺・明治】12/28(土)～1/7(火)	
子 育 て ・ 健 康 ・ 病 院	
子ども発達センター	12/28(土)～1/5(日)
教育総合センター(はぐくみセンター内)	12/29(日)～1/3(金)
各児童館、ファミリー・サポート・センター	12/29(日)～1/5(日)
地域子育て支援センター「そらいろ」	
市立奈良病院	12/29(日)～1/3(金)
総合医療検査センター	12/30(月)～1/5(日)
ス ポ ー ツ	
ならでんフィールド・鴻ノ池コート・スタジアム ※ 2 補助競技場、投てき練習場、多目的広場	12/25(水)～1/5(日)
南部生涯スポーツセンター、柏木コート	12/29(日)～1/5(日)
上記以外のスポーツ施設(東部地域は右記参照) ※ 2	12/29(日)～1/3(金)
シ ニ ア ・ 福 祉	
社会福祉協議会	12/28(土)～1/5(日)
ボランティアセンター ボランティアインフォメーションセンター	12/29(日)～1/3(金)
総合福祉センター・各老人福祉センター(東・西・北・南)	12/29(日)～1/3(金)

文 化 施 設	
名勝大乗院庭園文化館	12/26(木)～31(火)・1/4(土)～6(月)
きたまち転害門観光案内所	12/26(木)～1/5(日)
ならまち格子の家、杉岡華邨書道美術館 音声館、なら工芸館	12/26(木)～1/6(月)
市美術館	12/27(金)～1/3(金)
入江泰吉記念奈良市写真美術館	12/27(金)～1/3(金)・6(月)
旧鍋屋交番きたまち案内所、京終駅観光案内所 奈良町南観光案内所は無休	12/27(金)～1/5(日)
ならまちセンター ※ 3、学園前ホール 北部会館市民文化ホール	12/28(土)～1/4(土)・6(月)
なら 100 年会館	12/28(土)～1/4(土)・7(火)
埋蔵文化財調査センター	12/28(土)～1/5(日)
奈良町にぎわいの家、奈良町からくりおもちゃ館	12/29(日)～1/3(金)
図書館(中央・西部・北部) ※ 4	12/29(日)～1/4(土)
入江泰吉旧居	12/30(月)・1/2(木)
東 部 地 域 (月 ヶ 瀬 ・ 都 祁 等)	
月ヶ瀬健民運動場、月ヶ瀬体育館 都祁体育館・都祁生涯スポーツセンター	12/25(水)～1/5(日)
都祁交流センター	12/28(土)～1/4(土)
各行政センター(月ヶ瀬・都祁)、月ヶ瀬梅の資料館	12/28(土)～1/5(日)
各福祉センター(月ヶ瀬・都祁) ※ 5 各診療所(田原・柳生・月ヶ瀬・都祁・興東)	12/29(日)～1/3(金)

※ 1 水道管の漏水・断水等、緊急の場合は企業局(☎ 34-5200)または市の指定給水装置工事事業者へ ※ 2 ならやま温水プールは緊急点検のため休館中。ならでんスタジアムは2/19(水)まで休場 ※ 3 同センター駐車場は12/29(日)～1/3(金)休み ※ 4 市総合観光案内所(JR 奈良駅)・近鉄奈良駅総合観光案内所の返却ポスト利用も停止 ※ 5 入浴施設の休館日は各センターへ問い合わせてください

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

市民のうごき(11月1日現在)
総人口：35万6008人(男
性：16万6992人、女性：
18万9016人、世帯数：16
万3320世帯)

生活

ごみ収集について

◆安全なごみ収集作業のため のお願い

ガラスやプラスチック・陶
器類の破片、刃物等(燃やせ
ないごみ)や串・割り箸の破
片等(燃やせるごみ)、鋭利
なものを捨てる際は、新聞紙
や古布に包む等安全措置をし
て、袋の外からでも判別でき
るように品物名を書いて排出
してください。措置のされて
いないごみは怪我や事故の原
因となるため収集できません
◆12月の燃やせないごみの
収集日・収集区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	4日・18日の 水曜日
B・E	の地域	水曜日
C・H	火・金曜日	11日・25日の 水曜日
D・G	の地域	水曜日

※A～Dは市の収集区域、E
～Hは市清美公社の区域で
す。一部地域では収集の曜
日が違うので市ホームページ

ジ等で確認してください
【問合せ】収集課(☎71・3
012)、市清美公社(☎
33・8782)

耐震診断・ブロック塀等撤 去の補助金申請の受付

①耐震診断員による無料耐 震診断

募集期間：1月31日まで
▼募集件数：18件 ▼対象：
昭和56年5月31日以前に建築
された専用か併用の木造一戸
建住宅※昭和56年6月1日以
降に増築した住宅は除く

②ブロック塀等撤去工事補助 募集期間：12月27日ま

▼内容：地震により倒壊
等の危険性のあるブロック塀
等の全部または一部の撤去工
事に対する補助※撤去前に申
請要 ▼募集件数：13件 ▼

対象：不特定多数の人が通行
する道路に面し高さ80cm以上
あるもので、通行人の安全を
確保するために撤去の必要が
あるブロック塀等 ▼補助金
額：撤去費用(1㎡あたり8
千円上限)に2分の1を乗じ
て得た額(千円未満切り捨
て)。限度額は15万円

【申込】建築指導課に備え付
けの申込用紙(市ホームペー
ジにも掲載)に必要な書類を添

えて同課へ持参(送付は不可)。
募集件数に達し次第終了
【問合せ】同課(☎34・47
50)

空き家に関するお知らせ

◆空き家の実態調査を実施

腕章とビブスを着用し、身
分証明書を携帯した委託業者
が空き家の外観調査を行いま
すので、協力してください
とき：12月初旬～1月下
旬予定

◆老朽危険空家等除却費用 補助金

補助の対象となる空家等
は条件があるので申請前に
必ず相談してください
対象物件：市が行う現地
調査により「特定空家等」
または「不良空家等」であ
ると判断された空家等 ▼

補助金額：除却費の2分の
1(ただし、特定空家等は
上限30万円、不良空家等は
上限20万円)
【問合せ】住宅課(☎34・5
175)

◆市空き家バンクについて

空き家のマッチングをサ
ポートします

対象地域：田原・柳生・
大柳生・東里・狭川・月ヶ瀬・

ごみ収集車の火災予防のお願い



「燃やせないごみ」の収集日に、収集車の火災事故が今年
4月以降2件発生しています。1件目は穴が開いていないスプ
レー缶が破裂して発生、2件目はモバイルバッテリーが発火し
て発生したと考えられます。

①スプレー缶等は、中身を使い切って風通しの良い所で穴を数
箇所開ける ※殺虫剤・スプレー塗料・ムース缶等は「燃やせない
ごみ」、カセットボンベ・ヘアスプレー缶等は「再生資源」

②モバイルバッテリーやリチウムイオン電池等の小型充電式電池
は、家電量販店等に
設置されているリサイ
クルボックスへ。設置
場所はJ BRCのホーム
ページから検索でき
ます

【問合せ】収集課
(☎71-3012)



都祁 ▼問合せ：空き家コ
ンシェルジュ(☎0744・35
6211)

安全・安心 住まいの相談

住宅の耐震、リフォーム、
増築等について建築士
に相談できます※敷地の境
界、リフォーム工事代金に
ついて等の民事関係は不可
とき：12月12日(木)、1月9
日(木)、2月13日(木)、3月12日
(木)午後1時～4時。1組40
分程度(電話予約要) ▼と

スマートフォンを利用し た確定申告操作説明会

とき：1月28日(火)午前10
時～11時 ▼ところ：西部
公民館(学園南三丁目) ▼

定員：50人 ▼申込：電話
で事前に奈良納税協会(☎
22・2457)へ※同会場
でe-Tax送信に必要な
ID・パスワードの発行を

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

実施。希望する場合は、申告する本人が、顔写真付きの本人確認書類を持参 ▼
問合せ：奈良税務署（☎26・1206）

軽減税率制度導入後の消費税の申告方法説明会

とき：1月31日（金）午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター ▼定員：50人 ▼持物：筆記用具、電卓 ▼申込：事前に奈良納税協会（☎22・2457）へ ▼問合せ：奈良税務署（☎26・1206）

市・県民税（第4期分）の納期

納期：1月15日～31日
※納税は口座振替（金融機関の窓口で納期限の1か月前までに手続きを）が便利です
【問合せ】納税課（☎34・4727）

市民課関連業務について

◆12月から休日開庁を変更
・第2日曜日：市民課のみ
・第4日曜日：西部出張所住民課のみ
業務時間：午前9時～午後1時

◆マイナンバーカード関連業務休止

12月22日（日）は国の住基ネットシステムメンテナンスのため、タブレット申請、マイナンバーカード交付、継続利用・電子証明書の発行等ができません
【問合せ】市民課（☎34・730）

都市計画（案）の縦覧

◆六条奈良阪線および桂木南京線の変更案
縦覧期間：12月2日（月）～16日（月）の執務時間内（土・日曜日を除く） ▼ところ：都市計画課 ▼意見書の提出：この都市計画（案）について意見のある人は、意見の要旨とその理由を具体的に書いて、住所、氏名、連絡先を併記した文書を、12月16日（月）必着で奈良市長あて（都市計画課）に提出 ▼問合せ：同課（☎34・4748）

市内で事業をしている人は償却資産の申告を忘れずに

事業のために使用している資産を償却資産といい、固定資産税が課税されます。1月1日時点で、市内に償却資産を所有している人は、1月31日までに申告が必要です。申告書様式等、くわしくは市ホームページに掲載
【問合せ】資産税課（☎34・4961）

市プレミアム付商品券

住民税が非課税の人対象のプレミアム付商品券購入引換券交付申請の受付期間は、12月31日（火）までです。申請受付後に購入引換券を郵送します。引換券の発行に時間がかかるので未申請の人は早めに申請してください（今年度住民税課税者の扶養親族、生活保護被保護者は対象外）
商品券の販売期間：2月28日（金）まで ▼利用期間：2月29日（土）まで ▼内容：対象の人1人あたり、商品券1冊5千円（500円券×10枚）を4千円で、最大5冊まで購入可 ▼問合せ：奈良市プレミアム付商品券コールセンター（☎050・3786・0898 土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時）

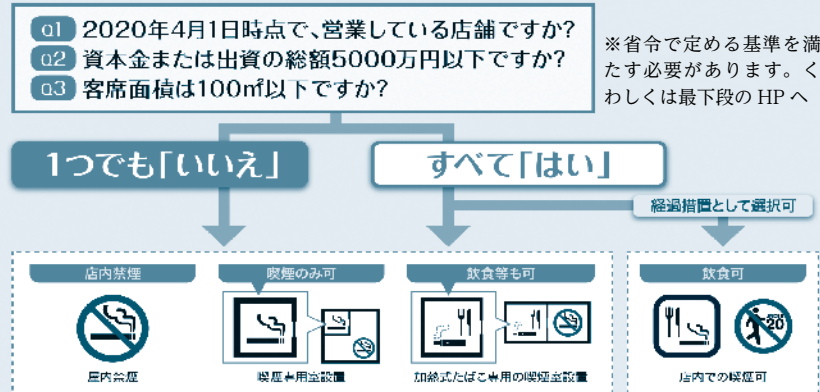
事業者のみなさんへ

受動喫煙対策はお済みですか？

飲食店・オフィス・事業所等が
来年4月1日から「原則屋内禁煙」になります

健康増進法の一部を改正する法律の成立を受けて、来年には原則屋内禁煙となり、喫煙を可能とするためには事業者の分類に沿った喫煙室の設置が必要となります（喫煙専用室・加熱式たばこ専用喫煙室の設置も可能）。運用についてもさまざまなルールの遵守が必要です。

◆飲食店の経営者は、フローチャートで経過措置を確認してください



全てのの人に配慮義務があります

☑ 喫煙をする際の配慮義務

例：受動喫煙が発生しないよう、できるだけ周囲に人がいない場所で喫煙する。子どもや患者等、特に配慮が必要な人が集まる場所や近くにいる場所等では喫煙しない

☑ 喫煙所設置の際の配慮義務

例：施設の出入口付近や利用者が多く集まるような場所には喫煙場所を設置しない。喫煙場所からの煙の排出先について、周辺の通行量や状況から判断し、受動喫煙が生じない場所とする

【問合せ】医療政策課（☎93-8392）、受動喫煙対策に関するコールセンター（厚生労働省内 ☎03-5539-0303 土・日曜日・祝日を除く午前9時半～午後6時15分）

特設サイト「なくそう！望まない受動喫煙」で検索

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

入札参加資格審査の申請

市・市企業局が発注する建設工事等に係る競争入札に参加するための資格審査の申請を受付します。くわしくは、市および市企業局ホームページに掲載

申請方法

- ①市内業者(持参受付の場合)
とき：1月20日(月)～31日
(金)午前9時半～正午、午後1時半～4時 ▼ところ：市役所北棟6階17会議室
- ②市内業者(郵送受付の場合)・市外業者、準市内業者(郵送受付)
とき：1月6日(月)～31日(金)消印有効
- 【問合せ】市役所関係…契約課(☎34・4743)、企業局関係…企業局経営企画課(☎34・5200)

健康

市立奈良病院公開講座「もっと知ってほしい画像診断を用いたがんの最新治療 切らずに行うIVR治療」

とき：12月14日(土)午前10時半～11時半 ▼ところ：同

健診のお知らせ

特定健康診査・健康診査の受診期間は1月末までです。

対象：40歳～74歳の国民健康保険加入者・後期高齢者医療制度加入者 ▼費用：500円(国民健康保険加入者は負担無) ▼申込：県内実施医療機関に電話等で予約の上、受診券、質問票、被保険者証を医療機関へ持参 ▼問合せ：国保年金課(☎34・4736)、福祉医療課(☎34・4754)

臨床心理士によるこころの健康相談

とき：12月9日(月)・23日(月)の午後 ▼対象：イライラする、何となく憂鬱、人間関係で悩んでいる等こころの不調がある人 ▼申込：電話で保健予防課(☎93・8397)へ

結核住民検診

とき：12月21日(土)午前9時半～10時半 ▼ところ：同

市総合医療検査センター(柏木町) ▼内容：胸部X線検査 ▼定員：65歳以上の15人 ▼申込：電話で12月2日～20日に保健予防課(☎93・8397)へ

「化学物質過敏症」を知っていますか？

一度に大量の化学物質にさらされたり、低濃度の化学物質に繰り返しさらされる等していったん発症すると、身の回りのわずかな化学物質にも過敏に反応し、頭痛、目への刺激感、動悸・不整脈、うつ状態、倦怠感等のさまざまな症状が現れるようになります。発症等のしくみについては未解明な部分があり、治療方法も確立されていません。人が集まる場所では、原因となる香料や柔軟剤等の使用に配慮しましょう

20日ならウォーク

◆春日山原始林(滝坂の道) (健康) 運動習慣づくり推進員協議会のボランティアと開催

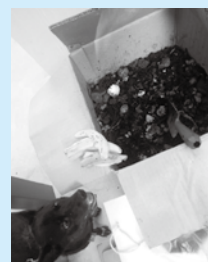
とき：12月20日(金)午前9時

ごみ減量コラム vol.4

燃やせるごみの減量と再資源化を！「生ごみ減量モニター事業」実施

市では、モニター応募者を対象に講習会を実施し、3か月のモニター期間内に家庭から出る生ごみを「ダンボールコンポスト」に投入し、経過を記録してもらいました。「ダンボールが腐った」「キノコが生えた」等の報告書を見ると、悪戦苦闘の様子が垣間見られるのと同時に、楽しんで取り組んでくれていることが感じられました。中には3か月で48kgもの生ごみを投入したモニターさんも！

投入終了後、1か月程度の熟成期間を経て堆肥が完成します。みなさんも自分の手で作った堆肥で野菜作りをしてみませんか？(ダンボールコンポストの助成金制度については廃棄物対策課まで)



堆肥作りの様子

今月のごみ量レポート

今年度の可燃ごみ総搬入量(10月末時点)：46901.2トン
前年度同月比：+0.8%
みなさんのさらなるごみ減量へのご協力をお願いします。

【問合せ】廃棄物対策課(☎71-3001)

糖尿病相談窓口

管理栄養士等が相談を受け、生活指導を実施します(医師の診察はなし)

とき：12月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月) ①午後1時②午後2時半(1人約60分) ▼ところ：はぐくみセ

増進課(☎34・5129 34・3145)へ。市ホームページからも可

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1

がん検診（1月）

申込は電話、FAXで健康増進課へ。市ホームページからも可。受付期間は12月2日～20日（市ホームページの電子申請は10日まで）。生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は無料。申込時に申出要※市役所でのがん検診は、本庁舎耐震化工事のため、当分の間ありません。

◆胃・肺セットがん検診

とき	ところ	受付時間	定員
7日(火)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
8日(水)	西部図書館	9:45～10:45	23人
9日(木)	西部生涯スポーツセンタークラブハウス	9:15～10:15	27人
10日(金)	都跡公民館	9:15～10:15	27人
14日(火)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
21日(火)	登美ヶ丘公民館	9:30～10:30	26人
22日(水)	コープおしくま	9:15～10:15	27人
23日(木)	東市地域ふれあい会館	9:15～10:15	27人
24日(金)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
27日(月)	北部出張所	9:15～10:15	27人
29日(水)	コープおしくま	9:15～10:15	27人
30日(木)	富雄公民館	9:15～10:15	27人
31日(金)	富雄南公民館	9:15～10:15	27人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
15日(水)	はぐくみセンター	14:00～15:00	60人

胃がん検診…胃部レントゲン検査（当日バリウムを飲みます）

肺がん検診…胸部レントゲン検査

【費用】1,500円（胃のみ1,000円、肺のみ500円）。肺がん検診の問診の結果、喀痰検査実施の場合は600円の加算（別途送付費用が必要な場合あり）

【対象】40歳以上の人。ただし、妊娠中、胃・肺・腸等の病気で現在治療中か過去に手術を受けた人、バリウムによる過敏症や誤えんをしたことがある人（肺がん検診は可）、前年度に市の胃がん内視鏡検診を受診した人（肺がん検診は可）は対象外

【その他】授乳中の人には申込時に申出要。検診は年度中1回限り。当日の体調や問診により、検診を受けられない場合あり

【問合せ】健康増進課（☎34-5129 FAX 34-3145）

センター ▶ 持物：あれば健診結果 ▼ 申込：電話で健康増進課（☎34・5129）へ

高齢者インフルエンザ予防接種は12月28日(土)まで

対象：くわしくはしみんだより10月号（9ページ）に掲載。対象者のうち、入院から入所中の人で、市外（奈良県内）の登録医療機関および県外で接種を希望する人は、事前に健康増進課で手続きが必要。早めに手続きをしてください※県外で接種する場合は全額自己負担 ▼ ところ：市内登録医療機関（市ホームページに掲載） ▼ 費用：1700円※生活保護が中国残留邦人等支援給付

を受給している人は、接種当日に保護受給証明書か中国残留邦人等支援給付に係る証明書を医療機関へ持参した場合は無料。28日を過ぎた場合は全額自己負担 ▼ 接種回数：1回 ▼ 持物：健康保険証等本人が確認できる書類 ▼ 問合せ：健康増進課（☎34・5129）

25日は「学ぼう！にこにこ奈良ごはん」 SOP 50P

◆正月太りを防ぐためにできること

とき：12月25日(水)午前9時半～11時半※体重等測定希望者は午前9時から ▼ ところ：はぐくみセンター ▼ 内容：食生活と生

活習慣病の関係についての講話。筋トレ、ストレッチ等の実技 ▼ 持物：水分補給できる物、動きやすい服装 ▼ 問合せ：健康増進課（☎34・5129）

健診結果説明会 SOP 50P

◆脱メタボレッスン！～正月太りにサヨナラ～

とき：1月31日(金)午前10時～11時半 ▼ ところ：はぐくみセンター ▼ 内容：市総合医療検査センタースタッフによる健診結果説明、ストレッチ等 ▼ 定員：BMI23以上の人30人※BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) ▼ 申込：電話かFAXに講座名、住所、氏名、生年月日、電

話番号、身長、体重を書いて、1月17日までに健康増進課（☎34・5129 FAX 34・3145）へ。多い場合は抽選し、結果は後日連絡

今年度がん検診の締切が迫っています

令和元年度のがん検診（対象者には6月末に検診パスポートを送付しています）の受診期限は2月末日、胃がん・肺がん検診（申し込み制。13ページに記載）は3月下旬です。早めに予約してください。くわしくは、市ホームページ（成人の各種検診・健康診査）等に掲載 ▼ 問合せ：健康増進課（☎34・5129）

子育て

むし歯予防のためのフッ化物塗布

対象：平成30年1月生まれの子（2歳4か月の実施月まで可） ▼ とき：1月17日(金)午前9時半～11時半 ▼ ところ：中央保健センター ▼ 内容：歯科健診、フッ化物塗布、歯みがき指導 ▼ 持物：母子健康手帳、歯ブラシ、タオル ▼ 申込：電話かFAXに事業名、子どもの氏名・生年月日、電話番号を書いて、12月27日までに母子健康課（☎34・1978 FAX 34・5155）へ。市ホームページからも可

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

健診名(対象)	とき	ところ
4 か月児健診 (令和元年9月生まれの子)	満4か月になった日から1か月以内に 受診してください	市内指定 医療機関
10 か月児健診 (平成31年3月生まれの子)	満10か月になった日から1か月以内に 受診してください	中央保健 センター
1 歳7 か月児健診 (平成30年5月生まれの子)	1月9日・16日・23日・30日の木曜日。 受付は午後1時15分～2時15分。 番号札は午後0時45分から配布	
3 歳6 か月児健診 (平成28年6月生まれの子)	1月7日・14日・21日・28日の火曜日。 受付は午後1時15分～2時15分。 番号札は午後0時45分から配布	

乳幼児の健診

予防接種予診票綴りを11月下旬に発送しています(令和元年10月生まれ)
予診票綴り、母子健康手帳と健康保険証等を持参すれば接種可。転入等で予診票綴りがない場合は健康増進課へ
※黒の消えない筆記具で記入
【問合せ】同課(☎34・5129)

帳。問診票は12月中旬に送付
持物：問診票、母子健康手帳

しますが、12月1日以降の転入者等で届かない人は当日直接会場へ(4か月・10か月児健診は母子保健課へ連絡)
【問合せ】同課(☎34・1978)

日本脳炎予防接種開始(平成28年12月生まれ)

◆第1期(初回接種2回、追加接種1回)を受けましょう！
予診票綴りを確認してください
接種対象期間：3歳～7歳6か月になる前日
▼接種方法：標準的に初回接種は1週間、追加接種は1週間後、追加接種は2回目から1年後に行います
▼申込：市ホームページ掲載の予防接種登録医療機関へ予約。接種当日は予診票綴り(黒の消えない筆記具で記入)、母子健康手帳、健康保険証等を持参※当日、市に住民登録がない人は接種不可
▼問合せ：健康増進課(☎34・5129)

乳幼児のための各種教室

◆5か月児ぱくぱく教室

対象：令和元年8月生まれの子(第1子)と保護者
とき：1月8日(水)・15日(水)午

前10時～11時半 ▼内容：栄養士による離乳食の話、保健師による子育ての話 ▼持物：母子健康手帳、4か月児健診の問診票に同封の離乳食リーフレット等 ▼定員：各32人

◆1歳0か月児歯びか教室

対象：平成31年1月生まれの子(第1子)と保護者 ▼とき：1月7日(火)午前10時～11時 ▼内容：生え始めた歯の手入れの話、実習 ▼持物：母子健康手帳、口ふきガーゼ ▼定員：各30人
【申込】はぐくみセンター

【申込】電話かFAXに教室名、住所、子どもの氏名・生年月日、保護者氏名、電話番号、希望日を書いて、母子保健課(☎34・1978 ㊦34・5155)へ。多い場合は別の日で受付

妊産婦・乳幼児健康相談

◆保健師・助産師による巡回相談

12月	とき	ところ
18日(水)	17日(火)	平城公民館
18日(水)	17日(火)	平城西公民館

時間：午前9時半～11時半
※平日の午前8時半～午後5時15分に母子保健課への

難病患者やその家族の相談窓口について

難病
コラム⑤

保健所では、難病患者やその家族の在宅での療養生活の不安軽減を図るため、保健師による電話や面接、家庭訪問による相談を行っています。

また県難病相談支援センターでは、地域で生活する難病患者・家族を対象に、療養上・生活上での悩みや不安等の解消を図るとともに、電話や面接、メール等による相談や難病に対する情報の提供を行っています。その他にも、患者・家族会等の活動支援や交流を通して難病患者が持つさまざまなニーズに対応したきめ細やかな相談や支援も行っています。

さらに、県委託の難病ピアサポーター養成講座を修了した難病患者本人や家族が相談員(ピアサポーター)となり、個別面接による相談を実施しています。

【問合せ】保健予防課(☎93-8397)

電話：来所相談もあり

◆助産師による来所相談

とき：平日の午前10時～午後2時(午後1時半まで受付) ▼ところ：西部会館2階相談室(学園南三丁目) ※保健師の場合もあり
【持物】母子健康手帳
【問合せ】母子保健課(☎34・1978)

さとおやミニ講座『特別養子縁組で「家族」になるとは親と子の絆のかたち』

とき：12月20日(金)午前10時～10時40分 ▼ところ：はぐ

ファミリー・サポート・センター

育児の援助を受けたい人・行いたい人が会員登録し、助け合いを行う組織です

◆説明会

とき：12月17日(火)、1月11日(土)午前10時～正午 ▼

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1



公民館で学ぼう！ 食べ物のこと

生涯学習センター・公民館では、市民の食への関心を高めようと、年間約50の食に関する講座を開催しています。また、主催講座等を通じて食文化・食生活に関する自主グループを育成し、市民の継続的な学びの場を作っています。

食に関する講座は、子ども・親子・シニア・男性・女性等、対象を細かく設定し、それぞれのニーズに合わせて実施しています。例えば、食を通して親子でふれあう講座や男性料理教室等です。独り暮らしの高齢者や子どもの孤食、生産者と市民をつなぐ等、現代の食をめぐる課題に取り組む講座もあります。また、料理実習室のある公民館では実際に調理をすることもできます。

みなさんも、公民館の講座や自主グループの活動に参加してみませんか。



南部公民館での「産直トマトクッキング」の様子



生涯学習財団
ホームページ

【問合せ】市生涯学習財団事務局（☎26-5600）

ひとり親家庭等のための 各種相談

◆子どものための養育費等相談
とき：12月10日（火）、26日（木）、1月7日（火）、23日（木）
午後1時②2時③3時①

◆ひとり親家庭等のための弁護士による法律相談
とき：12月21日（土）・1月18日（土）
午後1時半②2時半③3時半④3時半⑤3時半⑥4時半⑦

ところ：はぐくみセンター
▼その他：会員登録には、顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚と印鑑が必要
申込：電話でファミリー・サポート・センター（☎34・3305）へ

【ところ】県母子家庭等就業自立支援センター（スマイルセンター）（西木辻町）
【対象】母子家庭、父子家庭、寡婦、離婚前の人
【申込】電話で相談したい月の1日（日曜日、祝日の場合は翌平日）～実施日まで同センター（☎24・7624）へ。同一案件についての相談は原則1回限り
【問合せ】子ども育成課（☎34・5042）

ひとり親家庭のためのライフアップセミナー・交流会

◆親子でハッピークリスマス会
とき：12月7日（土）午後1時半～4時
ところ：男

就学援助制度による「新入学準備金」入学前支給

小学校の新入学準備金を次の基準に基づき支給します
【認定基準】平成31年度市民税所得割額の合計が左表以下である市内の世帯。家計急変の場合は相談要

女共同参画センターあすなら（西之阪町）▼内容：クリスマスケーキづくり、交流会等
▼対象：母子家庭、父子家庭、寡婦
▼申込：電話でしんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西（☎06・6147・9771）へ
▼その他：託児可。くわしくは、市ホームページに掲載
▼問合せ：子ども育成課（☎34・5042）

16歳～19歳未満の扶養親族（※1）					扶養親族（※2）
3人	2人	1人	0人		
33,300円	22,200円	11,100円	0円	0人	16歳未満の
64,600円	53,500円	42,400円	31,300円	1人	扶養親族（※2）
85,900円	74,800円	63,700円	52,600円	2人	
107,200円	96,100円	85,000円	73,900円	3人	

※1 平成12年1月2日～15年1月1日生まれの人
※2 平成15年1月2日～31年1月1日生まれの人

申請方法：12月25日までに教育総務課か入学予定の市立小学校へ申請※兄弟が今年度就学援助費を受給している場合も別途申請が必要
▼持物：教育総務課、市立小学校備え付けの申請書（市ホームページにも掲載）、認め印、通帳等
▼問合せ：教育総務課（☎34・5337）

シニア

70歳以上「まほろば健康ウォーク」
なら・観光ボランティア

ガイドの会が案内します
◆奈良の近代建築を巡る
とき：12月18日（水）午前9時半～正午。雨天決行、警報発令時中止
▼コース：JR奈良駅旧駅舎前集合→奈良ホテル→奈良国立博物館→旧奈良監獄→般若寺バス停解散（5.7km）
▼対象：70歳以上のなままるカード（優待乗車証・老春手帳）所持者
▼費用：200円
▼申込：電話かはがき、FAX、Eメールに「まほろば申込」、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて、12月13日までに長寿福祉課（☎34・5439）FAX34・1161 Eメール：choujun.fukushi@city.nara.lg.jp）へ

後期高齢者医療保険料の納期（第6期）

納期：12月15日（日）～27日（金）
【問合せ】福祉医療課（☎34・4754）

東・西・北・南福祉センターでゆず湯を実施

市公衆浴場同業組合から寄贈されたゆずを使用
とき：12月24日（火）正午～午後4時
▼問合せ：各福祉センター（連絡先は16ページ掲載）

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

東福祉センター

〒630-8113 法蓮町1702-1
☎ 24・3151 FAX 27・9028

◆元氣ならエクササイズ、一緒に始めましょう！

とき：12月17日(火)、1月10日(金)、2月14日(金)、3月13日(金) 午前10時半～正午 ▼内

容：ストレッチング、筋力トレーニング等 ▼講師：健康運動指導士、理学療法士、保健師等 ▼定員：60

歳以上の人50人 ▼持物：フェイスタオル ▼申込：12月11日までに電話か直接

同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

◆暮らしと介護の相談会「知って安心・安全に！」

とき：12月13日(金)午後1時半～3時 ▼内容：介護

保険サービスや成年後見制度、遺言・相続に関する相談等、全体講座(約30分)、個別相談 ▼講師：ケアマネ

ジャー、行政書士 ▼対象：60歳以上の人と子育てサポートすくすく広場利用者

西福祉センター

〒631-0024 百葉園一丁目9-13
☎ 41・3151 FAX 41・3150

◆クリスマスジャズコン

サート

とき：12月14日(土)午後1時半～2時半 ▼出演：I K O

M A シティ・サイド・ジャズ・オーケストラ ▼対象：60歳以上の人とその家族

南福祉センター

〒630-843 南永井町45-1
☎ 62・3730 FAX 62・3780

◆生活・介護お困りごと相談

とき：12月20日(金)午後1時半～3時 ▼内容：都南

地域包括支援センターによる生活に役立つ講座と個別相談 ▼対象：60歳以上の人とその家族 ▼申込：講座は自由参加。個別相談は

予約要(電話か直接同センターへ。当日可)

◆年忘れ 歌合戦！

とき：12月21日(土)午後1時半～3時半 ▼内容：カラオケ

発表(出演受付は終了) ▼対象：60歳以上の人とその家族およびおむね3歳までの子どもとその保護者

北福祉センター

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎ 71・3501 FAX 71・3548

◆ウィンターコンサート

とき：12月7日(土)午後1時

半～2時半 ▼内容：吹奏楽

による大人も子どもも一緒に楽しめるプログラム ▼出演：奈良ウインドコンサート

ファミリー ▼対象：60歳以上の人とその家族、おむね0歳から3歳児と保護者およびその家族

◆健康・栄養講座「認知症予防」

とき：12月18日(水)午後1時半～3時 ▼講師：奈良ヤクルト販売管理栄養士の菱木

純子さん ▼定員：60歳以上の人60人 ▼申込：12月11日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

仕事と育児・介護の両立支援セミナー

とき：1月17日(金)午後1時半～5時 ▼ところ：奈良商

工会議所(登大路町) ▼内容：労働局による「働き方改革関連法」についての講演、育児・介護プランナーによる両立支援のポイント・モデル企業の事例紹介・助成金等、企業向けのセミナーを実施。終了後は個別支援・相談

各種職員募集や職場体験会について

◆奈良市職員

受験資格や試験内容等について、試験案内を熟読して手続きをしてください。くわしくは市ホームページに掲載

採用予定時期…令和2年4月 ▶申込…必要書類を締切日(案内に記載)必着で市職員任用試験委員会へ郵送。持参不可 ▶試験案内・申込書…同委員会、各出張所・行政センターで配布(市ホームページからダウンロード可) ▶問合せ…同委員会(人事課内 ☎ 34-4821)

◆女性消防団員

採用予定時期…令和2年4月1日 ▶資格…健康明朗で防災活動等に興味がある18歳以上の女性。在勤・在学可。面接あり ▶活動…①応急手当講習の指導②防火・防災に関する広報・啓発活動(カラーガード隊あり) ③各種訓練、消防行事等への参加

▶待遇…非常勤特別職の地方公務員報酬(年2回)と出動手当を支給。公務災害補償、退職報償金(5年以上)、表彰の制度あり。制服活動服等貸与 ▶定員…若干名 ▶申込…消防局総務課で配布する入団申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を書いて郵送で同課(〒630-8145 八条五丁目404-1 ☎ 35-1199)へ。直接持参可

◆保育士職場体験会

とき…12月13日(金)午前9時半～11時半 ▶ところ…高円こども園(古市町) ▶内容…保育士の仕事や職場の雰囲気を経験する ▶対象…保育士等の資格を持っていて現在職についていない人、無資格ではあるが保育士の仕事に興味のある人30人(学生可) ▶申込…電話かFAXに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、12月6日までに保育総務課(☎ 34-5493 ☎ 34-4752)へ

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1

パブリックコメントを募集します

各募集について、くわしくは市のホームページにも掲載

◆奈良市無電柱化推進計画（素案）

閲覧期間…12月2日(月)～27日(金) ▶応募資格…市内に在住・在勤・在学の人、事業所を有する個人・法人・その他の団体 ▶応募方法…FAX、Eメールで意見名を明記し、個人は住所・氏名・電話番号、法人その他の団体は法人(団体)名・所在地・電話番号を書いて、12月27日必着で道路建設課(☎34-5164 FAX36-7741 Eメール:dourokensetsu@city.nara.lg.jp)へ。同課で閲覧も可(土・日曜日、祝日を除く業務時間内)

◆第二期奈良市子ども・子育て支援事業計画（素案）

市では、国の法律に基づき令和2年度を始期とする「第二期奈良市子ども・子育て支援事業計画」の作成を進めています。今回、同計画素案に対する意見を募集します。

閲覧期間…12月20日(金)～1月20日(月)※子ども政策課、総務課、各出張所・行政センターで閲覧可(土・日曜日、祝日を除く業務時間内)。応募内容は、個人情報を除いて公開する場合あり。意見への個別対応は不可 ▶応募資格…市内に在住・在勤・在学の人、事業所を有する個人・法人・その他の団体 ▶応募方法…送付かFAX、Eメールに意見名を明記し、個人は住所・氏名・年齢・電話番号、法人その他の団体は法人(団体)名・所在地・電話番号を書いて、1月20日必着で子ども政策課(☎34-4792 FAX34-4798 Eメール:kodomoseisaku@city.nara.lg.jp)へ。直接持参可、電話での応募不可。

催し

もったいない陶磁器

家庭で不要になった陶磁器製食器を無料で回収・配布します

回収できないもの：市外の家庭や事業で不要になったもの、灰皿・花瓶等の食器でないもの、食べ残し等が付着したもの、素焼きの皿や土鍋、ガラス・プラスチック・金属・木製の食器、ゴム製の底や取っ手等が付くもの(取り外せば可) ※回収前に検品し、対象外の食器・包装等は返却 ▼とき・ところ…①12月11日(水)・コープ七条(七条西町)②18日(水)はぐくみセンター③1月8日(水)・コープ七条 午前10時～午後1時、回収は午後0時半まで。持ち帰りにはマイバッグ等を持参 ▼問合せ…環境政策課(☎34・4591)

令和元年万年青年文化展

とき…12月5日(木)午前10時～午後5時、12月6日(金)午前10時～午後2時半 ▼ところ…市美術館(二条大路南一丁目) ▼内容…日本画・洋画・工芸・書・手芸・写真 ▼問合せ…市万年青年クラブ連合会事務局(東福祉

センター内 ☎24・3151) はぐくみセンター クリスマスコンサート

とき…12月25日(水)午後0時半～1時 ▼内容…市国際音楽交流協議会会員の「Tender Moments」によるハンドベルとピアノ演奏 ▼問合せ…同センター管理室(☎34・2303)

若草山焼き見学会

とき…1月25日(土)午後6時 ▼ところ…はぐくみセンター ▼定員…150人(在勤・在学も可) ▼申込…往復はがきかEメールに事業名(山焼き)、住所、応募者と同伴者の氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、12月27日必着で同センター管理室(〒630-8122 三条本町13-1 ☎34・2303) Eメール:hagukumi-yamayaki2020@city.nara.lg.jp)へ。1通に2人まで可。多い場合は抽選。座席不要の乳幼児は申込不要

「あつまれEcoキッズ」おしごと体験

とき…1月12日(日)午前10時

とき…午後2時 ▼ところ…ならまちセンター(東寺林町) ▼内容…エコとお金の関係について学んだあと、FMラジオ中継、ひょうたんクラフト等のおしごと体験 ▼対象…小・中学生30人 ▼費用…千円 ▼申込…はがきに住所、子どもの氏名(ふりがな)・学年、保護者氏名、当日連絡先を書いて、12月27日までに環境政策課(☎34・4591)へ。市ホームページの応募フォームからも可。多い場合は抽選

文化財防火ゼミナール

とき…1月26日(日)午前10時 ▼ところ…旧奈良監獄(旧奈良少年刑務所)(般若寺町) ▼定員…150人 ▼申込…往復はがきかFAX、Eメールに住所、参加者全員の氏名、電話・FAX番号を書いて、12月26日必着で消防局予防課(〒630-8145 八条五丁目404-1 ☎35・1192 FAX33・8460) Eメール:shoubou-bosyu@city.nara.lg.jp)へ。1枚につき3人まで可。多い場合は抽選し、後日全員に結果を連絡

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

訪問型生活援助サービス 従事者研修

とき	ところ	定員
① 1月21日(火) ・22日(水)	はぐくみセ ンター	20人
② 2月18日(火) ・19日(水)	西部公民館 (学園南三 丁目)	20人

時間：午前9時50分～午後4時半
▼申込：電話かFAXに希望講座日程、住所、氏名、生年月日、連絡先を書いて、各講座7日前までに市社会福祉協議会(☎93・3261 FAX61・0340)へ

ひきこもりサポーター養成講座

とき：①12月19日(木)午後1時半～4時半 ②1月16日(木)午前10時～午後3時 ③2月18日(火)午前10時～午後3時 ④3月3日(火)午後1時半～5時
▼ところ：はぐくみセンター
▼対象：継続的に活動に参加できる人、ひきこもり状態にある人や家族に関わることがある支援機関や地域活動者で、全4回講座を受講できる人
▼定員：50人
▼申込：FAX、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、志望動機、電

話番号を書いて、12月13日までに福祉政策課くらしと仕事支援室(☎34・5497 FAX34・5359 Eメール：kurashi-support@city.nara.jp)へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族のよき理解者、応援者を養成します
とき：①1月21日(火) ②2月18日(火)午前9時50分～11時20分
▼ところ：①はぐくみセンター ②西部公民館(学園南三丁目)
▼定員：30人
▼申込：電話かFAXに希望日、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、各講座7日前までに市役所コールセンター(☎36・4894 FAX36・3552)へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

障害者就労施設等で生産された授産品の展示販売

とき：12月2日(月)～6日(金)午前11時～午後1時
▼ところ：市役所
▼問合せ：障がい福祉課(☎34・4593)

勤労者総合福祉センター (サン・アクティブ奈良)

〒630-8106 佐保台西町1-15
☎71・2444

社交ダンス教室

①入門教室 ②初級教室
とき：①1月13日(祝)・18日(土)・26日(日) ②2月1日(土)・11日(祝)・15日(土)・24日(日) ③3月1日(日)・7日(土)・15日(日) ④午前9時半～10時半 ⑤午前10時40分～正午
▼内容：①タンゴ・ルンバ ②クイックステップ・ルンバ
▼定員：各33人。在勤も可
▼持物：ダンスシューズ。室内用スニーカーも可
▼費用：①4千円 ②5千円

陶芸教室

とき：1月15日～3月18日の原則毎週水曜日、午後1時半～4時、2月26日(木)午前10時半～午後5時。8回
▼内容：陶芸の基礎を学び、湯呑み・皿等を作陶
▼定員：16人。在勤も可
▼費用：9千円

絵画教室(水彩画)

とき：1月21日～3月31日の原則毎週火曜日、午後1時～3時。10回
▼定員：16人。在勤も可
▼費用：4千円

ヨガ教室

とき：1月11日～3月28日の原則毎週土曜日。10回 ①午前9時15分～10時半 ②午前10時45分～正午
▼定員：各15人。在勤も可
▼費用：各6千円

フラダンス教室

①未経験者・初心者対象 ②ダンスと音楽のベーシックが出来る人

手話は言語です ～「あいさつ」編～

手話
コラム
vol.3

手話は耳の不自由な人にとって大切なことばです。市は、手話を使って安心して暮らせるまちをめざしています。

◆手話を覚えてみよう！「ありがとう」

左手甲に小指側を直角にのせた右手を上げながら頭を下げる
(出典：全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習辞典Ⅰ」)

【解説】相撲の勝ち力士が賞金を受け取る所作から生まれた手話とされています



【問合せ】障がい福祉課
(☎34-4593 FAX34-5080)

【申込】往復はがきに教室名

(○数字の別)、住所、氏名、性別、電話番号、勤務先を書いて、12月15日必着で同センターへ。各教室に1人1枚限り。多い場合は抽選

社交ダンス(申込不要)

とき：12月1日(日)・8日(日)・13日(祝)・18日(土)・26日(日)・2月1日(土)午後1時半～4時半。午後2時～3時は講師常駐、12月8日と1月18日は30分の団体レッスンあり
▼費用：各日1

男女共同参画センター 「あすなろ」

〒630-8245 西之阪町12
☎81・3100 FAX25・0600

◆女性のためのエクセル基礎講座

とき：1月9日～2月6日の毎週木曜日(全5回)。
午前10時～正午
▼定員：文字入力ができる女性10人(在勤・在学も可)
▼費用：7千円(テキスト代15

人500円
▼その他：パートナリエンジあり
▼持物：ダンスシューズ。室内用スニーカーも可

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒630-8122 三条本町13-1

◆千支展

〒630-8346 阿字万字町1-1
☎ 27・00033

なら工芸館

00円含む）▼申込：電話かFAXに講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、託児（1歳～就学前）希望者は幼児の名前（ふりがな）性別・年齢を書いて、12月23日までに同センターへ。市ホームページの電子申請からも可。多い場合は抽選

ボランティアセンター
〒630-8113 法蓮町1702-1
☎ 26・2270 FAX 26・20003

◆ボラかふえ 12月・1月
とき：①12月14日（土）②1月11日（土）午前10時～正午
▼内容：①あいさつポスター研修②特技を生かしてボランティア活動 ▼定員：各36人 ▼申込：電話かFAX、Eメール（nara@citrus.ocn.ne.jp）に①②の別、住所、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて、①12月9日②1月6日までに同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

ボランティアセンター

とき：12月3日（火）～1月31日（金）▼内容：来年の干支（子）がテーマの奈良伝統工芸作品の展示販売

史料保存館
〒630-8337 脇戸町1-1
☎ 27・0169

史料保存館

◆史料保存館史料によるタイムトラベル奈良町～奈良奉行梶野良材と奈良～
とき：12月7日（土）午後2時～4時※午後2時から約30分の史料解説 ▼ところ：奈良町にぎわいの家（中新屋町）▼内容：企画展示「奈良奉行梶野良材と奈良」に関連した史料を出張展示

◆古文書・古絵図に親しもう 奈良町歴史ミニ講座
「初春に迎えるもの」歳神・万歳・牛玉
とき：12月21日（土）午後1時半～2時

◆解説付きガイドツアー「もっと知りたい、奈良歴史と陰陽師」
なら・観光ボランティアガイドの会が案内します
とき：1月19日（日）午後1時～4時頃。雨天決行。警報発令時中止 ▼コース：ならまちセンター前広場集合～史料保存館～春日大社聖明神社～

三社池解散 ▼費用：200円 ▼申込：電話かほかき、FAX、Eメールに事業名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて、1月12日までになら・観光ボランティアガイドの会（〒630-8228 上三条町23-4 ☎ 27・9889 FAX 24・9311 Eメール：suzaku97@m3.kcn.ne.jp）へ

◆蔵展示・年末特別企画 万葉画家・岡橋萬帆展
とき：12月5日（木）～17日

◆町家講座「奈良七口を完歩して見えたこと」
とき：12月15日（日）午後2時～3時半 ▼内容：奈良町にあった七つの出入口から近郊まで歩いた満願報告会と見所紹介 ▼定員：30人

◆みなでしめ縄作り
とき：12月14日（土）午前10時～正午、午後1時半～3時半 ▼講師：田原地区伝統芸能保存会の岡井稲郎さん ▼定員：各8人 ▼費用：500円

◆かまど体験（ご飯と季節の味噌汁作り）
とき：12月23日（月）午前10時～午後0時半 ▼定員：7人 ▼費用：500円

【申込】電話かEメール（nigaiwainote@gmail.com）に②③の別、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、参加人数を書いて、各開催日の1週間前までに同館へ。多い場合は抽選



奈良ひとまち大学

http://nhmu.jp



あまづせん 甘葛煎って、どんな味？
～まぼろしの古代スイーツ、復活！～

とき…12月21日（土）13：30～16：30
▶ところ…奈良女子大学（北魚屋東町）
▶定員…15人 ▶費用…500円



東京都民、奈良愛をデザインする
～あたらしい仕事のかたちを拓く～

とき…12月22日（日）14：00～15：30
▶ところ…ゲストハウス奥（高天市町）
▶定員…13人 ▶費用…500円



かわいいフルーツのサワーをどうぞ
～猿沢池畔の生搾りサワー専門店～

とき…12月22日（日）14：00～16：00
▶ところ…生搾りサワー専門店「color」（元林院町） ▶定員…成人15人 ▶費用…1,000円

【申込】往復はがきに授業名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて、12月13日必着で同大学事務局へ。1枚に1人1授業限り。同大学ホームページからも可。多い場合は抽選

【問合せ】「奈良ひとまち大学」事務局（市生涯学習財団内 〒630-8357 杉ヶ町23 ☎ 26-5600）

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

スポーツ

奈良こうのいけリレーマ
ラソン2020

とき：2月9日(日)①午前
9時・中学駅伝スタート②午
前10時半・リレーマラソンス
タート。雨天決行 ▼ところ
：ならでんフィールド、奈良
電力鴻ノ池パーク内特設コー
ス(1周1km) ▼種別：①
42・195kmリレー(男子・女子・
男女混成・職場仲間 1チ
ム3・10人)②20kmリレー
(男子・女子・男女混成・職
場仲間 1チーム3・10人)
③10kmファミリーリレー(家
族・親戚で構成されたチ
ム 1チーム3・10人)④中
学駅伝(2km×5区間)・
奈良市立中学校(男子・女子
チーム)※中学生以下は保護
者、中学駅伝は校長の承認
が必要 ▼費用：①A②B③1人3
300円、④1人3300
円(小学生以下・1人130
0円)⑤1500円 ▼申
込：1月19日までに、リレー
マラソンはRUNNERより
申込、中学駅伝は伏見中学校
の村戸僚さんまで申込。くわ
しくは大会ホームページに掲
載 ▼問合せ：市陸上競技協

会事務所の岡本賢一さん(☎
080・4018・0619)

スポーツ教室

ならでんアリーナ

ソフトテニス教室

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午前9時半～11時半。
9回 ▼定員：60人 ▼費用：
4320円

バドミントン教室(昼の部)

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午後1時半～3時半。9
回 ▼定員：60人 ▼費用：3
600円

バドミントン教室(小学生の部)

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午後4時半～6時。9
回 ▼定員：小学3・6年生60
人 ▼費用：3510円

バドミントン教室(夜の部)

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午後6時半～8時半。9
回 ▼定員：25人 ▼費用：5
850円

ならでん第二アリーナ

健康体操教室

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午前10時～11時半。10回
▼内容：音楽を使ったリズム体
操 ▼定員：女性30人 ▼費用
：3100円

卓球教室

とき：1月9日からの毎週木曜
日 午前9時半～11時半 ▼定員
：一般男女50人 ▼費用：4千円

ならでん第二武道場会議室

操体法教室
とき：1月7日からの毎週火
曜日 午後1時半～3時半。10

回 ▼内容：自分でできる肩こ
り、腰痛等の手入れ法 ▼定員
：20人 ▼費用：3千円

【その他】体育館では体育館

シユーズを必ず使用。用具の
ある人は持参。会場内では指
導員の指示に従ってください
【申込】往復はがきに教室
名、住所、氏名(ふりがな)、年
齢(小学生は学年と生年月
日および保護者氏名)、性
別、電話番号を書いて、12月
15日必着でならでんアリー
ナ(〒630-8108法蓮佐保山四丁
目1-3 ☎24・1501)
へ。多い場合は抽選

武道、坐禅教室

ならでん武道場

剣道教室①小学生基本の部
とき：1月6日からの毎週月・
火・金曜日 午後5時半～6時
半 ▼定員：小学生30人 ▼費
用：9千円。別途傷害保険料要

剣道教室②小学生上級の部

とき：1月6日からの毎週月・
火・木・金曜日 午後5時半～
7時 ▼定員：小学生20人。3
級以上 ▼費用：1万円。別途
傷害保険料要

剣道教室③親子体験の部

とき：1月18日・25日、2月1
日・15日、3月7日・14日の土曜
日 午前9時半～10時半 ▼定員
：5・6歳児と保護者15組(子ど

もののみの参加可) ▼費用：2千
円。別途傷害保険料要

剣道教室④中学生以上の部

とき：1月6日からの毎週月・
火・木・金曜日 午後7時～8
時 ▼定員：中学生以上の経験
者20人 ▼費用：4千円。別途
傷害保険料要。当日券300円

なぎなた教室

とき：1月7日からの毎週火
曜日 午前10時～正午、木曜日
の午後4時半～6時半、土曜日
の午後1時～3時。高校生以下
は木・土曜日のみ ▼定員：年
長以上20人 ▼費用：5千円

やり教室(宝蔵院流)

とき：1月18日からの毎週土
曜日 午前10時～正午 ▼定員：
高校生以上10人 ▼費用：6千円

坐禅教室

とき：1月12日からの毎週日曜
日 午前7時～8時半 ▼定員：
高校生以上10人 ▼費用：2千円

ならでん第二武道場

柔道教室①小学生の部

とき：1月7日からの毎週火・
木曜日 午後5時～6時半、土曜
日の午後1時半～3時 ▼定員：
小学生20人 ▼費用：4500円

柔道教室②親子体験の部

とき：1月9日からの第2・
3・4木曜日 午後3時半～4
時半 ▼定員：5・6歳児と保
護者15組(子どものみの参加可)
▼費用：3千円

柔道教室③中学生以上の部

とき：1月7日からの毎週火・
木曜日 午後6時～7時半、土

曜日の午後2時半～4時 ▼定
員：中学生以上20人 ▼費用：
4500円

柔道教室④女性の部

とき：1月7日からの火曜日
午前10時～11時半。月2回 ▼
定員：18歳以上の女性20人 ▼
費用：4千円

ならでん弓道場

弓道教室

とき：1月4日からの毎週土
曜日 午後5時～7時 ▼定員
：高校生以上の初心者20人 ▼
費用：3千円

【その他】費用は3か月分

【申込】往復はがきに教室
名、住所、氏名(ふりが
な)、年齢(学生は学校名、学
年)、性別、電話番号を書
いて、12月13日必着で市総合
財団(〒630-8108法蓮佐保山四
丁目6-3 ならでん第二武
道場内)へ。多い場合は抽選
【問合せ】剣道・なぎなた・
やり・坐禅教室はならでん
武道場(☎26・1060)。
柔道、弓道教室はならでん
第二武道場(☎27・6163)

市民体育大会(スキー競技)

とき：2月23日(祝)午前9
時～正午 ▼ところ：白山
一里野温泉スキー場(石川
県) ▼種目：青年男女(30
歳未満)、成年男女1部(30

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1

ならでんフィールド スポーツ教室

番号	教室名	とき
①	初心者のためのマラソン教室	1月10日・17日・24日・31日の金曜日 午前9時半～11時
②	美しく歩くためのウォーキング教室	1月10日・24日・31日の金曜日 午後1時半～2時半
③	持久力トレーニング(60分)	12月10日・17日の火曜日 A午前9時半 B午後1時半
④	ストレッチ&体幹トレーニング(60分)	12月12日・19日の木曜日 A午前9時半 B午後1時半
⑤	筋力トレーニング(90分)	12月13日・20日の金曜日 A午前9時半 B午後1時

【ところ】ならでんフィールド（法蓮佐保山四丁目）

【定員】①②各24人 ③④⑤定員制

【費用】①1,500円/回 ②1,000円/回 ③④⑤800円/回

【持物】運動のできる服装、タオル、飲み物

【申込】ならでんフィールド（☎22-0001）へ

歳以上40歳未満）、成年男女2部（40歳以上50歳未満）、壮年男女1部（50歳以上60歳未満）、壮年男女2部（60歳以上70歳未満）、壮年男女3部（70歳以上）、中学生男女、小学生男女、Sクラス（SAJ・SIA指導者、テクニカルプライズ保持者、全日本B級競技大会出場経験者）▼費用：千円（小・中学生は無料）※傷害保険未加入者は保険料600円要 ▼申込：スポーツ振興課備え付けの用紙（市ホームページ）からダウンロード可）に

スキー講習会

とき：2月20日（木）～23日

（初）3泊4日 ▼ところ：白山一里野温泉スキー場（石川県）▼定員：35人（最少遂行人数20人）▼費用：4万5千円 ▼申込：スポーツ振興課備え付けの用紙（市ホームページ）からダウンロード可）に必要事項を書いて、1月31日必着で市スキー協会の早瀬文雄

必要事項を書いて、1月31日までに同課（☎34・5376）へ

軽スポーツ大会参加者募集

とき：1月25日（土）午前9時～正午 ▼ところ：南部生涯スポーツセンター体育館（杏町）▼内容：スポーツウェルネス吹矢・フロッツカー ▼定員：小学3年生以上30人（小学生は保護者同伴）▼持物：体育館シューズ、飲物 ▼申込：はがき、FAXに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、1月10日までにスポーツ振興課（〒630-8580二条大路南一丁目1-1 ☎34・5376 FAX34・4765）へ。

さん（〒631-0811秋篠町8781-2 ☎090・1586・8081）へ

バンビシヤス奈良ホームゲーム

とき：12月28日（土）午後6時、29日（日）午後2時 ▼対戦相手：越谷アルファーズ ▼ところ：ならでんアリーナ（法蓮佐保山四丁目）▼チケット：同チーム公式ホームページに掲載

多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

奈良マラソン2019開催に伴う交通規制

12月8日（日）午前8時半頃～午後3時は、奈良公園周辺・大宮通り・天理街道等で交通規制を行います。くわしくは、同ホームページに掲載

【問合せ】同実行委員会（☎81・8752）

ならやま屋内温水プールの休業

緊急点検のため、10月1日から休業しています

【問合せ】スポーツ振興課（☎34・4862）

総合福祉センター体育館

〒631-0801左京5丁目3-1
☎71・0775 FAX71・0773

ふれあいスポーツDAY

とき：12月22日（日）午前10時10分～正午 ▼内容：風船バレー ▼定員：小学生以上30人 ▼持物：体育館シューズ ▼申込：同館に備え付けの申込用紙、往復はがき、FAXに住所、氏

載 ▼問合せ：同チーム（☎20・1800 火・金曜日 午前10時～午後5時）

名（ふりがな）、年齢、電話・FAX番号、障がいの有無・種別・等級、未成年者は保護者名を書いて、12月17日必着で同館へ。視覚障がい者のみ電話受付可。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

ふれあい宣言タイムマラソン大会

とき：1月19日（日）午前10時10分～午後1時。小雨決行 ▼ところ：同センター周辺道 ▼内容：タイムを宣言し実際のタイムとの差を競う ▼コース：ショート（約1.5km）、ミドル（約2.7km）、ロング（約5.2km） ▼定員：障がい者・児と健常者・児200人 ▼その他：雑煮の振る舞いあり。みどり号の当日のセンター出発時刻を、午後0時半から午後1時発に変更します ▼申込：同館備え付けの用紙、往復はがき、FAXに住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話・FAX番号、障がいの有無（有の場合は種別・等級）、コース（60分以内で走れるコース）、宣言タイムを書いて、12月22日必着で同館へ。視覚障がい者のみ電話受付可

話受付可

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

文化情報

【チケット情報】窓口のみの扱い：**奈良市美術館** 北
北部会館市民文化ホール **な**
ならまちセンター **音** 音声
館 **学** 学園前ホール **▼イ**
ンターネットでの扱い：**S**
SCチケット **e** イープラ
ス **楽** 楽天チケット **▼販**
売：固なら100年会館…
一般販売日は電話予約およ
びweb予約のみ（電話予
約 **☎34・0111**※発売初
日は午前9時から）。[nara
100 Online Ticket] でも
購入可 **友** 友の会特典あり
※電話での扱いは午前9時
から。一部の携帯電話・P
HSからの利用不可 **☎チ**
ケットぴあ（音声予約 **☎0570・**
02・9999） **ロ** ローン
チケット（問合せ **☎0570・**
4005） **☐** CNプレイガ
イド（一般予約 **☎0570・**
9999）
【各館の休館日】特に記載が
ない場合は、2日（月）9日（月）
16日（月）23日（月）1月6日
（月）です
（各施設の年末年始休館日は
9ページに掲載）

奈良市美術館

〒630-8012 一条大路南一丁目3-1
ミ・ナール5階 **☎30・1510**
FAX 35・7160（1月6日は開館）

◆市展なら作品募集

とき：2月20日（木）～3月1
日（日）▼応募資格：平成16年
4月1日以前に生まれた人。
1人2点まで（個展・グルー
プ展での発表作品は除く）。
他の公募展等で入選・入賞し
た作品の応募は不可。未発表
の作品でないことが判明した
場合、入選・賞は取消

【出品規格】額に紐をつけ
る等、展示可能な状態で出
品してください

- ①日本画：20号以上50号（S
50号含む。最大幅116.7cm）以
内で額装。ただし30号以上
の斜めがけは不可。額の幅
は11cm以内（マットを含む）
- ②洋画：20号以上50号（S
50号含む。最大幅116.7cm）以
内で額装。ただし30号以上
の斜めがけは不可。版画は
四つ切判（54cm×38cm）以
上50号以内。額の幅は11cm
以内（マットを含む）
- ③彫刻：横幅150cm・奥行150
cm・高さ200cm・重さ100kg以内
- ④工芸：平面作品は、縦180
cm・横幅150cm以内。立体作品

は横幅150cm・奥行150cm・高さ
150cm・重さ100kg以内。（魚拓、珍
木、手芸に準ずるものは除く）

⑤書：仕上がり面積1.13㎡以
内・縦約180cm・横幅約168cm
以内で枠張り又は額装。但
し、縦軸は可。軸装の紙の
サイズは半切（34.8cm×36.3cm）
まで※縦軸とは、掛軸（壁
に掛けられるもの）。なお、規
定の用紙に楷書で読み下し
文および意味の良く分かる
様に釈文を書き、封筒（出
品者の氏名を記入）に入れ
作品の裏に貼付

⑥写真：半切（43.2cm×35.6cm）
またはA3ノビ（48.3cm×32.9
cm）～全紙（56cm×45.7cm）
まで。ただし組写真は不可。
パネル装か額装

搬入：2月1日（土）～2日
（日）▼搬出：選外作品…2
月15日（土）～16日（日）、入選作
品…3月3日（火）～4日（水）午
前10時～午後5時▼費用
：1点3千円、2点5千円。
平成13年4月2日以後に生
まれた人は無料（年齢を証
明するものを持参）▼その
他：文化振興課、各出張所・
行政センター・連絡所、生
涯学習センター、各公民館、
百な北美等に備え付けの募
集要項（同館ホームページ

からダウンロード可）をよ
く読んで応募してください
◆新春造形まつり「奈良市
児童生徒作品展」
市立小・中学校、市立一条
高等学校、市内養護学校、奈
良教育大学附属中学校特別
支援学級の児童生徒の図工
美術の成果を紹介

とき：1月4日（土）～6日
（月）午前10時～午後5時半（入
館は午後5時まで）
◆オープンミュージアム
プロジェクト 林勇気展「ア
ニメーション」受付・監
視ボランティア募集

とき：1月10日（金）～19日
（日）の活動可能な日①午前10
時～午後1時②午後1時～
5時半▼対象：18歳以上
の人▼申込：FAX、**百美**
北な等に備え付けの応募用
紙に必要事項を書いて、12月
20日必着で同館へ

なら100年会館
〒630-8121 三条宮前町7-1
☎34・01000（火曜日休館）
◆フルコンサートブランド
ピアノ試弾会
とき：①1月18日（土）午前
9時半～午後8時半②1月
19日（日）午前9時半～午後8
時半（最終受付午後7時

半）▼費用：1人60分3千
円。連弾は別途千円▼申
込：往復はがきにイベント
名、住所、氏名、年齢、電
話番号、試弾希望日時を書
いて、1月6日必着で同館
へ。多い場合は抽選
◆能楽みどころ講座 能「西
行桜」のみどころ
とき：1月26日（日）午後2
時▼講師：能楽シテ方金
春流能楽師 重要無形文化財
能楽総合保持者の金春康之
さん▼申込：往復はがき
にイベント名、住所、氏名、電
話番号、参加人数（2人ま
で）を書いて、1月15日必
着で同館へ。多い場合は抽
選。未就学児入場不可

◆ふれあいコンサート（バ
リアフリーコンサート）
とき：2月15日（土）午後2
時▼出演：中川敬斗さん
（チューバ）、宇高ほのかさ
ん（ピアノ）▼費用：自由
席500円（小学生以下無
料）**友**▼チケット：**百北**
学回、12月12日（木）発売

◆目の健康講座と近藤嘉宏
ピアノ演奏会
とき：2月16日（日）午後3
時▼内容：近畿大学奈良
病院准教授の杉岡孝二さん
「白内障の症状と手術治療

国・県・団体
生涯学習

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒630-8122 三条本町13-1

人権
コラム

身の回りから「人権」を 考えてみませんか

12月10日は「人権デー」。4日～10日は人権週間として、全国で人権意識の普及と高揚にむけてさまざまな取り組みが行われます。

ケーススタディ ～夫婦の会話から～

ある日、妻が「洗濯物をたたんでおいて」と夫に頼んだところ、夫が「たたんどいたるわ」と返事。妻は「たたんどいたる？これは女のすることと思っているからそんなこと言っているの？」と、険悪な雰囲気になりました。

こういった状況になったのは、夫に洗濯物等の家事は「女性がすることが当たり前」という思い込みがあったからかもしれません。

～「当たり前」と「有り難う」～

「有り難う」の反対は「当たり前」という気持ちだという話があります。人に何かをしてもらったときに、感謝の気持ちを持つと自然と頭を下げますが、「やって当たり前」という気持ちでいると感謝の気持ちも生まれないし、ねぎらいの言葉も出てきません。

～自分の生活を振り返りませんか～

上記の例のように、「当たり前」が家庭や地域、職場で蔓延していると、お互いを思いやる気持ちやねぎらいの言葉もなくなってしまいそうです。みなさんも一度自分の身の回りや生活を振り返ってみませんか？

【問合せ】人権政策課（☎34-4733）

について、日本眼科医会監事 山岸眼科医院院長の山岸直矢さん「緑内障の早期発見をめざして」、近藤嘉宏ピアノ演奏会 ▼定員：400人。未就学児入場不可 ▼申込：往復はがきにイベント名、住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数（2人まで）を書いて、1月23日必着で同館へ。多い場合は抽選

◆DRUM TAO ザ・ドラマーズ FINAL
とき：3月21日(土)午後3時半 ▼費用：S席7800円、A席6千円。未就学児入場不可 ▼チケット：百ひろびろ、奈良テレビ放

送、12月8日(日)午前10時発売 ▼問合せ：奈良テレビ放送（☎24・2958）、キョードーインフォメーション（☎0570・200・888）

◆斉藤和義 KAZUYOSHI SATO LIVE TOUR2020
とき：3月12日(木)午後6時半 ▼費用：指定席6900円、立見6400円。3歳未満入場不可、3歳以上チケット要 ▼チケット：百ひろびろ、12月7日(土)午前10時発売 ▼問合せ：キョードーインフォメーション（☎0570・200・888）

◆たのしいリトミック教室（後期）

とき：1～3月の木曜日
①午前10時～10時45分 ②午前11時～11時45分 ③いずれでも可 ▼講師：リトミック上級指導資格・認定心理カウンセラー資格者の金井佳子さん ▼定員：1～2歳児とその保護者20組程度 ▼費用：一組6千円、子ども2人の場合は9千円 ▼申込：往復はがきに講座名、①②③の別、住所、保護者と子どもの氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を書いて、12月20日必着で同館へ。多い場合は抽選

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町600-1
☎22・9811

百々新「WHITE MAP on the Silk Road」展 新春トーク

とき：1月4日(土)午後2時 ▼内容：写真家・百々新さんと百々武さんの兄弟が写真表現について講話。観覧券要 ▼費用：小・中学生1000円、高校・大学生2000円、一般5000円。毎週土曜日、小・中・高校生無料。市在住の70歳以上の、障がい者（手帳要）と介護者は無料 ▼作品解説：第2・4土曜日午後2時 ▼休館日：月曜日。1月13日は開館

ならまちセンター

〒630-8362 東寺林町38 ☎27・1151

ならまち落語会「生寿の部屋スペシャル」第7回 生喬一門会

とき：1月26日(日)午後2時 ▼出演：笑福亭生喬、笑福亭生寿、露の棗、豊来家板里 ▼定員：300人 ▼チケット：前売2千円。当

日500円増。奈良町落語館（☎22・7227）

◆奈良大学世界遺産講座

とき：①2月1日(土)②2日(日)午後1時 ▼内容：①元奈良大学教授の白石太一郎さん「世界遺産百舌鳥・古市古墳群の語るもの」、元興寺文化財研究所副所長の狭川真一さん「世界遺産登録を境に見た奈良町と今後」②奈良大学文学部史学科教授の寺崎保広さん「国宝になった平城宮木簡」、市埋蔵文化財調査センター所長の三好美穂さん「平城京大寺院を支えた経済活動」▼定員：300人 ▼申込：両日参加できる人。往復はがきに講座名「奈良大学世界遺産講座」、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、電話番号を書いて、12月25日必着で同館へ。1枚に1人限り。多い場合は抽選

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8301 高畑町1083-1
☎24・0808 FAX24・0807

◆入江泰吉出張写真展「大和の道」(入場自由)

とき：12月14日(土)～1月26日(日)

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。
特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

学園前ホール

〒631-0034 学園南三丁目1-5
西部会館3階 ☎51・20001

◆ワンコインコンサート

とき：12月13日(金)午後1時半
▼内容：クラシック演奏
▼出演：水口真緒(ヴァイオリン)、二塚裕美(ピアノ) ▼費用：500円。**学** 発売中

◆がくコン 延原武春&テ

レマン室内オーケストラ
バロック音楽コンサート
とき：12月14日(土)午後2時
▼費用：前売2千円。当日500円増。**学** 発売中

杉岡華邨書道美術館

〒630-8337 脇戸町3 ☎24・4111

◆作品解説会

とき：12月14日(土)午前11時
▼内容：開催中の成田山書道美術館コレクション「明治150年の書道」展Ⅱ期書壇の確立について解説
◆筆書き体験コーナー
とき：12月14日(土)・15日(日)午前9時～午後5時

【費用】一般300円、団体(20人以上)240円。16歳未満、高校生、市在住の70歳以上の入、障がい者(要

手帳要)と介護者は無料

音声館

〒630-8335 鳴川町32-1 ☎27・7700

◆やわらぎコンサート

とき：12月22日(日)午後2時
▼出演：NHK奈良児童合唱団

◆奈良の民話ミュージカル

絵巻「二月堂良弁杉」良弁僧正開山忌奉納公演
とき：12月16日(月)午後2時～2時45分 ▼ところ：東大寺二月堂北参籠所
▼出演：劇団「良弁杉」 ▼定員：70人(直接会場へ)

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-2 ☎FAX 27・1689

◆写真美術館出張・作品講評

とき：12月8日(日)午後2時～3時半 ▼内容：撮りためた写真を講評、撮影のアドバイス。1人約3点程度
▼講師：写真美術館技術員 ▼定員：成人20人 ▼費用：500円

◆入江泰吉の仏像を巡る

とき：12月13日(金)午前10時～午後3時 ▼内容：入江が撮った仏像作品の解

説と現地を散策(興福寺他) ▼講師：写真美術館学芸員 ▼定員：成人20人 ▼費用：500円。別途拝観料 ▼持物：昼食

◆入江泰吉旧居で、はじめ

の一句
とき：12月21日(土)午後2時～4時 ▼内容：初心者向けに俳句作りを指導 ▼講師：俳人協会幹事の倉橋みどりさん ▼定員：成人10人 ▼費用：千円

◆お正月福引

とき：1月1日(祝)・3日(金) ▼内容：入江泰吉のグッズ進呈 ▼定員：各日先着30人
◆お抹茶でひとやすみ
とき：1月3日(金) ▼定員：20人 ▼費用：500円

◆入館料

200円

なら・あーと・スペース

(市庁舎玄関ホール)

◆古市城イメージ模型

とき：12月9日(月)～13日(金)午前9時～午後5時

◆奈良の四季絵はがき展

とき：12月16日(月)～20日(金)午前9時～午後5時
【問合せ】文化振興課 ☎34・4942

市庁舎ふれあいコンサート

ト(入場自由)

とき：12月20日(金)午後0時15分～0時50分 ▼ところ：市庁舎玄関ホール
▼出演：市国際音楽交流協議会会員の「陽声たまゆら会」(奈良市ママさんコーラス協議会) ▼問合せ：文化振興課 ☎34・4942

国・県・団体

内容・申込・費用等、詳細については各団体にお問い合わせください

■令和2年2月開講のハロートレーニング(公的職業訓練)受講生募集

募集期間：12月2日(月)～27日(金) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科：①機械CAD技術科 ②住宅リフォーム技術科 ▼定員：①②各10人 ▼期間：2月3日(月)～8月28日(金) ▼費

用：要 ▼問合せ：同センター ☎0744・22・5226

■名阪国道リフレッシュ工事

①神野口IC～針IC 下り線 12月2日(月)午前9時～13日(金)午後5時(土・日曜日を除く) 終日1車線規制

②関IC～伊賀IC 上下

線 12月2日(月)午後9時～11日(水)午前5時(土・日曜日を除く) 夜間通行止め
【問合せ】国土交通省北勢国道事務所 道路情報センター ☎0595・82・3937

■萌 こころの相談室(精神科ソーシャルワーカーによる電話相談)

とき：12月2日(月)～6日(金)午前9時～午後9時 ▼相談専用電話番号：☎0743・85・5639(通話料要) ▼問合せ：地域活動支援センター1ふらっと ☎0743・54・3977

■平城宮いざない館歴史講座「みやこからまちへ平城京のその後」

とき：12月14日(土)午前10時半～正午 ▼ところ：同館(二条大路南三丁目) ▼定員：100人 ▼費用：要 ▼申込：平城宮跡管理

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1

市コールセンター ▶ ☎36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時

はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒630-8122 三条本町13-1

センター（☎36・8780 FAX 36・8781）へ

■奈良パイロットクラブチャリティバザー

とき：12月15日(日)正午～午後3時 ▼ところ：中部公民館（上三条町）▼問合せ：同クラブ（☎090・4565・7712）

■ベートーヴェン第九演奏会

とき：12月15日(日)午後2時開演 ▼ところ：県文化会館（登大路町）▼費用：要 ▼問合せ：奈良労音の農澤宗利さん（☎26・1415）

■市民のための省エネ・節電セミナー

とき：12月16日(月)午後1時～2時45分 ▼ところ：ボランティアインフォメーションセンター（三条本町）▼申込：市民省エネ・節電所ネットワークの村木さん（☎FAX 49・6326）へ

■20周年特別記念AKISHINOクリスマスコンサート

とき：12月22日(日)午後2時開演 ▼ところ：秋篠音楽堂（西大寺東町）▼費用：要 ▼問合せ：同音楽堂

（☎35・7070）

■関西アルコール関連問題学会市民公開講座

とき：12月22日(日)午後1時半～4時半 ▼ところ：奈良春日野国際フォーラム 薨（春日野町）▼問合せ：八木植松クリニック（☎0744・25・8620）

■最古の日本刀の世界安綱・古伯耆展

とき：12月28日(土)～3月1日(日) ▼ところ：春日大社国宝殿（春日野町）▼費用：要 ▼問合せ：同殿（☎22・7788）

■奈良西養護学校 体験学習会（高等部）

とき：2月5日(水)※予約要 ▼対象：知的障がいのある生徒（中学1・2年生）、保護者、教職員 ▼問合せ：同校（☎45・1421）

■月ヶ瀬梅溪早春マラソン大会（1月17日申込締切）

とき：2月16日(日)午前10時半。小雨・小雪決行 ▼ところ：月ヶ瀬公民館前広場（月ヶ瀬尾山）▼費用：要 ▼問合せ：同マラソン大会事務局（☎0743・92・0131）

■自死遺族の相談

【電話相談】①毎週火曜日の午前10時～午後4時（☎35・7200）②毎週木曜日の午後1時半～4時半（☎93・8397）③【集い】①グリーフスペースなら・毎月第4木曜日の午後1時半～4時②自死遺族の集い・奇数月第4日曜日の午後2時～4時半

【ところ】はぐくみセンター【問合せ】奈良いのちの電話協会（☎35・0500）

■満タン＆灯油プラス1年運動

災害発生時にはガソリン・灯油等の燃料の入手が困難になることがあります。災害に備えて、日頃から車の燃料は満タンに、暖房用の灯油は1本余分に保管しておきましょう ▼問合せ：県石油商業組合（☎26・1800）

善意銀行

9月分 敬称略

【一般】市立大安寺西小学校6年生児童・保護者一同 清拭布160枚

年末年始、空き巣などの住宅侵入が増えます！

今年9月までの1年間は、前年に比べ、本市での空き巣など「住宅対象侵入窃盗」※が増加傾向にあります。例年12月はさらに増加し、最も件数の多い月となっています。「住宅対象侵入窃盗」は、無施錠のドアや窓から侵入され被害に遭っているものが多く、「忍込み」から居直り強盗（家人に見つかり強盗に変身）になる危険もあります。

※ 住宅対象侵入窃盗

空き巣（不在の住宅の屋内に侵入）、忍込み（夜間、家人等の就寝時に住宅の屋内に侵入）、居空き（家人等が在宅中に住宅の屋内に侵入）により金品を盗むこと

被害予防には鍵かけがカギ！

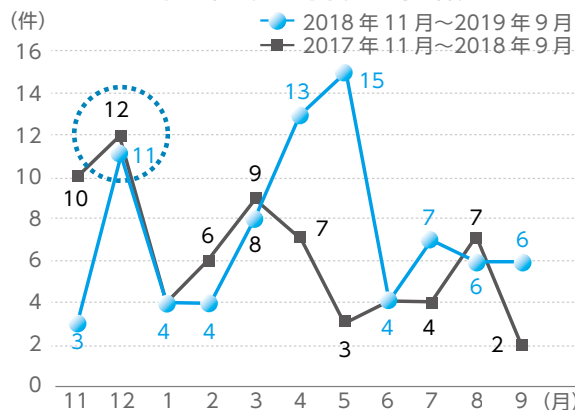
「忍込み」は約87%が無施錠の窓やドアから侵入。外出時はもちろんのこと、就寝時にもしっかり戸締りをしましょう。

「鍵をかけること」で防げる被害があります

「ちょっとくらい大丈夫」と油断せず、気・を・つ・け・て・キー（鍵）をつけましょう！

【問合せ】危機管理課（☎34-4930）

奈良市の住宅対象侵入窃盗件数





このマークがある講座は
アクティブシニア農業体験事業です。



このマークがある講座はポイント対象事業です。
年齢に関係なく、ポイントを付与します。

////// information

公民館の情報を掲載しています。

開催日は原則に掲載、() 内は回数

◎定員 ¥費用(材料費、交通費は自己負担)

〈各館の12月の休館日〉

2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)・27日(金)～31日(火)

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目1-5
☎44-0101・FAX44-0103

講座名	開催日・内容	締切
自分らしく 生きる ～SOGIと 人権～	人の数だけある「性的指向と性自認＝SOGI」 について学ぶ ①1/11 ②2/1 13:30～15:30(2) 講師：①大阪府立大学教授の東優子さん、 ②田中一歩さん ◎中学生以上80人(在勤・在学可) *託児可	12/24

*託児…6か月～就学前。事前申込が必要(定員あり)

伏見公民館

〒631-0841 青野町二丁目13-4
☎・FAX45-9864

講座名	開催日・内容	締切
これからの 子どもた ちへのメッ セージ	ママ・パパ・祖父母みんなで学ぶ、子育て に役立つコミュニケーション 講師：フェリアン副所長の津村薫さん 12/20 13:30～15:30 ◎成人50人	12/14

月ヶ瀬公民館

〒630-2302 月ヶ瀬尾山2815
☎・FAX0743-92-0346

講座名	開催日・内容	締切
おばあちゃんの手作り 味噌	地元産の食材で味噌を手作りする 1/9 10:00～12:00 ◎成人10人(在勤・在学可) ¥2,000円	12/14

都祁公民館

〒632-0251 針町2191
☎・FAX0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・都祁 一かきもち 吊るしー	かきもちを藁で編み、吊るす 1/25 13:30～15:00 ◎成人15人(在勤・在学可) ¥500円	1/15

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目86-1
☎・FAX62-2253

講座名	開催日・内容	締切
書初め前に 知っておき たい筆使い	とめ・はらい等基本的な筆の使い方を学ぶ 12/26 10:00～11:30 ◎小学生20人(在学可)	12/17

柳生公民館

〒630-1237 柳生町340
☎・FAX94-0504

講座名	開催日・内容	締切
親子でプチ パティシエ	親子で一緒にスイーツを作り、食の大切さを学ぶ 1/25 10:00～13:00 ◎小学生と保護者8組(在学可) ¥500円	1/15

富雄南公民館

〒631-0052 中町501-3
☎・FAX48-3066

講座名	開催日・内容	締切
四季の折り紙～冬編～	サンタクロース、干支、祝い鶴等を折る 12/15 14:00～15:30 ◎小学生以上 入場自由	申込 不要

【申込】往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号を書いて、締切日必着で各館へ。1枚に1人1講座(コース)限り。多い場合は抽選。生涯学習財団ホームページからの申込も可。託児希望(定員あり。託児可の講座に限る)の場合は、「託児希望」と記入

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町23
☎26-8811・FAX26-8813

講座名	開催日・内容	締切
サロンコンサート～聖 夜のファン タジア～	コール・シオンによる女声アンサンブル 12/22 15:00～16:00 ◎入場自由	申込 不要
エクセル 2016～初・ 中級編～	3D集計等の技術を使って家計簿を作成 1/22からの毎週水曜 13:30～15:30(4) ◎マウス操作・文字入力自在にできる成人24人(在勤・在学可) ¥1,600円 *託児可	1/11

*託児…6か月～就園前。事前申込が必要(定員あり)
※パソコン講座はWindows10、Office2016対応

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目9
☎・FAX43-5386

講座名	開催日・内容	締切
誰でもできる!脳トレ 速読	読むスピードUP+目や脳のトレーニング 1/17、1/24、1/31、2/7 10:00～12:00(4) ◎成人20人 ¥1,000円	12/24
おひとりさま の料理術☆	ご飯の炊き方から始め、簡単なおかずを作る 1/15、1/29、2/5、2/19 10:00～13:00(4) ◎独り暮らしの18歳以上16人(在勤・在学可) ¥1,500円	12/25

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町984
☎・FAX23-2804

講座名	開催日・内容	締切
冬のプレゼン トお楽しみ おはなし会	お話の読み聞かせと工作を楽しむ 12/20 15:00～16:30 ◎入場自由	申込 不要
知っておきたい!特殊 詐欺のこと	特殊詐欺・振り込め詐欺等の最近の傾向と 防犯対策を学ぶ 1/19 10:00～11:30 ◎成人40人(在勤・在学可)	1/8

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目9-1
☎・FAX71-9677

講座名	開催日・内容	締切
元気ならエクササイズ 体験会	介護予防を目的としたストレッチ・トレーニング 1/9 10:00～11:30 ◎成人30人(在勤・在学可)	12/24
子育てコ ミュニケー ション・マ ジック	コミュニケーションの取り方、親子気功体操 講師：助産師の笹井絢子さん 1/10 13:00～15:00 ◎乳幼児と保護者(保護者だけの参加も可) 入場自由	申込 不要

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町3684
☎・FAX46-9113

講座名	開催日・内容	締切
百聞一見! よくわかる 介護講座	介護保険制度・介助疑似体験等について学ぶ 1/17 10:00～12:00 場所：こまどりと丘(二名一丁目) ◎成人20人	12/19

登美ヶ丘公民館

〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目4162-81
☎・FAX43-7431

講座名	開催日・内容	締切
とみがおか すくすく サロン	親子で楽しむゴスペルコンサート 12/13 10:00～11:00 ◎未就園児と保護者 入場自由	申込 不要

市民税・県民税の主な改正内容

※ くわしくは、市ホームページに掲載

▼▼令和3年度課税から▼▼

▼▼令和2年度課税から▼▼

ふるさと納税制度の見直し

ふるさと納税の対象となる地方団体を、一定の基準に基づき総務大臣が指定します。対象外の地方団体に対して令和元年6月1日以後に支出された寄附金は、ふるさと納税の対象外となります（寄附金税額控除の特例控除額の適用を受けることができません）。くわしくは、総務省ふるさと納税ポータルサイトに掲載。

住宅ローン控除の見直し

消費税率の引上げに伴い、令和元年10月1日から令和2年12月31日までに入居した場合、住宅ローン控除の適用年数が現行の10年から13年へ延長されます（住宅の取得等にかかる対価または費用の額に含まれる消費税等の税率が10%の場合に限りです）。

給与所得控除・公的年金等控除・基礎控除の見直し

働き方の多様化を踏まえ、特定の収入にのみ適用される給与所得控除額・公的年金等控除額がそれぞれ10万円ずつ引下げとなる一方、基礎控除額が10万円引上げになります。加えて、給与収入や公的年金等収入が一定の金額を超える場合の控除額の上限等や、合計所得金額が一定の金額を超える場合の基礎控除額が見直されます。また、各控除額の見直しに伴い、扶養控除や非課税措置等の所得要件も変更になります。

所得金額調整控除の創設

給与所得控除額の見直しに伴い、23歳未満の扶養親族や特別障害者である扶養親族等を有する人等の負担が増えないように、所得金額調整控除が創設されます。

【問合せ】市民税課（☎ 34-4973）



令和2年5月分からの下水道使用料を値上げします

👉下水道使用料って何に使われているの？

使用した水を何の処理もせずに直接川等に流すと、水質汚濁の原因となります。きれいな川や海を守るため、汚れた水を下水道によってきれいにしてから川に流します。下水道使用料と農業集落排水処理施設使用料は、この汚水の処理や施設・設備の管理、建設時の借入金返済に充てられています。

👉なぜ値上げするの？

平成25年度の下水道使用料値上げ以降、経営・資産等の状況の正確な把握に努め、職員数の削減や、コストを抑えた工法による工事を採用する等、企業努力に努めましたが、平成28年度からは債務超過に陥り、早急な経営の健全化を図らなければ、深刻な資金不足に陥る可能性が大きくなってきました。

👉下水道使用料（税込）の現行使用料と改定使用料の比較

区分	基本使用料	水量使用料（1㎡当たり）
一般家庭 公共・公益施設等 工場・事業所で300㎡/月まで	なし → 165円	118円 → 136.4円
公衆／共同浴場	なし → 165円	66円 → 75.9円
工場・事業所で300㎡/月超～750㎡/月以下の水量（公共・公益除く）	—	171円 → 196.9円
工場・事業所で750㎡/月超の水量（公共・公益除く）	—	217円 → 249.7円

👉改定後の使用料はいくらになるの？

1か月当たりの基本使用料165円（税込）を新たに追加し、水量使用料は約15%の値上げとなります。また、1か月の使用水量が750㎡を超える工場・事業所に対しては、排水の水質濃度に応じて水質使用料が別途加算されますが、水質使用料の改定はありません。

👉実際には家計にどれくらい響くの？

例えば、一般家庭で使用水量20㎡の場合、1か月あたり533円（税込）の値上げ額となります。

一般家庭で1か月の使用水量20㎡で計算した場合

現在の使用料：20㎡×118円＝2,360円

改定後の使用料：20㎡×136.4円＋165円＝2,893円
533円（税込）の値上げ

くわしくは、企業局ホームページに掲載

【問合せ】企業局 経営企画課（☎ 34-5200）



12月は「地球温暖化防止月間」 「大気汚染防止推進月間」です

かけがえのない地球を守りましょう

猛暑やゲリラ豪雨等の異常気象は、地球温暖化が進んでいることで起こっているといわれています。市では家庭から出るCO₂の量が一番多く、全体の約3割を占めています。地球温暖化の防止のために、買い物のときはエコバッグを持参しレジ袋をもらわない等の3R = 「Reduce (リデュース)、Reuse (リユース)、Recycle (リサイクル)」を推進し、環境にやさしいライフスタイルを実践しましょう。

また12月は、交通量増加やビル・家庭の暖房需要の影響、特有の気象条件等により、窒素酸化物や浮遊粒子状物質等の汚染物質濃度が高くなり、一年のうちで最も大気が汚れやすくなる時期です。私達が暮らす地球を守るために、1人ひとりができる身近なことから取り組んでいきましょう。

【問合せ】環境政策課 (☎ 34-4591)、保健・環境検査課 (☎ 93-8477)

マイバックで
お買い物



奈良市
環境キヤラクター
ルリくん



市では、地球温暖化対策のための国民運動「COOL CHOICE(賢い選択)」を推進しています。
身近な生活の中で、未来のために今できることから始めましょう

冬の節電 家庭における“節電メニュー”

重ね着等をして室温20℃を心掛ける／不要な照明をできるだけ消す／必要なとき以外はテレビを消す／冷蔵庫に食品を詰め込まないようにする／使用しない機器はプラグを抜く
※生活に支障のない範囲で協力をお願いします (出典:経済産業省 政府の節電ポータルサイト)

COOL CHOICE セミナーを実施しています

家庭でできる省エネのコツや、自然エネルギーの活用等について専門家が外向いて話します
実施期間…1月31日まで ▶申込…講座希望日の3週間前までに環境政策課 (☎ 34-4591) へ

手話は耳の不自由な人にとって大切な言語です。
本市が手話を使って安心して暮らせるまちに近づくよう
ご理解とご協力をよろしくお願いします。

市では、3月29日に
「奈良市手話言語条例」が
施行されました。

12月3日～9日 は「障害者週間」

障害者週間は、障害のある人があらゆる分野の活動に参加するために「障害者基本法」により設けられています

外出先で困ることは？

電車の事故や遅延は電光掲示板があればわかり、乗客がスマホ等を使って教えてくれる時もありますが、マイク放送による災害情報は聞こえないので困ります。聞こえないことは外見では分からないので、後ろから話かけられて無視されたと誤解され、怒られたこともあります。

聴覚に障害があり、
日常的に手話を使っている人に
話を聞きました。

奈良市聴覚障害者協会
会長の大西さん



聞こえる人に知ってほしいことは？

話しかける時は、気がつくように顔を見合わせて話してほしいです。相手の方が手話がわからない場合、口の形を読む事もありますが完全には読めません。笑いながらや泣きながらの話は、口の形が読み取りにくく、暗いところでは見えないため、筆談やスマートフォンを使った方が、会話がスムーズに運びやすいです。

手話言語条例で期待すること

多くの人に少しでも手話を覚えてほしいです。例えば緊急時に使う言葉や日常よく使う言葉(「ありがとう」等)の手話を覚えてほしいです。

障害児・者 理解促進研修・啓発事業講演会「聴こえないことって？聴導犬って？」

とき…1月15日(水)午後2時～3時半 ▶ところ…はぐくみセンター(三条本町) ▶講師…MAMIE 代表の安藤美紀さん ▶定員…150人(在勤・在学も可) ▶申込…電話かFAXに住所、氏名、電話番号を書いて1月8日までに障がい福祉課へ。手話通訳・要約筆記が必要な人は申込要。定員に達し次第終了

【問合せ】障がい福祉課 (☎ 34-4593 FAX 34-5080)

春日若宮 おん祭



おん祭は春日大社の中にある若宮の祭礼です。「お渡り式」をはじめ、さまざまな神事が行われ、毎年多くの人々が訪れる奈良を代表する祭りの一つです。その起源は平安時代(1136年)にさかのぼり、天下泰平、五穀豊穡、万民和楽を願って大和一国を挙げて行われ、長い歴史の中で一度として途切れることなく今年で 884 回目を迎えます。おん祭の神事芸能は国の重要無形民俗文化財に指定されており、日本の伝統文化や風俗を今に伝える存在です。

◆おん祭観覧のためのさじき席について (12月17日)

おん祭行事	12月15日	午後2時半他 御湯立 午後5時 大宿所祭
	12月17日	午前0時 還幸の儀※1 午前1時 暁祭 午前11時半 試しの儀 正午 お渡り式 午後0時50分 南大門交名の儀 午後1時 松の下式/競馬 午後2時半 稚児流鏑馬/お旅所祭 午後11時 還幸の儀※1
	12月18日	午後1時 奉納相撲 午後2時 後宴能

さじきの場所	登大路園地	松の下式 (一之鳥居脇)	お旅所前
費用/1人	2,000円	北席・南席 4,000円	5,500円
行列 通過時間	午前11時50分頃 ～午後1時頃	午後1時頃～ 2時半頃	午後1時以降
予約受付 開場時間	午前10時～	正午～	午前10時半～
当日受付 開場時間	午前10時半～	午後0時半～	午後0時半～
さじき席数	約280席	北席:120席 南席:50席	約160席
その他	解説書別売	解説書付	解説書と 音声ガイド付

※1 還幸の儀と還幸の儀は一切の灯りが消されます(写真撮影もできません) ※神事は一部変更になったり、時間が前後したりする場合があります

【大宿所祭】大宿所とは、おん祭を奉仕する「大和土」がやまとぎわらいお籠りする所で、おん祭が無事に行えるように願います。

【還幸の儀・暁祭】17日の午前0時、春日大社の若宮を出発したご神霊は「お旅所」にある御仮殿に向かいます。暗闇の中、雅楽が奏でられ、松明やお香を先頭に参道を行く姿は幽玄の世界に誘います。お旅所に到着すると、「暁祭」が始まり、朝の御饗が供えられ、巫女が神楽を舞います。

【お渡り式】平安時代から江戸時代の風俗を満載した伝統行列が続きます。特に芸能を奉仕する一団は、一之鳥居をくぐった先の「影向の松」の前で、それぞれの芸能を披露してお旅所に進みます。

【お旅所祭】17日の午後2時半～10時半頃はお旅所の芝舞台で神楽・田楽・猿楽やシルクロードを経て日本に伝わり伝統芸能として成熟した舞楽等が次々に奉納されます。

【還幸の儀】お旅所祭が終わると、18日の午前0時までに、再びご神霊は若宮神社に戻られます。

※お旅所前さじきは、午後10時半までの間開設し、その間出入り自由(神事のため一時立ち入りできなくなります)

※各さじき席は自由席です(当日先着順)

※空席がある場合、当日受付を行います

【さじき席申込・問合せ】市観光協会 ☎ 30-0230

【おん祭についての問合せ】

春日若宮おん祭保存会〈春日大社内〉 ☎ 22-7788

選大 別と ボラ ラン ティ ア募 集

春日大社と市観光協会が、お正月明けの伝統行事「大とんど」を、1月25日(土)の午後1時～7時(雨天時は26日(日))に奈良公園内飛火野で行います。それに先立ち、正月の縁起物の選別をするボランティアを募集します。

【とき】1月19日(日)午前10時半～午後2時半

【定員】40人 【その他】集合場所等は後日連絡。軽食あり。交通費は自己負担

【申込】はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、12月13日必着で同協会(〒630-8122三条本町8-1シルキア奈良2階 ☎ 30-0230)へ。

古都祝奈良 | 2019-2020

ことほぐなら

青少年と創る演劇、

12月本公演に向けて、活動真っ最中！

10代の若者が演劇のプロとともに創作を体験するプログラム「青少年と創る演劇」。今年度はシェイクスピア原作「夏の夜の夢」を題材に、新たな作品「奈良の夜の夢」の創作に挑んでいます。年齢も学校も違う参加者達の化学反応によってどんな作品が出来上がるのか、期待してください。



8月

演劇体験ワークショップ

初顔合わせのこの日、ゲーム形式のワークショップで参加者同士の仲を深めました。演出家の田上豊さんからは、「演劇をする上で一番大事なことは、相手のことをよく知ること」とのアドバイス。



9月

創作入門ワークショップ

いよいよ作品創作が始まりました。シェイクスピアの原作を奈良バージョンにするためにアイデアを出したり、原作のワンシーンを10代の言葉で書き換えたり・・・豊かな発想で稽古場には笑い声が響きました。



9月
10月

演劇基礎練習

参加者の約半数は演劇未経験者。県内で演劇普及活動をしているナLIVE実行委員会の新居達也さん指導のもと、発声練習や即興表現を中心に練習を重ねました。表現することに少しずつ慣れるとともに、参加者同士が意見を出し合い、信頼関係が深まりました。

配役一覧や活動風景は公式ウェブサイトにて公開



10月
11月

配役決定

参加者のアイデアを田上さんがまとめあげ、「奈良の夜の夢」翻案台本が完成！配役も決定。ただいま稽古真っ最中！全員が切磋琢磨し、素敵な作品を創りあげます！

問合せ

奈良市アートプロジェクト実行委員会事務局（文化振興課内）
〒630-8580 奈良市二条大路西一丁目1-1
☎ 34-4942 FAX 34-4728 Eメール art@city.nara.lg.jp

観覧申込も受付中！

観覧無料

青少年と創る演劇「奈良の夜の夢」

原作：ウィリアム・シェイクスピア「夏の夜の夢」 / 翻案協力：「青少年と創る演劇」参加者一同 / 翻案台本・演出：田上豊

あらすじ

時は8世紀。巨大な仏像の完成が目前に迫り、開眼供養に向けて大いに盛り上がる都。悲願達成に万感の想いの上皇の元へ、一組の貴族が「結婚」の相談にやって来て…。シェイクスピアの名作「夏の夜の夢」に奈良の文化的エッセンスを取り入れた新しい物語がここに誕生する。

上演情報

【日時】12月21日（土）

午後1時半開場、午後2時開演

【ところ】ならまちセンター市民ホール（東寺林町）

観覧申込

◆はがき、FAXでの申込

①「青少年と創る演劇観覧申込」、
②氏名・ふりがな、③郵便番号・住所、
④電話番号、⑤年齢、⑥観覧希望人数を書いて同実行委員会事務局へ。※観覧希望人数が複数人の場合、②～⑤は代表者情報のみ記載

◆インターネットでの申込

公式ウェブサイト
申込フォームから



申込締切

12月8日（日）

<締切後順次入場券を送付。>

残席があれば当日券発行あり>

対象者には案内通知を送付しますが、会場には受付がありません。現住所が市外にある新成人も入場できますので、直接会場へお越しください。なお、新成人の座席を確保するために、介助が必要な人を除いて、保護者等の入場はご遠慮ください。

手話通訳、要約筆記あり。誘導サポートが必要な人は、事前に地域教育課へ連絡してください。

※会場周辺は大変混雑します。来場は公共交通機関を利用してください。また、会場内外を誘導する警備員の指示に従い、周辺施設利用者や近隣の皆さんに迷惑がからないよう、騒音やゴミの散乱等がないよう協力してください。

【と き】1月13日（成人の日）午前11時～11時50分（開場：午前10時15分）

【ところ】なら100年会館（三条宮前町7-1）

【対象】平成11年4月2日～

平成12年4月1日生まれの人

【問合せ】地域教育課（☎34-5471）

成人式

珠光茶会

第七回奈良大茶会

2月5日(水)～9日(日)

5日間

とき	会場〈1〉濃茶	会場〈2〉薄茶	価格/内容
2月5日(水)	春日大社 石州流/点心席	大安寺 藪内流	5,000円
2月6日(木)	東大寺 遠州流/点心席	元興寺 裏千家(立礼)	「お茶席(会場〈1〉〈2〉)」+「 点心席」+「各会場参観」+「お茶 席巡回バス乗車(2月9日除く)」
2月8日(土)	法華寺 表千家	西大寺 大茶盛/点心席	
2月9日(日)	薬師寺 武者小路千家/点心席	唐招提寺 宗偏流	

とき	会場 すべて薄茶	価格/内容
2月5日(水)	八窓庵 敬游会 奈良町にぎわいの家 佐久間宗成社中	1,000円 ※八窓庵会場のみ1,500円 「お茶席一席分」+「会場参 観」
2月6日(木)	八窓庵 敬游会 なら工芸館 奈良工芸フェスティバル実行委員会	
2月8日(土)	奈良町にぎわいの家 吉川宗文社中 名勝大乗院庭園文化館 市茶華道連盟(※点て出し)	
2月9日(日)	名勝大乗院庭園文化館 市茶華道連盟(※点て出し)	

とき	企画名/会場	価格/内容
2月7日(金)	七流派おもてなしの共演/春日大社(感謝・共生の館、景雲殿) 第一部(午前):表千家・裏千家・武者小路千家・藪内流 第二部(午後):宗偏流・石州流・遠州流	午前、午後とも各2,000円 「七流派によるお点前実演」+「呈茶 席でのお茶・お菓子の提供」
2月9日(日)	日本酒茶会/奈良町にぎわいの家(茶席)・ 中西与三郎(酒席・創作菓子)	5,000円 「奈良市の地酒4種、宮城県多賀城産古代 米酒1種・創作菓子5種」+「お茶席一席」

【参】なら100年会館(☎34-0111・毎週火曜日と12月28日(土)～1月4日(土)は休館)
電話予約・窓口販売:12月4日(水)～2月9日(日)午前9時～午後5時(電話予約は初日のみ午前10時から)
Web予約:12月4日(水)～1月27日(月)(初日のみ午前9時から。要会員登録/無料。24時間受付)
<http://www.ticket.ne.jp/nara100onlineticket>

【四】市観光協会(☎30-0230/土・日曜日・祝日・12月28日(土)～1月5日(日)は除く)
電話予約:12月4日(水)～1月17日(金)午前9時～午後5時(初日のみ午前10時から)
Web予約:12月4日(水)～1月17日(金)(期間中は24時間受付※初日のみ午前10時から)
「奈良市観光体験予約サイト～NARAタイム～」<https://narashikanko.or.jp/naratime/ja> ※窓口販売はなし

【問合せ】観光戦略課 (☎ 34-4739) 市観光協会 (☎ 30-0230)

TOPICS! ならトピ

市民のみなさんから応募のあったまちの情報を紹介します

みんなの フォトギャラリー



「鹿―紅蓮―」撮影:Kさん

お子さんや、市内の素敵な写真を募集中です!
【問合せ】秘書広報課
(34-4710)



子育てに役立つ
情報を発信中!
「子育て@なら」



市民応募のお子さん写真 エンジェルスマイル



はるとくん(9か月)・まこちゃん
(1歳8か月)・りこちゃん(3歳)



かなた
佳那大くん(1歳10か月)



あおい
蒼生くん(10か月)



しゅんすけくん(7か月)

亡くなった方に関する 手続きを一括で

11月1日に、市役所本庁舎1階玄関ホールに「おくやみコーナー」を開設しました。亡くなった方の手続きに関しては、これまで複数の窓口で同じ内容を何度も記載する必要があった等時間と労力がかかり、ご遺族の方の負担となっていました。

このコーナーでは、窓口で端末の設問に答えると、必要な手続きに応じて、名前や住所が印字された申請書が一括で作成され、市役所の手続きをワンストップで受付できます。

また、死亡に伴う手続きの案内を掲載した「おくやみハンドブック」も合わせて配布し、市役所以外での手続きを含めて総合的に案内します。

利用の際は電話予約（☎34・5420）が必要です。



市役所1階正面玄関を入ってすぐ右に開設。電話予約すると、待ち時間なくスムーズに利用できる

台風被災地への職員派遣、 支援物資の提供を実施

台風19号の被災地の状況と支援のニーズを把握するため、市では10月15日に長野市（長野県）へ2人の先遣隊を派遣し、その報告と現地からの応援要請を受け、10月17日～28日で3度に分けて職員派遣を実施しました。

第1・2陣は各9人、第3陣は5條市、香芝市、田原本町の職員も含めた計10人（うち本市職員4人）を現地に派遣し、それぞれ移動も含め6日間、避難所配置職員として被災地の支援活動にあたりました。

また、10月17日には本市の姉妹都市である郡山市（福島県）に向けて、飲料水やアルファ化米、毛布等の支援物資を送りました。

従事した職員の経験を、今後本市の災害対策に生かしていきます。



10月17日に行われた第1陣の出発の様子。仲川市長から派遣職員に対して激励の言葉が述べられた

慶州市一行が奈良市訪問、 特別名誉市民章を贈呈

10月15日に、姉妹都市の慶州市（韓国）一行が奈良市を訪問し、両市の友好に尽力されてきた慶州市議会議員長の尹炳吉さんと、商工会議所会長の崔淳浩さんに「奈良市特別名誉市民章」を贈呈しました。

特別名誉市民章は、親善その他の目的で奈良市の賓客として来訪した人、または市発展のため特に優れた功績があった人に対し、本市が贈呈しています。

慶州市との姉妹都市提携は1970年に遡り、来年2020年に50周年を迎えます。その間、幾度の相互訪問やスポーツ、教育、文化等の分野での交流が続いています。

今後も引き続き友好を深めつつ、両市のさらなる発展をともに支え合っていきます。



ホテル日航奈良で行われた贈呈式の様子。左から崔淳浩さん、尹炳吉さん、仲川市長、森田議長



教室名 (保護者同伴)	とき	締切
プラネタリウム「ニージーロと秋から冬の星座たち」 (各回定員: 40 人)	12 月 1 日(日)・ 8 日(日)・14 日(土)・ 15 日(日)・25 日 (水)・26 日(木)	①午前 10 時半～10 時 50 分 ②午前 11 時 40 分～午後 0 時 10 分 ③午後 1 時 40 分～2 時 10 分 当日受付
科学実験教室「ミラクル! カガクル! ～とばす編～」	12 月 14 日(土)	①午前 11 時～11 時半 ②午後 2 時 20 分～2 時 50 分 当日受付
映画上映「マッチウリの少女」「雪の女王」 (各回定員: 200 人)	12 月 15 日(日)	①午後 1 時～1 時半 ②午後 3 時～3 時半 申込不要
ナイトプラネタリウム「秋から冬の星空散歩」 (各回定員: 40 人 大人のみの参加可)	12 月 20 日(金)	午後 6 時半～7 時 10 分 当日受付
科学実験教室「-196℃の世界」(各回定員: 子ども 60 人)	1 月 11 日(土)	①午後 1 時～2 時 ②午後 2 時半～3 時半 12 月 13 日
宇宙教室「熱気球を飛ばそう」(対象: 小学 1 年生以上)	1 月 12 日(日)	①午前 9 時半～11 時半 ②午後 1 時～3 時 12 月 13 日
ロボット教室 (2 回連続講座)「チャレンジ! ロボットプログラミング (中級)」(各回定員: 子ども 10 人) ※7 月 23 日・30 日と同内容。両日とも同時時間帯に参加できる人	1 月 18 日(土) 1 月 25 日(土)	①午前 10 時～正午 ②午後 1 時半～3 時半 12 月 20 日
ものづくり体験教室「いろいろなコマを作ってあそぼう!」	1 月 19 日(日)	①午前 10 時～11 時 ②午後 1 時～2 時 12 月 20 日
科学実験教室「空気とあそぼう」	1 月 25 日(土)	午前 10 時～11 時半 1 月 10 日

定員…表に記載のないものは、子ども 20 人 (保護者同伴) ▶ 申込…往復はがきに教室名、実施日、○数字の別、子どもの氏名 (ふりがな)・学校園名・学年、保護者か引率者の住所・氏名 (ふりがな)、電話番号を書いて、各締切日必着で同センター (〒630-8122 三条本町 13-1 ☎ 36-0401) へ。1 枚に 1 講座限り。多い場合は抽選 ※ ロボットは持ち帰り不可。上記以外の講座も開催。内容や実施日が変更になる場合あり。くわしくはチラシまたは市ホームページに掲載

教育センター キッズ学びのフロア

冬まつり



【とき】12 月 22 日(日)
午前 9 時半～午後 1 時



※科学実験は、往復はがきに「冬まつり科学実験」、○数字の別、子どもの氏名 (ふりがな)・学校園名・学年、保護者か引率者の住所・氏名 (ふりがな)・電話番号を書いて、12 月 6 日必着で同センター (〒630-8122 三条本町 13-1 ☎ 36-0401) へ。多い場合は抽選

教室名 (保護者同伴)	とき	締切
科学実験「空気砲で遊ぼう」 (定員: 子ども 20 人) ※ 申込要	①午前 9 時 50 分② 10 時 50 分 ③正午 (各 30 分)	12 月 6 日
プラネタリウム「冬の星座と流れ星」 (定員: 40 人)	①午前 9 時 50 分② 10 時 40 分③ 11 時半④午後 0 時 40 分 (各 20 分)	午前 9 時半 から整理券 配布
プログラミング体験「ロボットを動かそう!」(定員: 子ども 6 人)	①午前 9 時 40 分② 10 時 20 分 ③ 11 時④ 11 時 40 分⑤午後 0 時 40 分 (各 20 分)	
工作「親子でつくろう!! メッセージカード!!」	午前 9 時半～午後 1 時	
おはなしの会「まりーちゃんのくりすます」ほか (定員: 30 人程度)	①午前 10 時②正午 (各 1 時間)	申込不要
映画「雪女」「蛙の恩返し」ほか (定員: 200 人)	午前 9 時 40 分～午後 1 時	

リニア新駅を奈良市に

リニア
コラム
vol.2

リニアって、どんなもの？

リニア中央新幹線は超電導リニア（超電導磁気浮上式）で走る新幹線です。車両に搭載している超電導磁気と地上に取り付けられたコイルとの間の磁力によって、車体が10cm程度浮上して走行します。そのため時速500kmというとても速いスピードを出すことが可能となりました。リニア中央新幹線が開通して、東京一大阪間を67分でつなぐと言われていた夢の乗り物に乗れる日が来るのが楽しみです！



市ではリニア中央新幹線の新駅誘致に向けて、気になる情報や誘致活動について発信していきます。引き続き応援よろしくお願いします！

【問合せ】観光戦略課（☎ 34-5607）

今月の主な行事・市の催し

- 3日(火) 障害者週間（～9日 障がい福祉課）
- 7日(土) 奈良マラソン 2019（・8日）
（ならでんフィールドスタート）
- 11日(水) 人権を確かめあう日
- 14日(土) 仏名会（東大寺二月堂）
- 15日(日) 春日若宮おん祭（～18日 春日大社）
お身拭い（唐招提寺）
- 17日(火) 子ども安全の日
- 20日(金) ならマイカーひとやすみデー
20日ならウォークの日
洗都ボランティア（美化ボランティア）
- 22日(日) 冬至祭〈中風封じ祈禱〉（正暦寺）
- 23日(月) 市立幼稚園・こども園・小・中・高等学校
終業式（保育総務課・教育総務課）
- 29日(日) お身拭い（薬師寺）
- 31日(火) 大祓式（奈良県護国神社）
年越大祓式（春日大社）
除夜の鐘（市内各寺院）
徹宵坐禅（～1/1 三松寺）
御火焚祭（～1/3 奈良県護国神社）

※ 緑字は寺社
年中行事

市長コラム

Vol.
98



実りの秋、柿や梨など奈良の恵みを堪能された方も多いのではないのでしょうか。昔は実家に大きな栗の木があり、子どもの頃は落ちたイガグリから実を出して拾い集めるのが毎年私の役目でした。ちょうどこの時期だったと思いますが、小学校の授業参観でリノゴの皮むきコンテストがあり、図らずも優勝。今では誰も信じてくれませんが、いつも通知簿に「引っ込み思案」と書かれていた私の少年時代に、一筋の希望と自信を与えてくれたように思います。食にまつわるエピソードは不思議と記憶の深い部分に留まる気がします。

今月号の特集で紹介した小西さくら通り商店街のコーヒ焙煎士井田さんのように、近年奈良の食文化を盛り上げてくれる方が増えてきました。数年前には同じ商店街の方が世界一のバーテンダーに選ばれるなど、身近なところに凄い人材がいるのが奈良の面白さ。皆さんもぜひ奈良、再発見を！

仲川けん