

こちら奈良市

東部出張所です

未来のために今できること

第42号

令和2年9月1日発行

編集・発行
奈良市東部出張所
奈良市大和町4735
TEL 93-0001
FAX 93-0061

こんにちは。東部出張所所長補佐の藤原卓二です。残暑の中、風や虫の音に秋を感じられるようになってまいりましたが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

さて、新型コロナウイルス感染状況は、県内および市内の発生件数が日々報告され、全国各地で過去最多の報告数が出るなど予断を許さない状況となっております。

これらの状況をふまえ、地域の皆さま方におかれましても、

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。
- 会話をしている際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時や屋内でも会話をしているとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、熱中症に十分注意する。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
- 人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う(手指消毒などの感染防止対策の徹底をお願いします)。



しかまろくん
©奈良市観光協会

ならファミリー3階に、奈良市マイナンバーカードセンターOPEN!

★平日夜・土曜日でも手続き可能!

★申請・写真撮影 無料!

【受付時間】 平日 午前10時～午後8時

土曜 午前10時～午後6時30分

※ 日曜・祝日・年末年始 休業

【持ち物】

- ① 個人番号の通知カード(緑色)
- ② 本人確認書類2点の原本
- ※ 本人確認書類
- ・ 運転免許証・パスポート・健康保険証・介護保険証
- ・ 年金手帳・各種医療費受給資格証・身体障害者手帳
- ・ 在留カード・学生証や社員証等(氏名と住所、もしくは氏名と生年月日の記載があるもの)
- ③ 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

※通知カードを紛失し、顔写真付きの本人確認書類がない場合でも申請できますが、カードの受け取りは、市役所や出張所に来庁していただく必要があります。

【注意事項】

- ご本人が窓口へお越しください。
- 奈良市に住民票のある方のみ受付可能
- 再発行の受付は行っておりません。



マイナンバーセンター
マイナポータル

【お問合せ先】 奈良市マイナンバーカードセンター

奈良市西大寺東町二丁目4番1号

ならファミリー3階

電話 0742(34)12333

自然災害への備えについて

近年、豪雨や土砂災害による大規模な被害が毎年のように起こっています。今年も「令和2年7月豪雨」が発生し、九州地方に始まり日本全土での被害が報告され、避難所生活を余儀なくされています。このような近年の情勢では、いつ自分が被災者になってもおかしくない時代です。それでは、今何ができるのか？何をすべきなのか？平成28年に起こった熊本地震では、奈良市職員が災害派遣され、私も現地へ赴きました。その経験を交えながらお話させていただきます。

熊本地震における避難所状況

奈良市は熊本県宇土市への災害派遣を実施しました。そこでは避難所運営に携わりましたが、救援物資には限りがあり、偏りがある印象を受けました。特に不足していると感じたものは野菜です。野菜などの生鮮食品は長持ちせず十分な調理器具がないため、避難所での配給には向いていないのも納得です。そこでありがちなのが、野菜ジュースの過剰摂取。野菜ジュースの多くには糖分が含まれているため、極力無糖、もしくは糖分控えめのものを飲む意識付けも大切です。

災害への備えについて

避難所での物資は、数に限りがあります。枕元には避難所グッズを置いておきましょう。

また、今は新型コロナウイルスへの配慮も必要です。普段の避難グッズにマスクや消毒液なども追加しておきましょう。使いまわしを避けるためにも、空気で膨らむマイ枕などがあれば、より理想的です。常に災害への当事者意識を持つことが、大切です。

※こちらに掲載の情報は編集の都合上、

8月12日現在のものになります。