

2.1

1996/NO.817

奈良

しみんだより

市民のうごき(1月1日現在)



人口 361,696人
(前月比274人増)

男173,361人 女188,335人



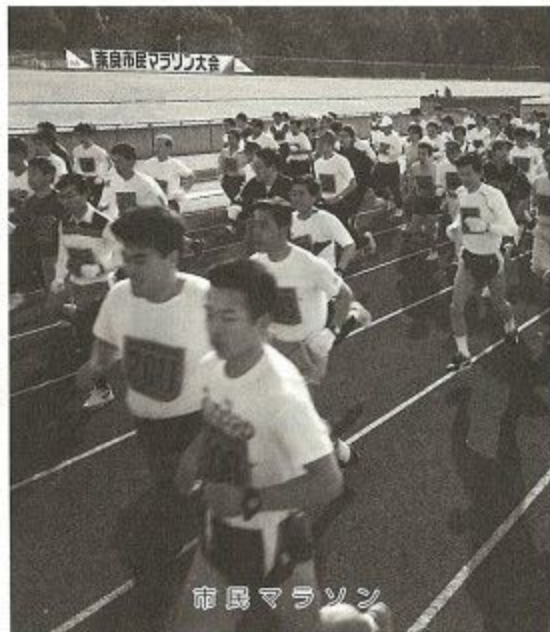
世帯数 128,757

▶ 犠牲者のめい福を祈り鎮魂の鐘



阪神淡路大震災から1年。大川市長、中村市議会議長、北尾市議会副議長、市内在住の被災者らが、犠牲者のめい福と1日も早い復興を祈り、1月17日、市庁舎屋上の「天平の鐘」を打ち鳴らしました。

池畔を取り囲んで色とりどりの水が一斉放水され、空を彩りました。



市民マラソン

2.1

1996/NO.817

- ニュース 2
- 奈良市民生児委員 4
- ならの花・ふるさとの行事を訪ねて 8
- サークル紹介・東西南北 9
- ママさん特派員レポート 10
- お知らせ 11

災害から市民の生命と財産を守ります

鴻ノ池運動公園で消防出初め式

市消防出初め式が一月八日、鴻ノ池運動公園（法蓮町）で行われ、消防職員・団員、婦人消防クラブ員ら約千二百人、消防車四十四台が出動しました。

人員報告のあと、大川市長は「一年前、阪神・淡路大震災では多くの人命と財産が奪われました。この経験から奈良市でも初動体制の迅速化を図っています。これからも市民の生命と財産、そして千三百年の歴史をもつ文化遺産を守るため尽力してください」と訓示。

続いて、知事・市長らが長年にわたり消防業務に精励してきた職員・団員百十二人を表彰し、観閲を行いました。また、職員が防火服、耐熱服、サリン事件でも使用された化学防護服などの消防活動特殊作業服を着用し、それぞれの説明が行われました。

最後に、鴻ノ池畔ではしご車を含む放水車両十一台、放水小型動力ポンプ十八台による一斉放水演習があり、赤、青、黄色などの色とりどりの水が放たれました。



訓示する大川市長

●ふれあいのまち奈良

奈良市の主な出来事や行事をお知らせします。
毎週木曜日 午後9:50~9:55
(再) 土曜日 午後8:55~9:00

●いきいきタウン

県内10市の話題をお届けします。
毎週土曜日 午後10:00~10:15
(再) 日曜日 午前11:45~正午

※放映時間については、変更される場合があります。

市政テレビ

TV

奈良テレビ放送 UHF 55

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かしましょう。

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。市民の創意で、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。

所得税、市・県民税の申告を

受け付けは2月16日～3月15日

平成7年分の所得税と市・県民税の申告の受け付けが2月16日から始まります。申告期限は3月15日ですが、期限間近になると会場は混雑しますので、申告はできるだけ早くしてください。

○配当所得があるため配当控除を受けることができる人。
○一定の通勤費・引越越し費用など、特定支出の額の合計が給与所得控除額を超える人。

【所得税の確定申告(税務署へ提出)をしななければならない人】
○事業収入のある人、不動産収入のある人、土地や建物を売った人で、平成7年中の所得金額の合計額が基礎控除、配偶者控除、扶養控除などの所得控除の合計額を超える人。

【市・県民税の申告(市役所へ提出)をしななければならない人】
○平成8年1月1日現在、奈良市内に住所のある人。
○奈良市内に住所はないが、市内に事務所、事業所または家屋敷を持っている人。

○サラリーマンで、給与の年収が2千万円を超える人、給与所得以外の所得金額が20万円を超える人、2か所以上から給与を受けている人。

○所得税の確定申告をした人。
○平成7年中の収入が給与のみで、勤務先から給与支払報告書を提出している人(勤務先で確認してください)。

【所得税の確定申告で所得税が還付されるサラリーマン】
○マイホームをローンなどで取得した人で、住宅取得等特別控除を受ける人。
○病気やけがなどで一定額以上の医療費を支払った人。
○災害や盗難などにより資産に損害を受けた場合や、やむを得

ない支出をした人。
○申告は自分で1年間の所得を計算して提出する制度です。1回に受け取る金額が少ない収入や、「働いた」「もうけた」という感覚が少ない収入でも「申告する必要がない」と早合点しないようにしてください。

【問い合わせ】所得税の確定申告は奈良税務署(☎01201)▼市・県民税の申告は市役所市民税課へ。西部公民館会場の期間中の問い合わせは(☎3696)へ。

●相談所を開きます

所得税の申告書の記入方法や計算についての無料相談所を左表のとおり開きます。相談には税理士が応じます。所得税確定申告の相談と受け付け、市・県民税の申告受け付けも左表のとおり。

所得税の確定申告と市・県民税の申告の受付

場 所	期 間	時 間
奈良税務署 (登大路町)	2月16日～ 3月15日	9:00～ 17:00
無料相談所	奈良市役所 (北棟6階)	2月16日 ～ 9:30
	西部公民館 (学園北二丁目)	3月13日 ～ 15:30
市・県民税の申告	奈良市役所 (北棟6階)	2月16日 ～ 8:30
	西部公民館 (学園北二丁目)	3月15日 ～ 17:15
	北部出張所 (右京一丁目)	2月20日 ・21日

【注意】①各会場とも土曜日と日曜日は休み。
②各会場とも来場者が多い場合には受け付けを早めに締め切る場合があります。

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7年1月1日から平成7年12月31日までの間に市内で千㎡以上の土地を取得した人 ▶申告納付期限…2月29日 ▶申告先…市役所資産税課へ

忘れていませんか?

ミニバイク・軽自動車等の変更手続きを

こんな時には
○市外に転居したとき
○人に譲ったとき
○廃車したとき
○盗難にあったとき
つぎの場所で問い合わせのうえ、住所変更(標識変更)等の手続きをしてください。

車 種	申 告 場 所
原動機付自転車 (125CC以下のバイク等)	市役所市民税課
軽自動車 (三輪車・四輪車)	軽自動車検査協会奈良事務所 (南京終町三丁目404☎02011)
二輪の小型自動車等 (125CCを超えるバイク)	奈良陸運支局 (南京終町二丁目322☎06435)

※平成8年度から軽自動車税の納期は、5月末日(従来4月末日)に変更されます。

困ったときのよき相談相手

(奈良市民生児童委員六二三名)

昨年12月1日付けで厚生大臣より委嘱されました奈良市民生・児童委員(任期3年)の委嘱状伝達式が12月5日、史跡文化センターで行われました。民生・児童委員は住民がかかえている生活上の諸問題や児童の健全な育成を図るため、地域住民のよき相談相手として社会福祉の増進を図る大切な役割を担っています。今回委嘱を受けたのはつぎの人です。(敬称略・順不同)

◀ 椿井地区 ▶

石田直一(上三条町)▽上川雅庸(東城戸町)▽末廣隆(下三条町)▽福田光男(餅飯殿町)▽狭川千鶴子(元林院町)▽浅岡貞夫(油阪地方町)▽松田銀四郎(椿井町)▽橋村維久子(今御門町)▽内山圭司(椿井町)▽西和子(角振町)▽赤井知代(登大路町)▽吉川慎一(北向町)▽中尾清司(西寺林町)▽飯田善之(三条町)▽佐原房子(三条町)▽植田隆(東向南町)

◀ 飛鳥地区 ▶

中村武男(高畑町)▽山田耕三(高畑町)▽岡崎輝子(南紀寺町五丁目)▽久野秀次(公納堂町)▽中尾政則(川之上突抜町)▽農澤武大(高畑町)▽奥田玉子(高畑町)▽佐長久美(東紀寺町一丁目)▽米田嘉宏(紀寺町)▽中谷良澄(西紀寺町)▽西村公秀(紀寺町)▽南畑昇(南紀寺町四丁目)▽辻村登志子(紀寺町)▽生嶋利子(紀寺町)▽藪良子(高畑町)▽吉田榮美子(紀寺町)▽

◀ 鼓阪地区 ▶

農澤雅子(白毫寺町)▽八木宗子(高畑町)▽奥進(高畑町)▽吉田英式(高畑町)▽桐原義一(東紀寺町二丁目)▽南井嘉幸(白毫寺町)▽武内良子(十輪院町)▽酒井宏和(不審ヶ辻子町)▽上手康弘(鶴町)▽桐山清子(高畑町)▽宮前富美子(東紀寺町三丁目)▽久保英雄(南紀寺町二丁目)▽平野いその(南紀寺町三丁目)▽米澤照代(南紀寺町一丁目)▽中尾アキ子(高畑町)▽黒木幸子(紀寺町)

扇田定子(川上町)▽松石康之亮(今在家町)▽楠田千之助(東笹鉾町)▽大橋貞子(押上町)▽丸谷君雄(東之阪町)▽伊藤春良(東之阪町)▽上堅道善(雜司町)▽外良實(東包水町)▽松嶋聖代(東之阪町)▽能勢勝夫(青山七丁目)▽松村一郎(東之阪町)▽横田シゲ子(雜司町)▽村井和昌(青山八丁目)▽田中清江(青山七丁目)▽村田伊代子(奈良阪町)▽渡邊良憲(北御門町)▽辻村好弘(今小路町)▽植田與八(奈良阪町)▽西幸夫(興善院町)▽植村泰子

◀ 佐保台地区 ▶

(般若寺町)▽山村けい子(東之阪町)▽谷田幸夫(東之阪町)▽木村禎男(手貝町)▽大林由美子(南半田東町)▽幾田武子(北御門町)▽岩井和子(奈良阪町)

藤原多恵子(佐保台三丁目)▽前田やよひ(佐保台三丁目)▽岡賢一(佐保台二丁目)▽早川美智子(佐保台三丁目)

◀ 濟美地区 ▶

上杉力(南京終町)▽南坊澄子(南中町)▽今井トシ子(肘塚町)▽岡田徳義(大森町)▽岩井宏彦(北京終町)▽中西正和(西木辻町)▽竹川雅成(中辻町)▽飯田温子(京終地方西側町)▽西林政次(元興寺町)▽吉川繁男(杉ヶ町)▽和田隆夫(大森町)▽稲田康次(西木辻町)▽中村維久子(西新屋町)▽岡本享子(南魚屋町)▽大江よし子(肘塚町)▽西田史都子(杉ヶ町)▽今中陽子(西木辻町)▽中田福之助(京終地方東側町)▽増森茂樹(東木辻町)▽藤井富美子(南京終町一丁目)▽山本頼利(西木辻町)▽中島千鶴子(南京終町)▽藤村幸司(南袋町)▽中川鈴枝(瓦堂町)▽塩井由男(南魚屋町)

◀ 濟美南地区 ▶

熊凝綾子(桂木町)▽岡本ミツエ(南京終町七丁目)▽岩本富志子(南京終町七丁目)▽坂井宏(南京終町二丁目)▽西井明子(南京終町五丁目)▽川上理子(南京終町四丁目)▽小幡睦子(桂木町)▽吉田勝亮(南京終町)▽田中幸子(南京終町三丁目)▽浅海純子(南京終町)

◀ 佐保地区 ▶

林昭子(奥芝町)▽南太郎(法蓮町)▽金澤洋子(法蓮町)▽河原ミナ子(法蓮町)▽上田年数(法蓮町)▽廣岡世い(法蓮町)▽脇田力男(法蓮町)▽長岡玲子(法蓮町)▽玉井吉文(北市町)▽田村美子(芝辻町)▽川辻富雄(法蓮町)▽関根美榮(法蓮町)▽阪原芳子(法蓮町)▽野崎善男(東向北町)▽井上正春(畑中町)▽八木富造(鍋屋町)▽三好英夫(西包水町)▽辻本昭夫(押小路町)▽田中義也(南半田中町)▽嶋田昌之(高天市町)▽鏡木益(半田開町)▽上垣博俊(北市町)▽島津幸男(北袋町)▽山中方ヨ子(半田開町)▽井田梅子(法蓮町)▽北條幹二(北小路町)▽岡原昌美(法蓮町)▽豊田元一(法蓮町)

◀ 大宮地区 ▶

裏川富則(大宮町三丁目)▽谷中カズエ(大宮町三丁目)▽吉井喜雄(大宮町一丁目)▽梶井亦蔵(大宮町二丁目)▽西田ミサヲ(大宮町一丁目)▽山本登美子(大宮町二丁目)▽植原敏子(大宮町二丁目)▽楠本八重子(三条大宮町)▽木村幸彦(西之阪町)▽谷口正浩(大宮町四丁目)▽榊森典子(三条大路一丁目)▽宮本慈代(三条添川町)▽武田政子(三条宮前町)▽藤原任人(大宮町一丁目)▽櫻井寛明(油阪町)▽西田貴美子(油阪町)▽北郷學(三条町)▽岡寄英子(大宮町四丁目)▽吉川健太郎(三条本町)▽岡田健一郎(三条大路一丁目)▽今中千枝子(大宮町二丁目)▽森勝義(大宮町四丁目)▽仲香和子(大宮町四丁目)▽大西圭子(大宮町三丁目)

佐保川地区

奥森一章(芝辻町三丁目)▽永井タツエ(芝辻町二丁目)▽福井清高(法蓮町)▽伊東美代子(法華寺町)▽塚本健司(法華寺町)▽竹田修(芝辻町一丁目)▽鈴木賢二(法華寺町)▽山本宏(佐紀町)▽久野陽子(法華寺町)▽小久保美紗子(芝辻町二丁目)▽木田好子(芝辻町三丁目)▽中嶋泰弘(法華寺町)▽長谷川透(法華寺町)▽島田正一(芝辻町三丁目)▽日首日出子(法華寺町)

都跡地区

永井四郎(四条大路三丁目)▽多田稔(佐紀町)▽福井富太郎(佐紀町)▽田村富美子(佐紀町)▽中川勝(佐紀町)▽米澤弘文(三条大路五丁目)▽増田圭司(二条大路南二丁目)▽白川政公(西ノ京町)▽吉川暉(四条大路四丁目)▽仲尾正行(尼辻西町)▽西口利夫(尼辻中町)▽澤田一弘(佐紀町)▽吉田せつ子(三条大路三丁目)▽高橋和代(三条大路四丁目)▽城本雅之(二条町一丁目)▽山本巳規男(二条町三丁目)▽久保美智子(四条大路二丁目)▽竹田柳子(四条大路五丁目)▽西澤勇(六条町)▽奥田和正(五条町)▽大川楯男(六条町)▽横田純子(柏木町)▽田嶋きぬ子(七条東町)▽河村充子(二条町一丁目)

六条地区

下口久美子(六条西四丁目)▽木井幸作(六条二丁目)▽喜多優(七条一丁目)▽樺田弘就(六条一丁目)▽佐々木秀雄(六条西三丁目)▽西田至圭信(六条西

三丁目)▽西川雄資(七条西町一丁目)▽富山高保(五条二丁目)▽川合悦男(六条一丁目)▽富士原恵美子(六条西二丁目)▽後藤昌久(六条三丁目)▽田花嘉則(五条三丁目)▽稲垣清滋(五条西二丁目)▽児島孝夫(赤膚町)▽松田清(六条一丁目)▽木村道子(六条西一丁目)▽吉川和(六条緑町二丁目)▽阪部華子(六条西五丁目)▽佐藤隆夫(六条西六丁目)▽御宮司良一(七条一丁目)▽北川時男(七条一丁目)▽山本茂久(七条西町一丁目)▽坂口清(六条西四丁目)▽谷本たかを(六条西四丁目)▽西岡保(六条一丁目)▽藤井達子(六条緑町二丁目)

大安寺地区

大西良弘(大安寺四丁目)▽西口讓一(八条一丁目)▽東井嘉信(八条一丁目)▽梶本慶(大安寺六丁目)▽今西常子(大安寺四丁目)▽米田忠(大安寺七丁目)▽大西岩次(大安寺四丁目)▽市川將(大安寺二丁目)▽大西敏成(大安寺二丁目)▽武野美知子(大安寺四丁目)▽熊木きく子(大安寺五丁目)▽市川ゆかり(大安寺七丁目)▽楠木仁子(大安寺五丁目)

大安寺西地区

谷川節子(三条松町)▽稲留トシエ(四条大路南町)▽増井満利子(恋の窪二丁目)▽中井久子(四条大路一丁目)▽岡本絢子(恋の窪三丁目)▽泉きぬ子(三条松町)▽久保田ヤヨミ(大森西町)▽田村英子(三条栄町)▽丸尾萬智子(三条川西町)▽岡田多喜子(三条松町)▽田中和子(恋の窪二丁目)▽辻圭子

(恋の窪東町)▽久萬那枝(四条大路一丁目)▽立石悦子(恋の窪二丁目)

東市地区

梶田増藏(古市町)▽古川橋雄(古市町)▽中井澗(古市町)▽久堀周子(横井町)▽藤本一雄(古市町)▽南畑光男(古市町)▽藤本米子(古市町)▽中西治好(古市町)▽松本勇(古市町)▽増田一(古市町)▽松石忠孝(八島町)▽藤本儀信(古市町)▽吉田良秋(古市町)▽中村正治(古市町)▽鳴川悦子(古市町)▽木本馨(鹿野園町)▽石野節子(古市町)▽西岡小夜子(古市町)▽川本京子(古市町)▽吉田勝美(北水井町)▽浅田耕夫(藤原町)▽山下恵子(古市町)▽福井克己(横井町)▽大門裕子(藤原町)▽岩崎洋子(横井町)

明治地区

喜多靖郎(神殿町)▽喜多重信(南水井町)▽坂井マサ子(南水井町)▽岡本重幸(神殿町)▽竹村義光(南水井町)▽大西善和(出屋敷町)▽桐山政雄(北之庄町)▽出口嘉子(神殿町)▽辰巳雅則(北水井町)▽古川貞男(南水井町)▽藤次弘(北水井町)▽齋藤由紀子(神殿町)▽好川健二(神殿町)▽西田壽子(神殿町)

辰市地区

松田憲二(杏町)▽東雲晃(杏町)▽荒井達雄(東九条町)▽柳好知(西九条町)▽澤井欽幸(杏町)▽大森通夫(東九条町)▽坂本正文(杏町)▽山田壽美子(東九条町)▽小橋京(東九条町)

▽山本満治(東九条町)▽杉浦清(東九条町)▽森本孝(東九条町)▽長谷美三雄(東九条町)▽松村武(東九条町)▽堀井尚子(西九条町)▽久堀敏(杏町)▽木野下克己(東九条町)▽古田太三(東九条町)▽田中貞夫(東九条町)▽米原綾子(東九条町)

帯解地区

浅井正晴(今市町)▽山崎義之(今市町)▽牧田統(山町)▽内藤直子(池田町)▽永井薫(今市町)▽鈴木啓之(柴屋町)▽中原直一(山町)▽堀川嘉次(窪之庄町)▽鳥居昌野(田中町)▽高原正矩(田中町)

精華地区

裏野秀嗣(米谷町)▽辻本新一郎(高樋町)▽谷野惣治(北椿尾町)▽吉本勲(中畑町)▽橋本房子(菩提山町)▽榮崎美恵子(高樋町)

平城地区

藤川俊治(山陵町)▽寺田須英子(中山町)▽森田順子(秋篠三和町一丁目)▽泉谷育男(山陵町)▽磯島玲子(秋篠町)▽岡島たみ子(歌姫町)▽梶岡健次郎(秋篠町)▽時田璋子(敷島町二丁目)▽西口清司(山陵町)▽大島谷博之(中山町)▽木村孝照(秋篠町)▽山口清晴(秋篠町)▽福島仍(秋篠町)▽笹尾正道(押熊町)▽相馬明美(秋篠早月町)▽冷水紀子(秋篠早月町)▽米澤美代子(押熊町)▽吉田俊章(中山町)▽松谷彰久(秋篠三和町一丁目)▽藏本信雄(山陵町)▽太田克子(山陵町)▽富村

ヌイ(敷島町二丁目)▽梶谷昭子(秋篠三和町一丁目)▽廣岡喜夫(中山町)▽川井恵美子(山陵町)▽山本真弓(歌姫町)

〈伏見地区〉

岩井勇(西大寺新田町)▽平矢はつ子(西大寺芝町二丁目)▽岩田ユキ子(西大寺芝町一丁目)▽中西正夫(正田町一丁目)▽日下部昌子(若葉台二丁目)▽前田孝夫(青野町)▽桂善三郎(正田町三丁目)▽澤辺三郎(西大寺小坊町)▽中岡登(正田町五丁目)▽森本忠一(西大寺南町)▽真辻信子(西大寺野神町二丁目)▽和田雅子(西大寺国見町二丁目)▽玉置和子(若葉台四丁目)▽吉松千恵子(菅原町)▽今中正夫(西大寺野神町一丁目)▽齋藤佳代(西大寺国見町一丁目)▽山岸清太郎(西大寺国見町一丁目)▽原田正雄(菅原町)▽中川志鶴子(菅原町)▽小澤健一(若葉台三丁目)▽中西ヒサ子(正田町二丁目)▽武田光代(西大寺野神町二丁目)

〈伏見南地区〉

浦西正夫(平松一丁目)▽山田良子(平松二丁目)▽河井文子(平松三丁目)▽米良祝子(平松五丁目)▽向山楢二(宝来二丁目)▽吉村昭年(宝来三丁目)▽藤岡清(宝来四丁目)▽柳吉房子(平松四丁目)▽中意運(五条畑一丁目)▽上田米子(五条一丁目)▽歌川修(宝来一丁目)▽小川恵子(平松三丁目)

〈西大寺北地区〉

藤村俊彦(西大寺新町二丁目)▽西本

キヌエ(西大寺東町二丁目)▽上田セツ子(西大寺赤田町二丁目)▽坪井澄郎(西大寺宝ヶ丘)▽田中眞知子(西大寺新池町)▽榎芳子(西大寺北町三丁目)▽村田武子(西大寺新町一丁目)▽辻義忠(西大寺本町)▽飯田順子(西大寺北町一丁目)▽山口和男(西大寺新町一丁目)▽岡田昇(西大寺宝ヶ丘)▽笹岡佳世子(西大寺本町)

〈あやめ池地区〉

魚谷嘉明(あやめ池南四丁目)▽大西幸子(あやめ池南二丁目)▽天野スミ子(あやめ池北三丁目)▽森本義隆(あやめ池南一丁目)▽亀山節子(あやめ池南五丁目)▽大橋學(あやめ池北二丁目)▽河野敬子(あやめ池南六丁目)▽花森正子(あやめ池南七丁目)▽山崎啓子(あやめ池南八丁目)▽伊藤草子(あやめ池南五丁目)

〈学園北地区〉

山本和子(学園北二丁目)▽野邊セツ子(登美ヶ丘二丁目)▽島岡成子(登美ヶ丘一丁目)

〈鶴舞地区〉

竹村弘(鶴舞東町)▽小山次子(鶴舞東町)▽吉村勇(学園朝日元町二丁目)▽生水正男(学園朝日町)▽軽部美智子(学園朝日町)▽竜田和子(鶴舞東町)▽安喜順子(学園朝日元町一丁目)▽鈴木和子(鶴舞東町)▽牛谷志保子(学園朝日元町二丁目)▽二神さち子(鶴舞東町)▽藤田佳壽子(鶴舞東町)▽大倉多恵(学園朝日元町一丁目)▽富澤幸代

(学園朝日元町一丁目)▽竹内輝美(学園朝日町)

〈学園南地区〉

熊澤信(学園南一丁目)▽松岡敏夫(学園南三丁目)▽井上生子(学園南三丁目)▽兼松佳子(学園南二丁目)▽豊田修郎(学園南二丁目)▽安藤延(学園南二丁目)

〈学園三碓地区〉

田村仁(西千代ヶ丘一丁目)▽岩中英子(学園大和町一丁目)▽難波俊子(学園大和町四丁目)▽北出博子(学園大和町二丁目)▽八木怜子(学園大和町五丁目)▽荒川ひろみ(西千代ヶ丘二丁目)▽高城公子(学園大和町三丁目)▽橋本豊(三碓町)▽川上志郎(三碓一丁目)▽小野啓子(学園大和町二丁目)▽上田福子(三碓五丁目)▽石井泰子(学園大和町五丁目)▽榎原昌子(西千代ヶ丘三丁目)▽大野都(三碓一丁目)▽山口和枝(三碓町)

〈登美ヶ丘地区〉

中島勝利(中登美ヶ丘一丁目)▽山本悦子(登美ヶ丘二丁目)▽嶋津英夫(西登美ヶ丘二丁目)▽工藤益子(西登美ヶ丘四丁目)▽安井玲子(西登美ヶ丘二丁目)▽大畑憲造(西登美ヶ丘三丁目)▽土屋あや子(中登美ヶ丘一丁目)▽大野純豊(松陽台一丁目)▽田仲宏(中登美ヶ丘一丁目)▽栗山和義(登美ヶ丘三丁目)▽藤田渺子(松陽台二丁目)▽村田知子(中登美ヶ丘一丁目)▽白石雅紀(中登美ヶ丘一丁目)▽植田寛(中登美

ヶ丘一丁目)▽岩井慶子(西登美ヶ丘二丁目)▽佐藤彪(中登美ヶ丘一丁目)▽増谷節子(中登美ヶ丘一丁目)▽杉本文子(中登美ヶ丘二丁目)▽田頭光世(中登美ヶ丘一丁目)▽坂本京子(西登美ヶ丘二丁目)▽片山小夜(中登美ヶ丘一丁目)

〈富雄北地区〉

佐々木治(三松一丁目)▽藪ノ内義子(富雄元町一丁目)▽奥村裕茂(三松三丁目)▽金森英枝(富雄北三丁目)▽宮崎惇子(富雄元町一丁目)▽向山忠信(富雄北一丁目)▽砂野秀碩(富雄元町三丁目)▽玉利三重子(富雄北一丁目)▽國分節子(富雄川西一丁目)▽近藤千恵子(富雄北一丁目)▽有山初枝(富雄川西一丁目)▽平井親司(学園中四丁目)▽細川俊弘(富雄北二丁目)▽鈴木美紗子(富雄北三丁目)▽宮西隆雄(富雄元町四丁目)▽上城戸栄子(富雄元町一丁目)

〈富雄南地区〉

今仲忠男(大和田町)▽依元紀美子(菅野台)▽今中やす江(石木町)▽渡邊茂春(藤ノ木台二丁目)▽脇坂久一(中町)▽北川淑子(中町)▽上林政子(藤ノ木台二丁目)▽安田弘繼(中町)▽亀田啓子(中町)▽坂本好延(中町)▽玉置幸子(藤ノ木台三丁目)▽津田忠徳(学園中一丁目)▽堀部禰美江(藤ノ木台二丁目)▽向平次子(藤ノ木台四丁目)▽中村陽子(千代ヶ丘一丁目)▽松本光司(千代ヶ丘二丁目)▽富岡進(千代ヶ丘三丁目)▽木村克(中町)▽藤本文夫(石木町)▽富田正則(丸山一丁目)

▽樋口明治(丸山二丁目)▽津田善弘(学園中一丁目)

富雄第三地区

川村太郎(帝塚山五丁目)▽大久保公子(帝塚山六丁目)▽宮本惠美子(帝塚山六丁目)▽岡野三郎(帝塚山南一丁目)▽岡本幸子(帝塚山南二丁目)▽吉田耕子(帝塚山中町)▽梶光子(帝塚山二丁目)▽小川ヒロミ(富雄泉ヶ丘)▽菊池紀美子(帝塚山三丁目)▽柳澤千恵(帝塚山一丁目)▽瀧澤慶子(帝塚山南三丁目)▽阪井良子(帝塚山南四丁目)▽高坂正意(帝塚山南五丁目)▽堀規世(帝塚山一丁目)

鳥見地区

北野悦子(鳥見町四丁目)▽北野津屋子(鳥見町三丁目)▽木下奈乙江(鳥見町二丁目)▽夏目昭夫(富雄川西一丁目)▽黒田玲子(鳥見町二丁目)▽田中敦子(鳥見町四丁目)▽三戸良子(鳥見町一丁目)▽山野満子(鳥見町三丁目)▽田中佐代子(鳥見町四丁目)▽鳥津和子(鳥見町四丁目)▽古田道子(鳥見町四丁目)▽永田明(鳥見町四丁目)

二名地区

清水達郎(西登美ヶ丘五丁目)▽金原八重子(西登美ヶ丘八丁目)▽伊藤文子(西登美ヶ丘六丁目)▽極里久菜(西登美ヶ丘八丁目)▽田中逸夫(二名一丁目)▽小林洋子(二名二丁目)▽森田功(二名三丁目)▽泉野聡子(松陽台三丁目)▽奥村強(大淵町)▽稲葉陽子(西登美ヶ丘六丁目)▽西浦弘子(西登美ヶ丘七丁目)▽大木博(二名平野一丁目)

丘七丁目)▽大木博(二名平野一丁目)

青和地区

本田正文(学園新田町)▽中村弘治(百楽園一丁目)▽震明貞子(学園北一丁目)▽西山ミサ(鶴舞西町)▽梅谷弥生(鶴舞西町)▽杉本康男(学園赤松町)▽塩谷典子(学園緑ヶ丘三丁目)▽芳澤典太(鶴舞西町)▽山田三千子(南登美ヶ丘)▽中本ますゑ(南登美ヶ丘)▽徳村定男(百楽園三丁目)▽岡部暁(百楽園五丁目)▽多田滋(百楽園二丁目)▽大上賀津子(学園緑ヶ丘二丁目)▽藤芳枝(学園緑ヶ丘三丁目)

平城西地区

粟井茂(中山町西三丁目)▽永廣真太郎(朝日町一丁目)▽福井庄一(中山町西四丁目)▽小林輝生(中山町西二丁目)▽宮坂節子(中山町西四丁目)▽左官敏一(中山町西三丁目)▽山本典之(朝日町二丁目)▽木村茂代(朝日町二丁目)

東登美ヶ丘地区

吉川昌三(東登美ヶ丘四丁目)▽永通富美子(東登美ヶ丘一丁目)▽智恵厚子(中登美ヶ丘二丁目)▽青山正義(北登美ヶ丘四丁目)▽濱本惠美子(登美ヶ丘四丁目)▽守田博乙(登美ヶ丘五丁目)▽竹村昭夫(登美ヶ丘六丁目)▽大湊博子(東登美ヶ丘二丁目)▽高橋澄子(東登美ヶ丘五丁目)▽鳥初子(東登美ヶ丘六丁目)▽鎗山星一(北登美ヶ丘二丁目)▽坂田初音(東登美ヶ丘四丁目)

田原地区

井岡次男(誓多林町)▽大東好子(和田町)▽岡井稻郎(茗荷町)▽城森磐(日笠町)▽中西一男(水間町)▽廣岡ミエ子(茗荷町)▽西窪勉子(袖ノ川町)▽小垣勝彦(矢田原町)

柳生地区

畑中孝造(柳生下町)▽巽好文(丹生町)▽吉田忠直(柳生町)▽筒井一雄(興ヶ原町)▽東等幸雄(邑地町)▽辰己敏行(大保町)▽中根義雄(北野山町)▽武野光子(柳生下町)▽上中文重(興ヶ原町)

大柳生地区

中西好子(大柳生町)▽谷手芳秀(大平尾町)▽太田延秋(阪原町)▽大谷照次(大慈仙町)▽倉田善正(大柳生町)▽窪田勇(大柳生町)▽桐畑敏男(忍辱山町)▽城戸康視(阪原町)▽山岡佳津子(阪原町)

東里地区

和井田松太郎(東鳴川町)▽宮狭武(須川町)▽松岡喜信(須川町)▽池田民子(北村町)▽中野豊(生疏里町)▽井岡育子(須川町)

狭川地区

今井修(狭川両町)▽半田悦子(西狭川町)▽中昌春(下狭川町)▽上嶋實(下狭川町)▽中則子(下狭川町)

神功地区

宮地厚子(神功三丁目)▽前川玲子(神功二丁目)▽藤尾房江(神功二丁目)▽堀井千代(神功四丁目)▽河本惠子(神功一丁目)▽鈴木悦子(神功五丁目)

右京地区

大山美寿栄(右京四丁目)▽赤坐右一(右京五丁目)▽杉本佳子(右京三丁目)▽原田啓子(右京三丁目)▽小河律子(右京四丁目)▽服部純世(右京四丁目)▽谷口澤子(右京五丁目)▽森村和枝(右京三丁目)

朱雀地区

中村實(朱雀五丁目)▽板倉昌範(朱雀三丁目)▽塩見馨(朱雀六丁目)▽奥宮美恵子(朱雀四丁目)▽小山寛子(朱雀五丁目)▽古川千鶴子(朱雀一丁目)▽友納朝夏(朱雀二丁目)▽新保圭子(朱雀三丁目)▽山下雄司(朱雀五丁目)▽北弘次(朱雀四丁目)▽咲間千恵子(朱雀二丁目)

左京地区

岡田幸子(左京二丁目)▽藤井惠美子(左京三丁目)▽辻悟(左京一丁目)▽荻野末子(左京三丁目)▽今澤悠紀枝(左京四丁目)▽滝木千恵子(左京二丁目)▽中村優子(左京二丁目)

サークル

朱雀俳句会

「日頃の感動を自分の思いとして残しませんか」



平成七年一月からスタートした俳句サークルで、現在会員は男性一人、女性七人の八人。五十代後半から七十代前半の主婦を中心に明るく楽しい活動をしています。

俳句は年をとっても勉強でき、「五七五」の十七文字の中にさまざまな思いを凝縮しています。生活している中でふと浮かぶ瞬間があり、考えるうちに普段見過ごしてきたものに気づいたり、いろいろな面で視野が広がります。

句会では自作の句を五句提出し、作者名は伏せて鑑賞します。そして、先生の解説やアドバイスを交え、歌われた情景を思い浮かべ、作者の心を読みとり一句一句を味わいます。そこで自分の句が選ば

れると次も作ろうという意欲が湧いてきます。

会員の間でも「四季のことや漢字のことが良く分かるようになり辞書を引くのがうまくなった」、「頭の体操になり老化防止にも効果がある」、「若々しい感性を要求され、気持ち若くなった」というような意見も聞かれ、一年に一回作品発表会をしようかという計画も出ています。

自分の身の回りの自然を「五七五」に並べてみようと思われる人は気軽に連絡してください。初心者大歓迎です。散策したり歩くのが楽しくなりますよ。

句会は月一回、第一土曜日午後一時から四時に若草公民館で。

連絡先 南 ☎05714

北東 西南

●奈良ゾンタクラブ チャリティーバザー

とき：2月18日(日)午前11時～午後3時 ▼ところ：奈良マーチャントシードセンター(橋本町) ▼問い合わせ：国際ゾンタ奈良ゾンタクラブの泉谷さん ☎03466

※収益金は社会福祉のために寄付します。

●遊びと冒険の夢工房

遊びや作業をおして自然や他人への思いやり、友情を育みます。

期間：平成8年4月～平成9年3月まで ▼内容：農耕、クワフト、キャンプなど ▼対象：小学1年生から中学3年生までの男女60人 ▼費用：年額2万5千円(活動費用、傷害保険料等を含む) ▼申し込み：2月20日までに、はがきに「夢工房参加申し込み」と明記のうえ、住所、氏名、電話番号、年齢、性別、学校名、学年を書いて平城児童センター(〒630歌姫町一〇〇〇) ☎02716へ。くわしいことは、同センターへ。

とき：2月24日(日)第1部11時～午後2時、第2部11時～午後6時(2時間10分) ▼ところ：生駒市コミュニティセンター(生駒市本町) ▼上映映画：ガイアシンフォニー(地球交響曲)第2番。

とき：2月24日(日)第1部11時～午後2時、第2部11時～午後6時(2時間10分) ▼ところ：生駒市コミュニティセンター(生駒市本町) ▼上映映画：ガイアシンフォニー(地球交響曲)第2番。

●ガイアシンフォニー (地球交響曲) 第二番上映会

(助社会教育財団が映画会を開きます)

とき：3月22日(金)夜12時(火)車中2泊現地2泊 ▼行き先：長野県・戸狩スキー場 ▼参加料：4万2千円 ▼定員：小学3年生～中学3年生40人 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、生年月日、学年、電話番号を書いて2月20日までに同協会(〒630法蓮町一七二六) ☎000411午後1時～5時)へ。多い場合は抽選。

●県司法書士会の 相続登記等無料相談会

相続登記や会社の資本金増資等登記手続きについて県司法書士会が無料相談会を開きます。

とき：3月2日(土)午後1時～4時 ▼ところ：県文化会館(登大路町) ▼内容：相続登記、株式会社・有限会社の最低資本金クリアについての、その他の登記について ▼申し込み：不要。当日直接会場へ。くわしいは同会 ☎06677

●ユースホテル協会 スキースクール

ユースホテル協会市支部が





ママさん 特派員 レポート

和田町
大谷 華代子さん



あたたかい調べが流れるまちづくり

音楽療法士養成講座始まる

みなさんは、ふと流れてきた音楽に出会った時、忘れていたある日の出来事を鮮明に思い出したり、とてもイライラした時、音楽を聞いてリラックスできた経験はありませんか。奈良市では、この音楽の持つ不思議な力を活用する音楽療法を、福祉にとり入れるために、音楽療法士の養成に取り組みははじめました。今回は、この音楽療法についてレポートします。

まず、音楽療法とは何なのか、奈良市音楽療法士養成コース運営委員会委員長の大前哲彦大阪音楽大学教授にお話を伺いました。

大前教授によると「音楽には、言葉では届かない心の内面に働きかける力があります。この力を活用して高齢者や病人、心身

障害児・者に、心の豊かさや精神の健康をもたらすことができます。また、音楽を通して、適度な刺激を脳に与えることにより、心身の発達を促進し、老化による障害の予防・改善の他、ストレスの緩和や解消などにも役立ちます。具体的には、障害を持つ人たちのリハビリテーションの手段として、市内の関係施設などで、音楽療法が行われ

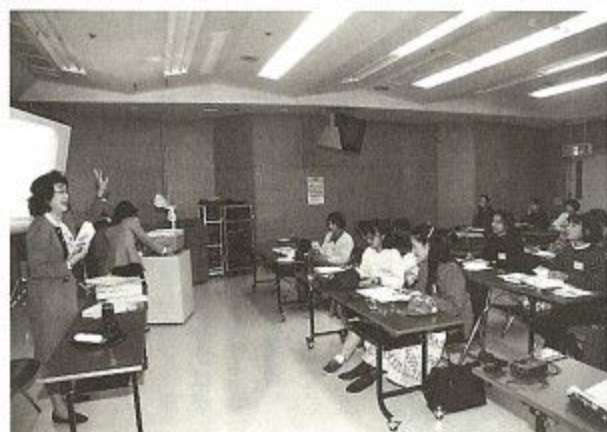


音楽療法について語る大前哲彦教授

ます。また、寝たきりの高齢者の機能回復や痴呆の予防や進行の抑制のために、老人ホームなどの施設においても実施されます。さらに、平成十年度開設予定のシルバー健康センターにおいて、音楽療法の実践・研究の拠点として、音楽療法研究所が設置される予定になっていきます。このように、市では、今後音楽療法を積極的に、福祉行政にとり入れていく方向だそうです。

さて、このようにさまざままな効果の期待される音楽療法ですが、残念なことに日本ではまだ、国家資格制度といったものが確立されていません。そこで、市では地方自治体として全国で初めて、音楽療法士の養成に取り組みははじめたわけですね。昨年の夏、定員の十一倍以上の競争率の中から、厳しい審査を突破された音楽療法士養成コース十五人、アシスタントコース十二人の受講生のみなさんが、現在、来年三月の卒業をめざし勉強されています。養成講座では、長年の実践・研究により日本の音楽療法の基礎を築いてきた人たちははじめ、欧米先進諸国からも講師を招いて、講義いただいているそうです。

受講生のみなさんは、年齢も経歴も全く異なる人たちなので



實行子さんの講義を受ける受講生のみなさん

ですが、どの人も熱心に受講されています。受講生の一人は「今、一生懸命勉強して、体で感じとっているところです」と熱っばいままで語ってくれました。

ところで、先日、音声館主催のシルバーコーラス教室にお邪魔する機会がありました。シルバーとはいいながらも、歌声はとて若々しく、みなさんおしゃれでお美しく、年齢よりとても若く感じられました。みんなと一緒に歌ったり、リズムに合わせて体を動かしたりといった、日々の音楽活動が、心の若さを生み出している秘訣でしょうか。コーラスに参加することが、ストレスの解消に役立ち、

リラックスできることにつながるの、とてもすばらしいことだと感じました。

音楽療法は、実際に心身に障害のある人や痴呆症のお年寄りだけに必要なのではありません。現代社会において、何らかのストレスを感じている人たち（不登校生や心因性疾患のある方）にも、その効果が期待できるものだとも言われています。

これらの取り組みは、全国に先がけて、市がおこなっているものです。奈良市の文化や歴史を背景にしながら、市民の多様な福祉のニーズに応えられる音楽療法が、今後、ますます発展していくことを期待したいと思います。そして、音楽療法が奈良市を発信基地として全国へと大きく広がっていくことも切に願っています。



楽しく歌うシルバーコーラスのメンバー

行政

新しい用途地域が 4月1日から施行

平成4年6月、用途地域制度を定める都市計画法および建築基準法の一部改正され、用途地域の種類が8種類から12種類に細分化されました。また、各用途地域において建築することのできる建築物の用途についても見直しが行われました。

県、市では、用途地域制度の改正に伴い、新しい用途地域に指定替えを行うための検討作業と都市計画手続きを進めてきました。このたび、これらの手続きが終わり今年4月1日に計画決定されることになり、同日より新用途地域を施行し改正法に基づく建築規制等を適用することとなります。

今後とも、よりよいまちづくりのため、ご理解とご協力をお願いします。

▼問い合わせ：県都市計画課(☎21101)、市役所計画課

市営住宅の入居者を募集

募集団地：第18号市営住宅(六条西一丁目2番)の第一種住宅2戸・第二種住宅2戸、第20号市営住宅(松陽台一丁目)の第一種住宅2戸

▼申し込み：受付は2月19・20・21日で抽選は22日。申込書は市役所住宅管理課、西部・北部出張所で2月13日～21日に渡ります。

くわしくは市役所住宅管理課へ。

奈良県最低賃金とは

最低賃金は、最低賃金法に基づいて決定されるもので、県内の全産業に適用される「奈良県最低賃金(地域別最低賃金)」と特定の産業に適用される「産業別最低賃金」とがあります。原則として常用、臨時、パートタイマーなどすべての労働者に適用されます。

使用者は、適用される最低賃金などを周知するとともに、必ずこの金額以上の賃金を支払わなければなりません。

くわしくは奈良労働基準局賃金課(☎1102)または奈良労働基準監督署(☎0435)へ。

	日額	時間額
奈良県最低賃金	4,746円	595円
産業別最低賃金	一般機械器具製造業	5,468円
	電機関係製造業	5,466円
	自動車小売業	5,518円
	木材・家具・木製製品・木製装具製造業	6,527円

県消費生活モニター募集

平成8年度の県消費生活モニターを次のように募集します。

応募資格：満20歳以上(平成8年4月1日現在)で消費者問題、物価問題に関心を持ち、日常の買い物を自分でしている人 ▼募集人数：19人 ▼主な仕事：定期的(毎月)または随時に(1)小売価格についての調査および需給状況調査 (2)特別調査および消費者問題、物価問題に対する意見などの提出

(3)消費者問題に関する情報収集および提供 ▼任期：来年3月31日 ▼申し込み：はがきに住所、氏名、ふりがな、性別、生年月日、年齢、電話番号、応募の理由を書いて2月23日までに必着で市役所商工労政課へ。

図書館休館のお知らせ

中央・西部両図書館は図書整理のため2月16日(金)～29日(木)まで休館します。

催し・教室

西老春の家

〒830-0315 西老春一丁目九一三

高齢者福祉講座 とき：2月20日(火)午後1時から ▼対象：市在住の60歳以上の200人 ▼テーマ：「中国ボランティアの旅」 ▼講師：奈良家裁調停委員の安田順恵さん ▼申し込み：不要。当日直接会場へ。

サン・アビリティーズ奈良

〒830-0775 FAX 0773

ふれあい卓球大会 とき：2月25日(日)午前10時～午後3時 ▼対象：中学生以上の身体障害者と健常者30人 ▼持ち物：体育館用靴、タオル、昼食など ▼申し込み：はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、障害の有無・種別、中級または初級の別級を書いて2月18日までに同センターへ。



はがき1枚に1人限り。電話も可。なお中級者は過去に卓球クラブに所属していた人または現在週2回以上卓球をしている人。初級者はそれ以外の人。

音声館

〒630-7700 鳴川町三三一

第八回大和の芸能大和の調べ

「東大寺二月堂お水取り」 春を呼ぶ行事「お水取り」は、国家の安泰と人々の幸せを祈り行われる二月堂修二会の行事です。「おたいまつ」をはじめ、2週間にわたる行法についての講演会です。



とき：2月27日(火)午後2時～3時半 ▼講師：東大寺管長の平岡定海さん ▼定員：90人 ▼締め切り：2月14日 第九回大和の芸能大和の調べ

奈良時代の人たちの浄土観 一声明・悔過法要から見てー 大きなたいまつを振り回したり、観客に向かってほうり投げたりする鬼追いの儀式で有名な薬師寺花会式についての講演会です。

とき：3月6日(水)午後2時～3時半 ▼講師：薬師寺副住職の松久保秀胤さん ▼定員：90人 ▼締め切り：2月16日 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名(返信用にも)、年齢、電話番号を書いて同館へ。各締め切り日の消印有効。1人につき1枚限り。

2月15日～29日は国民健康保険料第9期分の納期です。国保はみなさんの保険料でささえられています。

ならまち歴史 ふれあいウォーク

講演会とウォークの2部構成でならまちの魅力にふれます。今回は、ならまちの貴重な歴史的遺産の一つ名勝旧大乘院庭園が主なテーマです。

とき：2月28

日(休)午前10時～午後3時。雨天

決行 ▼ところ

：ならまちセンター

ター(東寺林町)

集合 ▼内容：

1部Ⅱミニ講演

「名勝旧大乘院庭園について」、2部Ⅱ見学会(名勝旧大乘院庭園→福智院→今西家書院)

▼参加料：2千円(昼食代等) ▼定

員：30人 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて2月20日までに必着でならまち振興財団ふれあいウォーク係(〒630井上町十一 ☎01820)へ。はがき1枚に1人限り。



応急手当普及講習会

「大切な命を救うのはあなたです」人工呼吸や心臓マッサージなどの応急手当を覚えてもらおうと講習会を開きます。

とき：2月14日(休)・25日(日)いずれも午後1時～4時 ▼ところ：防災センター(八条五丁目) ▼定員：30人

▼内容：心肺蘇生法、大出血時の止血法 ▼受講料：無料 ▼申し込み：講

習会実施の前日までによりの消防機関へ。多い場合は抽選 ▼問い合わせ：消防本部警防課(☎01191)、東消防署(☎0705112)、中消防署(☎01191)、西消防署(☎0762112)、防災センター(☎01106)へ。

※各種グループ等の要請に応じて応急手当指導員が出向く講習会も実施しています。

姉妹都市物産フェア'96

姉妹都市の福井県小浜市と福島県郡山市の合同物産展「姉妹都市物産フェア」を開きます。特産物の展示即売や観光パンフレットの配布などを行います。

とき：2月23日(金)～25日(日)午前10時～午後6時(最終日は午後5時) ▼ところ：奈良マーチャントシードセンター(橋本町) ▼出品：小浜市からは小鯛のささ

漬、かに、甘えびなどの海産物。郡山市からは薄皮まんじゅう、花まめなど

▼問い合わせ：市役所商工労働課へ。



奈良マーチャントシードセンター

〒630橋本町三丁目 ☎09400 FAX09401

経営活性化セミナー

とき：3月5日(火)午後6時半～8時

▼テーマ：現場第一、販売第一、お客

様第一 ▼講師：自動車販売会社代表の後藤昌幸さん ▼定員：70人 ▼受講料：無料 ▼締め切り：2月27日 ▼申し込み：はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、職業、講習会名を書いて同センターへ。ファクシミリ、パソコン通信「シルクン」のセンターあてメールも可。多い場合は抽選。

リサイクルショップ開催

障害者とボランティアの人たちによりリサイクルされた家具、電化製品、自転車などの展示、販売を行います。また、障害者の完全参加をめざしているいろいろな職場で働く障害者の姿を紹介するパネル展も同時に開きます。

とき：2月11日(日)午後1時～2時(2時から抽選の予定) ▼ところ：県立西の京養護学校(七条二丁目)

▼問い合わせ：奈良市手をつなぐ親の会(総合福祉センター内 ☎0770)

スポーツ

市スポーツ教室スキーの部

小・中学生を対象に、スポーツ教室スキーの部を開きます。

とき：3月24日(日)～28日(木) ▼ところ：梅池スキー場(長野県) ▼定員：小学4年生～中学2年生80人 ▼参加料：3万7千200円(宿泊費・交通費・全食費含む)。貸スキー・リフト代は別途必要 ▼申し込み：はがきに

住所、氏名、学校名・学年、性別、電話番号、保護者名(押印必要)を書いて2月26日までに市体育指導委員の中谷要さん(〒630法蓮町一五一六 中央体育館)へ。多い場合は抽選 ▼問い合わせ：中谷要さん(昼間 ☎01501 夜間 ☎0743564845)へ。

スポーツ施設を開放します

中央体育館(法蓮町) ▼とき：2月17日(土)午前9時～午後4時 ▼種目：バドミントン(用具のある人は持参してください) ▼その他：体育館シューズを必ず使用してください。学校などのクラブ活動は使用できません。



鴻ノ池陸上競技場(法蓮町) ▼とき：2月18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(投てきは無し) ▼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は使用できません

問い合わせ 中央体育館(☎01501)へ。

第2土曜日に スポーツ施設を開放

学校週5日制実施に伴い、スポーツ施設を開放します。 <中央体育館(法蓮町)> とき：2

月10日(土)午前9時半から午前11時半まで
 ▼種目: バドミントン ▼対象: 小学生 ▼申し込み: 不要。当日午前9時半までに直接会場へ ▼その他: クラブ活動での使用は出来ません。また、必ず体育館シューズを使用してください。 問い合わせは中央体育館(☎241501)へ。

バドミントン競技大会

バドミントン協会が、設立20周年を記念して開きます。

とき: 小学生の部 3月20日(祝)、中学生の部 3月28日(木)、一般の部 4月14日(日) ▼ところ: 小学生の部 南都生涯スポーツセンター、中学生・一般の部 中央体育館、第二体育館 ▼対象: 市在住・在勤・在学および市内のクラブ所属者 ▼種目・種別: ①小学生の部 シングルス(学年別・男女別) ②中学生の部 ダブルス(学年別・男女別) ③一般の部 (1部へ上級)、2部(中級)、3部(初級)、4部(初心者)・男女別 ▼参加料: 小学生300円、中学生500円、一般千500円 ▼持ち物: 体育館シューズ、ラケットなど ▼申し込み・問い合わせ: 西城弘さん(〒630 杏町四六七一 南都生涯スポーツセンター内 ☎617029)へ。

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

2月1日～29日は、下水道事業受益者負担金(第3期)の納期です。

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。材料費は自己負担。

中央公民館

〒630 上三條町三三四 ☎266506

お水取りの勉強会

とき: 3月1日(金) ▼定員: 成人300人 ▼内容: 午後2時～4時は映画と講演。午後6時半から二月堂のおたいまつ見学・内陣拝観 ▼講師: 東大寺長老の筒井寛秀師 ▼締め切り: 2月15日

三笠公民館

〒630 大宮町二丁目1-1 ☎330515

万葉歌・夢紀行

奈良は「万葉集」にゆかりの地です。実際に歌のうたわれた場所での「万葉集」を楽しく学ぶ4回シリーズ。

とき: 2月21日 古代の都をめぐる、3月13日 泊瀬と三輪山、3月21日 葛城山の古代文化、3月27日 紀の国の万葉歌 ▼定員: 成人50人 ▼内容: 「万葉集」ゆかりの地をバスでまわり、万葉びとの心を実感してもらいます ▼講師: 奈良大学専任講師の上野誠さん ▼締め切り: 2月13日

平城東公民館

〒630 朱雀六丁目9-1 ☎9677

京阪奈古道(京都)散策

京阪奈の古道を訪ね、大和の歴史を学びます。

とき: 3月6日(水)午前9時半～午後3時半 ▼定員: 成人50人 ▼締め切り: 2月20日

人権草の根講演会

差別のない社会の実現に向けて、各地区で「人権」をテーマとした人権草の根講演会を開催します。くわしくは市役所社会教育課へ。

【定員】各回100人
 【受講料】無料
 【申し込み】不要。直接会場へ

地区	とき	ところ	講師	演題
二名青・登美ヶ丘・平城西・東豊ヶ丘	2月14日(木) 午後7時～9時	西部公民館	落語家の露の新治さん	「新ちゃんのお笑い人権高座」～自分の人生、自分が主役～
帯解・東市華	2月20日(火) 午後7時～9時	南部公民館	奈良県同和教育講師団講師の大寺和男さん	「人権を考える～知ることから識ること～」

2月11日は市民マラソンで交通規制

ご協力をお願いします

第30回記念市民マラソン大会が2月11日の「建国記念の日」に開かれます。コース(鴻ノ池陸上競技場スタート、ならやま大通り折り返し)となる道路では午前9時から11時の間、車両通行禁止となります。ならやま大通りの通行規制区間は、一部片側2車線の交互通行となります。現場の警察官の指示に従ってください。



▶ 問い合わせ…市役所体育課へ。

健センター「成人病予防教室係」へ ▶ 締め切り…2月15日必着

麻しん(はしか)の予防接種

麻しん(はしか)ワクチンの予防接種を個別方式で行います。接種料金は無料です。
<該当の子>①平成7年1月生まれの子(通知書を送ります)②平成6年12月31日以前の生まれの子(以前に通知書を送付済み)で接種当日、満7歳6か月までの子(ただし、今までに麻しんの予防接種を受けた子、麻しんにかかった子は受けられません)

<接種期間>満7歳6か月まで(日曜・祝日と各医療機関の休診日を除く)

<接種を受けるには>該当児には通知書を送りますので、通知書を持って取り扱い医療機関に行き、接種日を予約し予診票をも

らってください。

予約日には、通知書と予診票、母子健康手帳を持って、子どもの健康状態のよくわかる人が同行してください。

通知書がないと受けられませんので、平成8年1月13日以降の転入者など通知書の届かない人は、市役所衛生課へ連絡してください。

*この予防接種は、生きたワクチンを接種しますので、7~10日ごろに副反応が出ることがあります。高熱がでたり、気にかかることがあれば、接種を受けた医療機関に相談し指示を受けてください。問い合わせは市役所衛生課へ。

休日・夜間の急病診療

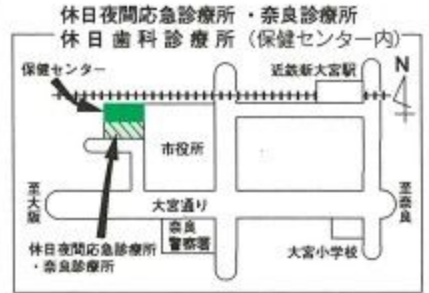
■休日夜間応急診療所(二条大路南一丁目奈良診療所 ☎341228)

▶ 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。

■休日歯科応急診療所(二条大路南一丁目保健センター内 ☎34144)

▶ 診療受付…毎休日・祝日午前9時半~午後3時半。



乳がん自己検診法

~乳がんは自分で見つけれられるがんです。月に一度は自己検診を~

※月経が終わって1週間くらい、閉経後の人は一定の日を決めてチェックしましょう

視診=鏡の前でチェック

明るい部屋で見ましょう

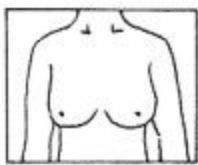


図1

図1のように、両腕を下げたままで胸をはり、次のことを観察します。

- *左右の乳房の形は同じか
- *左右の乳房の向きは同じか
- *乳房に皮膚のくぼみや引きつれはないか
- *乳房に湿疹やただれはないか

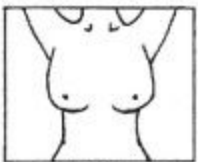


図2

図2のように両腕を上げて上記のことを行います



図3

図3のように左右の乳頭をつまんで分泌物がないか調べます

触診=横になってチェック

肩の下に折り畳んだタオルなどを入れ、(乳房の小さい人は必要ない)乳房が胸の上で広がるようにします。



図4

図4のように乳房の内側半分を調べます。

- *腕をのびして頭の下に入れ、もう片腕のそろえた指の腹でピアノを弾くような感じで押します。

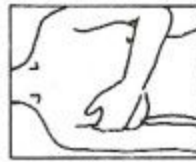


図5

図5のように乳房の外側半分を調べます。

- *頭の下腕を自然な位置に下げ内側を調べたときと同様に調べます。
- *脇の下に三本指をさし入れて、指先を胸壁にそってゆっくりすべらし、リンパ節が腫れていないか調べます。



指でさわる範囲

〈問い合わせ〉保健センターへ

健康のコーナー

保健センター (二条大路南一丁目1-30 ☎34 3 1 4 5)
 奈良診療所 (二条大路南一丁目1-28 ☎34 1 1 1 1)
 奈良保健所 (西木辻町200-46 ☎36 1 7 1)

児童手当(0〜3歳未満児対象・所得制限があります)の申請はお早めに!問い合わせは、市役所児童課へ。

4 か月児健診

▶対象…生後4か月の子 ▶内容…身体計測、問診、内科検診、栄養・離乳食・生活の各指導ほか神経芽細胞腫検査セットの配布 ▶日程…奈良保健所は毎月第1・2・3・5火曜日午前9時~10時に受付。西奈良保健センター(登美ヶ丘二丁目 ☎34 5 9 1 1)は毎月第1・2・3・4月曜日午前9時~10時に受付。各日西奈良地区在住者30人(電話予約が必要)。

3 歳児健診

▶対象…平成3年9月1日生まれから平成4年8月31日生まれの子。おおむね、3歳6か月時に個人通知します ▶ところ…奈良保健所 ▶内容…視聴覚問診、身体計測、検尿、歯科診察、内科診察、総合保健指導 ▶問い合わせ…奈良保健所へ。

三種混合・二種混合予防接種

平成7年1月~3月に実施した三種混合(百日せき・ジフテリア・破傷風)および二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種の第1期追加接種(旧第2期)を、次の日程で行います。1期初回接種(旧第1期)3回目完了日より1年以上経過した日程でお越しください。(通知書・予診票は送付しません)

また、平成5年1月5日以前に生まれ、接種当日生後90か月(7歳6か月)未満で1期初回接種が完了していない子や、1期追加接種を受けていない子も受けてください。

〈受けられない子〉①接種前の体温が、37.5℃以上の子 ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな子 ③三種混合予防接種の接種液に含まれる成分で、アナフィラキシーを呈したことが明らかな子 ④接種前1年以内にけいれん(ひきつけ)をおこしたことがある子(単純性熱性けいれんと診断された場合はこの限りではない) ⑤麻しん(はしか)・風しん・おたふくかぜ・みずぼうそう・リング病・手足口病等の病気が治って4週間たっていない子、また家族等のだれかが上記の病気にかかっている場合は、それぞれの潜伏期間をあける必要があります。突発性発しんは治ってから2週間たっていない子 ⑥ポリオ・BCG・麻しん・風しん・おたふくかぜ・みずぼうそうの予防接種を受けて4週間、その他の予防接種を受けて1週間たっていない子 ⑦その他医師が予防接種をすることが不適当と認めた子

〈その他〉接種当日は母子健康手帳を必ず持参してください。会場で全員検温と予診

票を記入していただきますので、体の状態のよくわかる人と一緒に来てください。また、車での来場はご遠慮ください。問い合わせは市役所衛生課へ。

とき	ところ	対象(小学校区)
2/19(月)	保健センター	明治・あやめ池
2/23(金)	保健センター	都跡・鼓板・鼓板北
2/26(月)	保健センター	大宮・辰市
2/27(火)	平城西公民館	右京・神功
2/28(水)	保健センター	大安寺・大安寺西・橋井
2/29(木)	西奈良県民センター	富雄北・富雄南
3/1(金)	南部公民館	東市・精華・帯解
	田原公民館	田原・水間(寮)
	柳生公民館	柳生(寮)
3/5(火)	保健センター	佐保・飛鳥
3/7(木)	平城東公民館	朱雀・佐保台・左京
	富雄公民館	鳥見・富雄第三
3/8(金)	京西公民館	六条
	興東公民館	大柳生(寮)
	相和小学校	相和(寮)
3/11(月)	保健センター	伏見・伏見南
3/12(火)	保健センター	済美・済美南・西大寺北
3/14(木)	西奈良県民センター	登美ヶ丘・東登美ヶ丘・三蓬
3/18(月)	保健センター	平城・平城西・佐保川
3/22(金)	西奈良県民センター	青和・鶴舞・二名
3/25(月)	保健センター	全校区
3/29(金)	保健センター	全校区

※時間は午後2時~2時45分。ただし、田原・水間・大柳生は午後2時~2時半、柳生は午後3時~3時半、相和は午後2時45分~3時15分。

乳がん自己検診法講習会

乳がん自己検診をしましょう。

乳がんは、自分で見たり触れたりする自己検診が早期発見に役立ちます。保健センターでは毎奇数月に乳がん自己検診法講習会を実施しています。問い合わせは同センターへ。

成人歯科健康相談

歯科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…2月15日(休)午前10時~正午 ▶ところ…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。

からだの悩みよろず相談

(老人保健法に基づく成人健康相談)

健康について、悩みのある人はご利用ください。医師による個別相談が受けられます。希望者に健康手帳をお渡しします。

▶とき…2月21日(休)午後1時半~4時 ▶ところ…保健センター ▶対象…40歳以上

の人とその家族 ▶申し込み…電話で保健センターへ。

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800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2月20日までに市役所衛生課または保健センターへ。

3月 受付は午前9時半~10時半

とき	ところ
4(月)	四条大路南自治会館
5(火)	六条小学校
6(水)	奈良保健所
7(木)	都跡公民館
8(金)	辰市連絡所
11(月)	奈良診療所前
12(火)	明治小学校
13(木)	大安寺西小学校
14(金)	平城東公民館
15(土)	帝塚山総合集会所
18(月)	精華連絡所
19(火)	学園前団地集会所

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7・8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1月20日までに保健センターへ。多い場合は抽選。

3月 場所は各日とも保健センター

とき	内 容	時間
1(金)	妊娠中のくらしかた	9:30 }
7(木)	妊娠中の歯の衛生・妊娠中のたべもの	
15(金)	薬にお産をするために	12:00
22(金)	赤ちゃんの育て方・産後のくらしかた	

※当日は母子健康手帳、筆記用具を持参すること

成人病予防教室

健診を10倍生かす方法

市の基本健康診査など成人病健診を受けた人に対して受診結果のデータをもとに健康管理について考えます。

▶とき…2月22日(休)午後1時半~4時半 ▶ところ…市役所6階正庁 ▶内容…健康講座、分科会(高脂血症・高血圧症・肥満について)、保健婦・医師による個別健康相談 ▶定員…100人(多い場合は抽選) ▶申し込み…往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望分科会名、分科会での質問内容、個別相談の要・不要を書いて保

奈良市公民館大会

外国人留学生から見た奈良 日本語主張大会も開催

〈とき〉2月24日(土)～26日(月) 〈ところ〉中央公民館(上三条町23-4 ☎266506)

中央公民館をはじめ市内21の公民館では、生涯学習の拠点として、さまざまな学習活動が行われています。その日ごとの学習成果を広く市民のみなさんに発表し、公民館と地域社会との連携の輪を広げようと開きます。

今回は、国際文化観光都市奈良に住む外国人留学生のみなさんから、生活体験を踏まえて、奈良の文化・歴史・自然・市民生活など、奈良をどのように感じているかをテーマに日本語主張大会を開きます。多くの人の参加を待っています。

24日(土)

◎作品展示発表 午前9時半～午後5時(4階全室)

公民館で学習した人たちの油絵・写真・書道・木彫仏
フランス刺しゅう・ロウの花・紙工芸・パッチワークキ
ルトなどの作品を展示します。

◎人権について考えるパネル展示とビデオ放映

午前9時半～午後5時(4階全室)

【テーマ】「まもろう人権、ひろげよう連帯の輪」

◎オープニングコンサート

関西二期会オペラ歌手による「我が心の歌」

午後1時半～3時半(5階ホール)

【曲目】歌劇「魔笛」よりパパゲーノのアリア“おいらは
鳥さし”

歌劇「セヴィリアの理髪師」よりフィガロのアリア
“私は町の何でも屋”

歌劇「カルメン」より“ハバネラ”

歌劇「椿姫」よりヴィオレッタとアルフレードの
二重唱“乾杯の歌”

歌劇「リゴレット」よりマントヴァ公爵のア
リア“女心の歌”

日本の叙情歌・童謡(日本歌曲・春を待つうた)
ミュージカル・映画音楽の調べ

【出演】関西二期会オペラ歌手



コロラトゥーラソプラノ
日紫喜恵美



メゾソプラノ児玉祐子



テノール小林正夫



バリトン金丸七郎



ピアノ長谷川美穂子

【参加される皆さんにお願い】

関西二期会の「我が心の歌」および記念講演に入場希望の人は往復はがきに、住所、氏名、電話番号、人数を書いて2月15日までに中央公民館へ。多い場合は抽選。

25日(日)

◎開会行事 午前10時～10時半(5階ホール)

◎学習発表 午前10時半～午後零時50分(5階ホール)

民謡・民謡・女声コーラス・リコーダー・大正琴など各
公民館自主グループによる学習発表。

◎外国人留学生から見た奈良 日本語主張大会

午後1時～2時50分(5階ホール)

【テーマ】「私の感じた奈良」

【発表者】顧崢(中国)・マルスフィシャー(オランダ)

・ガーアリン(インドネシア)・馬声平(中国)・翁海明

(中国)・マリセル・D・オレガ(フィリピン)・ブディム

ルヤディ(インドネシア)・ナイリマスオレセイン

(ケニア)・葉彪(中国)・ハシマニマンズール(パキ

スタン)・フレデリックシャポー(ベルギー)・張效

晨(中国)・ウイデオランドホヘンハウト(オランダ)

・マルガレット・幸子・巽(ブラジル)

※順不同敬称略

◎記念講演 午後2時50分～4時20分
(5階ホール)

【講師】タレントでラジオ、テレビで活
躍中の立原啓裕さん

【テーマ】「異文化コミュニケーションと
関西芸能人」



◎作品展示発表 午前9時半～午後5時(4階全室)

◎人権について考えるパネル展示とビデオ放映

午前9時半～午後5時(4階全室)

◎料理バザー 午前9時半～午後3時(団体連絡室・創作室)

山菜ご飯・おでん・みそ汁・豚マン

26日(月)

◎作品展示発表 午前9時半～午後5時(4階全室)

◎人権について考えるパネル展示とビデオ放映

午前9時半～午後5時(4階全室)

☆開会行事、学習発表、外国人留学生から見た奈良 日本語主張大会、記念講演については、手話通訳を実施します。
☆駐車場が狭いので、車での来館はご遠慮ください。

編集後記

もう正月かと思っているうちに初め式も成人式も終わってしまい、阪神淡路大震災からも一年がたちました。市でも、1月17日に庁舎屋上の「天平の鐘」を鳴らし、犠牲者のごめい福と被災地の復興を祈りました。あの震災の後、活躍したのが「ボランティア」。最近、取材に行った「ふれあい宣言タイムマラソン」や「学校週五日制に伴う地区での活動」でも多くの市民がボランティアとして、活躍しているのを見てうれしくなりました。世の中、まだまだ捨てたものでもない。がんばろう奈良。(I & R)

奈良しみんだよりは再生紙を使用しています。