

# 8.1

1994/NO.781

# しみんだより

市民のうごき(7月1日現在)



人口 358,671人  
(前月比249人増)

男172,064人 女186,607人



世帯数 125,836

## ▶ みんなで行こう。ならまつり'94



朱雀保育園の夏まつり。園児たちが子どもみこしで町内をねり歩きました。

奈良しみんだよりは再生紙を使用しています。

「奈良を差別のない明るいまちにしましょう」と呼びかける  
大川市長



七月十一日午後一時から人権を確かめあう市民集会が奈良市人権啓発活動推進本部の主催で史跡文化センターで開かれ、約八百五十人が集まりました。この集会は差別をなくす強調月間のメイン事業として毎年開かれているもので今年で二十一回目。集会では、まず奈良市解放保育研究会（会長北浦悦子伏見保育園長）のメンバー四十三人が「子どもたちの未来につなぐ平和と人権」と題して「戦争こそ最大の差別であり人権侵害であ

## 人権を確かめあう市民集会

子どもたちの未来につなごう平和と人権

る」ことを語りと表現で発表しました。また、なすなの会主宰紅谷与一さんが、ひとり芝居「人間に光あれ」を記念公演。娘の結婚問題を契機に自分の人生における差別とのかかわりをふりかえるという内容。紅谷さんの熱演に盛んな拍手が起こっていました。

この強調月間中、人権街頭啓発、町民集会、特設人権相談、人権パネル展など数多くの催しが行われました。



多くの人に人権の大切さを知ってもらおうと市内各所で街頭啓発を行いました



奈良市解放保育研究会の人たちが戦争の悲惨さを語りと表現で訴えました



大柳生の太鼓踊り（8月17日）

# 8.1

1994/NO.781

|                 |    |
|-----------------|----|
| ● ニュース          | 2  |
| 人権を確かめあう市民集会ほか  |    |
| ● 国民年金の給付       | 4  |
| ● 奈良市障害者福祉基本計画  | 5  |
| ● ならまつり'94      | 6  |
| ● ママさん特派員レポート   | 7  |
| 二十一世紀の人づくり      |    |
| ● 万葉のうた・健康（夏かせ） | 8  |
| ● サークル紹介・東西南北   | 9  |
| 英会話サークル「奈良ESL」  |    |
| ● シリーズ人権・保育園    | 10 |
| お知らせ            | 11 |

### 奈良市民憲章

奈良は日本のふるさと。美しい自然とすぐれた文化遺産を守り、古都に住むものにふさわしい自覚と誇りに生きましょう。

奈良は未来をひらくまち。青少年は健康で、はつらつと、正しく強い人間になりましょう。

奈良は善意のまち。みんなのしあわせのために、おたがいに助けあいましょう。

奈良は清潔で平和なまち。旅行者にはあたたかく親切に接しましょう。

奈良はのびゆくまち。市民の創意、伝統と調和のとれた新しい住みよいまちづくりをしましょう。

## 音楽は自分自身をとりもどすための最高の友

### 中央公民館で音楽療法講演会



市では音楽療法検討委員会（委員長、大前哲彦）の設置に続き、高齢者の痴呆症防止や心身障害者のリハビリテーションの手段として効果があるといわれている音楽療法の講演会を中央公民館（上三条町）で開きました。会場には約五百五十人が詰めかけ市民の関心の高さをうかがわれました。

講師はオーストラリアの公認音楽療法士のカースティン・ロバートソンさんとオーストラリア在住の音楽療法士小田紀子さん。

「万国共通の音楽は、心を安らかにし、生きる活力を与えてくれる」と歌を交え、講演するロバートソンさん

この講演会は九月二十七日にも開かれる予定です。

## 国際交流の架け橋に

### キャンベラ市へはじめて派遣留学生

奈良市の姉妹都市キャンベラに派遣する市立一条高等学校外国語学科二年の糸井綾子さんが六月三十日、出発あいさつのため市役所を訪れました。

オーストラリアの首都キャンベラ市とは昨年十月、姉妹都市提携を結び、文化、教育、スポーツなどの交流を誓い合い、昨年十一月二十七日から約十週間キャンベラ・ガールズ・グラマースクールから留学生を迎え、交換

事業をスタート。市からの派遣留学は糸井さんがはじめて。

大川市長が「キャンベラ市は美しく整備されたまち。市民のみなさんも温かい人柄で、糸井さんもすぐにたくさんの友達ができるでしょう。体に気をつけて頑張ってください」と激励。市長の激励を受けた糸井さんは「はい、頑張ります」と力強くこたえていました。



大川市長から激励を受ける糸井さん



### 市長からのひとこと

初めての試みとして音楽療法講演会を開催させていただきましたが、みなさんの関心が高く会場に入りきれないという事態になり誠に恐縮に存じております。市民一人ひとりがいつまでも健康で家族そろって快適な生活を送っていただけるように願って音楽療法に取り組んでいます。音楽療法に関心をもっておられるたくさんの皆様に対し、もう一度講演会を開く予定です。次回の講演会では、今回時間の都合上伺えなかった貴重な話もしていただく予定です。たくさんのご来場を心よりお待ちしております。

奈良市長 大川靖則

### 子どもたちの詩



左京小一年  
みむらあやさん

おかあさんにほめられた

きのうね

あらいものを  
おてつだいした

おかあさんに  
ほめられた  
「あやちゃん、  
すごいなあ」

せっけんつけて  
おなべも あらった

# 国民年金の給付

国民年金制度は、老齢、障害、または死亡によって国民生活の安定が損なわれることを国民の共同連帯によって防止し、健全な国民生活の維持、向上に寄与することを目的とする制度です。この目的を達成するため国民年金制度では、3つの基礎年金の中から一人一年金を支給します。また第1号被保険者には「独自給付」を支給する給付体系があります。

今回は、これらの年金のうち老齢基礎年金について説明します。

## 老齢基礎年金

▼年金を受けるために必要な期間

- ①国民年金保険料を納めた期間
- ②国民年金保険料の免除を受けた期間
- ③任意加入できる人が任意加入しなかった期間など（カラ期間）
- ④昭和36年4月以後の厚生年金や共済組合の加入期間
- ⑤第3号被保険者期間

これらを合計して、原則として25年以上の期間が必要です。

▼年金額（平成6年度）

74万7千300円

保険料の未納や免除、カラ期間などがあるときは、その期間により減額されます。

## 年金の価値は守られます

国民年金では、その時々々の物価の変動に応じて年金額の改定を行う変動自動物価スライド制が導入されています。年金の価値は将来にわたり目減りすることはありませので、とても安心です。

## カラ期間とは？

— 合算対象期間 —



昭和36年4月以降で20歳から60歳になるまでの間に国民年金に任意加入しなかった期間などで、必要年数に達しているかどうかをみるときに算入されますが、年金額の算定基礎とはならない期間をいいます。

①サラリーマンの妻（昭和61年3月まで）

②学生（平成3年3月まで）

③厚生年金の脱退手当金を受給した期間

④日本人で外国に居住していた期間

## ●計算式

747,300円 ×  $\frac{\text{保険料を納めた月数} + \text{保険料を免除された月数} \times \frac{1}{2}}{\text{加入可能年数} \times 12 (\text{月})}$

## ●年金額の計算例 昭和6年4月2日生まれ 受給資格期間25年

例① 加入可能年数の30年間で保険料を納めた場合

納付した期間 30年 支給額 747,300円

例② 保険料を24年間納めて、あと6年間免除を受けていた場合

納付した期間 24年 免除期間 6年 支給額 647,700円

※免除の6年分の追納があれば、支給額は例①と同様747,300円になります。

例③ 保険料を24年間納めて、その後未納にした場合

納付した期間 24年 未納期間 6年 支給額 0円  
(このまま年金は受けられません。)

※60歳以後任意加入(65歳の前月が限度)して受給資格(25年以上)を満たせば支給されます。

| 生 年 月 日               | 最低必要な資格期間   | 加入可能年数      |
|-----------------------|-------------|-------------|
| 大15. 4. 2 ~ 昭2. 4. 1  | 21年 (252ヵ月) | 25年 (300ヵ月) |
| 昭2. 4. 2 ~ 昭3. 4. 1   | 22年 (264ヵ月) | 26年 (312ヵ月) |
| 昭3. 4. 2 ~ 昭4. 4. 1   | 23年 (276ヵ月) | 27年 (324ヵ月) |
| 昭4. 4. 2 ~ 昭5. 4. 1   | 24年 (288ヵ月) | 28年 (336ヵ月) |
| 昭5. 4. 2 ~ 昭6. 4. 1   | 25年 (300ヵ月) | 29年 (348ヵ月) |
| 昭6. 4. 2 ~ 昭7. 4. 1   | 25年 (300ヵ月) | 30年 (360ヵ月) |
| 昭7. 4. 2 ~ 昭8. 4. 1   | 25年 (300ヵ月) | 31年 (372ヵ月) |
| 昭8. 4. 2 ~ 昭9. 4. 1   | 25年 (300ヵ月) | 32年 (384ヵ月) |
| 昭9. 4. 2 ~ 昭10. 4. 1  | 25年 (300ヵ月) | 33年 (396ヵ月) |
| 昭10. 4. 2 ~ 昭11. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 34年 (408ヵ月) |
| 昭11. 4. 2 ~ 昭12. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 35年 (420ヵ月) |
| 昭12. 4. 2 ~ 昭13. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 36年 (432ヵ月) |
| 昭13. 4. 2 ~ 昭14. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 37年 (444ヵ月) |
| 昭14. 4. 2 ~ 昭15. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 38年 (456ヵ月) |
| 昭15. 4. 2 ~ 昭16. 4. 1 | 25年 (300ヵ月) | 39年 (468ヵ月) |
| 昭16. 4. 2 ~ 以後        | 25年 (300ヵ月) | 40年 (480ヵ月) |

## 繰り上げ請求と繰り下げ請求

……繰り上げ請求……

60歳~64歳でも受給開始年齢に応じて減額された年金を受けることができます。ただし繰り上げ請求をすると、65歳になっても年金額が元に戻るわけではなく、一生減額された年金を受け続けることになりますので、ご注意ください。

○厚生年金等の加入期間のある人は老齢厚生年金等の特別支給が受けられません。

○遺族年金を受けている人は支給停止になります。

○寡婦年金を受けている人は受給権が消滅します。

○65歳前に障害者や寡婦となった場合、障害基礎年金や寡婦年金は支給されません。

……繰り下げ請求……  
受給開始年齢を遅らせて、増額された年金を受けることもできます。くわしくは、市役所国民年金課へ。



※65歳で受ける年金額を100%として

# 共に生きる社会の建設に向けて 奈良市障害者福祉基本計画

新総合計画  
人と自然と文化を  
大切にするまち

行政の基本理念  
やさしさとふれあいの  
あるまちづくり

障害者福祉基本計画  
基本理念  
ノーマライゼーション  
リハビリテーション

- ＜視点＞
- ・ やすらぎと生きがいのもてる社会環境
  - ・ 障害者の自立援助
  - ・ ライフステージに応じた福祉
  - ・ 社会環境の整備
  - ・ 市民と共に推進する地域福祉

市では、「やさしさとふれあいのあるまちづくり」を行政の基本理念として人や自然、すべてのものに「思いやりの心」と「やさしさ」を持ちながら接し、みんなが安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいます。

特に、障害者問題については社会全体に関わる基本的課題としてとらえ「共に生きる社会の建設」にむけて努力していかなければなりません。このため、長期的な視点から障害者福祉に対する基本目標とそれを実現するための施策目標をまとめた「奈良市障害者福祉基本計画」を策定しましたので概要を紹介します。

## 基本理念

大と福祉的就労の場の確保を図っていきます。

### ③ 教育の充実

奈良市障害者福祉基本計画の基本理念は、ノーマライゼーションの理念、リハビリテーションの理念をもとに、やすらぎと生きがいのもてる社会環境の整備、障害者の自立援助の促進、障害種別やそれぞれの生活段階に応じたきめ細かい対応、市民とともに推進する地域福祉をめざした福祉施策の実現を図っていくことです。

### ④ 保健・医療の充実

それぞれの生活段階に応じた適切な保健・医療体制を充実するため、基本方針として、発生活予防対策の推進、早期発見・早期療育体制の確立、医療・リハビリ訓練体制の強化を進めていきます。

### ⑤ 在宅生活の支援

障害者が自立して日常生活を営めるよう、生活安定のための支援の充実、住環境の整備、福祉サービスの充実を進めていきます。

### ⑥ 福祉のまちづくりの推進

障害者が社会生活を十分に営

## 七つの基本目標

### ① 啓発・広報の推進

障害者問題がすべての市民自身の問題であることを改めて認識できるように、市民啓発の推進、広報の推進、福祉教育の推進を図っていきます。

### ② 就労の促進

障害者の自立と生活安定を支援できるように、雇用機会の拡

### この計画における基本理念としての

#### ノーマライゼーションとは

障害の有無にかかわらず、すべての人々が平等に社会の構成員として、自立した生活や社会活動を営むことを可能にするという概念。

#### リハビリテーションとは

単に身体機能回復訓練のみを言うのではなく、障害者が人間としての尊厳を回復し、生きがいをもって社会参加ができるようにすることを目的とする理念と援助の体系を言いあらわしたもの。



めるように建物、道路、交通手段等の行動環境や施設を整備することにとどまらず、人的な面からも地域に根ざした福祉体制の確立を図っていきます。

⑦ スポーツ・文化活動の振興  
スポーツ・文化活動を振興していくための基本方針としては、各種教室・大会等への参加促進と障害者による自主活動の支援をします。

# ならまつり'94

新しい奈良の夏の風物詩「ならまつり」も今年で6回目。今年も盛りだくさんのイベントで、まもなく開幕します。

仮設復元された朱雀門前では金魚すくいなどの昔ながらのお店やさまざまな趣向をこらしたフリーマーケットがみなさんを待っています。

さあ、みんなで出かけよう。

とき 8月12日(金)前夜祭  
8月13日(土)、14日(日)  
ところ 平城京朱雀大路跡

前夜祭のちょいちょい踊り・大あんどんパレードはJR奈良駅前～三条通り～猿沢池 折り返し



マスコットキャラクター  
ならちゃん

## 12日(金) 前夜祭 ちょいちょい踊り 大あんどんパレード

市民みんなのあんどんが、古都の夜に浮かび、色とりどりの衣装と踊りの「ちょいちょい踊り」が夏の夜を彩ります。

午後5時半からオープニングセレモニー。パレードは午後6時半にJR奈良駅前をスタート。三条通りから猿沢池を回り、JR奈良駅前まで戻ります。

## 13日(土) 催したくさん ならまつり'94開幕



午後3時開場、オープニングセレモニーでは、消防音楽隊の演奏などでおまつりムードが盛り上がり、ならまつり'94の開幕です。

特設ステージでは子ども向けのクレヨンしんちゃんショー、姉妹都市福井県小浜市の蘇洞門太鼓、吉本興業漫才師による朱雀二丁目劇場などがあり、夏の夜もクライマックスを迎えると、世良公則の熱いライブが始まります。

| 3:00 | 4:00            | 4:30             | 7:30             | 9:00          |
|------|-----------------|------------------|------------------|---------------|
| 開場   | オープニング<br>セレモニー | クレヨン<br>しんちゃんショー | 蘇洞門太鼓<br>二丁目劇場など | 世良公則<br>コンサート |

## 14日(日) まつりは最高潮！ みんなで参加しよう ちょいちょい踊りコンテスト

この日も子どもたちの大好きな仮面ライダーの登場、市民参加ステージ、OSKのミュージカルと楽しい催しがいっぱい。また、太鼓や鐘に合わせて踊るならまつり名物「ちょいちょい踊りの大乱舞」が繰り広げられ、その奇抜な衣装と舞にいつしか自分も輪の中へ…。

そして、ならまつりのラストを飾るのは美しい花火と勇壮な太鼓による光と音のビッグショー。熱い夏を一時忘れさせてくれます。

| 3:00 | 4:30                  | 6:30          | 7:30         | 8:30            | 9:00 |
|------|-----------------------|---------------|--------------|-----------------|------|
| 開場   | 市民参加ステージ<br>仮面ライダーショー | OSK<br>ミュージカル | ちょいちょい<br>踊り | エンディング<br>花火・太鼓 |      |

この夏、  
もりあがろうぜ！



▶世良公則さん

### 会場へは無料送迎バスが便利

平城京朱雀大路跡会場周辺には駐車場がありませんので、無料送迎バスを利用してください。運行は8月13日・14日の2日間で、午後2時半から30分おきに発着します。

#### <発着場所>

- ①近鉄奈良駅前バス11番のりば
- ②JR奈良駅定期観光バスのりば
- ③近鉄西大寺駅南口
- ④近鉄学園前駅北口

### 交通規制

8月12日、ちょいちょい踊り大あんどんパレードのため三条通り(車両通行止)は、午後5時～9時半の間交通規制が行われます。





# ママさん 特派員 レポート

秋篠町  
西尾悦子さん



## 二十一世紀の人づくり

人間性あふれる子どもたちを  
育成するために

奈良市の平成六年度予算については、しみんだより3月15日号で大川市長の想いが掲載され、このなかで「都市づくりは、人づくり」との考えから、「青少年の健全育成こそが本市発展の基を築くものとして、奈良のまちに住むすべての子どもたちを健全に育成するために、非行ゼロ、不登校ゼロをめざす」と示され、二十一世紀を担う人間性あふれる子どもを育てるため「学校園活性化対策」が新規事業として予算化されました。

子を持つ親としては、興味深いものがありましたので、この事業の担当課である教育委員会事務局指導課の木村課長にお尋ねしました。

新規事業の取り組みは「学校園活性化に直接関わっておられる先生に、先生として納得され

るべき専門性をよりいっそう身につけてもらったり、子どもたちには今までできなかった芸術性の高いものにふれさせる機会をもってもらったりなど、知識だけに終らず、十分自分のものになるよう、生活の中で活用されるようにしていきたい」と希望を話されました。今年度の計画案は各学校から提出されている



少年指導センター天野所長にセンターの役わりについてうかがいました

ようですが、子どもの教育に直接反映するような内容が多かったようです。

親の立場では、この新規事業は今日、明日に結果の得るものではないように思いますので、今後とも継続され目的どおり二十一世紀への人づくりに役だっ

てほしいと願っています。次にこれからの奈良市を担う青少年の健全育成に最もかわりの深い行政部門である少年指導センターの天野所長にお伺いしました。

少年指導センターは、昭和43年4月に少年補導センターとして教育委員会事務局に設置されました。近年の業務内容からみて「補導」よりも「指導」の方がより適切との判断から、平成4年4月に現在のように改称されたそうです。

少年指導センターの設置目的は、少年の非行防止にかかわって、関係機関・団体および地域の指導委員と緊密な連携を保ちつつ、少年指導活動をより効果的かつ総合的に推進していくことです。その業務内容は市民と

直接関係のある「街頭指導活動」「環境浄化活動」「啓発活動」「少年相談活動」の他「生徒指導上の指導助言」「関係機関との連絡調整」「情報や資料の整理」など大変広範な仕事があるようです。市庁舎北棟完成に伴い、新しい空間に相談室3室を得て、現在9人の職員で前述の

複雑な仕事をこなしておられます。

去る7月1日から、国や県が提唱する「青少年を非行から守る強調月間」が始まりました。そこで、今回はちょうど夏休み中ですので地域で過ごす子どもたちを見守る街頭指導活動の中心「中学校区少年指導協議会」にスポットを当ててみました。

地域の子どもたちを様々な危険から守り、悩みも聞き、少年時代の一時的な過ちが大きな失敗につながるないようにと地域を愛し、子どもたちを愛するおおぜいの方々が日々声をかけながら見守ってくださっています。こうした方々が中学校区少年指導協議会を組織され、少年指導委員あるいは少年指導推進委



中山こんぴらまつりで街頭指導に立つ平城中学校区少年指導協議会の人たち

員として定期的な情報交換や街頭指導、危険箇所の点検改善、啓発・研究等のボランティア活動に取り組んでおられます。

各協議会の活動は、それぞれの広報紙にまとめられますのでお目にふれる機会がありましたら、よくお読みいただいて、青少年の健全育成活動をご支援いただきたいとお話でした。

これから、市内各所で開催される夏祭には、子どもたちに事故がないようそっと見守っている腕章をつけた多くのボランティアをお見かけいただけます。私自身、四年間指導委員としてかかわっておりましたが、これからは地域の一員として子どもたちを暖かく見守っていきたいと思います。



奈良の歴史をよむ

佐保川の清き川原に鳴く千鳥

かはづと二つ忘れかねつも

(巻七・一一三)

この夏は、冷夏に打ちのめされた昨夏とは様変わり、梅雨あけ宣言を待たずに七月初旬から最高気温は三十数度の連続、寝苦しい夜が続いて気息えんえん。こんな時、暑さに萎えた心身が本能的に求めるのが「水」「みず」「ミズ」。ところが、わが奈良市では、残念ながらあたりを見まわしてみても、涼をよぶ「水の風景」にはほど遠く、菩提山や東山中の一部を除いて、清冽な水には無縁といつてよい。

二十世紀の現代は、かくも水に縁遠い奈良の地であるが、八世紀の万葉の時代、平城京の風景を詠んだ歌を読んでもと、隔世の感。これが同じ奈良の地の山川の風景風物を詠んだ歌なのだろうか、ひよっとして文学的な潤色による誇張の産物ではないのか、と疑問さえ抱きたくなる。

引用した歌は、巻七の中の「鳥を詠める」三首のうちの二首目だが、三首目も同様佐保川

の千鳥をテーマにしたもののなかで、佐保川の千鳥は誇張でも潤色でもなくて、実景を正直に詠んだものであると断定できる。(佐保川の千鳥は万葉集全体では、もっと数多く登場する。)歌の意味も、佐保川といえは、その清らかな流れに関連して、千鳥の鳴声と河鹿の涼しげな鳴声の二つをどうしても忘れることができない、という実にすなおな内容である。誇張などとは縁遠い。

佐保川の源流は春日奥山の鶯の滝の谷水であるから、源流の水の清らかさは今も昔もそれほど隔たりがあるとは思えない。それが中流になると汚染の度が進む。その昔、この中流あたりで汲んだ「夷川」の水が、東大寺二月堂の「お水取り」の練行衆の別火のときの清めの水に用いられ、その伝統はつい最近まで守られてきたのだが、いまはいったいどうなっているのだろうか。

奈良市民が汚染と衰弱にさら

された佐保川を見殺しにしたわけではない。昭和三十三年に「佐保川清掃対策委員会」が設立され、故郷の水と空気の美しさを万葉の昔にかえそうと、清掃奉仕作業や美化キャンペーンを続けてきたおかげで、現在は放流した鮎が生育できる水質の川にやっと戻ったという。人の病気と同じで、一度病んだ川の回復は、遅々としてはかどらないように見えるが、人々のいたわりと温かい目なごしに見守られながら、いま着実に実にかつての生氣を取りもどしつつある。佐保川よ、蘇れ、と祈る。

文・青山茂(帝塚山短期大学教授)  
絵・星野京



健康

夏かせ



うっとうしい梅雨が上がり本格的な夏が来ました。夏かせのシーズンです。といっても特別に冬や春の「かぜ」と異なったものではありません。冬の代表的なかぜはインフルエンザですが、最近ではインフルエンザの様なかぜが春にも夏にも見られるのです。

一般にかぜとは、寒けを感じたあと鼻みずが出たり、頭痛がしたり、のどが痛くなったり、咳が出てきたりします。すぐに熱(体温)を測りましょう。熱がなければ布団を被ってあたたくかくして寝ていれば治るものです。

熱があるときは、かぜのウイルスが細菌に感染したのかも知れません。家庭薬でも結構ですが、できれば「かかりつけ」の医師に診てもらいましょう。「夏かせ」と放っておくと気管支炎や肺炎に病気が進行する場合もあります。特に夏かせが養生しにくいのは、夏は暑いので、

布団を被って寝るということができないことです。

現在はエアコン等がある家の中は快適ですが、かぜの場合などは反対にクーラーや扇風機の風に直接あたると体温が失われ、かえってかぜを悪化させます。

夏かせといったら安心して放っておいたら肺結核や肺がんであったという例がいくつもあります。特に汗をかいた後、風呂あがり等は気をつけてください。

かぜは原因によつては薬では治りませんが、少なくとも悪化させないことはできます。熱があったら早めにかかりつけの医師に診てもらいましょう。

奈良県医師会



# サークル紹介



## 奈良LIONS

『英会話をとおしてふれあいを深めています』

三十年以上続いて活動している英会話を楽しみながら学んでいるサークルです。メンバーは、十代から三十代までの約四十人。今は、大学生が中心となっていますが、中学生から社会人まで、すべての人に開かれた市民サークルをめざしています。

活動は、NHKラジオ英会話のテキストなどを教材に六、七人をつづのグループにしてヒアリング（聞き取り）、暗唱、フリートーキング（自由発表）などの練習をしています。はじめは、少しくらいついていけなくても、まわりが包みこみ、そのうちに英会話に慣れていくといった雰囲気

気のあるサークルです。英会話の上達だけでなくメンバーの幅広い趣味や知識を通じて、たくさんの人とふれあいを深めていくことも目的の一つです。

また、このサークルの中心メンバーは、「奈良学生ガイド」として猿沢観光案内所で外国人のガイドをする観光ボランティアとして活躍しています。

英会話を楽しみながらマスターしたい人は連絡してください。毎週土曜日の午後五時五十分～午後八時半に中央公民館で活動しています。

連絡先 西村 〇四九五三二八  
坂口 〇四九四七五三

# 北東 西南

## ●市美術家協会の 市民実技講座

木による造形 とき：9月11日(日)午前9時～午後4時 ▼ところ：中央公民館(上三条町)  
▼テーマ：来年のえと「亥」を彫る ▼定員：20歳以上の人25人 ▼参加料：2千円(教材費は別に必要)

土による造形 とき：8月21日(日)午前9時半～午後3時 ▼ところ：古瀬工房(赤膚町)  
▼テーマ：①コース(陶芸部門)は一輪挿しおよび茶碗を造る。②コース(造形部門)はテラコッタなどによる人形、動物およびオブジェ ▼定員：高校生以上の人。①コース40人。②コース5人 ▼参加料：2千円(材料費は別に必要)

空きかんによる造形 とき：8月30日(火)午後1時～4時 ▼ところ：中央公民館(上三条町)  
▼テーマ：空想の虫を造ろう ▼定員：30人(小学低学年までは保護者同伴) ▼参加料：千円(材料費は別に必要)  
書の講習会 とき：9月18日

(日)午前10時～午後3時 ▼ところ：中央公民館(上三条町)  
▼内容：漢字の部、かなの部 ▼定員：高校生以上の人各部25人 ▼参加料：千五百円(教材費は別に必要)  
又、ド写真 とき：8月27日(土)午後1時～5時 ▼ところ：中央公民館(上三条町) ▼定員：20歳以上の人70人 ▼参加料：3千円

写真講習会 とき：10月9日(日)午後1時～5時 ▼ところ：中央公民館(上三条町) ▼テーマ：コンテストに強くなろう ▼定員：50人 ▼参加料：2千円

ハ申し込みV往復はがきに住所氏名(返信用にも)、年齢、電話番号を書いて、木による造形は大林杜寿さん(〒630南半田町一三一) 〇二一九一〇二へ8月25日までに、土による造形は黒川和江さん(〒630中山町三一五三五) 〇二二二四八へ①②の別を書いて(①の場合作りたいものを書いて) 8月10日までに、空きかんによる造形は遠藤賢治さん(〒520一三三滋賀県栗太郡栗東町御園三四一) 〇七五五八一三六五二へ

8月20日までに、書の講習会は松塚玲奈さん(〒630東木辻町七〇二〇二)へ漢字・かなの別を書いて8月10日までに、スード写真は岡崎浩さん(〒630高

畑町一三二) 〇六〇七三)へ8月10日までに、写真講習会は後藤親郎さん(〒630法華寺町一三〇八) 〇一三三〇)へ9月30日までに。

## ●平城山の 自然の中で遊ぼう

社会福祉法人宝山寺福祉事業団平城児童センターが次のとおり野外活動会を募集します。ハ自主保育サークル・はじめのいっぽ遊びを通して親子間・母親間のつながりを深めます。対象：近所に同世代の子どもたちがいらない、子育てについてみんなで考え、話し合いたい人など仲間づくりをしたい人 ▼定員：零歳児～3歳児の親子20組程度 ▼活動期間：9月7日～来年3月の毎週水曜午前10時半～正午

ハ幼児野外活動サークル・わらべの森V活動内容：自然体験、廃材工作、スポーツ、探検、キャンプなど ▼定員：4～6歳児20人程度 ▼活動期間：9月8日～来年3月の毎週木曜午後2時～4時

【活動費用】 いずれも月千円(保険料含む)  
【申し込み】 電話かかがきで8月10日までに同センター(〒631歌姫町一〇〇) 〇二二七二一六へ。



人権が尊重される  
ふれあいのある社会へ

市民意識調査分析結果から③

## 市民意識の現状

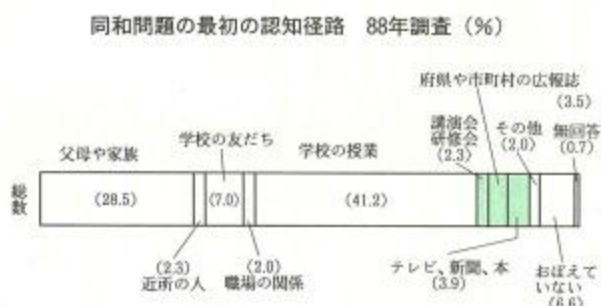
他府県から奈良市に移り住んできた人たちから、「同和問題は知らない」という声を学習会などでよく聞きますが、今回の調査では、「知らない」と答えた人は、わずか〇・九％にすぎないことが明らかになりました。

「知らない人権は守れない」ということからすれば、人権啓発の取り組みがかなりの成果を上げているように思われます。また、前回調査との比較からみれば「テレビ、新聞、本」、「府県や市町村の広報紙」および「講演会、研修会」などの社会啓発をあげている人の合計も四〇・八％と飛躍的に伸び

ています。

しかし、「家族や親戚」、「学校の友達」あるいは「近所の人」といった身近な人々からの情報が四九・七％と高い比率を示していることや、学校の授業を挙げている人が少ないことから考えると、正しい認識が広まったとは言えない状況です。特に、同和教育は保育園・幼稚園から大学にいたるまで取り組まれている現状からすれば、厳しく受け止めざるをえませんが、

問い合わせ…人権啓発センター（☎1510）へ。



### シリーズ 保育園②

やさしさとおたかかさのある保育をめざして

## わらべうたで心のふれあい

市の保育園では、赤ちゃんから就学前の子どもたちまでが元気に楽しく保育園生活をしています。「ほのぼのとふれあう豊かな心を育てる」を保育目標に、思いやりのある心としなやかなからだに育つことを願って取り組んでいます。

その中の一つに、昔から歌いつがれている「わらべうた」があります。わらべうたはやさしい歌詞・歌いやすいメロディーでいつでもどこでも遊べます。

例えば一人二人と手をつなぎ、「♪なーらの なーらの大仏さーんはー」と歌いながら笑顔いっぱい大きな輪を作りともだちとふれあうことも大好きな遊びの一つです。また、「一本橋こーちよ こーちよ…」では年長児が赤ちゃんの手をやさしくにぎり、歌を歌いながら遊ぶ姿が保育園のあちこちで見られます。「あんたがたどこさひごさ ひごどこさ…」のまりつき遊びでは歌に合わせて、まりと手の動きに瞳を集め「できた!」「あー!ころがった!」と子どもたちの楽しげな声。

このように零歳児から五歳児と広い年齢層の子どもたちが一緒にからだをつかって遊べる「わらべうた」は心とからだをほぐし、その中でやさしさと思いやりの心も育むことでしょう。



また、いろいろな機会を通してお年寄りとの交流の場もあり、一緒になってお手玉、まりつき、手遊びをしたりします。童心にかえって楽しめるお年寄りたちと「おじいちゃん、おばあちゃん」と慕い喜ぶ子どもたちの姿にはとてもほほえましくあたたかいものがあります。

日本の文化ともいえる「わらべうた」を通じて、人と人とのふれあいの素晴らしさを子どもたちなりに感じとってくれていることでしょう。

そして、私たちが住んでいる奈良には多くの「大和のわらべうた」があります。子どもたちの遊びにわらべうたを多くとり入れることで、この大切な文化がこの子たちによって受けつがれることでしょう。

## 行政

### 特別土地保有税(取得分)の申告納付は今月中に

申告対象：平成5年7月1日から平成6年6月30日までの間に市内で千平方メートル以上の土地を取得した人  
▼申告納付期限：8月31日 ▼申告先：市役所資産税課へ。

### 市営住宅の入居者を募集

募集団地：第20号市営住宅(松陽台一丁目)の第一種住宅3戸 ▼申し込み：受け付けは8月18・19・22日で抽選は23日。申込書は市役所住宅管理課、西部・北部出張所で8月10日・22日に渡します。くわしくは市役所住宅管理課へ。



### 市政についての世論調査にご協力を

市民の声を市政に反映させようと、市では毎年「奈良市政についての世論調査」を実施しています。  
今年も住民基本台帳から無作為に抽出した20歳以上の男女3千人を対象に調査票を郵送していますので、受け取られた人は設問に回答を記入のうえ、名前を書かずに同封の封筒で、返送してくださいようお願いいたします。  
この調査で回答者の氏名や回答の内

容が他に漏れる心配はありません。くわしくは市役所広報公聴課へ。

### 飼育に困った犬を引取ります

奈良保健所と市が次のとおり行います。野犬をふやさないためにも家庭で飼えなくなった犬や子犬は捨てずに次の場所へ連れて来てください(印鑑持参のこと)。

奈良保健所：毎週月・水・金曜日の午前9時～11時半 ▼西部出張所、平城・帯解・辰市連絡所：毎週金曜日の午前9時～10時 ▼東部出張所：毎週第3月曜日の午前9時～9時半  
※ただし、各所とも8月12日・18日は、犬の捕獲、引き取り業務は休みます。



### 排水設備工事責任技術者の試験制度等が変わります

市町村で個々に実施していた排水設備工事責任技術者の試験および更新講習は、本年度から奈良下水道公社が統一的に実施することになりました。  
▼排水設備工事責任技術者更新講習  
とき：9月26日(月)午前10時～午後4時  
▼ところ：奈良地場産業振興センター(大和高田市幸町) ▼受講資格：平成6年10月1日から平成7年9月30日の間に責任技術者証の有効期間が満了する人 ▼受講料：5千円(テキスト代は別に必要) ▼申し込み：8月4日～12日に市役所下水道管理課 備え付けの用紙で同課へ ▼問い合わせ

せ：同課または奈良下水道公社(☎74351612830)へ。

### 心身障害児を対象に虫歯予防の歯科検診

市歯科医師会と県歯科衛生士会の協力で次のとおり行います。  
とき：8月28日(日)午前9時～正午  
▼ところ：総合福祉センター内みどりの家歯科診療所(左京五丁目) ▼申し込み：8月17日までに市役所厚生課へ。

### 水道管の破裂・漏水修理の相談

最近、市の公認を受けていない水道業者が「24時間、年中無休」のキャッチフレーズで家庭の水道管の修理を行うなどのトラブルが発生しています。  
水道(給水装置)の新設、増設、改造、撤去、修理は必ず最寄りの公認業者または市水道局へ相談してください。  
問い合わせ：市水道局(☎5200) 新設、増設など：給水課、修繕：修繕課へ。

### 8月は道路をまもる月間道路におもいやりを

8月1日から31日までは「道路を守る月間」です。  
この期間は、生活の基盤である道路を常に「広く・正しく・美しく」利用できるように、道路の意義と重要性について認識を深めてもらおうと設けられています。  
みなさんのご協力とご理解をお願いします。

＜道路は暮らしのパートナー＞  
道路は、物資の輸送や通勤、レジャーなどわたしたちの豊かな生活を支えています。

また、歩行者天国や祭り、パレードなどふれあいの場としても活躍します。道路は暮らしに欠くことのできないパートナーです。道路にも家族と一緒にのおもいやりを持ちましょう。

### ＜道路はみんなのもの＞

道路は特定の人だけが利用するものではありません。誰でも使える公共の施設です。

みなさんの大切な税金で整備され管理されています。大切に利用しましょう。

### ＜道路のマナーを守りましょう＞

自動販売機の路上へのはみ出し、放置自転車、違法駐車などみなさんも通行の妨げになった経験はありませんか。一人ひとりの心がけで安全で快適に利用できるよう道路のマナーを守りましょう。

### 老春手帳で無料入場できます

8月2日から松伯美術館(登美ヶ丘二丁目 ☎6666)が老春手帳で入場できるようになります。ご利用ください。入館時間：午前10時～午後4時 ▼休館日：月曜日、年末年始など ▼交通案内：近鉄学園前駅からバスで「大淵橋」下車(車での来館はご遠慮ください)。  
なお、依水園(水門町 ☎22173)も従来どおり老春手帳で入場できます。くわしくは市役所高齢者福祉課へ。

8月15日～31日は市・県民税(第2期分)の納期です。

水は限りある資源です。節水にご協力を！水道局

## 催し・教室

### 青少年児童会館

〒630-0077  
西木辻町二〇〇

エアロ&健康体操教室 とき：9月2日、12月16日の毎週金曜日午後6時半～8時半。15回 ▼定員：市在住・在勤で15歳～25歳の人25人

楽しい英語教室 とき：9月4日、12月11日の毎週日曜日午前10時～11時半。15回 ▼定員：小学5・6年生35人

〈申し込み〉はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて8月22日までに同館へ。電話も可。多い場合は抽選。受講料は無料。材料費は自己負担。

### 中央図書館

〒630-0101  
東寺林町三八

子ども納涼おはなし大会 とき：8月11日(休)午後1時～2時半 ▼ところ：ならまちセンター市民ホール(東寺林町) ▼内容：夏向きのこわいおはなし、人形劇、幻燈紙芝居 ▼入場料：無料 ▼申し込み：不要。直接会場へ。

### 応急手当をおぼえませんか

応急手当普及講習会

とき：8月28日(休)午後1時～4時 ▼ところ：中消防署北出張所(右京二丁目 電話91119) ▼定員：30人。多い場合は抽選 ▼内容：心肺蘇生法、

大出血時の止血法 ▼受講料：無料

▼申し込み・問い合わせ：8月21日までに市消防本部警防課(電話1191)または、最寄りの消防機関まで。

この講習以外にも応急手当指導員が出席して実施する講習があります。

応急手当普及員養成講座

職場や地域で普通救命講習の指導を行う応急手当普及員になってもらおうと実施します。

とき：9月6日(火)～8日(木)の3日間の午前9時～午後5時 ▼ところ：中消防署北出張所(右京二丁目 電話9119) ▼定員：30人。多い場合は抽選 ▼内容：応急手当の普及に関する基礎的な知識技能、指導要領など

▼受講料：テキスト代2千700円 ▼申し込み：8月8日～12日に消防本部警防課(八条五丁目 電話1191) 備え付けの用紙で直接同課へ。

### 勤労者総合福祉センター

(サン・アクティブ奈良)  
〒630-0244 佐保台西町二五

ワープロ中級教室

(3級程度) とき：9月1日～11月3日の毎週火・木曜日(10月11日は休み) 午後6時半～8時半



18回 ▼定員：市在住・在勤の勤労者10人 ▼受講料：9千200円(教材費を含む) ▼締め切り：8月21日

絵画教室(水彩画・デッサン) とき：9月6日～11月8日の毎週火曜日(10月11日は休み) 午後6時半～8時半と10月16日(休)午前10時～午後1時。

10回 ▼定員：市在住・在勤の勤労者16人 ▼受講料：5千700円(教材費を含む) ▼締め切り：8月23日



茶道教室(初心者) とき：9月2日～11月25日の毎週金曜日(9月16日、10月7日、11月4日は休み) 午後6時半～8時半。10回 ▼定員：市在住・在勤の勤労者10人 ▼内容：基礎知識、略盆のお点前 ▼受講料：7千300円(教材費を含む) ▼締め切り：8月19日

書道教室 とき：9月13日～来年2月21日の毎週火曜日(10月11日、12月27日、1月3日、1月17日は休み) 午後6時半～8時半。20回 ▼定員：市在住・在勤の勤労者20人 ▼内容：かな、漢字の基本 ▼受講料：8千円 ▼締め切り：8月27日

〈申し込み〉往復はがきに教室名、住所、氏名、電話番号、勤務先を書いて各締め切り日までに必着で同センターへ。はがき1枚に1人有効。多い場合は抽選。

### 総合福祉センター

〒630-0770 佐保台西町二五

料理教室 とき：9月7日～11月30日の毎月第1・4水曜日(11月は第1・5水曜日)の午前10時～午後1時半。6回 ▼定員：市在住の障害者12人、健康者3人 ▼受講料：無料。材料費1回千円

手話ボランティア養成初級講習会

とき：昼の部は9月1日～12月22日の毎週木曜日(9月15日・11月3日・11月24日は休み) 午後1時半～3時半。夜の部は9月7日～12月21日の毎週水曜日(11月2日・11月23日は休み) 午後6時半～8時半 ▼定員：市在住・在学・在勤の人各部50人

手編み(棒針)教室 とき：9月2日～12月9日の毎週金曜日(9月16日・9月23日・11月4日は休み) 午前10時～正午。12回 ▼定員：市在住の心身障害者6人 ▼受講料：無料。材料費は自己負担

〈申し込み〉はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、障害の種類と程度(手話ボランティア養成初級講習会は希望の時間帯、市在住・在勤・在学の別も)を書いて8月20日までに申し込んでください。電話も可(手話ボランティア養成初級講習会は不可)。多い場合は抽選。

### びばりひろば

近い将来、東京・大阪間の新しい交通基盤の中心となるリニアモーターカーについて子どもたちに知ってもらおうと、県が開きます。

とき：8月5日(金)～14日(休)午前11時～午後7時 ▼ところ：奈良ファミリー6階円形ドーム広場 ▼内容：ビデオ放映、模型の展示、超伝導現象の実験、クイズ大会、工作教室など ▼入場料：無料 ▼問い合わせ：県交通政策課(電話1101)へ。

## ならまちわらべうた フェスタ'94参加者募集

子どもたちによって伝えられてきた貴重な文化遺産であるわらべうたをこれからもならまちで歌いつぎ、世界に発信しようと開催する「ならまちわらべうたフェスタ'94」の参加者を募集します。

とき：10月23日(日)午前10時～午後4時  
▼ところ：ならまちセンター、音声館、元興寺などならまち一円 ▼締め切り：8月31日

△わらべうた発表 △団体・個人 △大縄跳び大会 △1チーム15人(回す人は除く)

△お手玉大会 △個人・団体(5人) また、お手玉・おはじき・けんだま・あやとりなどの名人とボランティアスタッフも募集しています。

くわしくはならまち振興財団(東寺林町三八 ☎071820)へ。

## 奈良マーチャントシードセンター

〒94003 FAX 09404  
☎09403 FAX 09404

### 第4回奈良商人塾

効率の良い経営管理システムをどう組み立てるか、その手法をマスターしてもらおうと「戦略的商業経営」を年間テーマに10回のカリキュラムで行います。

とき：8月22日(月)午後8時～10時

▼テーマ：新規開拓の手法あれこれ

▼講師：県立商科大学教授の山本久義さん ▼定員：商業者30人

パソコン講習会

△パソコン通信コース △とき：9月5日(月)、コースP71は午前10時～午後1時、コースP72は午後2時～5時

▼定員：各10人 ▼テキスト代：千円 △ワープロ基礎コース △とき：9月6日(火)・7日(水)・9日(金)、コースW11は午前10時～午後1時、コースW12は午後2時～5時 ▼定員：各10人 ▼テキスト代：3千円

△表計算実践コース △とき：9月13日(火)・14日(水)、コースP51は午前10時～午後1時、コースP52は午後2時～5時 ▼定員：各10人 ▼テキスト代：2千円

【申し込み】はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、職業、講習会名(コース番号)を書いて8月15日までに同センターへ。ファクス、パソコン通信「シルク」のセンターあてメールも可。パソコン講習会は、同一コースでの複数応募はできません。多い場合は抽選。受講料は無料。

## サン・アビリティーズ奈良

〒94003 FAX 09403  
☎0775 FAX 0773

### ふれあい車いすテニス大会

とき：9月3日(日)、4日(日)午前9時～午後4時 ▼対象：市在住・在勤・在学の16歳以上の身体障害者と健康者 ▼保険料：150円 ▼試合形式：①シングルの部 ②デュミックスの部(車いすの人と健康者のダブルス。ペアで申し込み) ▼締め切り：8月20日



卓球教室 とき：9月6日～11月22日の毎週火曜日(10月11日は休み) 午後6時半～8時半。11回 ▼定員：市在住・在勤・在学の13歳以上の身体障害者と健康者20人 ▼締め切り：8月30日

親子体操教室(低学年) とき：9月7日～12月14日の毎週水曜日午後3時20分～4時半。14回 ▼定員：6～12歳の知的障害児とその家族25組 ▼保険料：1家族750円 ▼申し込み：随時

親子体操教室(高学年) とき：9月10日～12月17日の毎週土曜日①の部は午後2時半～3時40分。②の部は午後3時50分～5時。14回 ▼定員：知的障害者とその家族各部30組 ①の部は11～16歳。②の部は16歳以上 ▼保険料：1家族750円 ▼申し込み：随時

肢体不自由児対象親子体操教室 とき：9月10日～12月17日の毎週土曜日(9月24日は休み) 午後1時10分～2時20分。14回 ▼対象：6歳以上の肢体不自由児とその家族 ▼保険料：1家族750円 ▼申し込み：随時

アーチェリー教室 とき：9月10日～11月26日の毎週土曜日(9月24日・10月29日は休み) 午前10時～正午。10回 ▼定員：市在住・在勤・在学の18歳以上の身体障害者と健康者10人 ▼保険料：750円 ▼締め切り：8月31日

△申し込みはがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、障害の有無・種別出場種目(ふれあい車いすテニス参加者)を書いて各締め切り日までに同館へ。電話も可。

障害者職業相談 とき：9月9日(金)午後1時半から ▼相談員：奈良公共職業安定所・専門相談員が応じます

▼申し込み：9月7日までに電話か直接来館して申し込んでください。

## 自然食(キムチ漬)講習会

韓国のキムチの味を楽しんでもらい、食文化を通じて姉妹都市慶州市との交流を深めてもらうと市農協が次のとおり3回行います。

とき：9月8日(木)・22日(木)・29日(木) 午後1時～3時 ▼ところ：自然食講習会館(北永井町 市農協明治支所内)

▼受講料：無料。ただし材料費800円は自己負担 ▼定員：各回30人 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、電話番号、受講希望日を書いて8月20日までに必着で市農協自然食(キムチ漬)講習会係(〒630 柏木町一八五 ☎033)へ。多い場合は抽選。

## 再就職を希望する女性のための講習会

縫製教室 とき：9月2日～10月28日の毎週水・金曜日午前9時半～午後3時半。15回 ▼ところ：県婦人就業サービスセンター(大森町) ▼内容：動力ミシン操作・リファーム技術洋裁基礎 ▼定員：18人 ▼受講料：無料(教材費は自己負担) ▼申し込み：8月22・23日の午前9時半～午後3時半に本人が直接県婦人就業センター(登大路町婦人会館内 ☎05729)へ来館して申し込みを。

# スポーツ

## スポーツ施設を開放します

△鴻ノ池陸上競技場（法蓮町）▽と  
き：8月14日（日）午前9時～午後4時  
▽種目：陸上競技 ▼内容：ジョギング、競技練習 ▼その他：運動靴を必ず使用してください。学校などのクラブ活動で使用するできません ▼問い合わせ：市スポーツ振興事業団（☎501）へ。

## ならやま屋内温水プール

〒630-0774 FAX ☎0773  
水泳競技会 学校週5日制に伴い開きます。  
とき：9月10日（土）午前9時～正午  
▼対象：小・中学生 ▼種目：自由形・平泳ぎ（25m・50m・100m）・背泳ぎ・バタフライ（25m・50m） ▼参加料：30円（保険料） ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、学校名・学年、種目（2種目以内）、保護者名（押印）を書いて8月31日までに必着で同プールへ。多い場合は抽選。

ならやま水泳教室（女性の部）と  
き：9月14日～12月7日の毎週水曜日  
午後1時10分～2時10分。12回 ▼定員：市在住・在勤・在学の18歳以上の女性65人 ▼参加料：6千850円（保険料含む） ▼締め切り：8月20日  
ならやま水泳教室（小学4～6年生の部）と  
き：9月14日～12月7日の

毎週水曜日午後3時半～4時半。12回  
▼定員：市在住・在学の小学4年～6年生の児童若十名 ▼参加料：6千850円（保険料含む） ▼締め切り：8月13日  
※両教室への申し込みは往復はがきに住所、氏名、年齢、学年、電話番号を書いて各締め切り日までに必着で同プールへ。多い場合は抽選。

## 夏季バドミントン大会

とき・ところ：中学生の部は8月22日（日）＝南部生涯スポーツセンター（杏町）。小学生および男子・女子の部は8月28日（日）＝中央体育館・同第二体育館（法蓮町）。いずれも午前9時半から  
▼種目・種別：小学生の部（3年生以上）はシングルス。中学生の部はダブルス。男子・女子の部（高校生以上）はダブルス ▼参加資格：市在住・在勤・在学の人、市内のクラブに所属する人 ▼参加料：小学生は300円。中学生は500円。男子・女子の部は千円（高校生は800円） ▼申し込み：はがきまたは封書に学校名（クラブ名）、学年、年齢、氏名、性別、電話番号を書いて8月13日までに必着で南部生涯スポーツセンター体育館（〒630-0746 西城弘あてに。一七 ☎670229）

## 公民館

各公民館の教室への申し込みは、往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢（学年）、電話番号を書いて締

め切り日までに必着で各公民館へ。  
はがき1枚にひとり1教室。多い場合は抽選。受講料は不要。材料費等は自己負担。

## 二名公民館

〒630-0113  
写真入門教室 とし：9月6日～来年3月7日の毎月第1火曜日の午後1時半～3時半（全日の場合もあります）  
▼定員：大人25人 ▼締め切り：8月15日

## 南部公民館

〒630-0901  
健康体操教室 とし：9月21日～来年3月1日の毎月第1・3水曜日の午後2時半～4時。10回 ▼定員：市在住の女性20人 ▼締め切り：9月4日  
天皇陵と古墳の散策教室 とし：9月8日～来年3月16日の木曜日午前9時半～午後4時。6回 ▼定員：40人 ▼費用：交通費等は自己負担 ▼締め切り：8月17日  
こども英語ステイ とし：9月10日～来年2月25日の毎月第2土曜日（午前10時～11時半）と第4土曜日（午後1時半～3時）。10回 ▼定員：小学5・6年生15人 ▼締め切り：8月20日

## 富雄南公民館

〒630-0906  
文学講座「石川啄木：その人と文学」とし：9月20日～11月29日の隔週火曜日の午後1時半～3時半。6回 ▼定

員：40人 ▼締め切り：8月31日

## 京西公民館

〒630-0909  
新おふくろの味料理教室 とし：9月9日～来年2月10日の毎月第2・4金曜日午前9時半～午後零時半。10回 ▼定員：女性16人 ▼締め切り：8月15日  
近代文学講座「奈良と日本近代文学」とし：9月6日～来年1月31日の毎月第1・3火曜日の午後1時半～3時半 ▼定員：成人40人 ▼締め切り：8月15日

手描友禅教室 とし：9月8日～来年1月26日の毎月第2・4木曜日の午後1時～4時 ▼定員：成人15人 ▼締め切り：8月15日  
「大和のお天気」のはなし とし：9月8日～12月8日の毎月第2木曜日の午前9時半～午前11時半 ▼定員：成人40人 ▼締め切り：8月15日

## 平城西公民館

〒630-0711  
初心者テニス教室（硬式） とし：9月4日～11月6日の日曜日の午前9時半～11時半。10回 ▼定員：20人 ▼締め切り：8月20日

## 登美ヶ丘南公民館

〒630-0715  
夏休み親子絵画教室（水彩画・油絵）とし：8月23日（火）～25日（木）。3回 ▼定員：小学生・中学生と保護者20人 ▼締め切り：8月12日

# 健康のコーナー

## 成人健康相談

医師が相談に応じます。  
成人病をはじめ、健康についての悩みのある人は気軽に相談してください。  
希望者には、血圧測定や検尿を行うほか、全員に健康手帳をお渡しします。  
▶とき…8月17日(木)午後1時半～4時 ▶ところ…市役所保健センター ▶対象…40歳以上の人とその家族 ▶申し込み…電話で同センターへ。

## 成人歯科健康相談

医師が相談に応じます。  
むし歯や歯槽膿漏、入れ歯などお口に関する心配ごとのある人は気軽に相談してください。  
▶とき…8月25日(木)午前10時～正午 ▶ところ…市役所保健センター ▶対象…40歳以上の人とその家族 ▶申し込み…電話で同センターへ。

## 母親教室

妊婦さん同士で楽しく過ごしませんか。  
▶対象…予定日が1・2月で原則として4回受講できる初妊婦45人 ▶申し込み…往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、出産予定日、「母親教室」希望と書いて8月20日までに市役所保健センターへ。多い場合は抽選。

| とき    | 内 容                | 時間    |
|-------|--------------------|-------|
| 2(金)  | 妊娠中のくらしかた          | 9:30  |
| 8(木)  | 妊娠中の歯の衛生・妊娠中のたべもの  | 12:00 |
| 16(金) | 楽なお産をするために         |       |
| 30(金) | 赤ちゃんの育てかた・産後のくらしかた |       |

※当日は母子手帳、筆記用具持参のこと

## 胃がん検診

検診車の巡回検診です。  
▶対象…35歳以上の人(妊婦は除く) ▶受診料…35～69歳は500円。70歳以上と生活保護・住民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を) ▶申し込み…電話で8月20日までに市役所衛生課または保健センターへ ▶受付時間…午前9時半～10時半。

| とき    | と ころ           |
|-------|----------------|
| 1(木)  | 秋篠台公民館         |
| 2(金)  | 二名公民館          |
| 5(月)  | 三雅小学校          |
| 9(金)  | 帝山荘<br>東之阪隣保館  |
| 12(月) | 水道局奈良板倉材管理事務所前 |
| 16(金) | 伏見南小学校         |
| 19(月) | 佐保小学校          |
| 21(水) | 奈良保健所          |
| 22(木) | 西奈良県民センター      |
| 30(金) | 市役所診療所前        |

## 乳がん検診

医療機関で受診できます。  
▶対象…30歳以上の女性 ▶受診料…400円。70歳以上と生活保護・住民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を) ▶申し込み…電話で市役所衛生課または保健センターへ。

## 毎月1回は乳がん自己検診を

乳がんは、がんの中でも自分で見たり触れたりする自己検診法で早期発見ができます。

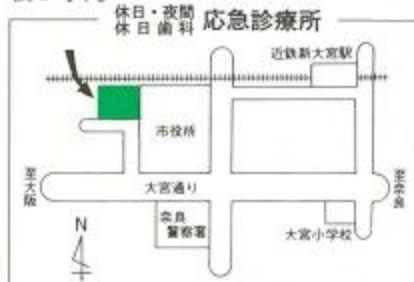
市役所保健センターでは奇数月に1回乳がん自己検診法講習会を開いています。ぜひ検診法をマスターしてください。問い合わせは同センターへ。

## 子宮がん検診

医療機関で受診できます。  
▶対象…30歳以上の女性 ▶受診料…頸がん検診のみは1,000円、あわせて体がん検診を受診する人は1,700円。70歳以上と生活保護・住民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を) ▶申し込み…電話で市役所衛生課または保健センターへ。

## 休日・夜間の急病診療

■休日・夜間応急診療所(二条大路南一丁目市役所西隣 ☎34-1228)  
▶診療科目…内科・小児科 ▶診療受付…休日＝毎休日・祝日午後零時半～6時半、夜間＝毎日午後9時半～翌朝5時半。  
▶休日・夜間応急診療所(二条大路南一丁目保健センター内 ☎34-3144)  
▶診療受付…毎休日・祝日午前9時半～午後3時半。



## 要注意！食中毒多発シーズン到来

例年7月～9月にかけて食中毒が多発し、家庭を原因とする食中毒も多数発生しています。原因の多くは、食品の加熱不足、台所・調理器具からの食品汚染、調理する人の手指からの食品汚染、調理後の長時間放置などによる食中毒菌の付着、増殖が要因になっています。食中毒多発シーズンをむかえ次のことに十分注意して健康な家庭を築きましょう。

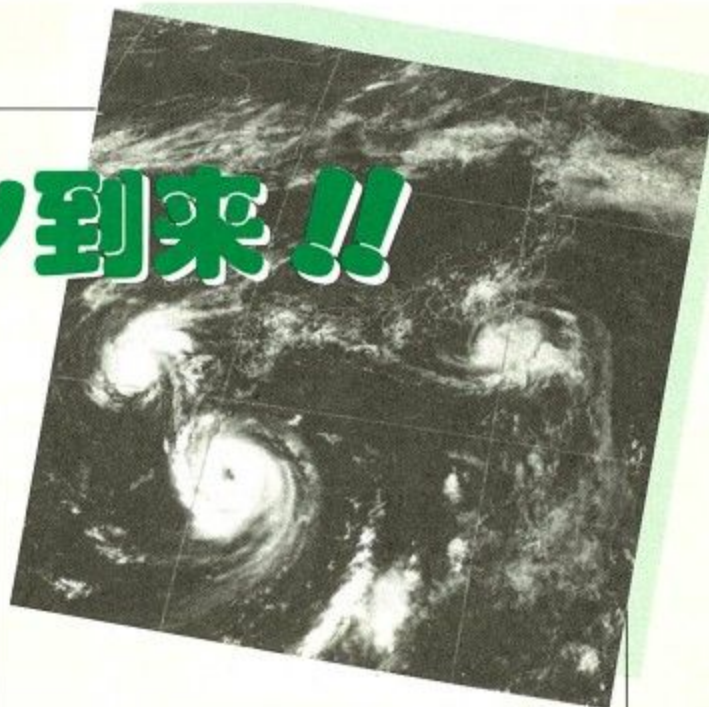
### 食中毒防止3原則は『清潔』『迅速』『加熱または冷却』

- ①食品の加熱調理は、中心部まで十分火をとおしましょう。
- ②まな板、包丁、ふきん、ボールはいつも清潔にしましょう。
- ③調理の前によく手を洗いましょう。
- ④冷蔵庫の温度は5℃以下に。
- ⑤ハエ、ゴキブリの駆除をしましょう。
- ⑥調理後、食べるまで長時間放置しないようにしましょう。



：おわびと訂正：  
7月15日号しみんだより3面の一般廃棄物処理業者、浄化槽清掃業者の表中で誤りがありましたので、訂正します。  
(下から11段目の住所)  
多聞町二一吉村3棟建→多聞町二一吉村3棟建南(下から2段目の業者名)  
オクモト管理サービス→オクモト管理サービス

# 台風シーズン到来!!



## 市内の避難所（所在地）

|                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 田原小・中学校（横田町）     | 平城小学校（秋篠町）         |
| 水間小学校（水間町）       | 平城中学校（秋篠町）         |
| 柳生小学校（柳生下町）      | 伏見小学校（菅原町）         |
| 柳生中学校（柳生町）       | 伏見中学校（西大寺野神町一丁目）   |
| 柳生公民館邑地分館（邑地町）   | 西大寺北小学校（西大寺赤田町一丁目） |
| 大柳生幼稚園（忍辱山町）     | 伏見南小学校（宝来五丁目）      |
| 大柳生小学校（大柳生町）     | 京西中学校（平松四丁目）       |
| 興東中学校（大柳生町）      | 六条小学校（六条二丁目）       |
| 相和小学校（須川町）       | あやめ池小学校（あやめ池南九丁目）  |
| 興東公民館狭川分館（下狭川町）  | 平城西小学校（東登美ヶ丘三丁目）   |
| 橋井小学校（橋井町）       | 登美ヶ丘中学校（東登美ヶ丘三丁目）  |
| 済美小学校（西木辻町）      | 鶴舞小学校（鶴舞東町）        |
| 春日中学校（西木辻町）      | 西部公民館（学園北二丁目）      |
| 済美南小学校（南京終町）     | 青和小学校（百楽園四丁目）      |
| 飛鳥小学校（紀寺町）       | 東登美ヶ丘小学校（東登美ヶ丘四丁目） |
| 飛鳥中学校（高畑町）       | 登美ヶ丘北中学校（北登美ヶ丘一丁目） |
| 鼓阪小学校（難司町）       | 登美ヶ丘小学校（西登美ヶ丘四丁目）  |
| 鼓阪北小学校（青山九丁目）    | 二名小学校（二名一丁目）       |
| 佐保小学校（法蓮町）       | 二名中学校（二名一丁目）       |
| 若草中学校（法蓮町）       | 富雄北小学校（富雄北一丁目）     |
| 佐保川小学校（法蓮町）      | 鳥見小学校（鳥見町三丁目）      |
| 一条高校（法華寺町）       | 三碓小学校（西千代ヶ丘一丁目）    |
| 大宮小学校（大宮町四丁目）    | 富雄中学校（三碓二丁目）       |
| 大安寺小学校（大安寺二丁目）   | 富雄第三小学校（帝塚山南二丁目）   |
| 大安寺西小学校（大安寺西一丁目） | 富雄南小学校（中町）         |
| 三笠中学校（三条川西町）     | 富雄南中学校（藤ノ木台一丁目）    |
| 東市小学校（古市町）       | 神功小学校（神功二丁目）       |
| 明治小学校（北永井町）      | 平城西中学校（神功二丁目）      |
| 都南中学校（南永井町）      | 右京小学校（右京四丁目）       |
| 辰市小学校（西九条町一丁目）   | 朱雀小学校（朱雀六丁目）       |
| 帯解小学校（柴屋町）       | 平城東中学校（朱雀六丁目）      |
| 精華小学校（高樋町）       | 左京小学校（左京三丁目）       |
| 都跡小学校（四条大路五丁目）   | 佐保台小学校（佐保台三丁目）     |
| 都跡中学校（柏木町）       |                    |

## 台風が来る前に

●家屋の点検：屋根や雨どい、窓ガラス、外壁のひびやはがれ、瓦のずれは補修し、飛ばされやすいものやプロパンガスボンベなどにも注意を。  
●避難時の非常用品の準備：懐中電灯やトランジスタラジオの

今年もそろそろ台風のことを心配する時期がやってきました。台風の進路や規模は、観測によってある程度予測ができますが、限界があるため予期せぬ大雨や強風の被害にあうこともまったくないとは言いきれません。本格的な台風シーズン到来の前に、一度家庭でも災害対策について話し合ってみてはいかがでしょうか。

予備電池の補充、飲料水や緊急食品のストックの確認を。マッチやロウソク、救急薬品などもすぐに持ち出せるようまとめておきましょう。  
●避難場所を確認：避難場所は、最寄りの市立小・中学校など67か所を指定しています。市の指示に従って利用してください。

## 台風のと

●安全確認をしつかりと：台風の心配がなくなると「ホッ」と気がゆるみがち。ケガをしないようにあと片付けをし、家のまわりの点検をしましょう。

## 台風が近づいたら

●正しい台風情報を知る：テレビやラジオで正しい情報入手し、防災関係機関の広報の指示に従い、あわてないように。  
●避難するとき：避難用具など必要最小限の荷物で避難。戸締りと火の始末も忘れずに。

## 編集後記

昨年は6個の台風が上陸。中でも台風13号は大型で九州を中心に大きな被害が発生しました。奈良市の世論調査では、住みごちがよいとする理由の上位に「災害が少ない」が毎年あがっています。「備えあれば、うれいなし」です。いざという時のために、わたしも避難所の確認と非常用具を用意しておこうと思っています。(S)