

市の公共施設は、5月31日まで閉館となっております。
それに伴い、掲載イベント等が中止となっております。
くわしくは担当課までお問い合わせください。

※掲載のイベント等は中止になる場合があります

新型コロナウイルス感染症対策

p2-3

も く じ contents

市民応募作品「奈良公園の新緑」

特集
pickup!

住みたい、住み続けたい未来へつなぐまちづくり
令和2年度 奈良市の予算 p4-7

市内の全世帯にお届けします
しみんだよりの配布業者が決定 p9

あなたの写真でならの魅力を表現！
なら PHOTO CONTEST 作品募集 p29

生活 p10 健康・子育て p13
シニア p16 しごと・募集・催し p17
スポーツ・文化情報 p20
生涯学習 p23

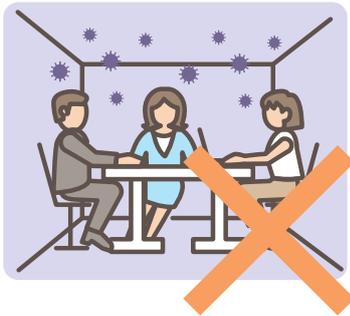


新型コロナウイルス感染症対策

今日この1日を大切な人のために。不要不急の外出は控えましょう。

3密を避けましょう

換気の悪い
密閉空間



多数が集まる
密集場所



間近で会話や発声をする
密接場面



個人で行うその他の予防対策



こまめな手洗い・うがい

帰宅時・調理の前後・食事前等、こまめに石けんと流水で手洗いを。手や指をアルコール消毒することも有効。うがいも忘れずに。



咳エチケット

咳・くしゃみの症状がある時はマスクを着用。マスクが無い時に咳やくしゃみをする時は、口と鼻をティッシュや袖等で覆う。



しっかり休む・食べる

免疫力を高めるためにも、十分な休養を取り、バランスの取れた食事、適切な水分の補給が重要。

高齢者のみなさんへ

高齢者は重症化しやすい傾向がありますので、不要不急の外出は特に控えてください。外出を控えることで『生活不活発（動かないこと）』による健康への影響が心配されますので、以下のことを実践しましょう。

●自宅でもできる ちょっとした 運動で体を守ろう

動かない時間や座っている時間を減らすため、ラジオ体操や奈良市のオリジナル体操『元気ならエクササイズ』のような自宅でもできるちょっとした運動で筋力を維持しましょう。

※『元気ならエクササイズ』は奈良市動画チャンネルで閲覧できます。



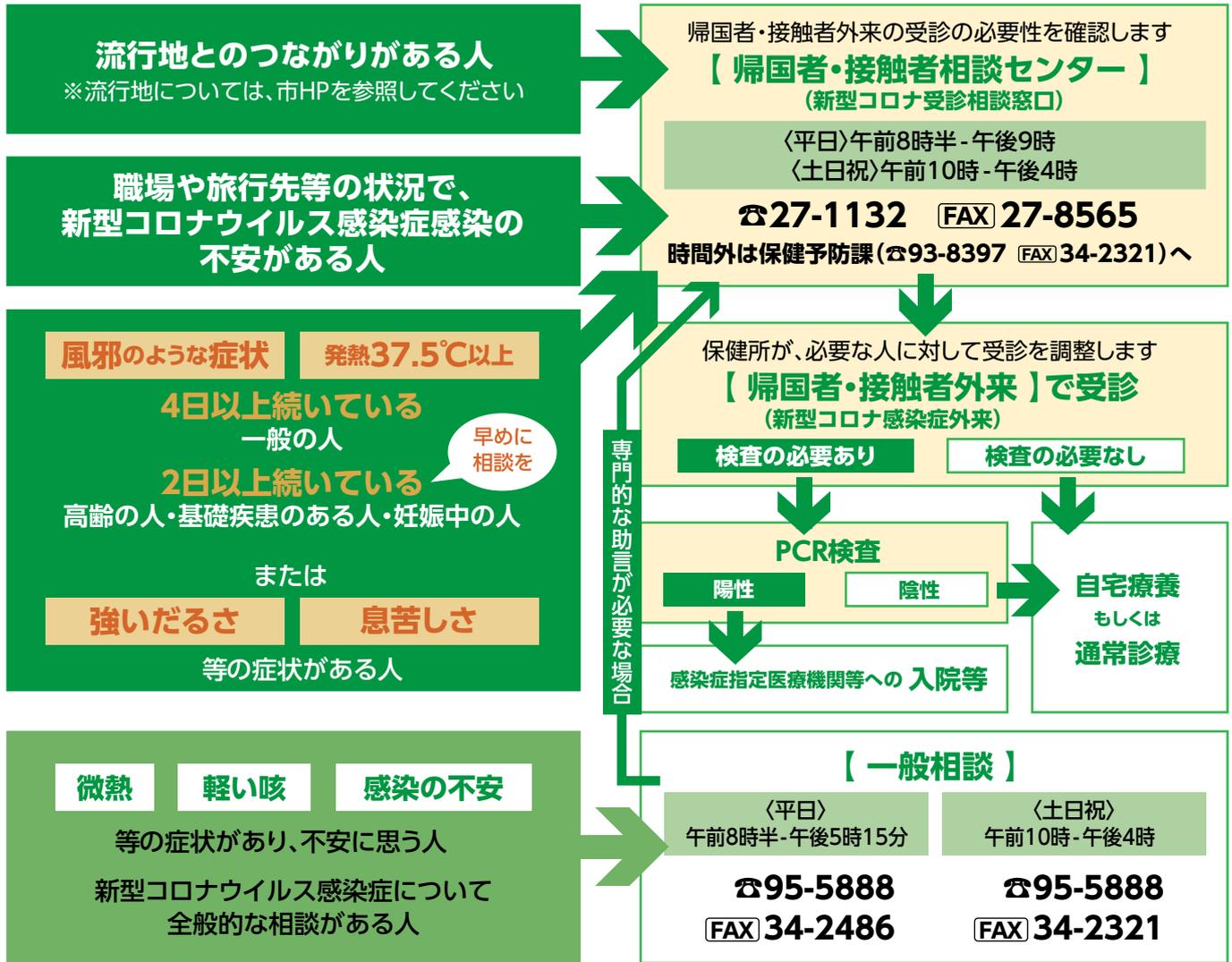
●バランスのよい食事をして栄養をとり、免疫力を維持しましょう

●お口周りの筋肉を保ちましょう

お口の活動も大切です。かむことができる人は、一日三食、しっかりかんで食べましょう。電話を利用して人と会話をする、鼻歌や早口言葉もオススメです。



新型コロナウイルス感染症の相談窓口



家族の感染が疑われるときは

- ①部屋を分けましょう。日常生活に加え、食事や寝る時も個室に
- ②本人はできるだけ部屋から出ないようにしましょう。トイレ、バスルーム等、共有スペースの利用は最小限に
- ③感染者の世話は限られた人が行いましょう。持病がある、免疫低下している、妊婦の人が世話をすることは避けましょう
- ④使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。マスクの表面に触れないように外し、外した後は必ず石けんで手を洗いましょう
- ⑤こまめに手洗いやアルコール消毒をしましょう

つらい思いをしていませんか？ DV・児童虐待相談窓口

休校やテレワーク等で、家族の生活環境が変化しています。本人や家族等が身体的・精神的暴力等を受けている人等は一人で悩まず、まずは相談してください。なお、子育ての悩みについては、子育て相談課まで相談してください。

【**DV相談ダイヤル**】 ☎ 93-3150 緊急時は警察へ
(市配偶者暴力相談支援センター)

〈月～土曜日〉 午前10時～正午、午後1時～4時

※DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、親密な関係にあるパートナーが、身体的・精神的暴力等を使って相手を支配することをいいます

【**児童相談所全国共通ダイヤル**】 ☎ 189 緊急時は警察へ

24時間 365日※近くの児童相談所につながります

【**家庭児童相談：子育て相談課**】 ☎ 34-4804

〈平日〉 午前9時～午後5時

送付等による手続きが可能な窓口業務

市役所や出張所等の窓口へ直接訪問しなくてもできる手続きがあります。送付やメール、FAX、インターネット等で手続き可能な業務一覧を、市ホームページに掲載しています。感染拡大防止のため、ぜひ活用してください。※市役所では窓口へのアクリルパネル設置、消毒液設置等、来庁のみなさんへの感染防止対策を進めています

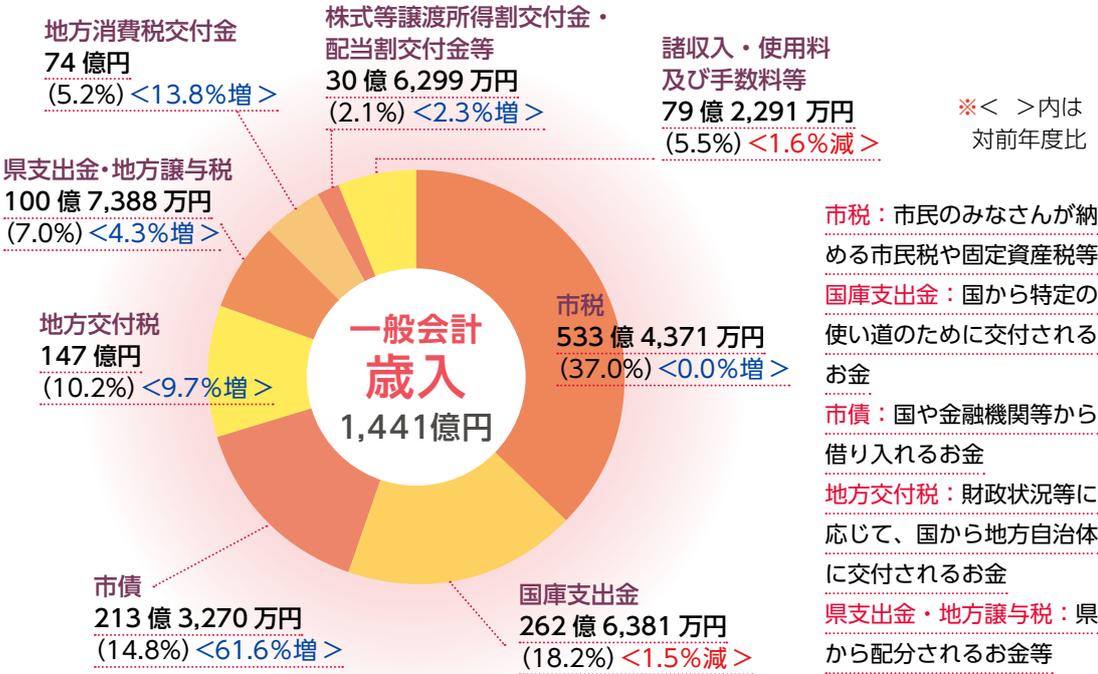


奈良市の予算

令和2年度の予算のテーマは、「住みたい、住み続けたい未来へつなぐまちづくり」。市民のみなさんのいのちと、未来の象徴である子どもたちの成育環境、教育環境を守るための「いのちと子どもを守る予算」に重点配分し、実施していきます。

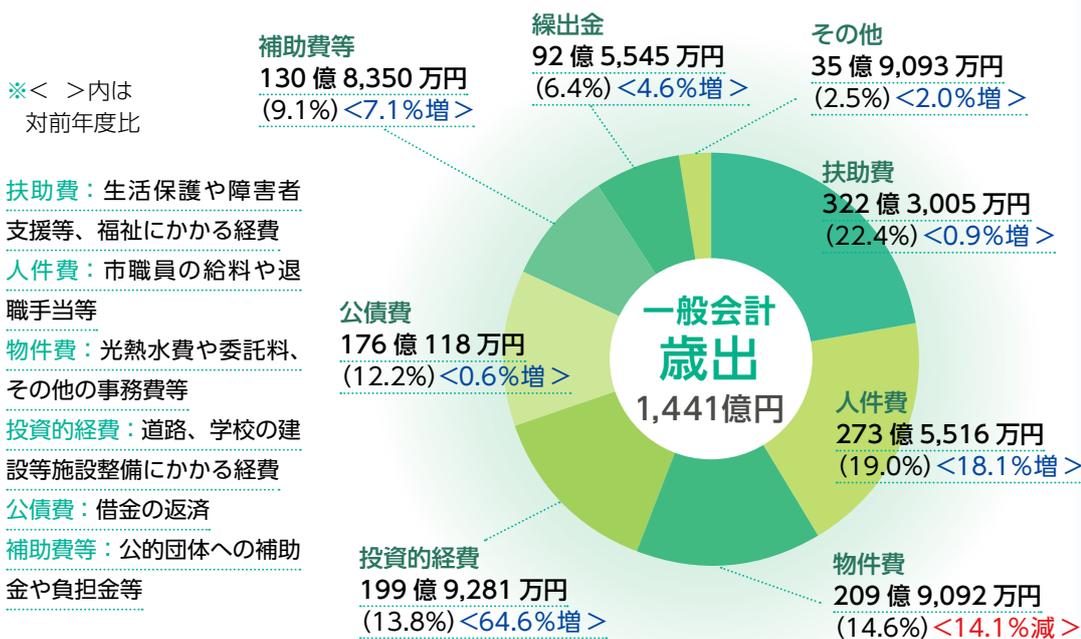
総額：2,513億7,530万円 (+5.0%) ※ ()内は対前年度比

一般会計	特別会計	公営企業会計
1,441億円 (+7.7%) 福祉、教育、道路維持等を進める基本的会計	784億5,330万円 (-0.5%) 特定の事業を行う7会計 (国民健康保険、介護保険等)	288億2,200万円 (+7.5%) 本市が経営する企業の3会計 (水道、下水道、市立病院)



市税：市民のみなさんが納める市民税や固定資産税等
国庫支出金：国から特定の使い道のために交付されるお金
市債：国や金融機関等から借り入れるお金
地方交付税：財政状況等に応じて、国から地方自治体に交付されるお金
県支出金・地方譲与税：県から配分されるお金等

地方交付税は、地方財政計画に基づく推計等を反映し、前年度と比べて13億円増加。加えて消費税率引き上げに伴う地方消費税交付金の増加等も見込んでいます。また、市債の増加については7ページ下段で説明しています。



扶助費：生活保護や障害者支援等、福祉にかかる経費
人件費：市職員の給料や退職手当等
物件費：光熱水費や委託料、その他の事務費等
投資的経費：道路、学校の建設等施設整備にかかる経費
公債費：借金の返済
補助費等：公的団体への補助金や負担金等

本庁舎耐震改修工事、仮称子どもセンター建設および平城西中学校区小中一貫校校舎建設等、「いのちと子どもを守る予算」に重点配分しています。

子どもにやさしい まちづくり

仮称子どもセンター建設： 12億9,300万円

市内のすべての子どもや家庭をワンストップで総合的に支援するため、子どもとその保護者の遊びや交流の場となるキッズスペースおよび地域子育て支援センター、就学前の子どもの発達に関する相談ができる子ども発達センター、市民の身近な相談窓口となる子ども家庭総合支援拠点、専門的な診断をもとに相談や援助を行う児童相談所・一時保護所からなる複合施設を整備します。



写真上:完成イメージ(外観)

写真下:完成イメージ(内観)

未就学児安全対策整備：2,180万円

未就学児が日常的に集団で移動する経路等の点検結果をもとに、防護柵や注意を促す看板の設置など安全対策整備を行います。

バンビーホーム建設：3億2,423万円

狭あい化、老朽化しているバンビーホームの増築・改築等や、小学校統合に伴う新築を行い、入所児童が安全・安心で快適に過ごせる環境を確保します。

平城西中学校区小中一貫校校舎建設： 24億6,000万円

右京小学校と神功小学校を統合再編し、平城西中学校敷地内に小学校を新設するとともに、平城西中学校の校舎を大規模改修し、施設一体型小中一貫校を建設します。

小中学校校舎および体育館屋上防水対策： 1億6,900万円

老朽化が進み、雨漏りが発生している小学校3校、中学校4校の校舎や体育館の屋上防水改修等を行います。

公立保育所・認定こども園おむつ処分： 2,170万円

公立保育所・認定こども園において、これまで保護者が持ち帰っていた0～2歳児の使用済み紙おむつを市で処分することで、子育てしやすい環境のさらなる充実を図ります。

民間園保育補助者雇上強化：4,896万円

新たに保育補助者を雇用し、保育士の勤務環境の改善に取り組んでいる民間事業者に対して必要な経費を補助することで、保育士の業務負担の軽減および離職防止を図り、保育人材の確保につなげます。



暮らしやすさと魅力 のあるまちづくり

大和西大寺駅周辺整備： 39億310万円

大和西大寺駅周辺において、奈良の玄関口としてふさわしいまちづくりを進めるため、南北自由通路や駅前広場の整備を行い、利便性と快適性を兼ね備えた良好な市街地を形成します。



写真左：駅舎外観 / 写真右：南北自由通路 ※4月撮影

新斎苑整備：44億4,393万円

人生終焉の儀式的場にふさわしい、安らぎのある新斎苑の早期供用開始を目指し、工事を進めます。



写真上：完成イメージ
写真下：橋梁工事の様子(4月)

大和中央道(敷島工区)整備：4億円

用地取得を進めるとともに、整備工事の進捗を図り、早期の供用開始を目指します。

グリーンセンター建設計画：1,000万円

七条地区を候補地として絞り込み、県北部地域でのごみ処理の広域化に向け関係自治体と協議を進め、施設整備に向けた環境アセスメント(配慮書)を行います。

生活道路の整備：7億5,500万円

安全・安心に生活道路を利用できるように、主要路線等の路面性状調査、舗装の補修や道路側溝の修繕を行い、快適に通行できる道路環境を確保します。

公園園内灯・街路灯のLED化： 1億7,500万円

公園園内灯や街路灯(ハイウェイ灯)のLED照明への更新工事を行うことで、安全・安心に利用できる環境を確保し、電気代の削減を図ります。

オープンで コンパクトな 行政運営

ICTを活用した住民窓口改善システムの導入：842万円

スマートフォンで質問に答えることで、引越し等の際に必要な手続きがわかる「スマート申請」の取扱い申請書の種類を増やし、利便性の向上を図ります。

図書貸出・返却・予約の自動化：890万円

誰もが気軽に生涯にわたって読書を楽しめる環境づくりの一環として、自動貸出機・返却機および予約棚を整備し、利用者の待ち時間低減等、利便性の向上を図ります。

写真右：新しくなった中央図書館の自動貸出機



ごみ収集委託：5億5,789万円

ごみ関連業務の安定的かつ継続的な実施のため、家庭系ごみ収集運搬業務の委託先をさらに拡大します。

災害に強いまちづくり

庁舎の耐震化等整備： 23億4,500万円

本庁舎の耐震改修工事により、耐震性能や防災拠点として求められる機能を満足させるとともに、来庁者の利便性に配慮した窓口レイアウト、事務室の配置の最適化を行います。

また、月ヶ瀬行政センターの耐震化整備や多目的トイレの設置等も行います。

写真上：本庁舎工事の様子 / 写真下：完成イメージ

非常時に備えた体制整備：4億6,690万円

大規模災害等の非常時における市民・観光客への対応および体制を強化するため、防災情報等を放送するための屋外スピーカーを未整備地域 25 か所に新たに設置するとともに、消防施設、中部公民館やならまちセンターの非常用発電機の整備等を行います。



未来のまちに向けた先行投資のために市債を発行します



市債残高は一時的に増加するも、減少傾向にあり

令和2年度は新斎苑整備や、本庁舎耐震改修工事、仮称子どもセンター建設、および平城西中学校区小中一貫校校舎建設等の実施により、市債残高が一時的に増加する見込みですが、これは予算のテーマである「未来へつなぐまちづくり」に向けたもので、ピーク時(平成24年度)と比較すると、残高は減少傾向にあります。

市の責任分

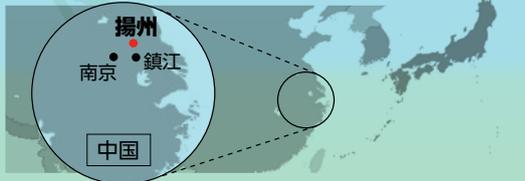
※市債には、施設の建設費用等を世代間で公平に負担してもらうもののほか、第三セクター等の負債を将来世代に先送りしないよう清算するための第三セクター等改革推進債、国の財源不足による地方交付税の不足分をいったん地方公共団体が肩代わりする臨時財政対策債があります。臨時財政対策債は、返済の全額が後年度、地方交付税で措置されます。

【問合せ】 財政課 (☎ 34-4720)

奈良市・中国揚州市 友好都市

提携 10 周年

奈良市と揚州市は、今年5月に友好都市
提携10周年を迎えます。



揚州市の紹介 中国の江蘇省に位置する揚州市は、面積 6,591km²、人口約 459 万人の港湾都市であり、風光明媚な景観を持ち、観光資源にも恵まれていることから、中国を代表する観光都市の1つです。美しい江川風景や中国四大名園の一つである個園、明・清時代の古城や大明寺等数多くの名所があり、唐の時代に日本へ渡り、唐招提寺を建立した鑑真和上の故郷としても知られています。



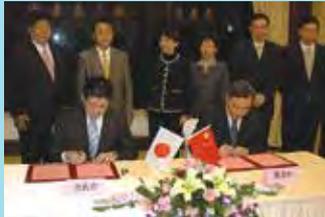
揚州市の古運河／写真：張卓君

大明寺は、数千年の歴史を持つ仏教寺院で、国家重要文化財指定史跡かつ国家 4A 級観光地となっています。境内にある鑑真記念堂は、鑑真和上の逝去 1200 年を記念し 1973 年に建立されました。奈良市にある唐招提寺の金堂と同じ建築様式を用いており、内部には鑑真和上坐像が大切に安置されています。



空から見た大明寺／写真：張卓君

交流のあゆみ 大明寺の住職を務めていた鑑真和上の縁により、2002 年から奈良市と揚州市は、友好的な交流を進めてきました。平城遷都 1300 年となる 2010 年 2 月に、仲川奈良市長を団長とする友好代表団が揚州市を訪問し、「友好都市締結の覚書」を交わしました。そして同年 5 月 23 日に、両市は正式に友好都市提携の調印式を行い、経済や文化、観光、人材、スポーツ等の分野で交流することに合意しました。



覚書に調印する仲川奈良市長（左）と謝揚州市長（右）

奈良市役所で CIR (国際交流員) として活躍していた揚州市出身の劉佩佩さんのコメントを紹介します

劉佩佩さんのコメント

Q1 奈良市役所での勤務期間・所属先・勤務内容は？

2010年4月～2011年4月に、観光戦略課で国際交流を担当していました。

Q2 揚州市役所での所属先を教えてください

揚州市外事弁公室の翻訳センターで勤務しています。

Q3 奈良市での思い出はありますか？

楽しい思い出はいっぱいあります。バサラ祭りで踊ったことや、なら燈花会でろうそくに火をつけたこと、一条高等学校で中国語を教えたこと等です。私は、奈良市が大好きで、奈良市民のみなさんのことも大好きです。

Q4 一言お願いします

鑑真和上の故郷でもある揚州市は、2500 余年の歴史を持ち、美しい景色や揚州料理等でも有名な観光都市です。



揚州市には奈良市に親しみを
持っている市民が多いです。
奈良市民のみなさんのご健康
とご多幸を心よりお祈り申し
上げます。

【問合せ】観光戦略課 (☎ 34-1965)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります

宝くじ公式サイトで
宝くじを購入できる
ようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1

「宝くじ公式サイト」を検索!
メールアドレスの登録
(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを
登録(仮登録)します。



STEP2 会員情報の入力(会員登録)

- 入力いただいたメールアドレス宛に、
メールが届きます。
- メールに記載されている
会員登録用の URL をクリックします。
- 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入
力いただくと同規会員登録が完了します。



宝くじ売り場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了
宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、
引き続き次の STEP3 の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、
宝くじを購入するための
「クレジットカード情報」および
当せん金のお受け取りに利用する
「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの
「ネット購入」がご利用
いただけるようになります!

本件に関する
お問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認ください。おかけ間違いのないようお願いいたします。



今年度のしみんだよりの 配布業者が決まりました



しみんだより等広報紙は、昨年度と同様に

地域情報ネットワーク株式会社
☎ 0742-27-1061

が配布します

配布するもの

- ・奈良しみんだより
- ・県民だより奈良
- ・奈良市議会だより
- ・上下すいどうだより
- ・ごみカレンダー（一部地域を除く）



※ 大宮地区・大安寺西地区・左京地区は
「地域自治協議会」が配布します

【大宮地区】大宮地区自治協議会

【大安寺西地区】大安寺西川辺のまちづくり協議会

【左京地区】左京地区地域協議会

【問合せ】秘書広報課（☎ 34-4710）



令和2年5月分からの下水道使用料を値上げします

下水道事業は、コストを抑えた工法を採用する等、これまでも経費削減に努めましたが、平成28年度からは債務超過のため、深刻な資金不足に陥る可能性が高くなっています。今後、古い施設の更新や耐震化等、将来への投資も必要になるため、下水道使用料を改定することになりました。くわしくは、企業局ホームページに掲載しています。

※ しみんだより令和元年12月号にも掲載

■ 1か月当たりの基本使用料165円（税込）を追加し、水量使用料は約15%の値上げになります

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
公共/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

■ 令和2年5月分から下水道使用料が改定になります

一般家庭の多くは、偶数月計量と奇数月計量の2つの区域に分け、それぞれ2か月に1度計量しています。計量した2か月分の水量を半分に分け、毎月請求しています。5月分として請求するものから、改定後の使用料を適用します。

偶数月計量区域				奇数月計量区域			
計量月	月分	請求月	適用	計量月	月分	請求月	適用
4月	3月分	5月	旧使用料	3月	3月分	5月	旧使用料
	4月分	6月			4月分	6月	
6月	5月分	7月	新使用料	5月	5月分	7月	新使用料
	6月分	8月			6月分	8月	

よくある質問

Q1. 水道料金も値上がりするの？

→ 水道料金の改定はありません

Q2. 浄化槽等、下水道を使用していない場合はどうなるの？

→ 今回の改定は対象になりません

Q3. 計量が0㎡/月の場合は？

→ 1か月あたりの基本使用料165円（税込）がかかります

【問合せ】企業局（☎ 34-5200 代）

使用料改定について：企業局経営企画課

料金・計量区域等について：ヴェオリア・ジェネッツ(株)お客様センター

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

市民のつぎ(4月1日現在)
 総人口：35万5529人(男
 性：16万6714人、女性：
 18万8815人、世帯数：
 16万3991世帯)

生活

ごみ収集について

◆5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	6日・20日の 地域
B・E	の地域	水曜日
C・H	火・金曜日	13日・27日の 地域
D・G	の地域	水曜日

※A～Dは市の収集区域、E
 ～Hは市清美公社または武
 田環境・大和清掃共同企業
 体の区域です。一部地域で
 は収集の曜日が違うので市
 ホームページ等で確認し
 てください

◆収集場所付近に駐車しな
 いでください

積み込む際に飛び散った
 ごみや汚水等で車を汚すお
 それがあるため、収集できな
 いことがあります。その場
 合のごみの処理は、集積場
 所を使用しての人が行っ
 てください

◆収集ボックスの設置は事

前に連絡を

品物によっては、深さが65
 cmを超える等、収集作業が円
 滑に行えないものがあるた
 め、ボックスの購入・設置を
 する前に必ず連絡してくださ
 い。設置費用は、収集場所を
 利用するみなさんで負担して
 ください

※5月4日(祝)・5日(祝)・6
 日(休)も通常どおり収集を行
 います

【問合せ】収集課(☎71・3
 012)、市清美公社(☎
 33・8782)、武田環境・
 大和清掃共同企業体(富
 雄川の西側および東側の一
 部 ☎63・2552)

不要な小型家電の自宅回
 収サービス開始

対象：不要になったパソ
 コン、携帯電話、デジタル
 カメラ等 ▼費用：1箱1
 500円(3辺合計140
 cmの箱に20kgまで。回収品
 目にパソコンが含まれる場
 合は、1箱まで無料) ▼申
 込：リネットジャパニリサ
 イクルのホームページから
 予約 ※小型家電回収BOX
 も利用可 ▼問合せ：廃棄
 物対策課(☎71・3001)

土砂災害対策改修促進事
 業補助

住宅や建築物の土砂災害
 対策改修工事に対し補助し
 ます ※改修の前に申請要

対象：土砂災害特別警戒区
 域(がけ地の崩落等のおそれ
 のある区域)が指定される
 前に建築された住宅・建築
 物 ▼補助：土砂災害対策改
 修工事に要した費用に23%を
 乗じて得た額(千円未満切
 り捨て)。限度額は77万2千
 円 ▼問合せ：建築指導課
 (☎34・4750)

「奈良市土砂等による土地
 の埋立て等の規制に関す
 る条例」の制定

土砂等による土地の埋立
 て行為について、崩落等の
 災害の防止や、事業地周辺
 の生活環境の保全を目的と
 し、必要な規制を行うため
 の条例を制定しました。

一定規模(面積500㎡
 以上かつ高さ1m超)の埋
 立てを行う場合は、あらか
 じめ市の許可が必要となり
 ます。

また、埋立ての規模にか
 わらず土砂等が崩落、飛
 散、流出するおそれがある

市役所本庁舎耐震化工事に
 関するお知らせ

現在、市役所本庁舎の耐震化工事を行っています。工事に伴う課の移転等について、こちらで随時お知らせします。市民のみなさんにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆課の移転(秘書広報課分室、都市政策課)
 中央棟5階から6階へ移転しました

◆アスベスト対策工事
 西棟の議場天井内のアスベストについて、関係法令を遵守し、周辺の安全に配慮した工法で対策工事を行っています(4月中旬から2か月弱)

【問合せ】資産経営課(☎34-4724)

市役所の組織を新設しました

令和2年度の組織図は、4月1日から市ホームページに掲載しています

新組織名 (事務室の場所)	主な業務内容
JR新駅周辺整備推進課 (JR奈良駅周辺整備 事務所2階)	JR新駅周辺(八条・ 大安寺周辺地域) の整備等に関する こと
道路インフラ保全課 (市役所本庁舎 中央棟4階)	道路インフラの長 寿命化等に関する こと

【問合せ】人事課(☎34-4821)



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

あなたの家は大丈夫？

耐震診断、耐震改修、ブロック塀等の撤去費用を補助します

【対象】昭和56年5月31日以前に建築された住宅、建築物（昭和56年6月1日以降に増築した住宅、建築物は除く）。不特定多数の人が通行する道路に面し、高さが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。

※ 診断、改修、撤去の前に申請してください。

診断・補助事業名	内容・補助額	
無料耐震診断 木造住宅（※）に限る	耐震診断員を派遣し一般耐震診断を行う。	
耐震改修工事補助 木造住宅（※）に限る	上部構造評点を1.0以上とするために施工する耐震改修工事に要した費用に3分の1を乗じて得た額（1,000円未満切り捨て）。 限度額：50万円	
耐震診断補	住宅（※）に限る	耐震診断に要した費用に3分の2を乗じて得た額（1,000円未満切り捨て）。 限度額：86,000円 （木造は精密診断法に限る）
	長屋住宅 共同住宅	耐震診断に要した費用に3分の2を乗じて得た額（1,000円未満切り捨て）。 限度額：133万3,000円 （木造は精密診断法に限る） 木造長屋住宅か木造共同住宅のみ一般診断法で行う場合、耐震診断に要した費用に3分の2を乗じて得た額。 限度額：一戸につき31,500円
	特定既存耐震不適格建築物 （学校、病院等多くの人が利用する一定規模以上の建築物）	耐震診断に要した費用に3分の2を乗じて得た額（1,000円未満切り捨て）。 限度額：133万3,000円 （木造は精密診断法に限る）
ブロック塀等撤去工事補助	ブロック塀等の撤去に要した費用（1㎡当たり8,000円上限）に2分の1を乗じて得た額（1,000円未満切り捨て）。 限度額：15万円	

※ 専用か併用の一戸建て住宅

安心・安全 住まいの相談

耐震、リフォーム、増築等について 建築士が相談に応じます

とき…7月からの奇数月の第2木曜日 午前9時～正午
 ▶ところ…市役所2階福祉部分室 ▶その他…敷地の境界、リフォームの工事代金等、民事に関する相談はできません

【問合せ】 建築指導課（☎ 34-4750）

5月は「消費者月間」

◆消費生活センター
 とき…月々金曜日の午前9時～午後4時（祝日、年

行為については条例の規制対象となる場合があります。なお、条例の規定に違反する行為については、罰則（最大で2年以下の懲役または100万円以下の罰金）が科される場合があります。
 【問合せ】 廃棄物対策課（☎ 71・2226）

家庭の「犬の登録」は済んでいますか？

登録は犬の生涯に一回行

◆消費者月間パネル展示
 とき…5月25日（月）～29日（金）
 ▼ところ…市役所北棟1階連絡通路
 【問合せ】 産業政策課（☎ 34・4741）

末年始は休み）▼相談方法：同センター（市役所北棟2階 ☎ 34・4895）に電話か来所

空き家に関するお知らせ

◆空き家バンクについて
 市では、空き家のマッチングをサポートする情報サイト「奈良市空き家バンク」を

う必要があります。犬を飼う場合は犬の登録を行います。また、住所が変わったり、死亡した場合にも手続きが必要です
 【問合せ】 保健衛生課（☎ 93・8395）

◆空き家の適性管理

空き家となった建築物を放置すると、防災、衛生、景観等周辺の生活環境に悪影

開設しています。市の東部地域にある空き家の「賃貸」や「売却」を考えている人は、登録することで利用希望者とのマッチングまでのサポートを受けられます
 対象地域：田原・柳生・大柳生・東里・狭川・月ヶ瀬・都祁 ▼問合せ：空き家コンシェルジュ（☎ 0744・35・6211）

【問合せ】

響を及ぼす可能性があります。また、強風や豪雨による屋根瓦や外壁の落下、飛散等で他人に損害を与えた場合、所有者等が損害賠償責任を負う可能性があります。
 地域の良好な生活環境を維持するためにも、空き家の所有者等は適正な管理に努め、管理不全な状態とならないようにしてください
 【問合せ】 住宅課（☎ 34・5175）

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

市役所で「エコスタイル」を実施しています

5月1日(金)～10月31日(土)の間、全職場で「エコスタイル」に取り組んでいます

①**適正冷房を推進**…市の施設では、室温の目安をおおむね28℃とし、ホール等の公共施設では、冷房が過度にならないよう調整します

②**軽装での勤務**…職員は暑さをしのぎやすい軽装(ノー上着・ノーネクタイ等)で勤務します

【問合せ】環境政策課(☎34・4591)

市・県民税(第1期・全期分)の納期

納期:6月15日(月)～30日(火)
※納税は口座振替(金融機関の窓口で納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要)が便利です
▼問合せ:納税課(☎34・4727)

緊急告知ラジオの購入費を補助(先着100台分)

緊急地震速報等の「緊急放送」を自宅で聴ける「奈良市緊急告知ラジオ」を、ならどつ

とFMで販売しています

対象:市在住、在勤・在学の購入者。市に補助申請すれば8千円(税抜)の半額を補助。一年度で1人5台まで
▼問合せ:ならどつとFM(☎24・8415)

令和2年度(平成31年・令和元年分)課税(非課税)・所得証明の発行

発行開始予定日・対象:①5月14日(木)・給与所得者等で勤務先から市・県民税の全額が差し引かれる人②6月1日(月)・個人事業者等で、納税通知書で市・県民税を納付する人、年金から市・県民税を差し引かれる人、給与所得者等に扶養されている人
▼交付場所:市民税課、各出張所・行政センター、東寺林連絡所
▼注意:課税(非課税)証明のコンビニエンスストアでの発行は、いずれの人も6月1日(月)から令和2年度に切り替わります
▼問合せ:市民税課(☎34・4958)

軽自動車税(種別割)の障害者減免

身体障害者手帳等を交付された人が所有する軽自動車等

の税金は、市で定める基準に該当する場合、申請すると減免されます※普通自動車等で既に減免を受けている人は申請不可。また、障害の程度により減免できない場合あり
対象:障害者1人につき1台。既に減免を受けている人は、更新の手続きは不要。ただし、車両を乗り換えたい場合は新たに申請が必要
▼申請期限:6月1日(月)
▼問合せ:市民税課(☎34・4958)

自動車税(種別割)・軽自動車税(種別割)の納期限は6月1日(月)です

毎年4月1日現在の所有者に課税されます。必ず納期限までに納付してください
【問合せ】自動車税・県自動車税事務所(☎0743・51・0081) 軽自動車税・市民税課(☎34・4958)

工業統計調査のご協力をお願いします

総務省統計局による同調査は、製造業に属する事業所を対象に、工業の実態を明らかにすることを目的とした基幹統計調査です。5

再生資源の出し方について

■ペットボトル

- ・中を軽くゆすぎ、それぞれに分けて網袋に入れる。ビニール袋に入れたまま出さない
- ・ペットボトルのキャップとラベルは外し、プラスチック製容器包装として出す



■飲料用紙パック

- ・内側がアルミ箔・茶色のパックは燃やせるゴミへ
- ・キャップ式の紙パックは、キャップと注ぎ口を取る。つけたままでは回収不可。キャップと注ぎ口は、プラスチック製容器包装として出す



■空きビン

- ・中を水ですすぎ、「無色」「茶色」「その他」の3種類に色分けしてコンテナへ
- ・それぞれのコンテナにビン以外のものを入れない
- ・各コンテナで回収するビンの量を6割程度にとどめ、それ以上は新たなコンテナを使用する

【問合せ】

リサイクル推進課(☎33-5380)

がん検診（6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。都祁保健センター実施分は同センターへ。受付期間は5月1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・市区町村住民税非課税世帯の人は無料。申込時に申出要。

◆胃・肺セットがん検診

とき	ところ	受付時間	定員
1日(月)	北部出張所	9:15～10:15	27人
2日(火)	登美ヶ丘公民館	9:30～10:30	26人
10日(水)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
11日(木)	都祁保健センター	9:00～10:00	30人
18日(木)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
19日(金)	西部生涯スポーツセンター クラブハウス	9:15～10:15	27人
22日(月)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人
24日(水)	西部図書館	9:45～10:45	23人
25日(木)	コープおしくま	9:15～10:15	27人
26日(金)	はぐくみセンター	8:45～9:45	33人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
1日(月)	はぐくみセンター	14:00～15:00	60人

胃がん検診…胃部エックス線検査（当日バリウムを飲みます）

肺がん検診…胸部エックス線検査（結核の判定も含まれます）

【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】 授乳中の方は申込時に申出要。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）、都祁保健センター（☎ 0743-82-0341）

特殊詐欺等防止対策機器購入費を補助

電話による特殊詐欺被害防止を目的に製造された機器の購入費用を補助します。購入前に申請が必要です

対象：市在住の65歳以上の購入者。市に補助申請すれば費用の2分の1を補助。上限1万円、1世帯あたり1台まで
▼募集件数：50

月中旬～6月上旬に、調査員が市内の製造業事業所を訪問し、調査票を配布します。回答は郵送またはインターネットで可能です
【問合せ】 総務課（☎ 34・4721）

健康

保健予防課からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、5月実施予定の左記事業を中止します

・結核住民検診
 ・HIV・梅毒・肝炎検査
【問合せ】 保健予防課（☎ 93・8397）

糖尿病相談窓口

血糖値が高め、肥満で糖尿病が心配な人に、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）

件程度
▼問合せ：危機管理課（☎ 34・4930）

20日ならウォーク

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、5月20日の20日ならウォークは中止します

【問合せ】 健康増進課（☎ 34・5129 FAX 34・3144）

臨床心理士によるこころの健康相談

とき：5月11日(月)・25日(月)の午後
▼対象：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：事前に電話で保健予防課（☎ 93・8397）へ

子育て

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2年1月生まれの子（第1子）と保護者
とき：6月3日(水)・10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
▼定員：各32人
▼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

◆1歳0か月児歯むか教室
対象：令和元年6月生まれの子（第1子）と保護者
▼とき：6月9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
【問合せ】 はぐくみセンター2階
【申込】 電話で母子保健課（☎ 34・1978）へ。多い場合は別の日で受付

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。

予防接種予診票綴りを4月下旬に発送しています(令和2年3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)

妊産婦・乳幼児健康相談

妊娠中の生活、母乳育児、乳幼児の発達・発育等について相談できます

保健師・助産師による電話・来所相談

とき：平日の午前8時半～午後5時15分(助産師は平日の午前9時～午後3時) **▼ところ**：はぐくみセンター3階

助産師または保健師による来所相談

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)
【持物】 母子健康手帳
【問合せ】 母子保健課(☎34・1978)

都祁保健センター、月ヶ瀬健康相談室への保健師

による電話・来所相談

とき：平日の午前8時半～午後5時15分※月ヶ瀬健康相談室は午前9時～午後4時半で来所相談は要予約
【問合せ】 同センター(☎0743・82・0341)、同相談室(☎0743・92・0480)
◆都祁保健センター保健師による巡回相談

5月		とぎ	ところ
12日(火)午前10時～正午	興東公民館		
19日(火)午前10時半～正午	どんごが丘コミュニティ広場(旧田原幼稚園)		
21日(木)午前9時半～11時	柳生こども園		

【持物】 母子健康手帳
【問合せ】 同センター(☎0743・82・0341)

むし歯予防のためのフッ化物塗布

対象：平成30年6月生まれの子(2歳4か月の実施月まで受けられます) **▼とき**：6月19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

乳幼児の健診

に事業名、子どもの氏名、生年月日、電話番号を書いて、5月29日までに母子保健課(☎34・1978)へ。市ホームページからも可

健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診(令和2年2月生まれの子)	満4か月になった日から6か月になる前日までに受診してください	市内指定医療機関 ※通常の受診期間は1か月ですが、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、当面の間受診期間を2か月としています
10か月児健診(令和元年8月生まれの子)	満10か月になった日から1歳になる前日までに受診してください	
1歳7か月児健診		新型コロナウイルス感染状況により、随時日程に変更・延期の可能性があります。くわしくは、市ホームページを確認してください
3歳6か月児健診		

持物：問診票、母子健康

65歳以上のみなさんへ 成人用23価肺炎球菌の定期予防接種を受けましょう

年度内であれば誕生日を待たずに接種できます。この定期接種の対象者は毎年度異なるため、接種の機会を逃さないようにしてください。ただし、対象年齢となる人であっても、すでにこの予防接種を受けた人が再度接種を受けると全額自己負担になるので、注意してください。接種歴が不明な人は、接種を受ける前に健康増進課(☎34-5129)へ問合せしてください

◆費用 一部自己負担(3,000円)生活保護受給者等は事前の手続きで費用免除。くわしくは問合せ要

◆申込 事前に市登録医療機関(市ホームページに掲載)に予約し、健康保険証等を持参し接種

◆対象 接種当日に市に住民登録がある下表の対象年齢の人。対象者以外は全額自己負担

令和2年度に対象年齢となる人の生年月日	
65歳	昭和30年4月2日～31年4月1日
70歳	昭和25年4月2日～26年4月1日
75歳	昭和20年4月2日～21年4月1日
80歳	昭和15年4月2日～16年4月1日
85歳	昭和10年4月2日～11年4月1日
90歳	昭和5年4月2日～6年4月1日
95歳	大正14年4月2日～15年4月1日
100歳	大正9年4月2日～10年4月1日

◆その他 ①B類疾病の予防接種は、本人の意思と責任で接種をする場合のみ接種可能 ②60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓か呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障害を有する人、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人は、事前に同課で手続きが必要

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

5月23日は「難病の日」

難病
コラム⑦

「難病の患者に対する医療等に関する法律」が、平成 26 年 5 月 23 日に成立したことにちなんで、毎年 5 月 23 日は「難病の日」となりました。世界の希少・難治性疾患の種類は 6,000 種を超えと言われており、医師でさえ名前を知らない疾患が数多く存在します。

難病は、人口の一定の割合で発症すると言われており、けっして特別なものではありません。見た目に分かりにくい病気のために理解されなかったり、思っていた生活が営めなかったり、継続して治療が必要だったり…と、たくさんの苦勞を抱えて生活しています。

指定難病と診断されたら、医療費助成を受けることが可能な場合もあります。難病に関しての相談があれば、担当課まで問合わせてください。

【問合せ】保健予防課（☎ 93-8397）

6/13 (出)	6/10 (水)	(A)日程	内容(対象)
7/11 (土)	7/8 (水)	(B)日程	
初妊婦と夫)		先輩ママとの交流と講義(*初妊婦)と講義(*初妊婦)	

*妊娠22週～32週未満、2回コース

妊婦のための教室・歯科健診

手帳。4 か月・10 か月児健診の問診票は 5 月中旬に送付しますが、5 月 1 日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ連絡
【問合せ】 同課（☎ 34・1978）

とき：午前 9 時半～正午
 ▼ところ：中央保健センター
 ▼定員：各 24 組
 ▼申込：電話で (A) 6 月 3 日 (B) 7 月 1 日までに母子保健課（☎ 34・1978）へ。市ホームページからも可
◆マタニティー歯つぴいチェック

対象：妊婦（おおむね妊娠 16 週以降 32 週未満の安定期の人）
 ▼とき：① 6 月 25 日 (木) ② 7 月 16 日 (木) 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、歯みがき指導、フッ

歩数計アプリで健康づくり事業

1日6千歩以上の歩数に対し、奈良市ポイント5ポイントを付与します

【対象】

市在住の 20 歳以上の人。
 在勤も可

【申込】

スマートフォンで奈良市ポイント運営事務局のホームページから、歩数計アプリ（無料）をダウンロードし、登録情報を入力。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、窓口での対応を中止しています

【問合せ】

市ポイント運営事務局（☎ 34-8111）



QR コードでアクセス▶



妊娠希望者や妊娠初期の人の風しん抗体検査

妊娠初期に風しんにかかる、生まれてくる赤ちゃんに難聴、白内障、心疾患等の障

害（先天性風しん症候群）がおこる可能性があります。風しんの免疫を十分もっているかを調べるため抗体検査を受けましょう
対象：検査日に市に住民登録があり、次のいずれかに該当する人 ① 妊娠を希望している女性 ② 風しんの抗体価が低い（H I 法 16 倍以上もしくは E I A 法 8.0 未満）
 妊婦の配偶者等の同居家族
 ※過去に風しん抗体検査を受けたことがある人、2 回風しんの予防接種を受けたことがある人、検査で確定診

断を受けた風しんの既往歴がある人、現在妊娠中の人
 は対象外 ▼申込：電話か FAX、Eメールに申請書を添付のうえ、来年 1 月 31 日までに保健予防課（☎ 93・8397）☎ 34・2486 Eメール：fushinkensa@city.nara.lg.jp)へ。申請書は市ホームページからダウンロード可

日本脳炎予防接種開始（平成 29 年 5 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：3～7 歳 6 か月になる前日まで
 接種方法：標準的に初回接種は 1～4 週間の間隔をあけ、追加接種は 2 回目から 1 年後に行います ▼持物：予診票綴り、母子健康手帳、健康保険証等の身分証明書を持参 ※黒の消えない筆記具で記入。市に住民登録がない人は接種不可 ▼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 ▼問合せ：健康増進課（☎ 34・5129）

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

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。

子育てサークル活動経費
を一部補助します

要件：乳幼児（保育所や幼稚園等に在籍している子を除く）と保護者が集まり、子育てに関する学習や情報交換、季節の行事等の活動を行う子育てサークルが一定の条件を満たす場合

補助額：補助対象経費（食糧費・プレゼント代等を除く）の2分の1（千円未満切り捨て）。限度額3万円

申請：5月29日までに子ども育成課（☎34・5042）へ。子育てサークル一覧表を作成するため、子育てサークル登録票も提出要（補助金申請をしなくても登録可）

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給額を改定
（所得制限あり）

4月分から次のように変わります

◆児童扶養手当の支給額（月額）

【児童1人の場合】

全部支給：4万3160円

▼一部支給：1万1800円

▼4万3150円

【児童2人目の加算額】

全部支給：1万1900円

▼一部支給：5100円

【児童3人目以降の加算額（二人につき）】

全部支給：6110円

▼一部支給：3060円

▼6100円

◆特別児童扶養手当の支給額（月額）

一級：5万2500円

二級：3万4970円

【問合せ】子ども育成課（☎34・5042）

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：5月19日（火）、6月6日（土）午前10時～正午

ところ：はぐくみセンター1階

▼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

民間保育所等保育士就労奨励費交付事業

市内にある民間の保育所

奈良の食コラム Vol.2

奈良の新しいイチゴ「珠姫」

「珠姫」は県が育成した新しいイチゴで、昨年12月に名前が公表されました。県オリジナルのイチゴは「古都華」以来、約10年ぶりの登場で、大きな期待が寄せられています。

「珠姫」は果実が卵円形で非常に大きいことと、酸味の少ない、さっぱりとした甘みの特徴です。一般的に、イチゴは暖かくなると酸味が強くなりますが、「珠姫」はもともと酸味が少ないため、今の時期でも酸っぱく感じにくく、小さなお子さんにも喜んで食べてもらうことができます。

現在、市では4人の生産者が栽培を行っています。まだまだ生産量は少ないですが、5月中は「まほろばキッチン JR 奈良駅前店」やJR奈良駅構内の「奈良のうまいものプラザ」等で販売されています。見かけた際には、ぜひ一度試してみてください。

（県北部農林振興事務所）



ボールペンと比較した「珠姫」。大きな果実が特徴

【問合せ】農政課（☎34-5142）

等（認可保育所・幼保連携型認定こども園・小規模保育事業所）に、新たに保育士等（保育士・保育教諭）として就職し、1年以上勤務した人に就労奨励費として15万円の補助を行います

◆栄養講座「延ばそう！健康寿命」20P長
とき：5月22日（金）午後1時半～3時 ▼講師：管理栄養士の菱木純子さん ▼定員：60歳以上の人40人 ▼申込：5月16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

シニア

東西南北福祉センターは4月30日（木）まで休館です

東福祉センター

〒630-0113 法蓮町1-702-1
☎24・3151 FAX27・9028

西福祉センター

〒631-0404 百楽園一丁目9-13
☎41・3151 FAX41・3150

暮らしのお困り事相談

とき：5月15日（金）午後1



パブリックコメント

意見を募集します

- ①「奈良市景観計画（改正素案）」
- ②「奈良市屋外広告物条例（改正素案）」

②は社会貢献型屋外広告物の実証実験のアンケートも実施

閲覧期間…5月1日(金)～31日(日) ※都市計画課、総務課、各出張所・行政センター（日、祝日を除く業務時間内）。市載 ▶ 応募資格…市内に在住・在所を有する個人・法人・その他の送付、FAX、Eメールに改正素案の種類、意見と住所、氏名、年齢、電話番号（団体等の場合は所在地、団体名、電話番号）を書いて、5月31日必着で都市計画課（☎34-5209 ☎34-4885 Eメール：toshikeikaku@city.nara.lg.jp）へ。直接持参も可。電話不可 ※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



時半～3時 ▼内容：コスモス成年後見サポートセンター奈良県支部の行政書士による無料相談会。遺言・相続等。女性相談員の対応も可 ▼対象：60歳以上の人とその家族 ▼申込：当日までに電話か直接同センターへ
 ◆スウィングジャズロビーコンサート
 とき：5月23日(土)午後1時～2時半 ▼出演：若草サウンドグループ ▼対象：60歳以上の人とその家族

南福祉センター
 〒630-8463 南永井町45-1
 ☎62・3730 FAX62・3780

◆健康講座「65歳からの体カづくり」^{20P}_長
 とき：5月19日(火)午後1時半～2時20分 ▼内容：管理栄養士による介護予防運動や食事についての講話 ▼定員：60歳以上の人30人 ▼申込：5月1日～5月12日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

北福祉センター
 〒631-0805 右京一丁目1-4
 ☎71・3501 FAX71・3548

◆いきいき体操教室^{50P}_長
 とき：6月～来年3月の毎月第1水曜日 午前10時半～11時半 ▼内容：ストレッチ、筋力トレーニング、体操等 ▼講師：市運動習慣づくり推進員協議会 ▼定員：60歳以上の人50人 ▼申込：5月16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

アンケート

統計調査員を募集します
 10月1日(日)で実施される国勢調査の統計調査員を募集します
 活動期間：8月下旬以降
 おむね2カ月間 ▼職務内容：調査票の配布、回収等 ▼対象：市が開催する説明会に出席できる人。仕事をしていない人も可 ▼その他：調査終了後に報酬あり ▼問合せ：総務課（☎34・4721）

募集

市営住宅等入居者募集
 【募集住宅】※募集戸数は各住宅につき1戸
 一般向：第2号市営住宅（東之阪）、第5号市営住宅（大安寺）、第11号市営住宅（杏）、第18号市営住宅（五条山）
 子育て世帯向：第9号市営住宅（紀寺）、第12号市営住宅（横井）
 母子・父子世帯向：第1号コミュニティ住宅（JR奈良駅前）
 高齢者世帯向：第20号市営住宅（松陽台）
 ※申込資格は申込案内に記載
 申込：住宅課、各出張所・行政センター、市民サービスセンターで5月1日(金)～15日(金)に配布する申込書に必要事項を書いて、5月15日必着で同課（北棟6階）へ送付か持参 ▼公開抽選：5月22日(金) ▼問合せ：同課（☎34・5174）

催し

もったいない陶器市
 家庭で不要になった陶磁器

製食器を無料で回収・配布しています。5月の開催は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します

中止の日時・場所：①5月6日(水)・コープおしくま（押熊町）②13日(水)・コープ七条（七条西町）③20日(水)・はぐくみセンター1階 午前10時～午後1時 ※今後の開催状況については、市ホームページに掲載 ▼問合せ：廃棄物対策課（☎71・3001）
 「平城京天平祭」(5月3日～5日)の中止
 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します
 【問合せ】同実行委員会事務局（☎25・0707）

第32回「人権を確かめよう日」記念集会・防災エンスショー(5月17日)の中止
 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、4月号掲載の当行事を中止します。申込者には、人権政策課より連絡します ▼問合せ：同課（☎34・4733 FAX34・5304 Eメール：jinkenseisaku@city.nara.lg.jp）

- 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

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。

<p>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1-1-5 ☎ 71-2444 FAX 71-9155</p> <p>パソコン初級教室 ①ワード実務 ②エクセル実務</p> <p>とき：①6月13日～7月18日の毎週土曜日 ②6月14日～7月19日の毎週日曜日 午後1時～3時、各6回 ▼内容：日商検定Basic(4級)を踏まえ ①タブ・簡条書き・作表・画像等 ②書式設定・関数・グラフ・データベース等 ▼定員：基本的な文書が表の作成ができる人各15人。在勤も可 ▼費用：各7500円</p>	<p>韓国語教室 入門</p> <p>とき：6月11日～9月3日の原則毎週木曜日の午後7時～8時。全10回 ▼対象：初めての人 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：1万3100円</p>	<p>韓国語教室 初級</p> <p>とき：6月12日～9月4日の原則毎週金曜日の午後6時半～7時半。全10回 ▼対象：ハンゲル検定3～4級レベル ▼定員：10人。在勤も可 ▼費用：1万円</p>	<p>アロマテラピー (初心者)</p> <p>とき：6月10日・17日(水)午前10時半～正午。2回 ▼内容：薬に頼らない香りの健康法 ▼定員：16人。在勤も可 ▼費用：3600円</p>	<p>ハーバリウム1日教室</p> <p>とき：6月10日(水)午前10時～正午 ▼内容：夏を感じるペンダントとボールペン作り ▼定員：20人。在勤も可 ▼費用：3500円</p>	<p>椅子ヨガ教室</p> <p>とき：6月17日～9月2日の原則毎週水曜日、午前10時半～11時45分。10回 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：6千円</p>	<p>レザーラフト1日教室</p> <p>①ペンケース ②トートバッグ</p> <p>とき：6月27日(土) ①午前9時半～正午 ②午後1時～4時半 ▼内容：あらかじめ穴が開けられたレザーキットで作成し刻印を打つ ▼定員：各6人。在勤も可 ▼費用：①4600円 ②1万3100円</p>	<p>韓国語教室 中級</p> <p>とき：6月12日～9月4日の原則毎週金曜日の午後7時40分～8時40分。全10回 ▼対象：ハンゲル検定準2～2級レベル ▼定員：10人。在勤も可 ▼費用：1万2千円</p>	<p>【申込】 往復はがき、FAXに教室名(○数字の別)、住所、氏名、性別、FAX、電話番号、勤務先を書いて、5月15日必着で同センターへ。1枚に1人1教室限り。多い場合は抽選</p> <p>◆5月6日(休)まで休館です</p>
---	---	---	--	---	--	--	--	---

ごみ減量コラム vol. 9

海のない奈良市からでも、海洋ごみは減らせます。

日本財団・環境省では、5月30日(ごみゼロの日)～6月8日(世界海洋デー)を「海ごみゼロウィーク」と定め、海洋ごみ削減のためのアクションを起こしています。

海に面していない奈良市にとって、世界中で話題になっている海洋ごみの問題は関係がないように思えますが、そんなことはありません。例えば市内を流れる佐保川は大和川水系の支流で、最終的に大阪湾に注いでいます。町中でポイ捨てされたごみが風で運ばれ川に落ち、海まで流れ着けば海洋ごみになってしまいます。つまり、町中に落ちていたごみを拾えば、間接的に海洋ごみの削減に貢献していることになるのです。

5月30日は「530(ごみゼロ)」にちなみ、全国各地で清掃活動等のイベントが開催されます。この日を機会に、みなさんも地域の自治会等で、町中のごみ拾いをしてみてはいかがでしょうか。

今月のごみ量レポート

令和元年度の可燃ごみ総搬入量(3月末時点)：
79101.8トン(前年度同月比：+0.2%)
さらなるごみ減量へ、ご協力をお願いします。

【問合せ】 廃棄物対策課 (☎ 71-3001)

奈良ひとまち大学

http://nhmu.jp

【第369回】 平和を願う薔薇のお寺
～霊山寺 1300年の歴史を知る～

とき…5月23日(土) 13:30～15:30 ▶
ところ…霊山寺(中町) ▶定員…20人 ▶
費用…900円

【第370回】 開校10周年記念!リクエスト大会 Vol.2
深閑とした世界遺産を巡る
～春日大社で夜の特別授業!～

とき…5月24日(日) 18:00～20:00 ▶と
ころ…春日大社(春日野町) ▶定員…30人
▶費用…2,000円

【第371回】 開校10周年記念!リクエスト大会 Vol.3
興福寺の「慈恩会堅義」とは?
～1000年以上伝わる僧侶の試験～

とき…5月30日(土) 10:00～12:00 ▶と
ころ…興福寺(登大路町) ▶定員…30人
▶費用…500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、5月14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

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

総合福祉センター

〒 631-0801 左京区下自 3-1
☎ 71・0770 FAX 71・0773

◆手話奉仕員養成入門講座

100P
「はじめてコース」

とき：6月2日(火)・9日(火)
午後1時40分～3時40分。全2回
▼定員：手話学習未経験者70人。在勤・在学も可
申込：往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、在勤・在学者はその旨を書いて、5月22日必着で同センターへ。多い場合は抽選

「入門コース」

とき：6月16日～12月15日の毎週火曜日 午後1時40分～3時40分。全24回
▼定員：「はじめてコース」を1回以上受講した人40人
費用：テキスト代3300円
▼申込：「はじめてコース」で希望者を募集。多い場合は抽選
◆手話奉仕員養成基礎講座
とき：6月2日～来年2月9日の毎週火曜日 午前10時10分～午後0時10分。全32回
▼定員：手話での簡単な日常会話が可能で、1年程度市内で手話活動している人20人。在勤・在学も可

費用：テキスト代3300円
▼申込：往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、在勤・在学者はその旨を書いて、5月22日必着で同センターへ。多い場合は抽選
◆5月6日(休)まで休館です

史料保存館

〒 630-8377 藤戸町 1-1
☎ 27・0169

◆企画展示「町記録の魅力―書き継がれた300年の歴史―」
とき：5月8日(金)～7月19日(日) ※6月9日(火)午後1時から約30分の展示解説あり
▼内容：江戸時代に奈良町の人々が書き遺した町記録から、当時の暮らしや災害、社会情勢等を紹介

◆館蔵史料特別公開 引き札

とき：5月8日(金)～31日(日)
▼内容：明治～大正期の奈良町の商店が発行した引き札(広告)を展示
◆5月7日(休)まで休館です

奈良町にぎわいの家

〒 630-8333 中新屋町 5 ☎ 20・1917

①クイズでまなぶ!二十四節気と俳句講座

とき：5月9日(土)午前11時～正午
▼講師：文化創造アルカ代表の倉橋みどりさん
▼定員：15人
◆2町家講座「奈良町家の素材を知る～建具～」
とき：5月23日(土)午後1時～3時半
▼内容：町家の建具を見ながら1級建具技能士の話を聞く
▼講師：塚本建具の塚本進也さん
▼定員：15人
▼費用：500円

③蓄音機コンサート

とき：5月24日(日)午後2時～3時半
▼内容：浪花節から歌謡曲までさまざまなジャンルのSPレコードを聴く
▼講師：当館スタッフ

◆6月6日(日)いけば花の日によせて「にぎわいの花味がさう」
とき：6月5日(金)～7日(日)。5日は午後1時から公開生け込み、7日は午後4時まで
▼内容：県華道会による全館花展示

◆申込：電話かEメール(nigiwainoie@gmail.com)に、①②の別、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数を書いて、開催日の1週間前までに同館へ。多い場合は抽選

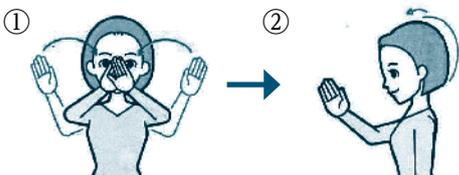
◆5月6日(休)まで休館です

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。

手話は言語です ～「あいさつ」編～

手話
コラム
vol. 7

覚えてみよう! 「こんばんは」

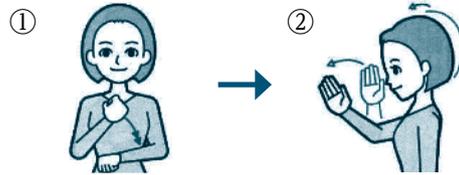


- ①両手を左右から引き寄せ、目の前で交差させる
 - ②顔前で右手を斜めに構える
- (出典:全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習事典Ⅰ」)

【解説】①の動作は暗くなる様子を表していて、「夜」の意味でも使われます ※②については、両手人差し指を向い合わせ、両人差し指を曲げて人同士が挨拶をしている様子を表す方法もあります

※紙面の都合により4月号は休載しました

覚えてみよう! 「おつかれさま・ごくろうさま」



- ①右手拳の小指側で左腕を2回たたく
- ②顔前で右手を斜めに構えて少し前へ出し、同時に頭を下げる (出典:同左)

こんなときは… 聴覚に障害のある人は外見ではわかりにくいいため、障害に気付いてもらえないことがあります。声をかける時は、その人の視界に入ったり、肩を軽く叩き呼びかけたりするようにしましょう。

【問合せ】障がい福祉課 (☎ 34-4593 FAX 34-5080)

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。

ボランティアインフォメーションセンター

〒630-8122 三条本町13-1
☎ 93・84335 FAX 34・23336

◆NPO設立運営相談会 in奈良

良 とき：毎月第3水曜日①午後2時～3時②3時半～4時半③5時～6時④6時半～7時半 ▼内容：NPO設立の諸手続き、会計・税務労務、事業企画実施、広報等の相談 ▼担当：市民活動サークルえん事務局長の磯野奈緒さん ▼対象：設立を検討中の市民市内で活動するボランティア・NPO団体※相談会は予約制。必ず事前に①～④の希望日時、相談内容を記入。先着順、折り返し連絡あり

◆ボランティア入門講座～ボランティアの基本を学ばせ、その魅力に触れてみましょう

とき：5月23日(土)午前10時～正午 ▼定員：30人。在勤・在学も可 ▼締切：5月16日

◆NPOのための資金調達入門講座～「NPO団体の資金調達基礎編」～

とき：6月13日(土)午後2時～4時 ▼講師：ならファンドレijingングラボ代表の西

村昌弘さん ▼定員：市で活動しているNPO法人・任意団体の人、テーマに関心のある人40人 ▼締切：6月6日

【申込】電話かFAX、Eメール (volunt-info@city.nara.go.jp) に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、各締切日までに同センターへ。多い場合は抽選

◆NPOとボランティア団体 パネル展(前半) とき：6月6日(土)～10月24日(土)(4週間で展示替えを行います) ▼内容：子ども・環境・福祉・まちづくり等、さまざまな分野の48団体(予定)の活動等を紹介

◆5月6日(休)まで休館です

青少年野外活動センター

〒630-1241 阪原町25-1
☎ FAX 93・00029

①森のムツレ教室(水辺の生きもの) ②森の冒険教室(水辺の足跡を追え！)

とき：5月17日(日)午前10時～午後3時。雨天決行、荒天中止 ▼対象：①0歳～

年生30人 ▼費用：①親子1組2千円②3千円(保険代含) ▼申込：5月10日

午後5時までに同センター

ホームページから電子申請 ◆5月6日(休)まで休館です

スポーツ

奈良クラブ JFLホームゲーム

とき：5月17日(日)午後1時

▼対戦相手：ホンダロックSC ▼ところ：ならでんフィールド(法蓮佐保山四丁目) ▼チケット：同クラブ公式ホームページに掲載 ▼問合せ：同クラブ(☎93・3815 火～金曜日の午前9時～午後6時)

「市民体育大会」(5月10日)の中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します

【問合せ】スポーツ振興課(☎34・5376)

市民体育大会夏季大会(6月21日)の中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、「市民体育大会夏季大会」(レガッタ(ボート)競技会)を中止します

【問合せ】スポーツ振興課(☎34・5376)

西部生涯スポーツセンター 屋内温水プール

5月6日(休)まで休館します。5月26日(火)・28日(木)は職員研修のため、一般利用は午後1時からです 【問合せ】同センター(☎52・0100)

少年少女陸上教室 受講生募集

とき：5月16日(土)～来年3月の午後2時～4時(全22回) ▼ところ：ならでんフィールド(法蓮佐保山四丁目) ▼対象：市在住の小学生120人。在学も可 ▼費用：年間8250円。別途、スポーツ安全保険料800円要 ▼申込：往復はがき、Eメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、学年、保護者氏名、電話番号を書いて、5月1日～10日にならでんアリーナ(〒630-8108 法蓮佐保山四丁目1番3号 ☎24・1501 Eメール：konoke-school@joy.ocn.ne.jp)へ

文化情報

「チケット情報」窓口のみの扱い：奈良市美術館 北部会館市民文化ホール ならまちセンター 図書館 学園前ホール ▼インターネットでの扱い：SSCチケット eイープラス 楽楽天チケット LINEチケット ▼販売：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・PHSからの利用不可 ☑チケットぴあ(音声予約 ☎0570・02・9999) ☐ローソンチケット ☑CNプレイガイド(一般予約 ☎0570・08・9999)

【各館の休館日】特に記載がない場合は、5月7日(木)まで、5月11日(月)・18日(月)・25日(日)、6月1日(月)・8日(月)

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。

国・県・団体

内容・申込等については各団体にお問い合わせください

■7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:5月1日(金)~29日(金) ▼ところ:ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科:①住環境コーディネーター科②金属加工技術科(若年コース)③CAD/NC技術科④電気設備技術科 ▼期間:7月1日~12月24日 ▼定員:①②各5人③15人④16人。②は55歳未満の人 ▼費用:要 ▼問合せ:同センター(☎0744・22・5226)

■奈良再発見・歴史と自然! ロマンがねむる古墳コース

とき:5月24日(日)午前9時半~正午 ▼ところ:近鉄平城駅南側出口集合 ▼定員:20人 ▼費用:要 ▼申込:5月20日までに「ならなぎ」の玉尾さん(☎06・6726・4646)へ

■大人のための英会話・韓国語入門講座

とき:5月27日からの毎週水曜日。英会話・午後6

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

時~7時、韓国語・午後7時15分~8時15分。全8回 ▼ところ:アクティ奈良(高天町) ▼定員:各15人 ▼費用:要 ▼問合せ:国際文化交流協会(☎090・6489・2803)

■「歌声サロン」みんなで歌おう日本の歌・世界の歌

とき:6月6日(土)午後1時半~3時半 ▼ところ:中部公民館(上三条町) ▼定員:300人 ▼費用:要 ▼問合せ:「和音」の太田さん(☎090・3263・5363)

■奈良文化財研究所平城宮跡解説ボランティアの募集

活動期間・日時:令和3年1月1日~令和5年12月31日。原則火~日曜日の午前9時~午後4時 ▼定員:令和3年1月1日時点で18歳以上の人180人程度 ▼申込:持参か送付、Eメールで6月15日~7月31日に同研究所(〒630・8572条町二丁目9番1号 ☎30・6753 Eメール:volanabunken@nich.go.jp)へ

■特別支援学校の教育相談・学校見学会・体験学習

・表記の説明:(小)小学部

(中)中学部(高)高等部 【相談】教育相談 【見学】学校見学会 【体験】体験学習 ※すべて事前に問合せの上予約要

◆奈良西(☎45・1421) 【見学】(小)5月13日(水)・26日(火)(中)5月18日(月) ▼締切:5月7日

【体験】(小)6月3日(水)・5日(金)・8日(月)・12日(金)(中)5月25日~6月15日の月曜日 ▼締切:5月11日

◆明日香(☎0744・54・3380) 【相談】火・水・木曜日

【見学】5月22日(金)午前9時20分~正午

【体験】(中)6月17日(水)午前9時20分~正午。2・3年生のみ

◆奈良(☎34・2671) 【相談】土・日曜日、祝日を除く希望日、訪問相談は相談要

【体験】6月2日(火)午前9時半~11時半

◆二階堂(☎0743・64・3081) 校区は都祁地区

【相談】(小)毎週月~金曜日の午前10時~11時半、月・金曜日の午後1時半~3時。他の曜日希望の場合は相談要(中)毎週火・木・

金曜日の午前9時40分~11時40分。平日の午前9時40分~11時40分。いずれも個別に随時実施

【体験】(小)毎週月~金曜日の午前10時~11時半(中)火・木・金曜日(高)個別に随時実施

■労働相談会を実施します

とき:毎月第2木曜日午後3時~4時 ▼ところ:県奈良総合庁舎(法蓮町) ▼申込:前日の午後4時半までに電話で県労働委員会(☎20・4431)へ

■シルバー人材センター入会説明会(60歳以上対象)

とき:①5月20日(水)②21日(木)③26日(火)の午前9時半~10時、10時半~11時 ▼ところ:①県コンベンションセンター(三条大路一丁目)②北部会館(右京一丁目)③県人権センター(大安寺一丁目) ▼申込:同人材センター(☎50・4004)へ

■優良運転者を表彰

表彰内容:県交通安全協会各支部表彰、ベストドライバードラ、緑十字銅章、近畿交通安全賞章 ▼申請期間:5月7日(木)~29日(金)(土・

日曜日を除く)午前8時半~午後5時 ▼問合せ:安協奈良支部(☎20・0110)、安協奈良西支部(☎49・0110)、安協天理支部(☎0743・62・0110)

■市内撮影映画「テイクオーバーゾーン」上映

とき:5月8日(金)~終了日未定 ▼ところ:イオンシネマ高の原(京都府精華町)、イオンシネマ西大和(北葛城郡河合町) ▼費用:要 ▼問合せ:配給会社キヤンター(☎03・6434・1030)

お詫びと訂正

4月号27ページ掲載の「国民年金のお知らせ」中に誤りがありました。文中「4月からの保険料に

額について、以下の通りお詫びして訂正します

誤:198,840円

正:198,480円

【問合せ】国民年金係室(☎34・4737)

長 このマークがある講座は長寿健康ポイント対象事業です。70歳以上の人にポイントを付与します。

ポ 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。

開催日は原則を掲載、() 内は回数
 ◎定員 ¥費用(材料費、交通費は自己負担)

公民館の情報を掲載しています。

生涯学習センター・公民館の5月の休館日は1日(休)～6日(休)・11日(月)・18日(月)・25日(月)です

	講座名	開催日・内容	締切
平城	平城生涯学習セミナー	健康、音楽、館外学習等のテーマを学ぶ 6/25からの第4木曜(8・12月は休み) 原則9:30～11:30(8) ◎50歳以上30人(在勤も可) 20P長	5/30
	本当はおもしろい万葉集	初めて学ぶ人にわかりやすく解説 6/4、9/11、11/4、来年1/14 13:30～15:00(4) ◎成人20人(在勤・在学も可)	5/20
	ピラティス入門	インナーマッスルを強化し身体機能を整える 6/11、6/18、7/9、7/16 10:00～11:30(4) ◎おおむね30～50歳の女性10人 50Pポ	6/2
平城東	はじめよう! ベビーマッサージ	オイルを使わないベビーマッサージの体験 6/30、7/14 10:30～11:30(2) ◎0歳児(2～12か月)と母親10組 ※2人1組で申込	6/16
	メンズクッキングクラブ	6/4、6/18、7/2 10:00～13:00(3) ◎料理初心者成人男性8人 ¥3,000円	5/26
	シニアからのストレッチ	シニアのための簡単ストレッチ運動で健康づくり 6/24～来年3/24の第4水曜(8月は休み) 14:00～15:30 ◎60歳以上 50Pポ	申込不要
平城西	女性の魅力を高めよう	紫外線対策、大人メイク等を学ぶ 6/13、6/27、7/11 10:00～12:00(3) ◎おおむね40～60歳の女性12人(在勤・在学も可)	6/3
	さわやか女性フォーラム	教養・生活・体操等、学んで仲間づくり 6/12からの第2金曜(8月は休み) 原則10:00～11:30(6) ◎成人女性30人(在勤・在学も可)	6/2
	パパとチャレンジお菓子づくり	親子で一緒にジャムとスコーンを作る 6/14 10:00～13:00 ◎小学生と父親8組(祖父との参加も可) ¥1組700円	6/2
都祁	都祁自然体験	都祁の野草や野草の観察 7/4、11/28 13:30～15:00(2) ◎父親と小学生10組(在勤も可) ※2人1組で申込 場所: 県立野外活動センター(都祁吐山町)	6/24
	都祁散策(ナイトハイブー虫送り)	針ヶ別所町の虫送り松明行列参加と史跡見学 6/16 17:30～20:30 ◎成人20人(在勤も可) ※現地集合・解散	6/4
都跡	祈りの物語～興正菩薩叡尊～	6/25、7/16 14:00～15:30(2) 講師: 帝塚山大学客員教授の西山厚さん ◎18歳以上45人(在勤・在学も可)	6/3
	太極拳入門講座	「24式太極拳」の基本を学ぶ 6/12、6/19、6/26 13:30～15:00(3) 50Pポ ◎成人7人(在勤も可)	5/28
飛鳥	親子でパンをつくろう!	数種類のパンと手ごねに挑戦! 6/6、6/20、7/4 10:00～13:00(3) ◎小学生と保護者8組(在学も可)。2人1組で申込) ¥1組3,300円	5/26
興東	プチ田舎暮らし・興東一みつばちとはちみつ	養蜂場の見学とはちみつスイーツ作り 6/13、6/27 10:00～12:00(2) ◎成人10人(在勤・在学も可) ¥1,500円	6/2
登美ヶ丘	ひとみ学級	さまざまなテーマで学習 6/26からの原則第4金曜(8月は休み) 原則10:00～11:30(7) ◎65歳以上40人 ¥1,000円 20P長	6/11

	講座名	開催日・内容	締切
中部*託児は事前申込要	からだ健やかセルフケア	心も体も「キレイ」を磨く美姿勢レッスン 6/12、6/26 10:30～12:00(2) 50Pポ ◎おおむね16～50歳の女性20人(在勤・在学も可) *託児可(6か月～就学前)	5/28
	クレイアニメを作ろう	物語を考え粘土でアニメーション作品作り 6/13、7/11、8/1 13:00～16:00(3) ◎小中学生9人 ¥1,500円	6/2
	「うんち」はすばらしい!	うんちのヒミツを探る 6/13、7/11、8/1 13:00～16:00(3) ◎小中学生20人 ¥1,500円	6/2
田原	幻のロープウェイの軌跡を追って	いにしへの奈良安全索道の歴史を探る 6/10、7/1、8/26 10:00～12:00(3) ◎成人30人(在勤・在学も可)	5/19
	チャレンジ和太鼓	和太鼓の基本を学び、魅力にふれる 6/10からの第2・4水曜 18:30～19:30(10) ◎車で来館できる小学生以上10人(在勤・在学も可)	5/27
若草	若草歴史講座～奈良の甲冑師と刀鍛冶～	中世から近世にかけて武具を生産していた「きたまち」の地域を学ぶ 6/2 13:30～15:00 ◎成人30人	5/21
	若草おしゃべりサロン	3B体操やミュージックケアで身体を動かした後、おしゃべりで楽しく過ごす 5/22～来年2/26の原則第4金曜(8・12月は休み) 10:00～12:00 ◎おおむね60歳以上 入場自由 ¥1回100円 50Pポ	申込不要
	ママのためのヨガ	産後のお母さんの心も身体も元気になるヨガ 6/11、7/9、9/10、10/8 10:00～11:00(4) ◎おおむね0～3歳児と母親10組	6/2
京西	ええとこどり体験ウィーク	体操、民謡、歌声ひろば、料理、七宝焼等の体験と自主グループの作品展示 6/16～6/21 9:00～16:00 ◎入場自由 ※事前申込・材料費が必要な体験あり	6/9
二名	生涯学習セミナー	沖縄三線コンサート、脳トレ、健康講演等 6/26からの原則第4金曜(8月は休み) 13:30～15:30(7) ◎65歳以上30人 20P長	5/15
月ヶ瀬	プチ田舎暮らし・月ヶ瀬・実山椒の醤油煮	月ヶ瀬産の山椒を使い、実山椒の醤油煮を作る 6/4 10:30～12:30 ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥300円	5/23
	プチ田舎暮らし・月ヶ瀬・梅干し作り	梅採り体験をして、梅干しを漬ける 6/17 10:30～14:00 ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥1,000円	6/9
春日	シニアのびやかサロン	人生を豊かにする学びと参加者同士の交流 7/17～来年3/19の第3金曜(8月は休み) 13:30～15:00 ◎65歳以上 入場自由 20P長	申込不要

【各公民館の連絡先】

- 中部: 〒630-8228 上三条町23-4 ☎26-6506・☎26-3263
- 田原: 〒630-2175 茗荷町1078-1 ☎☎81-0888
- 若草: 〒630-8202 川上町575 ☎☎26-0130
- 京西: 〒630-8044 六条西一丁目3-43-2 ☎☎44-2669
- 二名: 〒631-0027 学園赤松町3684 ☎☎46-9113
- 月ヶ瀬: 〒630-2302 月ヶ瀬尾山2815 ☎☎0743-92-0346
- 春日: 〒630-8141 南京終町一丁目86-1 ☎☎62-2253
- 平城: 〒631-0811 秋篠町1468 ☎☎48-3578
- 平城東: 〒631-0806 朱雀六丁目9-1 ☎☎71-9677
- 平城西: 〒631-0804 神功4丁目25 ☎☎71-5711
- 都祁: 〒632-0251 針町2191 ☎☎0743-82-1362
- 都跡: 〒630-8032 五条町204-1 ☎☎34-5954
- 飛鳥: 〒630-8306 紀寺町984 ☎☎23-2804
- 興東: 〒630-1242 大柳生町3633 ☎☎93-0400
- 登美ヶ丘: 〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目4162-81 ☎☎43-7431

【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 **生涯学習財団HP** ▶



教育センター キッズ学びのフロア

キッズ学びのフロア

検索

教室名 (保護者同伴)	と き		締 切
ミラクル!カガク!「ビー玉万華鏡を作ろう」	6月6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
紙はながを楽しもう 【定員】 子ども 15 人	6月13日(土)	①午前 10 時～ 11 時半 ②午後 1 時半～ 3 時	当日受付
コマを作ってあそぼう! 【定員】 子ども 15 人	6月14日(日)	①午前 10 時～ 11 時 ②午後 1 時半～ 2 時半	当日受付
木片であそぼう! 【定員】 子ども 12 人	6月20日(土)	①午前 10 時～ 11 時半 ②午後 1 時半～ 3 時	当日受付
ロボット教室 (中級) 2回連続講座「チャレンジ!ロボットプログラミング～火星探査シミュレーション～」 【各回定員】 子ども 10 人 ※両日とも同時時間帯に参加できる人	6月 21 日(日) 6月 28 日(日)	①午前 10 時～正午 ②午後 1 時半～ 3 時半	6月5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、時間帯 (○数字)、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「キッズ学びのフロア」(〒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。

◆事前申込が必要なものと当日受付のものがあります。

◆当日受付は開始 20 分前から受付 (プラネタリウムは 30 分前)

※ロボットは持ち帰り不可。

※マスク着用等、咳やくしゃみをする際に口元を覆う「咳エチケット」に協力をお願いします。

上記以外の講座も開催することあり。内容や実施日等が変更になる場合あり。

くわしくはチラシ、ホームページを参照してください。



子育ての悩み、ひとりで悩まないで!

～体罰等によらない子育てのために～

児童虐待の報道が年々多くなり、その中には保護者が「しつけ」と称し暴力・虐待を行い、子どもの命が失われる痛ましい事件が後を絶ちません。そこで、令和2年4月から保護者等による体罰が法律で禁止されることになりました。これは、体罰をした人を罰するのではなく、体罰によらない子育てを社会全体で推進することを目的としています。厚生労働省では、毎年「こどもの日 (5月5日)」から1週間を児童福祉週間と定めています。この期間に、すべての子どもたちが健やかに成長し、体罰によらず安心して子育てができる社会を考えてみませんか。

体罰としつけの違いとは?

体罰 身体に何らかの苦痛を引き起こし、又は不快感を意図的にもたらす行為 (罰)。どんなに軽いものであっても体罰

しつけ 子どもの人格や才能等を伸ばし、社会において自律した生活を送れるようにすること等の目的から、子どもをサポートして社会性を育む行為

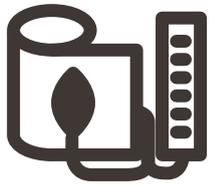
【相談窓口】 子育て相談課 (☎34-4804)

【受付】 月～金曜日(祝日・年末年始除く)午前9時～午後5時

各家庭に応じたサポートが受けられます

子どもと一緒にいるのがつらい、子どもとの関わり方がわからない等、子育てについての悩み事があれば、子育て相談課へ相談してください。さまざまな専門職が、子どもが成長していく中で家庭が抱える悩み事を聞き、一緒に考えながら、それぞれの家庭にあったサポートをしています。





毎年5月17日は「高血圧の日」

「高血圧」とは

収縮期血圧(上)が140mmHg以上、または、拡張期血圧(下)が90mmHg以上を指します。高血圧は、日本人の三大死因のうちの二大疾患である脳卒中や心臓病を引き起こす主要な原因となっています。しかし、自覚症状がないために、高血圧患者のうち実際に治療を受けているのはわずか2割の人といわれています。健康のために定期的に血圧を測定する習慣をつけ、血圧が高い人は一度、医師に相談しましょう。

家庭血圧測定のおすすめ

■血圧の正しい測り方



毎日の血圧を記録してみましよう！

【血圧測定のタイミング】

- 朝** 起床後1時間以内、排尿後(座位で1~2分の安静後)に測定します。
- 夜** 就寝前に1~2分の安静後測定します。
※治療中の人は、主治医の指示のもと血圧管理に取り組んでください。

健康なら講座2020

血圧編

血圧が気になる人必見!

市総合医療検査センタースタッフによる健診結果説明、ストレッチ等を実施

【とき】6月30日(火)午前10時~11時半
(受付は午前9時20分から)

【ところ】はぐくみセンター3階 健康増進室

【定員】30人(多い場合は抽選。締切後、当落に関わらず申込者全員に連絡)

【対象】BMI(※)23以上の人

※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、体重、身長を書いて、6月16日までに健康増進課へ

世界高血圧デーパネル展示

高血圧についてのパネル展示を行います

- ◆4月25日(土)~5月8日(金) はぐくみセンター1階 ウェルカムホール
- ◆5月11日(月)~15日(金) 市役所1階 連絡通路

【問合せ】健康増進課 (☎ 34-5129 ☎ 34-3145)

ジェネリック医薬品を使ってみませんか?

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、新薬(先発医薬品)の特許期間が終了した後に、新薬と同じ成分を持ち、同じ効果があると厚生労働省から認められた薬です。ジェネリック医薬品は新薬と比べて医薬品の開発期間が短いため、開発費を大幅に抑えることができます。そのため、低価格で販売することができます。また、薬の形や大きさを変えたり、苦みを抑えたりすることで、薬を飲みやすくするための工夫がされている場合もあります。

注意

■ジェネリック医薬品を使用する際は、医師・薬剤師に十分相談してください。ただし、すべての薬にジェネリック医薬品があるとは限りません。

■自己負担額がそれまでとあまり変わらない場合もあります。ジェネリック医薬品の使用は、薬代を節約できるだけでなく、医療費全体の抑制にもつながります。誰もが安心して医療を受けられる保険制度を守るため、ぜひ活用してください。

「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」を送付しています

奈良市国民健康保険では、ジェネリック医薬品に切り替えた時、薬代の負担が軽くなる可能性のある人を対象に、「ジェネリック医薬品についてのお知らせ」を送付しています。使用するかどうかの参考にしてください。

【問合せ】国保年金課 (☎ 34-4736)



毎年5月31日は「世界禁煙デー」

5.31



世界禁煙デー この機会に「禁煙」を

2020年、受動喫煙のない社会を目指して
～たばこの煙から子ども達をまもろう～

毎年5月31日は、世界保健機関(WHO)が制定した禁煙を推進するための記念日「世界禁煙デー」。世界禁煙デーに始まる一週間を「禁煙週間」といい、市では下記のとおり、世界禁煙デー、禁煙週間の取り組みを行います。



啓発展示

- ◆6月1日(月)～5日(金) 市役所1階連絡通路
- ◆5月29日(金)～6月5日(金) はぐくみセンター1階 ウェルカムホール

無料禁煙相談

チャレンジ禁煙プログラム

6か月間の禁煙プログラムで、それぞれのライフスタイルにあった方法を考え、定期的にアドバイスを提供します※平日の開庁時間内に実施



【問合せ】医療政策課 (☎93-8392)



「腸管出血性大腸菌感染症」 (O-157など)を防ごう!

食中毒が発生しやすい時期です。
腸管出血性大腸菌感染症の感染を防ぎましょう

《腸管出血性大腸菌感染症の特徴》

- 感染力が強く、食物にほんの少しの菌が付いていても感染するほか、タオルの共用等で人から人へ感染する危険があります。
 - 潜伏期間が長く(3～8日間)、感染源が特定しにくいです。
 - 体内で増殖する時に強力な「ベロ毒素」を作り腎臓や脳等に重い障害を起こすことがあります。
- ※抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は特に注意!



《感染経路》

牛等の動物の腸管内に住む菌で、食物に菌が少量でも付着していれば感染源となります。特に食肉を生(生レバー等)や加熱不足で食べると感染する危険性が高いです。また、トイレ等を介して、人から人へと感染します。

《予防》

- 牛レバーおよび豚肉(内臓含む)を生で食べることは法律で禁止されています。
- レバー等の内臓や食肉は十分に加熱しましょう。(菌は肉の中心温度が75℃1分間で死滅します)
- ※これからバーベキューや焼き肉をする機会が増える季節です。生肉の調理には専用のトングや箸等を使い、食べる箸と使い分けましょう。
- 調理の前後や用便後には必ず手洗いをしましょう。
- ※特に、生肉に触った後はよく手を洗いましょう。
- 調理器具はこまめに洗って消毒しましょう。
- 調理した食品は早めに食べましょう。



【問合せ】保健予防課(☎93-8397)
保健衛生課(☎93-8395)





子どもの定期予防接種

(令和2年度)

種類	対象	標準的な接種年齢	接種回数
ヒブ感染症	生後2か月～5歳 に至るまで	接種開始が、 生後2か月～7か月 に至るまで	接種開始 年齢により 異なります
小児肺炎球菌感染症			
B型肝炎	生後1歳に至るまで	[1回目]生後2か月	3回
		[2回目]生後3か月	
		[3回目]生後7か月～8か月	
[4種混合] ジフテリア・百日せき・ 破傷風・不活化ポリオ または[不活化ポリオ]	1期 生後3か月～7歳6か月 に至るまで	[初回接種] 生後3か月～12か月	3回
[追加接種] 初回接種3回終了後 12～18月		1回	
BCG	生後1歳に至るまで	生後5か月～8か月	1回
水痘(水ぼうそう)	1歳～3歳に至るまで	1歳～1歳3か月までに 初回接種を1回	2回
		初回接種終了後 6～12月までの間で1回	
麻しん風しん (MR)	1期 1歳～2歳に至るまで		1回
	2期 平成26年4月2日～ 平成27年4月1日生まれ	年長児(小学校就学前)	1回
日本脳炎※1	1期 生後6か月～7歳6か月 に至るまで	[初回接種]3歳	初回2回
	2期 9歳以上13歳未満	[追加接種]4歳	追加1回
[二種混合] ジフテリア・破傷風	2期 11歳以上13歳未満	小学4年生(10歳)	1回
子宮頸がん予防ワクチン (ヒトパピローマ)※2	小学6年生～高校1年生 相当の女子	小学6年生(12歳)	1回
		中学1年生	3回

※至るまで・未満 = 誕生日の前日まで

【実施場所】 奈良市登録医療機関(市ホームページに掲載)

【持ち物】 母子健康手帳、保険証等本人確認ができる書類、予防票綴り(平成25年1月1日生まれ以降の人) ※接種時に奈良市に住民登録のある人が対象。市外や県外で接種を希望する場合は、事前に手続きが必要。

【問合せ】 健康増進課(☎34-5129)

※1…平成7年4月2日～平成19年4月1日に生まれた人で、20歳の誕生日前日までであれば、特例措置として無料接種できます。また、平成19年4月2日～平成21年10月1日に生まれた人で、第1期を3回完了していない人は、9歳～13歳未満の間に残りの回数の接種が可能。

※2…平成25年6月14日以降、積極的な接種は勧めていません。

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

\\ 市民応募のお子さん写真 //

エンジェルスマイル

お子さんの写真をしみんだよりに応募してみませんか? みなさんの参加をお待ちしています!

【問合せ】

秘書広報課(☎34-4710)



こうきくん
(1歳9か月)



かなとくん
(1歳9か月)

いざという時に強いまちへ
災害に関する協定を締結

奈良市では、3月23日に奈良市医師会と、「災害時の医療救護活動に関する協定」を締結しました。市医師会とはこれまでも医療におけるパートナーとして定期的に、災害時の初期医療体制や各避難所における巡回診療等について意見交換を行ってきました。

この協定の締結により、地震等の大規模災害時には、市医師会に加入している約700人の医師、約340の病院・診療所が、医療救護班の派遣や巡回診療等で市への協力をを行い、より密に連携を取りながら市民の健康を守ります。

また、3月30日には奈良県トラスク協会奈良支部と「災害発生時における物資等の緊急輸送に関する協定」を締結。災害発生時には、市内や他の自治体へ救援物資等を輸送できるような関係を構築し、いざという時に迅速に行動できるように備えます。



11年間奈良市の教育行政を支えた中室教育長が退任

平成21年4月に就任し、奈良市の教育行政を背負ってきた中室雄俊教育長が、今年3月末をもってその任期を終えられました。在職中は、奈良に残されてきた本物を学ぶ「世界遺産学習」の推進や、最先端のICT教育を通して個人のニーズにあった教育方法を取り入れる「学びなら」等、市独自の教育に力を入れられました。

3月31日には、市教育委員会をはじめとする大勢の職員に見送られ、こやかな表情で市役所を後にされました。

4月1日からは、北谷雅人新教育長が奈良市の教育行政の舵を取ります。新体制においても、子どもたちが安心して未来に羽ばたくことのできる教育環境を築いていきます。



退任時、仲川市長とがっちりと握手を交わす中室前教育長

第2代「NARA CITY」コンシェルジュを任命

昨年「ミス奈良」の名称を変更し、奈良の親善交流や観光PRに取り組んできた「NARA CITY コンシェルジュ」の2代目が決定しました。

応募総数38人から選ばれたのは、岡村歩実さん、ベランギ モナさん、増尾由衣さんの3名。

4月3日には委嘱式と仲川市長への表敬訪問を行い、それぞれが自分の得意な分野を生かして、奈良市の魅力をPRしたいと意気込みを語りました。

今後は奈良市の伝統行事や各種イベントに参加し、積極的に奈良市を発信していただきます。



左から岡村歩実さん、ベランギ モナさん、増尾由衣さん

誰でも気軽に応募できる写真コンテスト
奈良の魅力を写真で表現してください！

第四回 なら PHOTO CONTEST 作品募集

一般の部 「ならを^み見る」

テーマ…奈良に足を運び、奈良を見て、奈良があなたに与えた感動を写真で表現してください ▶表彰…なら賞（1人。賞金5万円、賞状、記念品）、日本経済新聞社賞（1人。賞状、記念品）、入選（若干名。賞状、記念品） ▶募集期間…6月1日(月)～7月31日(金) ▶応募点数…モノクロ・カラー問わず、単写真もしくは3枚以下で構成される組写真。1人5作品まで ▶審査員…写真評論家の飯沢耕太郎さん、華道家・草月会理事の岩本知星さん、写真家・大阪芸術大学教授の吉川直哉さん、日本経済新聞社大阪本社写真映像部長の剣持常幸さん、写真家・入江泰吉記念奈良市写真美術館館長の百々俊二さん



前回受賞作品（日本経済新聞社賞）
「栢森の綱掛神事」 3枚組／西村充康

高校生の部 小・中学生の部 「ならを^写す」

テーマ…あなたのおきの奈良を写真にしてください ▶表彰…高校生の部：わかさ賞（1人。商品券2万円分、賞状、記念品）、入選（若干名。賞状、記念品）。小中学生の部：バンビ賞（各1人。こども商品券5千円分、賞状、記念品）、入選（若干名。賞状、記念品） ▶募集期間…6月1日(月)～9月30日(水) ▶応募点数…モノクロ・カラー問わず単写真で1人1作品のみ ▶審査方法…同コンテスト受賞作品展（来年2月下旬～3月中予定）会期中の来館者による投票によって選出



前回受賞作品（なら賞）
「奈良の歴史と文化の香り」 5枚組／川邊由紀典



「第四回入江泰吉記念写真賞」も同時開催
世界にはばたく新たな写真家を発掘！

【申込】六ツ切もしくはA4サイズにプリントした作品と応募用紙を、同実行委員会事務局（入江泰吉記念奈良市写真美術館内 〒630-8301 高畑町600-1 ☎22-9811）へ。直接来館も可。くわしくは、同コンテストホームページに掲載。応募用紙はホームページからダウンロード可



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります



リニア新駅を奈良市に

リニア
コラム
vol.4

リニアっていつ開通するの？

リニア中央新幹線は、現在工事中の東京 - 名古屋間が2027年に開通し、同区間の工事終了後、名古屋 - 大阪間が着工する予定です。また、誘致している奈良市附近駅は、2027年までにおおよその位置が決定するといわれています。7年後と聞くと先に思えますが、駅周辺のまちづくりや、駅設置の効果を市域全体へ波及させる仕組みを検討する必要があります。今後みなさんの意見を取り入れながら事業を進めていきます。



市ではリニア中央新幹線の新駅誘致に向けて、みなさんにもっとリニアのことを知っていただけるよう、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をお願いします！



リニア招き鹿：りにまね

【問合せ】観光戦略課（☎34-5607）

今月の主な行事・市の催し

- 1日(金) 献氷祭 (氷室神社)
- 2日(土) 聖武天皇祭 (東大寺)
- 5日(祝) 子供の日萬葉雅楽会 (春日大社神苑 萬葉植物園)
- 10日(日) 献茶祭 (春日大社)
- 11日(月) 人権を確かめあう日
- 17日(日) 子ども安全の日
- 19日(火) 中興忌梵網会うちわまき (唐招提寺)
- 20日(水) ならマイカーひとやすみデー
20日ならウォークの日
- 28日(木) 業平忌 (不退寺)

※ 緑字は寺社年中行事

※ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、記載の行事等が延期・変更・中止となる場合があります

市長コラム

Vol. 103



新緑が眩しい季節となりました。今年も季節の移ろいを感じる余裕もありませんが、どんな困難の時代であっても、きちんと巡ってくる自然の摂理にふと、我に返る瞬間があります。

現下のコロナ問題は現時点では終息の目途が立たない非常に困難な状況ですが、市役所全体が市民の皆様の命を守る使命に燃えています。特に保健所では1月末以来、24時間体制で市民からの問い合わせに対応し、また感染が疑われる事例が発生した際には詳しい行動履歴や症状を丁寧に聞き取るなど、膨大な作業をこなしています。また医療機関においても、自らの感染リスクを顧みず奮闘される関係者の皆さんに心から敬意を表します。今日この瞬間も、市民の皆さんが出来る限りの感染予防に努めて頂いている事が、必ずや大きな力になります。心を一つにして、何としてもこの難局を乗り越えましょう。

仲りげん