

1.1

1999/No.887

奈良

しみんだより

市民のうごき(12月1日現在)



人口365,840人
(前月比126人増)

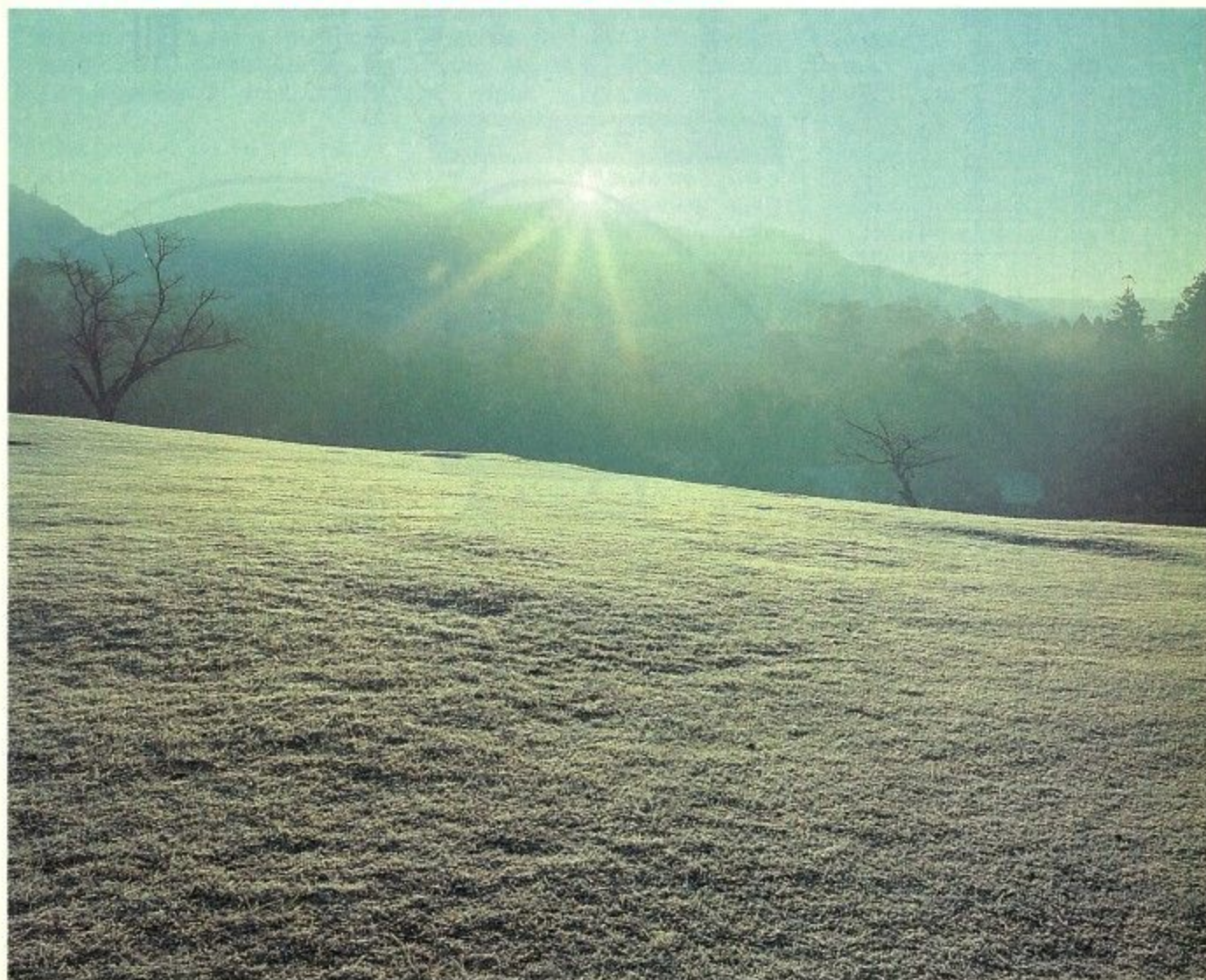
男174,752人 女191,088人



世帯数135,335

奈良市の ナラオエ
サクラ ウグイス
イチイガシ
花木鳥

▶ あけましておめでとうございます



はつひ
初日をあび、光輝く古都奈良の朝

おめでとうございます



奈良市長
大川靖則

霞立つ 春の初めを 今日のごと

見むと思へば 楽しと思ふ

(万葉集 巻第二十の四三〇〇)

今年は大きな喜びとともに、春を

迎える、あをによし奈良の都です。

新しく平城宮が甦り、昨年十二月二日、

世界遺産に登録された

「古都奈良の文化財」等とともに奈良市制が

百一年目の歩みをはじめました。

この新しい時代へ大きく踏み出す年に、

平和を願い先人たちが築き伝えられた多くの文化財に

学び、その歴史に感謝しながら、これからの百年の

まちづくりに向かって市民の皆様とともに創意工夫を

こらして進んでまいりたいと存じます。

よろしく、お願いいたします。

平成十一年元旦



1999年 あけまして



奈良市議会議長
浅川清一

平成十一年の輝かしい新春を迎え、

皆様にはご清祥のことと

お慶び申し上げます。

昨年は市制施行百周年を迎え、記念式典をはじめ数々のイベントが開催されたほか、十二月には「古都奈良の文化財」が、守り伝えていかなければならない人類全体の宝として、ユネスコの世界遺産に登録されました。奈良市にとっても、市民の皆様にとりましても、大変意義の深い年であったと思います。

今年は、昨年にも増して実り多い年でありますようお願いいたしますとともに、奈良市議会といたしましても、歴史と文化を最大限生かした「世界に誇れる奈良」を目指して尽力してまいりますので、一層のご指導、ご協力をお願い申し上げます。



新春インタビュー

大川市長が語る国際文化観光都市奈良

「新たなまちづくりに向けて」



復元した朱雀門を背におおいに語る大川市長



12月2日、世界遺産登録が決まり市役所で記者発表

●世界遺産登録を機に

聞き手 新年、あけましておめでとうございます。昨年は市制百周年ということ、市内各所でいろいろな記念イベントが行われましたね。

市長 昨年二月一日の市制百周年記念式典をはじめ、一年間、市民の手づくりによる記念事業を開催させていただきました。どの記念事業もたくさんの方で大変賑わいました。そして、昨年十二月二日には、「古都奈良の文化財」を

ユネスコの世界遺産に登録していただくことが決定いたしました。

聞き手 百一年目の新たなスタートに本当にいいニュースが届きましたね。

市長 百周年は、百年に一度の出会いです。この百周年という大きな節目のときに、奈良の進む方向をしっかりと定めておかなければいけないと考え、世界遺産登録をめざしたのです。自分たちのまちに世界遺産があることで、大きな誇りを持ち、自分たちでまちをつくらなければならないという勇気と自信を持っていただけだと思うのです。世界遺産は、先人たちの学術、芸術、技術の結集です。私たちはこれらを学んで、次の百年にむけて、まちづくりの糧としていかなければいけないと思っています。

聞き手 世界遺産登録は、観光面でも大きなプラスになりそうですね。

市長 奈良は今から五十年前に国際文化観光都市の指定を受け、観光面に非常に力を入れ、いろいろな施策をしてきました。この世界遺産登録決定を機に、観光のあり方を考えなければいけないと思っています。みんなが、自分たちの財産を自分たちで守っていくという意識込みを持って、一人でも多く、世界遺産登録された杜寺などを自分たちの目でしっかりと見て

ほしい。今までの「見る観光」ではなく「参加体験型観光」ということで、単に見るだけではなく、少しでも勉強してほしい、そして、その大切さを知っていただきたい。

聞き手 具体的な施策の展開としてはいかがでしょうか。

市長 世界遺産に登録された奈良のまちを日本はもとより世界の人たちに知っていただくため、インターネットのホームページをつくらせてPRを行います。そして、一度は奈良に行ってみて、自分たちでそれを守っていききたいという気持ちになってほしいと思います。

また、平城京は今から千二百八十九年前の三月十日に、藤原京から遷都されました。平城京跡の世界遺産登録を記念して、市民の手づくりによる遷都祭を催したいと思っています。歴史の大切さを感じることができ



遺跡として日本で初めて世界遺産登録された平城宮跡

イベントにし、年中行事として
続けていきたいと思っています。
す。

聞き手 たくさんの方が奈良
に来ていただくためにどのよう
なことをお考えですか。

市長 四季を通じて奈良にた
くさんの方々に来ていただき
たい。それには、まずお客さん
がとも良い印象を持って宿泊
していただけるように宿泊施設

充実を図らなければなりません。
市としても協力させていた
だきたいと思っています。

それから、交通の問題があり
ます。車の渋滞でなかなか奈良
公園の周辺に來れないというよ
うなことでは観光客に大きな迷
惑をかけるので、例えば市内に
入るまでに、パーキングエリア
をつくるなどの方法も考えてい
きたいと思っています。



2月1日にオープンする「なら100年会館」

聞き手 観光ボランティアの
活動はいかがですか。

市長 外国の人が来られて
も、国内の人が来られても単に
すばらしいなあ、きれいだなあ
と見てもらうだけではなく、観
光ボランティアの人が、いろい
ろ説明でき、まさに学べる観光
にしていきたい。そういう観光
ボランティアの協力を、どんど
んお願いしていこうと考えてい
ます。また、希望者がたくさん
いるということはありがたいこ
とです。

●進む都市基盤整備

聞き手 市制百周年を記念し
て建設された「なら一〇〇年会
館」の開館ももうすぐですね。

市長 今年の一月三十一日に
開館記念式典を行い、二月一日
から市制百一年目のスタートと
して開館します。この会館には、
最大千七百二十人収容の大ホー
ル、四百四十六人収容の中ホー
ル、約百人収容の小ホールがあ
ります。子どもからお年寄りま
で一人でも多くの人に利用して
いただける市民文化の拠点とし
たい。そして、ここでは、四か
国語の通訳もできますので、多
くの国際会議をしていただくこ
とで、日本文化発祥の地奈良か
ら世界に向けて、文化を発信し
ていけると思います。

聞き手 なら一〇〇年会館の
サポーターを募集されましたね。

市長 はい。この会館でいろ
いろボランティア活動をして
いただくよう募集したのです
が、たくさんの方々に応募して
いただきました。

聞き手 このなら一〇〇年会
館をはじめ、JR奈良駅周辺も
新しい姿が見えてきましたね。

市長 JR奈良駅周辺は、二
十三・六ヘクタールを「シルク
ロードタウン21」と銘を打って、
駅の東西を区画整理事業と再開
発事業を組み合わせて事業を進
めてきました。昨年四月に再開
発事業の拠点として三井ガーデ
ンホテルとシルキア奈良などが
入っている再開発第一ビルが完
成しました。その南
側では「なら一〇〇
年会館」の建設を手
がけ、いよいよ二月
一日から開館します。
百貨店・ホテル等
についても景気が低迷
している時期ではあ
りますが、積極的に
誘致活動を進めてい
ます。

そして、もう一つ
は、平成二十二年の
完成をめざし、JR
奈良駅付近連続立体
交差事業を県と市で
進めています。

聞き手 新しい奈
良の玄関口ができつ
つある一方で、古い



整備が進むJR奈良駅周辺

景観を残す「ならまち」も、古
きよき奈良を伝えるいいところ
ですね。都市としての近代化と
調和のとれた整備というののも難
しいと思うのですが。

市長 みんなで「ならまち」
を守ろうという大きな気持ち
を持っていたいと思いますので、
市としても、景観形成地域では
「ならまち」らしい建物の改築
などに対して助成措置をしてい
ます。去年は、多くの人が「な
らまち」を訪れました。「なら
まち」なくして奈良はあり得な
いと思っています。だから、奈
良だけの「ならまち」ではなく
日本の「ならまち」なのです。

この模様は1月1日(金)午後1時半〜2時。再放送は1月2日(土)午前10時〜10時半に奈良テレビ放送UHF55チャンネルで放送されます。(手話通訳あり)

●まちづくりは人づくり

聞き手 大川市長はかねがね「まちづくりは人づくり」とおっしゃっていますね。

市長 まちづくりをしていこうと思えば人づくりが必要で

す。「人は石垣、人は城」といいますね。しっかりとした人づくりをしておくことによって、これからの将来のまちづくりができていくと考えています。教育委員会、各小・中学校、高等学校と一緒に、先生方も一生懸命取り組んでいただいています。ですから、全国に先駆けて、学校園活性化事業を予算化させていただきました。そして、二十一世紀を担う健全な子どもを育てるには、学校・家庭・地域が一体となり、われわれ大人が責任を持って取り組ん



楽しい学校生活

わらべうたを楽しみみなさん



でいかなければなりません。

もう一つは、高齢化社会を迎えているのですが、今日の社会をつくってこられた高齢者の方々に生きがいを持っていただき、子どもたちに多くのことを伝えてほしい。だから、子どもたちと高齢者がともにふれあう場所や機会をつくっていかねばならない。そのために、「わらべうた」の普及をしています。

また、高齢者の方々が、自分たちは子どもたちの健全育成に役立つんだという意気込みを持ってもらおうと、「高齢者とともに歩むまち奈良」という宣言をしていただきました。

聞き手 音楽療法はいいがですか。

市長 高齢化が進む中で、予

防面では、お年寄りの方々が大勢集まってコーラスをつくっています。「シルバークーラス」というのですが、そこへ来られたみなさんがね、意気に感じて一生懸命にコーラスをされている姿を見たときに、すごい活気を感じます。みなさん生き生きとされているんです。どんどん参加される方を増やしていきたいですね。

また、療法面では例えば痴呆症にかかっておられる方々には、音楽療法によって、昔の歌を聴いたり、歌ったりして記憶をよみがえらせたり、元気を取り戻していただきたいと考えています。

さらに、心身に障害のある方々は歌で活力を得て、歌うことによって集中力が高まり、社会性が育まれるようになるのです。これは、すばらしい音楽の効果だと思っています。だから全国に先駆けて音楽療法に力を入れていきます。これから全国にこの音楽療法を広げていき、国の事業としていただけるように、一生懸命頑張っています。

聞き手 人づくりといえば、市生涯学習センターが昨年十月に開館し、みなさん積極的に利用されているようですね。

市長 子どもからお年寄りまでみんなが生涯学習センターに来て、自分にあった方法で何か生きがいを見つけてほしいので



生涯学習センター

す。そのため、センター独自の単位制をとった生涯学習大学を開き、学士号・修士号・博士号の称号を取得できるようなプログラムを考えています。そして、センターの生涯学習情報提供システムでは公民館などと連動させて、どこの公民館が何をしているか、どういう行事をやるかとしているかということに分かるようにしています。

つかりと果たすようなプログラムを組み、一人でも多くの市民のみなさんにセンターへ来ていただき、そこでみんながふれあえるような所になりたいと思っています。

聞き手 ぜひみなさん、一人でも多く参加して、仲間の輪を広げてほしいですね。

市長 そうです。ふれあいが大変なんです。学習も、ふれあいも充実していきたいと考えています。

奈良市の主な出来事'98

市制100周年を迎えた1998年の奈良市は、各所で市制100周年記念事業や市民公募アイデアイベントを実施し、市民のみなさんとともに市制100周年を祝いました。また、12月には「古都奈良の文化財」が世界遺産に登録され、記念すべき年となりました。

1998年の一年を振り返ってみましょう。

1. 19 奈良市制100周年記念の歌「時の風」を発表。

2. 1 奈良市制100周年記念式典。
「奈良市百年宣言」を行う。
4 朱雀門完成記念式典。式典出席者が門の通り抜けを行った。



盛大に祝った奈良市制100周年記念式典



入場者約40万人でにぎわった
平城京'98

4. 1 奈良市情報公開条例施行。
1 JR奈良駅西口駅前広場供用開始。
JR奈良駅前再開発第一ビルオープン。
1 奈良市総合老人ホーム和楽園開所。
17 国朱雀門・東院庭園復原記念イベント「平城京'98」
(～4. 26)と国「なら平城京展'98」(～5. 17)開催。
朱雀門・東院庭園が一般公開される。

7. 28 近鉄生駒駅と登美ヶ丘を結ぶ京阪奈新線の建設にむけ
第三セクター「奈良生駒高速鉄道株式会社」を設立。
9. 3 鉄道事業免許取得。



100歳都市交流

9. 6 とともに市制100周年を迎える青森市・大津市・尾道市・奈良
市が国「100歳都市交流」(～9. 12)で集う。
15 第1回市民ふれあい福祉大会。
22 台風7号直撃。市内でも文化財などに被害がでる。

10. 1 JR奈良駅西口改札オープン。
12 「奈良市生涯学習センター」オープン。
17 国「都市と木の文化の探求」で
奈良市の花(ナラヤエザクラ)・木(イチイガシ)・
鳥(ウグイス)を制定。
24 国世界建築博覧会第3回プレイベント「建築トリエンナ
ーレ奈良1998」開催(～11. 23)。
26 奈良・キャンベラ姉妹都市提携5周年記念式典。

12. 2 「古都奈良の文化財」世界遺産登録決定。



奈良・キャンベラ姉妹都市提携5周年記念式典



東老春の家



西老春の家

行ってみよう

老人福祉センター 東・西老春の家

●施設の概要

東・西老春の家は、高齢者の人たちが集い、語り、励ましあう、憩いの場として利用し、生きがいのある人生を送っていただくにつくられた施設です。

館内には、食堂、図書室、浴室のほか囲碁・将棋を通してコミュニケーションを深める娯楽室など、教養の向上、レクリエーションのための施設があります。仲間づくりや各種相談など気軽に利用してください。

市在住の六十歳以上の人には各老春の家で利用証を発行し、談話室、浴室など所定の部屋は無料で、また、集会所（十一・三百人）は有料で利用できます。

●東老春の家（法蓮町一七〇二―一 二四―三二五）

【理髪室】一人月一回一日二十人予約制で利用できます。待ち合わせの前や講座、同好会活動の後の空いた時間などに利用すると便利です。

【談話室・談話ホール】テレビのあるゆったりとした空間で

会話を楽しんでください。また電流で血行をよくするマッサージ機ヘルストロンコーナーや静養コーナーで体をほぐすのもいいでしょう。

【多目的ホール】二階のロビーになっている多目的ホールには、健康体力づくりのための機能回復訓練用の機器などが設置されています。

【音響ビデオルーム】防音構造になっており、カラオケを楽しむことができます。火・土曜日に先着三十人、一人一曲で受付しています。

【講座室】講座や会議、サークル活動に利用できます。また、壁一面が鏡で床が板張りになっており、社交ダンスやフォークダンスにも利用できます。

【大集会所】舞台のある百五十畳の大広間は、定員約三百人で、講演会、会議などに利用できます。間仕切りをすれば二室にすることもできます。

【和室】七・五畳と六畳の二室があり、少人数での会合やサークル活動、大集会所利用時の控室として利用できます。

●西老春の家（百楽園一丁目九―三 二四―三二五）



東・西老春の家で活動するシルバーコーラス

は、ゆったりとしたスペースで会話も弾みます。

【音響ビデオルーム】防音構造になっており、カラオケを楽しむことができます。カラオケは大人気で、毎日午後から先着順に四十五人、一人一曲で受付しています。



【機能回復訓練室】電流で血行をよくするマッサージ機ヘルストロンや健康訓練機で健康づくりと体力づくりができます。

【講座室】四十人が入れる四十五畳の和室。講座や会議、サークル活動に利用できます。

【和室】茶・華道のサークル活動などに利用できます。

【大集会所】定員約三百人の舞台付きの大集会所です。半部分が畳、半部分が絨毯になっていて二室に分けての利用もできます。

【会議室】定員約十五人の会議室で、会議、講座に利用したり、大集会所の控室としても利用できます。

【庭園・ゲートボールコート】庭園付きのゲートボールコートです。青空の下でふれあいを深めてください。

市民の声

ハイテクと文化財

二十一世紀を目前にして



橋川正也さん
(中山町西三丁目)

新年明けましておめでとございます。
もうわずか二年後には新たな世紀、二十一世紀を迎えます。

今世紀は、あらゆる分野の科学と技術が予想をはるかに越えるスピードで大進歩を遂げたハイテク・ロジックの時代でありました。ご承知のとおり、いつの間にかロケットに乗って人間が宇宙に飛び出すことができるようになり、また、遺伝子の組み換え技術によって植物の品種改良が進み、動物の育種も可能になりつつあります。

また、コンピュータをはじめとする情報関連技術の飛躍的な発展によって、どこにいてもネットワークを通じて、一瞬にして世界中の情報を得ることができるようになりました。昔のようには、住んでいる場所によって得られる情報量や時間に大きな差を生じることがなくなりました。日本国内は勿論のこと、米国においても欧州においても同じ時間に同じだけの情報を得ることが出来ます。むしろ、得た情報

をうまく活用する智慧と実行スピードが以前にも増して大切な時代になりました。

しかし、温故知新の言葉が示すように、人間の知恵は必ずしもハイテクの進歩によって醸成されるものではありません。ご承知のように、奈良市は平城宮跡をはじめ、東大寺、春日大社などの貴重な世界遺産に囲まれており、まさに世界の宝をもった街です。私はハイテクに属する仕事をしておりますが、通勤路は鴻ノ池運動公園から転害門に抜け、東大寺や春日野を左に見て荒池に抜ける、まさに文化遺産の香りと四季折々に見えるすばらしい景観を満喫できるコース。技術がいかに発達してもこの文化の香りと感動を十分に伝えることは困難でしょう。直に見て、触れてはじめて伝わるものだから。

来る二十一世紀はハイテクと文化の融合によって新たな智慧を育む時代となって欲しい。奈良市制百一年目を迎える今年がその第一歩となることを期待します。



●おん祭勸進能

多くの人におん祭を知ってもらい、奈良の観光も活性化しようと奈良商工会議所青年部が開きます。

とき：3月13日(土)午後1時半

▼ところ：県新公会堂(春日野町)

▼内容：一部Ⅱ能楽鑑賞入門、二部Ⅱ宝生流第十九世宗家能「小鍛冶」

▼チケット：5千円。当日の宿泊を併せた格安プランもあります。

くわしくは同会議所(二六六・二二二)へ。

●(財)奈良コンベンションビューロー設立5周年記念事業

とき：2月3日(水)午前10時

午後零時20分

▼ところ：なら一〇〇年会館中ホール(三条宮前町)

▼講演：「マ」大競争時代におけるコンベンション都市・奈良の未来、講師Ⅱ国立民族博物館教授の石森秀三さん

▼パネルディスカッション：テーマ「21世紀における奈良のコンベンション戦略」

▼定員：100人

▼申し込み：はがきに住所、氏名、電話番号を書いて、1月16日までに(財)奈良コンベンションビューロー(〒630-8115大宮町一―三三三奈良交通第3ビル 二六六・七七〇〇)へ。

●少年少女合唱団員募集

対象：市内または近郊に住む幼稚(保育)園児・高校生

▼申し込み：はがきに住所、氏名、学校名、学年、保護者名、電話番号を書いて、1月10日までに同団事務局の吉田凌子さん(〒631-0643正田町五丁目五〇〇―一八 二四四・四一〇八)へ

▼問い合わせ：吉田さんまたは大西さん(二九四・一〇一六)へ。

●放送大学学生(平成11年度4月生)募集

放送大学は、生涯学習の環境として広く社会人に開かれた教養学部のある大学です。

対象：18歳以上の人。入学試験はありません

▼締め切り：2月15日必着

▼問い合わせ：資料請求先：放送大学奈良学習センター(〒630-8425鹿野町八〇六奈良佐保女学院短期大学内 二六四・二六九五)へ。募集要項などは無料。

●痴呆相談事業シンポジウム

とき：1月23日(土)午後1時半

▼ところ：生涯学習センター(杉ヶ町)

▼テーマ：介護保険でどうなる痴呆老人

▼参加料：無料

▼問い合わせ：やくしの里在宅介護支援センター(二二七・八〇〇二)へ。

●市民合唱団員募集

だれでも参加できる混声合唱団です。新年から次の演奏会に向けた練習を始めます。見学に来てください。

練習場所：西部公民館(学園北二丁目)

▼練習時間：毎週土曜日午後6時半～8時半

▼指揮者：岩城拓也さん

▼問い合わせ：井上昌さん(二四七・七四六八)へ。

●なかよしファミリー劇場

奈良人形劇連絡協議会が開きます。

とき：2月13日(土)午前11時

午後零時半

②午後1時半

③午後3時

▼ところ：音声館(鳴川町)

▼上演劇団：サークルはびつとの人形劇、上村静一の人形劇

▼入場料：500円(3歳以上)

▼申し込み：往復はがきに希望の部、住所、氏名を書いて、2月1日必着

で同団の吉水育子さん(〒633-0066井市朝倉台東一―五三八一六〇 二〇七四四・四三三六六七六)へ。

音声館でもチケットを販売。



～山本厚子さん～

新たな情報発信をスタート

ならまちイベントエフェムを訪ねて

平成十年は、奈良市にとって市制百周年という記念すべき年でした。数々の記念イベントが催された年、古都奈良の文化財が世界遺産に登録された年。こ



林理事長、倍蔵実行委員長、コミニティF M研究会の金城さんに話をうかがいました。

の年を機に、二十一世紀に向けての新しい試みが、ならまちで始まった年でもありました。

これまでも多くの方々が古都奈良を活性化しようと力を注いでこられました。そして、その一人ひとりの力が一つになり、

大きな活力となって動き出したのです。みなさんは「ならまち賑わいフェスタ」というイベントを知っていますか。このイベントは昨年の十月、十二月にならまちを中心に行われたイベントで多くの人で賑わいました。

参加された方も多いことでしょう。その期間中、ならまちイベントエフェム76・1というイベントF M放送局も開局されました。

イベント局とはイベントのある期間中のみ電波使用を許された放送局のことです。奈良で

は初めてのF M放送局ということとを耳にして、興味をそそられました。

局を訪ねる前に設立にいたる話を伺おうとならまち振興財団を訪ね、林理事長、倍蔵実行委員長、そして奈良にF M局を作ろうと数年前から運動されている奈良コミュニティF M研究会の金城真砂子さんにお会いしました。

コミュニティ局とは、限られた地域で放送されているF M局で、全国に百十三局ほどあるそうです。地域性を重視した番組を放送し、市民の生活に密着した情報の市場とでもいいでしょうか。地域の誰もが利用できる、参加できる場所が特徴です。特筆すべき点は緊急時の活躍ぶりです。

例えば、神戸のF M局。あの



イベント放送局は高畑町にありました

震災時には、火事、交通情報、避難場所などきめ細かな情報を流し続けました。最近では和歌山県白浜町での火災時でもコミュニティ局ならではの活躍をしたそうです。

今回の放送はイベント期間中だけとはいえ、奈良でのF M局開局の良い経験となるでしょう。開局一か月前、募集したボランティアスタッフ五十名の参加を得て、研修に入りました。高校生から六十代の方までが勉強したかいあって現在にいたります。この三か月で二千人以上の方がゲスト出演し、市制百周年イベントの案内、ならまちガイド、街角ニュース、交通情報と奈良ならではの情報発信・交換の基地として親しまれました。

そこで、実際に放送局を訪ねてみると、ならまちイベントF M局は高畑の古い町家内にあります。それでも一歩中に入ってみると、スタッフの明るさややる気を感じることができ、私には本当に素敵に見えました。突然の訪問でもあたたかく迎えてくださり、そして突然の出演依頼。そうです。私、初めてラジオ出演しました。ほんの数分間なのですが、このF M局の印象、何のためにここを訪れたのかをお話ししました。何せ声だけといっても、やはり舞い上がってしまいました。二千人以上のゲ

ストの中には、私のようにふらっと訪ねて、せっかくですから出演してくださいと言われた方もたくさんおられます。ゲストブックが置かれていて、出演後の感想などを書くのですが、ちょっと読ませていただくと、関東から奈良初のF M局と聞いて訪ねて来られた方、前を通りかかり中をのぞけば、どうぞとマイクの前の椅子をひかれた方、もちろん情報を持って来られた方ありで、とても楽しい雰囲気

F Mに出演できるなんて本当によい経験になりました



このイベント放送局は平成十一年一月一日一時まで放送。最後は華々しく若草山の人文字イベントの中継で幕が下ろされました。「一」はスタート。ならまちのまちづくりも新たなスタートを切ります。



子どもは、必ずよいところをもっています。その子どもがもつ良い点・意欲・努力をしっかりと受けとめ、認めることが親の役割です。子どもは、認められ、ほめられることが自信となり積

極性もでできます。毎日の生活のなかには、きまりやしつけ面で教えなければならぬことが、数多くあります。子どもにとっては、未経験なことがほとんどです。大人は、自分の感覚で子どもが当然知

「だめな子ね」、「いけない子ね」などという、子どもの人格を傷つけるようなしかり方は避けましょう。また、親のきまぐれで感情的にしかることはいけないことです。子どもは、敏感に親の心をつかみ、しかられて中身を理解する前に、親の顔をうかがうようになってしまいます。



●子どもをとりまく環境●

しかるより・ほめる子育て

子育ては、ほめることからの出発です。子どものよさや個性を伸ばしていくためには、保護者がそれを見いだし、上手にほめることが子育ての第一歩です。しかるべきところはしっかりとしかり、ほめるときは本気でほめましょう。

しかり上手はほめ上手

しっかりほめよう

子どもがやろうとしていることは、たとえゆっくりでも気長に見守り、努力を認めてあげ、やりとげた時は「よくがんばったね、えらいね」としっかりとその場でほめてあげましょう。子どもが自らするお手伝いや親が頼んだ時、「ありがとう」とお礼の言葉をかけてあげましょう。



しかり方に注意

「これにさわってはいけない」とか「人をたたいてはいけない」と具体的にしかりましょう。「遅い子ね」とか「乱暴な子ね」と性格を決めつけるしかり方は子どもを傷つけてしまいます。また、他の子と比較したり、くどくどしかることは避けましょう。つまり自分が人にしかられたり、腹立たしく思う時はどんなときか、考えて子どもに接しましょう。



感情的にしからない

子どもをしかる時は、感情的になって叩いたりしませんか。しつけのつもりでも、子どもは親の顔色をうかがうようになります。手を握ったり、抱きしめたり、スキンシップで気持ちを伝えるようにしましょう。

体罰はやめましょう

子どもにとって、体罰は恐怖です。子どもの心を傷つけ、家の外での他の子どもへの乱暴につながります。子どもだからわからないと思わず、根気よく話の中でわからせていくようにしましょう。

児童手当(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。

行政

償却資産の申告を

申告対象者：市内で事業を営んでいる人で、平成11年1月1日現在、その事業用に供する償却資産の所有者 ▼
申告期限：2月1日 ▼申告先：市役所資産課へ。

病没家庭等児童激励金

病気などで父または母を亡くした、義務教育終了前の児童に激励金が支給されます。ただし、事実発生後三か月以内に申請された場合に限りです。
(児童一人三万円、二人以上五万円)
くわしくは、市役所児童課へ。

子育て支援短期利用事業を実施

市では、次の事業を実施しています。
短期入所生活援助事業(ショートステイ) 保護者が出産、疾病など社会的事由で一時的に家庭で児童を養育できない場合に、児童福祉施設で、7日間を限度として24時間児童をお預かりするものです。

夜間養護事業(トワイライトステイ)

父子家庭等が仕事などの事由で帰宅が恒常的に夜間にわたり児童の養育に困難を生じている場合に、児童福祉施設への通所により生活指導、夕食の提供などを行うもので、期間は6か月の範囲内で、一日4時間を限度とし

て、午後2時から午後10時までの間に利用してもらうものです。
利用料金は、所得に応じて決定します。
くわしくは、市役所児童課へ。

子育て育児相談

子育てを楽しんでいますか。もし、子育てに対しての悩み・不安があれば一緒に考えましょう。そして、一人ひとりが子どもが持っているすばらしさを発見しましょう。
公立保育園では、子育てについての相談を次のように始めます。子どもと一緒に最寄りの保育園を気軽に訪ねてください。電話相談も受け付けます。

第3土曜日	第2火曜日
1/23、2/20、3/20	1/12、2/9、3/9
春日保育園 西木辻町 ☎61-7017	伏見保育園 宝来三丁目 ☎44-2666
朱雀保育園 朱雀六丁目 ☎71-5185	都南保育園 横井一丁目 ☎61-2870
	柳生保育園 柳生下町 ☎94-0303
時間は、午前9時半～11時	

なお、4月以降の実施日は後日お知らせします。

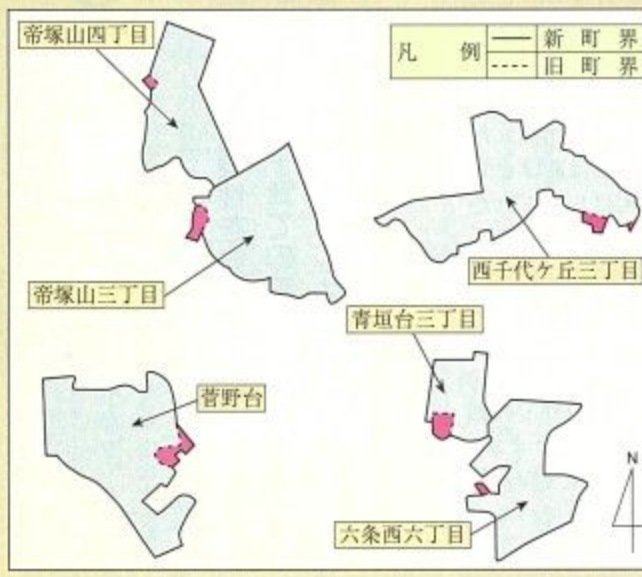
くわしくは、市役所保育課(☎三三-五七〇九)へ。

ごみ減量・リサイクル活動に関する情報を募集

市では、市民・事業者のみなさんが取り組むごみ減量・リサイクル活動について調査しています。みなさんが独

町の区域を変更します

2月1日から、三碓町の一部を帝塚山三丁目・帝塚山四丁目、中町の一部を西千代ヶ丘三丁目・菅野台に、石木町の一部を青垣台三丁目、中町・石木町の各一部を六条西六丁目に編入します。この区域の世帯数は約50世帯です。
くわしくは、市役所市民課へ。



20歳からスタート『国民年金』

国民年金は、日本に住んでいる20歳以上60歳未満の誰もが加入しなければならない社会保険制度であり、すべての人が老後の生活を安心かつ確実なものとするために、共通の基礎年金を給付することを目的に運営されています。さらにその他にも、思いがけない病気や事故で体が不自由になったときや、一家の大黒柱を失ったときなどに、本人や遺族の生活を支えるための基礎年金が支給されます。

すでに、就職して厚生年金が共済組合等に参加している人を除き、20歳になったら必ず国民年金に加入することとなりますので、20歳以上で未加入の方はすぐに市役所で加入の手続きをしてください。

くわしくは、市役所国民年金課へ。



1月18日は、水道料金口座振替日です。

シリーズ 人権4コマまんが

てんいち先生



奈良市人権問題啓発活動推進本部

第18回人権擁護啓発作品から



富雄中学校
岩本侑子さん

催し・教室

東老春の家

〒630-0113 法蓮町一七〇二一
☎二四一三三三三

新春囲碁・将棋大会 とき：1月24日(日)午前10時 ▼定員：囲碁70人・将

自に取り組んでいる実践活動に関する情報をお寄せください。
【募集内容】市民事業者が独自に取り組むごみ減量・リサイクル、環境問題、資源保護などに関する活動で次のようなもの。
●ごみ減量や資源リサイクルに関する学習会や研修会、講座、講演会など
●リサイクルフリーマーケットの開催
●ごみ減量などに関する調査・研究
●サークル・団体の紹介
※市内での活動に限ります
【応募方法】活動に関する資料(概要など)と連絡先(住所、氏名、電話番号)を市企画総務課(〒631-0015 左京五丁目二 ☎七一一三〇〇一)へ。

新年こども大会

棋60人 ▼参加料：無料 ▼対象：60歳以上の
料 ▼対象：60歳以上の
の人 ▼申し込み：1月5日～15日に電話または直接来館して。
新春お笑い寄席と
き：1月29日(金)午後1時半 ▼出演：三笠中学校出身の桂ちゃん好さんと桂かい枝さん ▼対象：60歳以上の人 ▼申し込み：不要。
新年を祝い、子どもたちに紙芝居や人形劇などで楽しいひとときを過ごしてもらおうと開きます。
とき：1月24日(日)午後1時～2時半
▼ところ：ならまちセンター(東寺林町) ▼定員：3歳～小学生とその保護者300人 ▼参加料：無料 ▼内容：幻燈紙芝居、お話、人形劇ほか ▼申し込み：不要。当日直接会場へ ▼問い合わせ：市役所社会教育課へ。



成人式に参加しよう!

成人の日は「成人になったことを自覚し、自ら生きぬこうとする青年を祝い励ます」祝日です。ぜひ参加して、みんなで喜びを分かち合いましょう。案内状をお送りしていますが、届かなかった人も直接会場へお越しください。

とき…1月15日(成人の日) 午前11時～正午(受付は午前10時半から)
▶ところ…中央体育館(法蓮町 鴻ノ池運動公園内) ▶対象…昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれの人 ▶内容…新成人を祝うことば、新成人に贈ることば、記念アトラクション(一条高校吹奏楽部演奏、ゲーム) ▶その他…アトラクション終了後(正午～午後1時)陸上競技場前の広場で記念写真(30人程度の集合写真)の撮影(無料)をします。記念にぜひ参加してください。
◇当日は吹奏楽演奏が行われる舞台の、向かって右側サイドで手話通訳があります。必要な人は、前列右手に着席してください ▶問い合わせ…市役所社会教育課へ。



老春大学の受講生を募集

高齢者を対象に、諸問題に対する理解と認識を深め、自らの生活の向上の参考にしてもらおうと開きます。

とき：1月29日(金)午後1時20分～3時半

▼ところ：史跡文化センター(三条大路二丁目) ▼テーマ：講師：「奈良市政について」・大川靖則奈良市長、「老後を輝いて生きるために」・桜井女子短期大学講師の前田一郎さん ▼定員：60歳以上の入150人

▼参加料：無料 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、老春大学希望と書いて、1月14日まで市役所高齢者福祉課へ。1枚に1人限り。多い場合は抽選。

応急手当普及講習会

「あなたにもできる救命処置」

救急車が来るまでの数分間が命を救うチャンスです。救命に必要な応急手当を覚えよう。

とき：1月13日(水)・24日(日)いずれも午後1時～4時 ▼ところ：防災センター ▼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防災センター(八条五丁目 ☎ 35-1106)へ。多い場合は抽選。

※各種グループ等



の要請に応じて応急手当指導員が向う講習会も実施しています。救命技能を維持向上するため、以前に受講した人も再度講習をうけてください。

また、防災センターでは、各種の災害体験(消火・避難・台風・地震)を随時受け付けています。

奈良まちチャントシードセンター ☎ 37-9400 ☎ 27-9401

奈良まちチャントシードセンター

パソコン講座

＜初心者のためのパソコン入門＞

パソコンの基礎知識と基本操作を身につけます。

とき：2月8日(月)・9日(火)・10日(水)

①午前10時～午後1時(コース番号P11) ②午後2時～5時(コース番号P12) ▼定員：各15人 ▼受講料：3千500円(教材費を含む)

＜初級者のためのパソコンワープロ(イ)＞

パソコンのワープロソフトの基礎知識と基本操作を身につけます。

とき：2月15日(月)・16日(火)・17日(水)

①午前10時～午後1時(コース番号P21) ②午後2時～5時(コース番号P22) ▼定員：各15人 ▼受講料：3千500円(教材費を含む)

＜初級者のためのパソコン表計算(エ)＞

パソコン表計算ソフトの基礎知識と基本操作を身につけます。

とき：2月22日(月)・23日(火)・24日(水)

①午前10時～午後1時(コース番号P51) ②午後2時～5時(コース番号P52) ▼定員：各15人 ▼受講料：3千500円(教材費を含む)

＜初心者のためのインターネット＞

3千500円(教材費を含む)

消防出初式

安心して暮らせるまちをめざして

市民のみなさんに多く参加してもらい、消防職・団員、女性防火クラブ員が、年のはじめの新たな決意を胸に、消防出初式を開きます。

奈良市消防が発足して50年という節目の年をむかえ、先人たちの築かれた歴史と文化に感謝し、次世代に引き継ぐため、安全で安心な都市をめざし、新年の第一歩を市民のみなさんと共にふみしめたいと準備を整えています。多数の参加をお待ちしています。

【とき】1月8日(金)午前9時半～午後1時

【ところ】鴻ノ池運動公園一帯

【内容】第1会場(第二体育館前道路、中央体育館)式典ゾーン＝幼年消防クラブ員、女性防火クラブ員、消防職・団員や消防車等の行進。消防職・団員の表彰 ▶第2会場(鴻ノ池池畔)訓練ゾーン＝各消防隊の放水演習 ▶第3会場(中央広場、第二体育館)市民ふれあいゾーン＝さつま汁のふるまい、消防車両・消防資器材の展示とはしご車の試乗体験、防災用品の展示を中央広場で開催。また、第二体育館ではリサイクルショップ・バザーを開きます

【問い合わせ】消防局総務課(☎ 35-1199)へ。



インターネットの基礎知識と基本操作を身につけます。

とき：2月19日(金)午前10時～午後1時(コース番号P71) ▼定員：10人

▼受講料：千円(教材費を含む)
▼アプリケーショントレーニング講座

時代に対応できるパソコン事例研究セミナー

事務OA化の進め方やパソコンの選り方などを、最新事情に基づいて事例を交えながら学習します。

とき：2月26日(金)午後6時～9時(コース番号A31) ▼定員：30人

▼受講料：500円(教材費を含む)
▼申し込み：往復はがきに講習名、コース番号、開催月と住所、氏名、年齢、電話番号、職業を書いて、いずれも1月15日必着で同センターへ。ファクシミリ、パソコン通信「シルク」の事務局宛メールも可。1枚に一人1講習限り。同一講習での複数応募はできません。多い場合は抽選。

姉妹都市小浜市の「お水送り」を体験してみませんか

東大寺二月堂「お水取り」に先立って福井県小浜市神宮寺で行われる「お水送り」、その行事のクライマックスに遠敷川の鵜の瀬までの松明行列があります。

(財)市観光協会では幾百年の歴史を秘めたこの儀式に参加する市民訪問団を募集します。

とき：3月2日(火)～3日(水)泊2



日 ▼行き先：小浜市明通寺、神宮寺、海産物市場他 ▼定員：80人 ▼参加料：2万円 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、1月31日までに同協会お水送り係(〒630-0234 上三條町二二三四 ☎二七七八八六六)へ。多い場合は抽選。

人権学習講座

ボランティア活動は、一人ひとりの自主的・自発的な意志に基づく活動です。身近なことから始めるボランティア活動について学習します。

とき：2月6日(土)午前10時～正午

▼ところ：中央公民館(上三條町) ▼テーマ：人と人とのつながりを求めて「べき」から「たい」へ ▼講師：龍谷大学講師の持田良和さん ▼定員：30人 ▼受講料：無料 ▼申し込み：はがきに講座名、住所、氏名、電話番号を書いて、1月22日までに市役所社会教育課へ。

西部図書館

〒630-0234 上三條町二二三四 ☎四五一五八六六

考古学講演会 とき：1月30日午前10時～11時半 ▼定員：成人80人 ▼講師：奈良国立文化財研究所の寺崎保広さん ▼テーマ：飛鳥池遺跡と木簡(スライドを使いながら、最新の発掘情報をわかりやすく紹介します) ▼申し込み：往復はがきに講演会名、住所、氏名、電話番号を書いて、1月16日必着で西部図書館へ。多い場合は抽選。受講料は無料。



奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町6-0-0-1 ☎22-98111 電22-9722

1月からの展示

展示室A

入江泰吉「大和・里景色」

1月5日(火)～3月25日(木)



正暦寺付近の村里

今回の展示では大和の里景色をとらえた作品37点を展示します。堂塔がそびえるような名所だけではなく、そこを結んで点在する里々の、ゆったりとした時の流れと、にじみ出るような懐かしさを感じとることができるでしょう。

【開館時間】 午前9時半～午後5時(入館は午後4時半まで)
【休館日】 月曜日、祝日の翌日(2月12日(金))
【観覧料】 大人500円/高校・大学生200円/小・中学生100円

展示室B

後藤正治「シルクロードの人々」 —西安～中央アジア(バミール高原)— 1月5日(火)～2月14日(日)

シルクロードの砂漠や大草原に暮らす人々の姿は、素朴でたくましく、豊かな表情に満ちあふれています。後藤正治氏は、厳しい大自然の中で懸命に生き続ける民族の伝統的な生活を多角的に撮影してきました。展示は、西安から中央アジアのバミール高原までの作品を、新作を交えて約60点で構成しています。



撮影場所：ホータン

展示室B

植田正治「イメージの世界「人と空間のかたち」」 2月16日(火)～3月25日(木)

植田正治氏は1913年に鳥取県に生まれ、今も現役で活躍する写真家です。その作品は国内はもちろん、国際的にも高く評価されています。展示では1930年代の初期のものから90年代の「砂丘モード」までの作品約70点で構成し、作家のまなざしの変遷をたどります。

1月15日～2月1日は市・県民税(第4期分)の納期です。納税は便利で確実な口座振替をご利用ください。

小・中・高等学校児童生徒 徒画工作・美術作品展

市立小・中・高等学校児童生徒の図画工作・美術作品(絵画、版画、彫刻、構成、デザイン、工作、工芸)約900点を展示し、日ごろの学習の成果を紹介します。素朴でいきいきとした子どもらしい表現をぜひご覧ください。

とき：1月16日(土)は午後1時～4時

半、17日(日)は午前

9時～午後4時

半、18日(月)は午前

9時～午後3時

▼ところ：史跡文

化センター(三条

大路一丁目) ▼

問い合わせ：市役

所指導課へ。



市立幼稚園こども作品展

市立幼稚園の幼児の生活から生まれた絵や製作物などの作品を展示します。子どもたちの世界を一緒に感じてください。

とき：1月21日

(木)は午後1時～4

時半、22日(金)は午

前9時半～午後4

時半、23日(土)は午

前9時半～午後4

時 ▼ところ：中

央公民館(上三条

町) ▼問い合わせ

せ：大安寺幼稚園(☎六一七〇三三)



青少年児童会館

〒630-8580 西木辻町二〇〇
☎三二七〇三七

歴史教室

自分たちの住む奈良の移り変わりを現在の生活との関わりの中で、実際に現地を歩き、学びます。

とき：1月17日～3月14日の隔週日

曜日午前9時半～11時半(現地学習は

午後2時ごろまで)。5回 ▼定員：

小学3～6年生25人。保護者同伴自由

▼受講料：無料。交通費などの実費は

自己負担 ▼申し込み：はがきに住

所、氏名、学校、学年、電話番号を書

いて、1月12日までに同館へ。電話も

可。多い場合は抽選。

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8580 高畑町一〇八三
☎二四〇八〇八

2階展示室で、ならまちに受け継が

れている「匠の技」を紹介していく

「ならまちの匠展」の第5弾として一

刀彫展を開きます。

また、1階茶室、和室でお茶会を開

きます。

一刀彫展 とき：1月6日(水)～31日

(日)午前9時～午後5時。月曜日休館

▼入場料：無料

お茶会 とき：1月17日(日)午前10時

半～午後3時半 ▼定員：先着100人

▼お茶券：300円

ならまち歴史

ふれあいウォーク

講演会とウォークの二部構成でならまちの魅力にふれます。今回はならまちの古くからの「住まい」などをテー

市展「なら」出品作品を募集

市民のみなさんの参加により、美術文化に対する知識の向上と美術作品創作意欲の高揚を図り、市の文化振興に役立てようと開きます。期間は、3月10日～14日で、会場は中央公民館(上三条町)です。応募できるのは16歳以上の人で、作品は未発表のもの(個展・グループ展などは除く)。一部門1人2点まで出品できます。また、他公募展で入選・入賞された作品と同一名の応募はできません。「〇〇-1」「〇〇-2」のように区別し、明らかに同じ作品でないことがわかるようにしてください。入選後、未発表のものでないことが判明した場合は、入選・入賞を取消します。出品手数料は無料、募集要項はつぎの通りです。

＜出品規格＞▶日本画…10号以上50号以内で額装。50号を超える場合は横幅117cm、高さ180cm以内 ▶洋画…10号以上50号以内で額装。50号を超える場合は横幅117cm、高さ118cm以内とし、版画はサムホール(22.7cm×15.8cm)以上 ▶彫刻…横幅150cm、奥行150cm、高さ200cm、重さ150kg以内 ▶工芸…平面作品は縦180cm、横幅150cm以内とし、立体作品は、幅150cm、奥行150cm、高さ150cm、重さ150kg以内(魚拓、珍木、手芸に準ずるものは除きます) ▶書…仕上がり寸法が縦180cm、横幅168cm以内とし、枠張りまたは額装 ▶写真…半切から全倍までとし、額装またはパネル装。組写真は四つ切り以上、仕上がり寸法が縦162cm、横幅130cm以内。

＜注意事項＞▶額装については、吊り紐をつけること。▶破損しやすいもの、異臭を放つもの、高温を発するもの、動力源を必要とするもの、引火性の強いもの、腐敗しやすいもの、その他危険と思われるものは受け付けません ▶

大きい作品の搬入・搬出にはエレベーター(奥行150cm×高さ210cm×入口幅88cm)を使用できない場合があります ▶規格に合わないものは受け付けません ▶額装の際はガラスをはめないでください。(アクリルは可)

＜搬入＞▶日時…3月5日・6日午前10時～午後4時 ▶受付場所…中央公民館4・5階 ▶その他…官製のはがきに出品者のあて名を明記したもの(審査結果通知用)をご持参ください(折らないこと)。

＜賞(各部門ごとに)＞市展賞1名・市長賞1名・市議会議員賞1名・市教育委員長賞1名・市美術家協会賞1名・奨励賞若干名。(各賞とも該当作品が無い場合は賞を贈らないことがあります)

＜作品募集要項＞市役所文化振興課、公民館、出張所、連絡所の各窓口にあります。

＜問い合わせ＞市役所文化振興課へ。

マにとりあげます。

とき：1月29日(金)午前10時～午後3時

▼ところ：ならまちセンター(東寺林町) 集合 ▼内容：一部ミニ講演会「ならまちの住まい」、講師は奈良女子大学上野邦一先生、二部国指定重要文化財藤岡家住宅、市指定文化財青田家住宅などを巡ります ▼定員：30人 ▼参加料：千500円(昼食代) ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、電話番号を書いて、1月19日必着で(ならまち振興財団(〒630-807井上町十一 ☎二七一一八二〇)へ。一枚に一人限り。多い場合は抽選。

ならまち格子の家

千630元興寺町四四 ☎三三四八〇

なら・町家研究会「パネル展」

ならまち今確かなときを見る、町家の再生Ⅱ

時代とともに変わりゆくならまちの中で生活に溶け込み、いきづく町家の魅力を記録するパネル展を(ならまち振興財団)となら・町家研究会が開きます。今回はならまちに残る老朽化した伝統的な町家が、その魅力を大切にしつつ快適な住まいに甦った、再生の過程を紹介します。

とき：1月10日(日)～31日(日)午前9時～午後5時。月曜日休館 ▼問い合わせ：同財団(☎二七一一八二〇)へ。

清美地域ふれあい会館

〒630-8141 南宮町二〇二二 ☎二四一五八九九

ふれあい囲碁ボールのつどい

囲碁ボールを通して、地域や家族の人々のふれあいを深めてもらおうと、

清美地区社会福祉協議会が開きます。

とき：1月23日(土)ファミリーの部Ⅱ

1チーム5人以内、午前9時半～11時半、一般の部Ⅱ1チーム3人、午後1時半～3時半 ▼申し込み：はがきに希望の部、住所、氏名、代表者(電話番号)を書いて、1月16日までに同館へ。電話も可。初心者に限り個人申し込みも可。

くわしくは、同館へ。

スポーツ

スポーツ施設を開放

〈鴻ノ池陸上競技場(法蓮町)〉 とき

：1月10日(日)午前9時～正午・午後1時～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。学校のクラブ活動での使用はできません。

〈中央体育館(法蓮町)〉 とき：1月

16日(土)午前9時～正午・午後1時～4時(受付は午前

9時～10時・午後1時～2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。学校のクラブ活動での使用はできません。

〈問い合わせ〉中央体育館(☎二四一五〇二)へ。



紙上消費者講座

前払い式通販

こんなとき どうする？

問

パソコン専門誌に市場価格よりも割安なパソコンの広告が載っていたので、電話で申し込んで指定された口座に金額を振り込みましたが、予定日を過ぎても商品は届きません。電話で問い合わせたところ、注文が殺到して商品の入荷が遅れているので、もう少し待って欲しいと言返事でしたが、一か月経っても届かないので、再度電話したら電話が通じません。(三十五才男性より)

答

相談室からも電話をしてみました。が、応答がありません。パソコン専門誌の出版社にも問い合わせしてみましたが、連絡先はつかめませんでした。

ポイント

通信販売は、家にいながらにして買いたい物があるという利便性が受けて利用者が増えていますが、トラブルも増えていきます。特に新聞の折り込みチラシや雑誌を媒体とした、商品を受け取る前に代金

を支払う前払い式の通信販売にトラブルが多発しています。できるだけ代金の前払いは避け、商品を確認し、納得してから払うようにしましょう。通信販売は、訪問販売と違ってクーリングオフが適用されませんので必ず解約・返金の条件(返送料・返品可能期間等)を確認しておきましょう。事業者が通信販売の業界団体に加盟しているかどうかを確認することも被害にあわない上手な利用方法です。



●消費生活相談(電話も可)

月・水・金・土曜日

午前10時～午後4時

奈良マーチャントシードセンター

(橋本町 ☎二七一九四〇六)

火・木曜日

午前10時～午後4時

市役所市民相談室

(☎三三四一一一一)

寒げいこ・参禅会

とき：1月22日(金) 24日(日) 午前6時
～7時(受付は5時半から) ▼ところ：
剣道Ⅱ中央武道場、柔道Ⅱ中央第
二武道場、なぎなたⅡ中央第二体育館、
槍Ⅱ中央武道場(小道場)、坐禅Ⅱ中
央武道場(小道場) ▼対象：小学生
以上の人。在勤・在学・市内の道場に
通っている人も可 ▼申し込み：種
目、住所、氏名、年齢、学校名、道場
名などを書いて、1月14日必着で市武
道振興会(〒630-8033 法蓮町一五三〇中
央第二武道場内) ☎ 二七六六一六三
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
(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号
を書いて、締め切り日必着で各公民
館へ。はがき1枚に1人1教室。多
い場合は抽選。受講料は不要。材料
費は自己負担。

伏見公民館

〒631-0044 青野町一九一
☎ 四五一九八六四

奈良の伝統工芸・産業再発見

奈良市には、歴史と風土に育まれた
伝統工芸・産業が受け継がれていま
す。現代人を魅了する秘められた心や
技について学習します。

とき：1月22日～2月19日の毎週金
曜 午前9時半～11時半。5回 ▼内
容：①奈良筆。製造工程見学あり ②赤

膚焼。窯元見学あり ③古楽面。製作実
演見学あり ④地酒。酒造所見学あり ⑤
奈良墨他。製造工程見学あり ▼定員
：成人30人 ▼締め切り：1月12日必
着

西部公民館

〒631-0036 学南北二丁目一四
☎ 四四一〇二〇

隷書初心者入門

中国の先生の指導による隷書の特徴
と用筆並びに臨書を学びます。

とき：2月7日～3月14日の毎日曜
日 午後1時半～3時半(2月21日を除
く)。5回 ▼定員：成人20人 ▼締
め切り：1月20日必着。

善意銀行

10月分

(敬称略)

谷村光洋(北之庄町) おもちゃ百
個 ▼二名コララス 三万八千円
▼戸津政徳(三条松町) 五千円 ▼
吉岡耕蔵(山陵町) 五千円 ▼匿名
五千円 ▼南日本パブリック(三条
宮前町) 十万円 ▼匿名 五千円
▼市退職女教師会(美杉会) 五万円
▼浅川浩(大宮町四丁目) 雛人形
▼平成グループ 五万三千五百十三
円 ▼廣田久義(山陵町) 五千元
▼山本隆定(秋篠町) 白・杵 ▼環
境フェスティバルリサイクルマーケ
ット出店者一同 四万三千七百二十
七円 ▼日吉三重子(南紀寺二丁目)
二万円
【指定寄付】
匿名(西大寺芝町二丁目) 十万円

市民外交のシンボル ミス奈良を募集

国際文化観光都市奈良の魅力を高めようと、観光事
業・公共的諸行事・各種伝統行事などに市民外交のシ
ンボルとして活躍できる女性を広く募集します。

募集人数…3人(ミス1人・準ミス2人) ▶応募
資格…①未婚女性(高校生は除く)。在勤・在学も可
②昭和48年4月2日～同55年4月1日生の人③健康な
人④市の公式行事・各種伝統行事などに必ず出席でき
る人 ▶審査方法…書類審査・面接審査の後に最終審
査 ▶賞…ミス・準ミスとも賞金、海外旅行、その他
▶応募方法…市販の履歴書(身長と体重を記入)に、
最近6か月以内に撮影した顔写真と全身写真(カラ
ー・キャビネ判)各1枚を添えて、1月5日～2月5
日までに(社)市観
光協会(〒630-
8228 上三条町2
3-4 ☎ 27
-8866)へ。
くわしくは、
同協会へ。



私の 生涯学習

見て
聞いて 学んで

ヨガ入門教室

ヨガの基礎的な技術を学び健康
で充実した生活をおくっていただ
うと都跡公民館が開いた講座。ヨ
ガは毎日続けることで、体が柔ら
かくなり若返る、自律神経を整え
る、内臓の動きを高めるなど体の
バランスを整えるのに良いそうで
す。参加者は互いに協力し、ふれ
あいを深めながら楽しそうに体を
動かしていました。



●さわやかインタビュー

参加者のみなさんは「心がなごみ
本当にリラックスできます。体の調
子が悪くなるのを予防しようと取り
組んでいるので、できるだけ毎日続
けようと思っています」

健康のコーナー

保健センター（二条大路南一丁目1-30 ☎34-1111）
 奈良診療所（二条大路南一丁目1-28 ☎34-1111）
 総合医療検査センター（柏木町519-5 ☎33-7876）

中学生の風しん予防接種

風しんの予防接種を市内の各中学校で、中学2・3年生を対象に1～2月に実施します。

市外通学者などで接種を希望する人は、市役所衛生課へ問い合わせてください。

予 防 接 種

次の予防接種を個別方式で行います。接種料金は無料です。

予防接種名	対象の子	
	今月通知する子	以前に通知した子
三種混合 (百日せき・ジフテリア・破傷風)	平成10年9月生まれの子	平成10年8月31日以前の生まれで7歳6か月未満の子
麻しん（はしか）	平成9年12月生まれの子	平成9年11月30日以前の生まれで7歳6か月未満の子
風しん		平成4年4月2日～平成9年11月30日生まれの子

〈受け方〉 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（日曜・祝日と各医療機関の休診日および4月上旬を除く）。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10年12月16日以降の転入者や、他の事情で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。

※各予防接種を受ける前に『予防接種と子どもの健康』をよく読んで受けてください。

『予防接種と子どもの健康』を持っていない人は各予防接種取り扱い医療機関または市役所衛生課で受け取ってください。

〈三種混合について〉平成5年1月5日以前に生まれた子で接種が完了していない人は、通知書を発行しますので、母子健康手帳を持って同課へ来てください。

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、悩みのある人は利用してください。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渡します。

▶とき…1月20日(木)午後1時半～4時 ▶ところ…保健センター ▶対象…40歳以上の人 ▶申し込み…電話で市役所健康増進課へ。

目の健康相談日

県眼科医会が無料で開きます。

▶とき…1月12日(火)午後2時～3時 ▶ところ…県医師会メディカルセンター（橿原市） ▶問い合わせ…県医師会内県眼科医

会の池田さん（☎0744-22-8502）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） ▶受診間隔…年1回 ▶受診料…35～69歳は900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1月20日までに市役所健康増進課へ。

2月 受付時間…午前9時半～10時半

と き	と ころ
1月	松陽台二・三丁目集会所
2月	富雄公民館
3月	あやめ池小学校
5月	三松ヶ丘集会所
10月	左京一丁目集会所
15月	佐保小学校
18月	休日夜間応急診療所

▶その他…検診の結果、精密検査の必要な人は、すみやかに受診をお願いします。勤務先などで同様の検診を受診された人は、受診の必要はありません。また、現在治療中の人、過去に手術を受けた人や精密検査になった人は、主治医に相談してください。

新生児・妊産婦訪問

妊娠・出産・育児で悩んでいるお母さん、助産婦に相談してみませんか。助産婦が伺いますので、気軽に利用してください。

この病気のはじめには、神経に沿って、ビリビリと針で刺すような痛みや、知覚過敏などがみられます。数日後に、小さな水泡（粟粒大の液を伴う発疹）が集まってでき、まわりが赤くなり、一部はうんだようになります。ほおっておくと十日ほどで乾き、軽いものでは、一か月足らずで治ります。しかし、強く痛む場合もあり、特に高齢者では、発疹が治った後にも、長い間、神経痛のような痛みが残ることがありますので、注意してください。

顔に帯状疱疹ができたとき、特に注意が必要なのは、ウイルス性角膜炎という病気にかかることで、目にウイルスが侵入すると、失明の恐れがあります。また、神経痛がひどい場合は、鎮痛剤を用いたり、神経ブロック（痛みを感じる神経への注射）を行う場合もありますが、痛みはなかなか治まりにくいようです。最近では、ウイルスを直接治療する化学療法が行われています。

奈良県医師会

▶対象…妊婦、出産後1年未満の産婦、生後28日までの新生児 ▶申し込み…母子手帳にはさまれている妊婦はがき、あるいは新生児はがきに必要事項を書いて郵送か、電話で市役所健康増進課へ。

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（ただし、健診と医院の紹介はできません）。

▶とき…1月21日(木)午前10時～正午 ▶ところ…保健センター ▶対象…40歳以上の人 ▶申し込み…電話で市役所健康増進課へ。

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6・7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日までに市役所健康増進課へ。多い場合は抽選。

2月 場所は各日とも保健センター

と き	内 容	時間
5月	妊娠中のくらしかた	9:30～12:00
18月	妊娠中の歯の衛生・妊娠中のたべもの	
19月	産後のお産をするために	
26月	赤ちゃんの育て方・産後のくらしかた	

※当日は母子手帳、筆記用具持参のこと

健康

帯状疱疹

この病気のはじめには、神経に沿って、ビリビリと針で刺すような痛みや、知覚過敏などがみられます。数日後に、小さな水泡（粟粒大の液を伴う発疹）が集まってでき、まわりが赤くなり、一部はうんだようになります。ほおっておくと十日ほどで乾き、軽いものでは、一か月足らずで治ります。しかし、強く痛む場合もあり、特に高齢者では、発疹が治った後にも、長い間、神経痛のような痛みが残ることがありますので、注意してください。



若草山焼きで 交通規制

公共交通機関の利用を

若草山焼きで交通規制

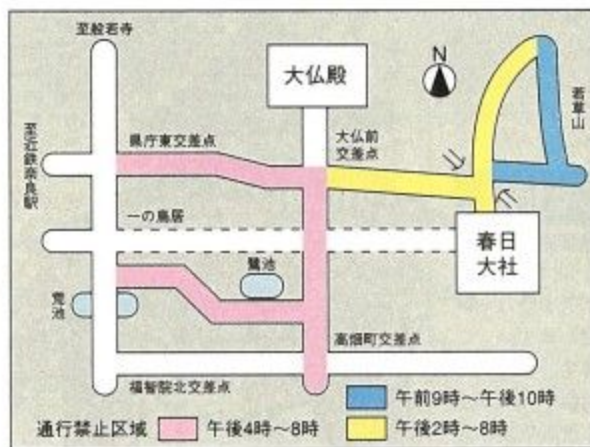
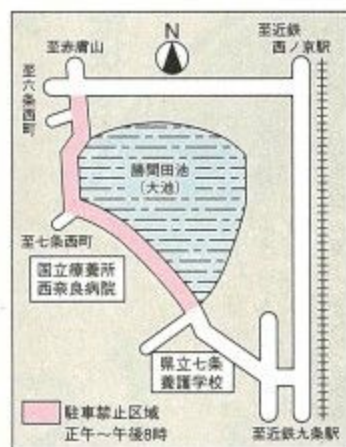
奈良の新春の火の祭典「若草山焼き」が今年も1月15日「成人の日」に行われます。

この山焼きには、毎年おおぜいの見物客が訪れ、会場周辺が混雑します。

このため、当日は下図のとおり交通規制を行います。また、この日は毎年多くのカメラマンや見物客でにぎわう七条二丁目の勝間田池（大池）周辺は下図のように駐車禁止区域となりますので注意してください。

ネオン消灯にもご協力を

当日は午後5時50分に花火が打ち上げられ、午後6時に一斉に点火されます。この山焼きをきれいに観るため、花火を合図に午後6時15分までネオン消灯に協力してください。



編集後記

新しい年がスタートしました。今年も一年間よろしくお願いします。(T) ▶年始は、気持ちも新たに。いい初夢を見て、また一年頑張ります。(N) ▶お正月3ヶ日、いかがお過ごしですか？さて、今年は何で登場します。お楽しみに。(M) ▶めでたーい一年でありますように！(K) ▶できれば一年間怒らず、にこにこ楽しく過ごしたいものです。(R) ▶としの初めに神宮に向かい、みなさんの無事を願いたいと思います。(M) ▶うさぎ年にふさわしい飛躍する奈良市をみんなでよりでお伝えしていきます(広報係一同)