

'90 **8.1**

NO. 685

お・知・ら・せ
今月の市役所土曜開庁日
11日・25日



ならしみんだより

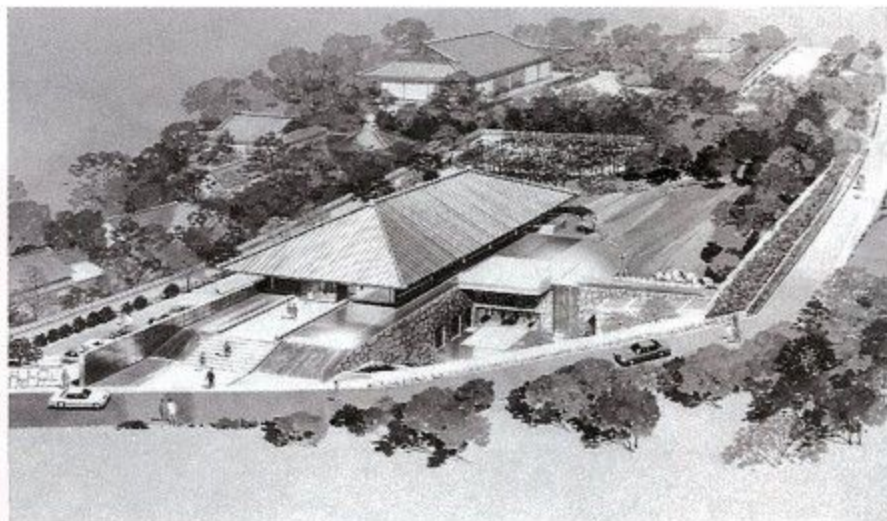
おほしさま…みんなの願い
いきいてくれるかな。

7月7日、大宮保育園で
七夕まつりが開かれました。

今	ニュース——2・3
月	家庭から始めようごみのダイエット——4・5
の	みんなのページ——6・7
の	ならまつり'90の催し案内——8・9
べ	一般健康診査の受診を——10・11
い	お知らせ——12～15
し	シリーズ 奈良の四季④——16

(仮称) 写真美術館を建設

入江泰吉さんらの作品を展示



(仮称) 写真美術館の完成予想図

奈良を代表する写真家・入江泰吉さんらの写真を保存・展示する(仮称)写真美術館の建設がこのほどはじまりました。

この美術館は、入江さんから寄贈を受ける貴重なネガ・作品を保存、公開するほか、奈良ゆかりの写真家の作品も展示します。

建設地は、高畑町六〇〇番一で、東隣りには新薬師寺があります。

敷地面積は約三千六百平方メートル。建物は延べ床面積二千二百八十三・七五平方メートルの鉄筋コンクリート造りで、地上一階、地下一階(一部地下中二階)です。周囲の景観と調和するよう、かわら屋根の寄せ棟造りとしています。

地上一階はエントランスホールと休憩室で、展示室などは地下一階に設けられます。主要展示室に

(仮称) なら・マーチャント

・シード・センターが起工

商業経営の支援、商業者と消費者の交流を図る場となる(仮称)なら・マーチャント・シード・センター(N・M・S・C)の起工式が七月十三日行われ、建設がはじまりました。

このセンターは、パソコンを使って商業情報を小売店に送ったり、消費者に買い物情報を提供したり

は入江さんの作品を、記念室には同氏が使ったカメラ器材や美術品・蔵書など氏の人物・業績をうかがわせるものを展示します。企画展示室では、奈良にゆかりのある写真家の作品展を行ったり、一般から募集した作品の展示をする予定です。

また、入江さんの写真をハイビジョン(現在のテレビより高画質、高音質の高品位テレビ)で見られるハイビジョン室や視聴覚室があります。そのほか、資料閲覧室やネガを保存する収蔵庫が設けられます。

建物のまわりには、池や築山がある日本庭園がつくられます。

来年9月には完成する予定です。

する商業情報流通の新しい基盤となる施設です。

建設地は、もちいどの通りの橋本町三番一で、敷地面積四百四・五三平方メートル。建物は鉄骨・一部鉄筋コンクリート造りで、地下一階、地上四階建ての延べ床面積千三百四十・六四平方メートル。

一階はパソコン、ワープロなど

を実際に触れて使える情報通信機器コーナー、ホールがある「ニューメディアプラザ」。

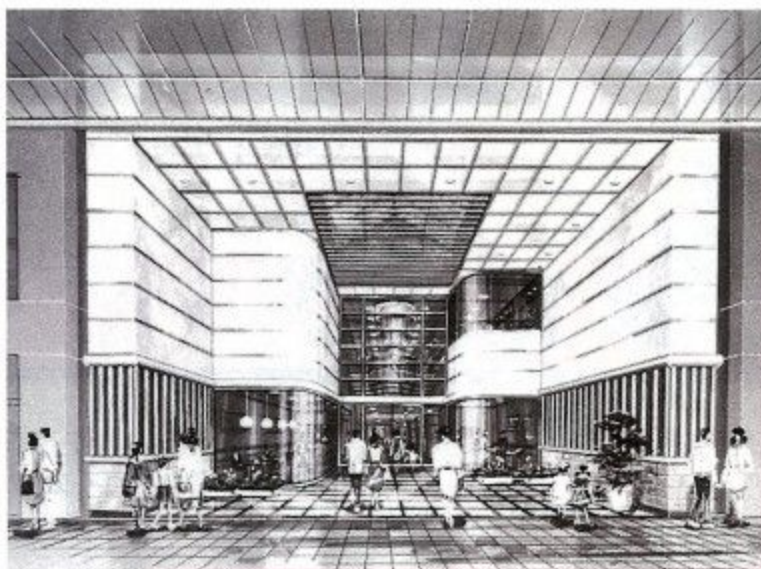
二階は商業者と消費者のふれあいをはかる「ふれあい工房」。商業者のイベントや新製品の展示・発表会などができる多目的広場があります。

三階は「商人塾・商人工房」。経営相談室、消費生活相談室があるほか、各種研修、異業種間交流各種サークル活動の支援をしています。

そして、四階は「情報センター・情報工房」。

各種のデータベースなどをワープロ・パソコン通信で情報提供するためのホストコンピュータをもつ情報センター、パソコン研修や各種情報機器による工房として活用、また、資料室などが設けられます。

このセンターは来年五月にオープンする予定です。



(仮称) N・M・S・Cの完成予想図

ようこそ、奈良へ

モリナ・ガルシア・トレド市長

奈良市の姉妹都市スペイン・トレド市のモリナ・ガルシア市長ら一行十六人が七月八日から十一日まで奈良を親善訪問しました。

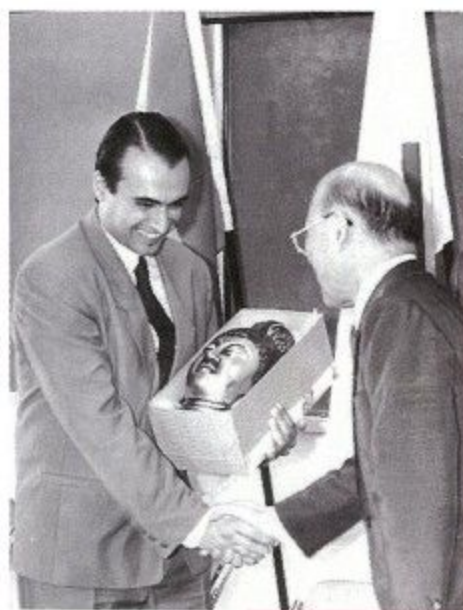
九日には奈良市役所を訪れ、西田市長らと歓談。両市長は、両市の関係をより一層緊密にするためいろいろな分野で交流していくことを約束しました。

また、歓迎レセプションの席上、モリナ・ガルシア市長に奈良市特別名誉市民章を贈りました。

一行は、東大寺、春日大社や西大寺、薬師寺などを見学するなど古都の風情を満喫していました。

トレド市は、古くローマ時代の

昔から栄えた古都です。奈良市とは昭和四十七年に姉妹都市提携を行い、文化・観光などで交流を深めています。



「友好親善を深めましょう」と、西田市長と握手をかわすモリナ・ガルシア・トレド市長



西大寺で大茶盛を楽しむトレド市長夫妻

人権を確かめあう 市民集会に800人

七月は「差別をなくす強調月間」。そのメイン行事として、

人権を確かめあう市民集会が七月十三日、市史跡文化センターで開催され、市民約八百人が参加しました。



「ヒミコ伝説」を演じる新屋英子さん

まず、子どもたちが人権について書いた作文を朗読。続いて、西田市長が「人が人を差別することはあってはならないことです。一日もはや、差別をしない、されない社会をみなさんと力をあわせて作っていきましょう」とあいさつしました。

その後、記念公演として舞台女優の新屋英子さんの一人芝居「ヒミコ伝説」が上演されました。これは部落差別により文字を奪われた女性が生きる希望とより所を見つけていく姿を表現した芝居で、新屋さんの熱演に参加者は心をうたれ、人権の大切さを再認識していました。

ベルサイユ夏期大学に二女性が留学

奈良市の姉妹都市フランス・ベルサイユ市で開かれる「ベルサイユパリ第10国際夏期大学」に市から八尾由美さん（22歳、南肘塚町）と入部紹子さん（42歳、朱雀五丁目）の二人が八月一日から二

十三日まで留学し、フランス語とフランス文化を学びます。同大学への市民留学は、国際理解に必要な外国語の習得、外国人との交流を通じて国際的視野を身に付け、相互の理解と信頼を深めてもら



八尾 由美さん



入部 紹子さん

うとするもので、今年で四回目。八尾さんはフランス語専攻の大学生。「ベルサイユでは多くの人に奈良の良さを紹介していきたいです。また、学んできたことを、現在ボランティアでやっている学生ガイドに生かしていきたいと思っています」と話していました。

また、入部さんは、フランス語を専門学校で学んでいる主婦で、「フランス語は五年くらい前から通訳・翻訳家を目指して本格的に勉強をはじめました。ベルサイユでは、いろいろと見聞を広めてきて、通訳・翻訳に役立てたい」と抱負を述べていました。

減らそうごみ
生かそう資源

家庭から始めよう

「ごみ・ダイエツト」

わたしたちが生活していくうえで、必ず出るごみ——このごみがここ数年急激に増え、環境清美工場は、今や飽和状態。そこで、考えてくださいごみのダイエツト（減量）、そして実践していただきたい身近なことから……。



不用になった新聞、雑誌などの紙類、ジュースのあき缶などは、再利用できる大切な資源です。

昨年、市内で出されたごみの量は、一日に約三百四十三ト、一年間で、およそ十二万五千三百トにものぼっています。これは、ごみ収集車約六万二千七百台分に相当します。もし、この車をずらっと並べたとしたら約三百四十メートル。奈良から京都を経て、新幹線で静岡まで行く距離と同じほどになってしまいます。

また、市民一人当たり換算すると、一日約一・〇グラム、年間で三百六十グラム近いごみを出していることになります。

高くつくごみ処理

みなさん、ごみ処理にいたいどれくらい費用がかかるかご存知でしょうか。

奈良市では昭和六十三年

度でざっと三十七億七千万円。一トのごみを処理するのに三万一千円の費用がかかっています。市民一人当たり換算すると、年間約一万一千円にもなります。これは、もちろんわたしたち一人ひとりの税金でまかなわれているのです。

ごみがこれからもどんどん増え続ければ、市の財政に占めるごみ処理費用の比重も増え、わたしたち自身のごみの税金で強く圧迫されることになります。

1日100gで大きな節約

では、わたしたち一人ひとりが一日に捨てるごみを、百グラム減らしたらどうなるでしょう。

年間約一万三千トほどのごみの減量となります。

その処理に費やされるわたしたちの税金が、約四億円も節約される計算になるのです。

ダイエツト1 ライフスタイルを一人ひとりの見直そう

昭和四十年代に起きた「ごみ戦争」は、出されたごみをいかに処理するかという問題でした。

しかし、近年のごみ問題は住民のごみの出し方を含めて、いかにごみを減らすかがテーマです。

まずできることは、ごみになるとわかってる物を、家庭に持ち込まないことです。スーパーやデパートの

ダイエツト2 ごみを出すときは分別をしてから

奈良市では、ごみを「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」「大型ごみ」「有害ごみ」の四種類に分別収集し処理しています。しかし、家庭での分別がまだ徹底されていないのが現状です。

もし、燃やせないごみが焼却施設で処理されると、焼却効率を低めるだけでなく、焼却炉を痛める結果となり、その分ごみ処理の経費がかさんでくることになります。

家庭でのごみの分別は、ごみ処理の効率を高めるだけでなく、古紙やあき缶など、単にごみとして片付け

過剰包装もそのひとつ。

「これはごみになるな」と思ったら、なるべく少ない包装にしておいて家に持ち帰るようにしたいものです。

ごみを出すのは人間だから、人間はごみを減らすこともできる——ライフスタイルを一人ひとりが見直し、ごみを減らせるところでは減らしていく努力をしていきたいものです。

ているものを、再利用できる「資源」として拾い出すためにも大切な作業です。

特に、最近燃やせるごみの中に、不用になった新聞や雑誌、ダンボールなど、紙類の含まれる割合が高くなっています。昨年のごみの組成分析の結果でも、約47%が紙・布類で、そのほとんどが資源として再利用できるものです。

これを各家庭でまとめ、古紙回収業者に引き取ってもらえば、大きなごみの減量になります。ちょっとした努力が地球の緑を守る大きな力となるのです。

道路交通法の一部が変わります

9月1日から

今回の主な改正ポイント

ポイント1 初心者運転期間制度の新設

趣旨

免許取得後1年未満の初心運転者による事故が多いことから、初心運転者が慎重に運転するよう「再試験」の仕組みを設けるとともに、一定の基準に達した人には再教育などを行うというものです（平成2年9月1日以降に免許を取得した人が対象）。

- ① 普通免許、二輪免許または原付免許について、免許の種類ごとに取得後1年未満を初心運転者期間とし、その間に違反などを犯し一定の基準（合計3点以上。ただし、3点の違反1回で3点に達した場合は除く。）に該当した人に「初心運転者講習」が行われます。
 - ② ①の基準に該当する人が、「初心運転者講習」を受講しない場合や、講習を受けてもその後初心運転者期間が終了するまでの間に違反などを犯し一定の基準（合計点数3点以上。ただし、3点の違反1回で3点に達した場合は除く）に該当した場合は、再試験が行われます。
 - ③ 再試験に合格しなかった人、正当な理由なく再試験を受けなかった人の免許は取り消されます。
 - ④ ③による取消処分を受けた人については、欠格期間（免許を取得できない期間）がありません。
- ◎初心運転者講習の内容
運転実技演習、危険予知訓練など、計7時間程度行われる予定です。

ポイント2 取消処分者講習制度の新設

趣旨

運転免許を取り消された人の多くが欠格期間終了後免許を再取得していること、再取得後の事故が大変多いことから、事故防止を図るため、過去に免許の取消などの処分を受けた人（1の初心運転者期間制度による取消しを除く）が免許を再取得しようとする場合に、新たに教育の機会を設けようというものです（平成2年9月1日以降に免許申請をした人が対象）。

- 過去に取消処分を受けた人が欠格期間（免許を与えられない期間）経過後運転免許試験を（再び）受けようとするときは、過去1年以内に公安委員会が行う「取消処分者講習」を受講していなければ、免許試験を受験できません。
- ◎取消処分者講習の内容
運転適性検査、カウンセリング、運転適性診断など、計13時間程度（2日間）行われる予定です。

ポイント3 免許証の有効期間に関する規定の整備

- 免許証の有効期間の末日（免許取得（更新）後の3回目の誕生日）が、祝日、日曜日など行政機関（運転免許窓口）の休日に当たるときは、その翌日を有効期間の末日とみなすこととしました（これによって、更新期間も翌日までのびることとなります）。
- 行政機関の休日として定められるのは次のとおりです。
- ①日曜日 ②国民の祝日に関する法律に規定する休日
 - ③12月29日から翌年の1月3日までの間 ④毎月の第2土曜日または第4土曜日
- （くわしくは、奈良・奈良西両警察署の交通課へ）

ダイエツ 3

使えるものは
リサイクルしよう

わたしたちが家庭で使わなくなった家具、電化製品など「粗大ごみ」と呼ばれるものがあります。これらの特徴は、修理すればまだまだ使えるものが少なくないということですが、ごみとして捨てるのではなく、資源として有効にリサイクル（再利用）してみませんか。

リサイクルには、つぎのような利点があります。

- ①ごみの減量に役立ち

- ②資源を大切にすることを育てる
 - ③地域のコミュニケーションを深める
- 町内会や子ども会、その他各種のグループが実施する不用品交換会などを積極的に利用したいものです。
- また、地域のコミュニケーション紙で情報を交換するというのも一案です。資源ごみの再利用について、みんなで話し合ってみてはいかがでしょうか。

ダイエツ 4

集団資源回収を
地域で進めよう

家庭から出される紙類、金属類、衣類、びん・ガラス類は、再資源・再利用できる大切な資源です。これらをごみとして捨ててしまうことは、資源に恵まれないうわが国にとってたいへんもったいない話です。資源回収の形態には、古紙回収や酒店での引取りもありますが、実際には大部分のものがごみに出されています。これらの資源の回収を、業者が一軒一軒まわって回

最近では、この集団資源回収を行う地域が増え、市内では現在五百以上の自治会で実施されています。市でも、昭和六十一年度から「モデル地区」を設定

し、集団資源回収を促進しています。この集団資源回収は、資源の有効利用やごみの減量ばかりでなく、地域のコミュニケーションにも大きく役立ちます。ぜひ

みなさんの地域で実践してください。

△集団資源回収に関心のある地域の方は、企画総務課（☎3001）へご連絡ください▽



地域で力を合わせれば、資源回収もスムーズ（六条緑町三丁目での集団資源回収）

読んだあとで、「ああ良かった」と思わず大息が出るような本です。クリスマス・イブに出てくる亡霊たちによって、不思議な体験をしたという、けちで冷たい心を持った主人公が、再び優しい心をとるもどすというこの話。筋がとてもおもしろく、子どもでも楽しんで読めると思います。

人間は、欲とか利己主義とか、いろいろ汚いものに染まってしまうけれど、本当はだれもが善人であって、根っからの悪人なんていないと、この本を読んで思うのです。ほのぼのと、幸せな気分になります。ほのぼのと、幸せな気分になります。ほのぼのと、幸せな気分になります。

BOOK

私の好きな本



「クリスマス・カロール」

ディケンズ 著

石村 光都子 (24歳)
南肘塚町

妹さんといっしょの田中さん (右)



大仏前の交差点を東へ、県新公会堂を左手に見ながらまだまだ東へまっすぐに行くと、左へは若草山入口へ行ける三つ角に案内図が立っています。

この辺まではたくさん来られると思いますが、もう一步東へ進むと春日山遊歩道に入ります。ちょうど月日亭の門の横からは車も進入できなくなり、春日山の原始林が広がります。

私は去年の十一月から、健康のために、このコースを妹と二人で週に二〜三回歩いていきます。奈良

春日山遊歩道

奈良ぶらり散歩

田中 美禰子 (43歳)
朱雀一丁目

良市内にこんなに広くてすばらしい自然が残されていることに感激しています。残念なのは、ほとんど人に出会わないこと。

秋に紅葉あり、冬にはしーんとした静けさがあり、三月にはうぐいすが発声練習を始め、さくら、新緑と続き、六月には生まれたてのとても可愛い赤ちゃんを連れたお母さん鹿を見かけます。夏はせみのにぎやかな鳴き声でいっぱい。木陰の道なので空気がひんやりして気持ちがいい！ 若草山頂上まで歩いて約四十分。四季折おりの楽しみがあり、何回歩いても毎回が初めてのように新鮮です。

こんな身近な自然の良さを多くの人に味わってもらいたいし、また、このきれいな自然を守るためにはみんなが自分のゴミは持ち帰るよう心がけたいと思うのです。



ご投稿を 待っています!

市民のみなさんが自主的に活動しておられるサークル、あなたの好きな本・映画・音楽などを紹介する場にしてください。

また、お気に入りの場所やそのコース(奈良市内)、またわが家のユニークなアイデアやくふうなどなど…。まちや家庭での楽しい話題、情報もお寄せください。

お便り(電話も歓迎)は、市役所広報公聴課(〒630二条大路南一丁目1-1 ☎1111)へ。

わが家のひとくふう

簡単な ご飯の炊き方

夏休みで、子どもが家の手伝いをする事が多くなります。そこで、子どもと一緒に作れる簡単なご飯を二つ紹介します。

△赤飯▽材料はあずき一に対してもち米は二、うるち米は三の割合。

- ①あずきは洗って魔法ビンの中に入れ、熱湯を上までそそいで一晩おく。
- ②次の日、洗った米・もち米に①のあずきを加え、①の熱湯を米・もち米に見合うだけ入れて炊飯器で炊く。
- △シーチキンご飯▽
- ①冷蔵庫に残っているくず野菜(大根、にんじん、ピーマンなど)をみじん切りにする。
- ②洗った米と、それに見合った水を入れ、シーチキン一缶を汁ごと加え①も加える。
- ③塩・味の素・しょうゆで味をととのえて炊く。

赤飯はこうするとあずきをゆでる手間が省けますし、シーチキンご飯は冷蔵庫のそうじができて、なかなか重宝します。

東垂水八代美 (33歳)
青山三丁目



夜空を彩る朱雀門

史跡朱雀大路跡で開かれるならまっりのシンボルは、会場北正面に仮設復元される“朱雀門”。

毎夜7時。朱雀門に飾られた400個以上のちょうちんに灯がともると、あでやかなシルエットが夏の夜空に浮かび上がります。

ならまつり'90

ガイド

とき：8月17日(金)～19日(日)

ところ：史跡朱雀大路跡
(二条大路南三丁目)

プレイベント(大あんどんまつり)は、
14日午後5時からJR奈良駅南
～春日大社一の鳥居までの三条通りで

新しい奈良の夏の風物詩として、昨年から始まった「ならまつり」が、今年も盛りだくさんのイベントで、まもなく開幕します。

ならまつり'90の情報は、テレフォンサービス(☎04-3699)で案内しています。

おどってみなきゃわからないこの楽しさ!

ちよいちよいおどり

ならまつり'90の呼び物は「大和行列・ちよいちよいおどり」。

天保時代に近畿一円で踊られたというこのおどりを現代によみがえらせ、全国各地にひろめませんか。衣装もおどりも自由に、奇想天外な発想で、おどりを思いっきり楽しみましょう。

タイムスケジュール

		3:00	4:00	5:00	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00
8/14 (火)	JR奈良駅 ～三条通り			大あんどんまつり					
8/17 (金)	ステージ まつりひろば	オープニング パレード	にこブンショー、市民にステージ開放		オープニングセレモニー(日韓太鼓共演・OSKレビューなど)				
		移動遊園地・子どものあそびコーナー							
8/18 (土)	ステージ まつりひろば	アマチュアグループのロックコンサート				PIZZAライブ			
		移動遊園地・子どものあそびコーナー							
8/19 (日)	ステージ まつりひろば	ファイブマンショー・ちびっこのど自慢大会・少年少女合唱団など				ちよいちよいおどり	サーチライトショー	エンディング	
	パレード会場	移動遊園地・子どものあそびコーナー							
				大和行列・ちよいちよいおどり					

楽しさ

いっぱいの 3日間

お店もいろいろ

会場の両側には、奈良時代の東市と西市に見立てた出店がずらりと80店。
昔ながらの夜店をしのばせる「きんぎょすくい」や「たこやきや」、現代のフリーマーケットなど趣向を凝らしたお店が、みなさんを楽しませてくれます。

14日(火) フレイバント・大あんどんまつり

春日万灯ろうの宵、JR奈良駅から三条通りを春日大社一の鳥居まで、市民の手づくりの大あんどんがパレード。古都の夜に浮かぶ数々の大あんどんが目を楽しませてくれます。

17日(金) ならまつり'90開幕

午後3時、ならまつり'90の開幕。パレードやマーチングバンドがおまつりムードを盛り上げます。

まつり広場の移動遊園地、出店も一斉に開店。

ステージでは、にこブンショー、市民参加の楽しいステージが繰り広げられます。

午後7時、朱雀門に灯が入り、夜空に浮かびあがった朱雀門をバックに日韓太鼓の共演、OSKレビューなどの舞台が催されます。

18日(土) ロックでヤングパワー全開 まほろばん'90

ステージに、アマチュアのロックバンドが続々と登場。午後7時50分からは、奈良市出身のロックバンド「Pli:Z」のライブステージが開かれます。

19日(日) 都大路に おどりの旋風 ちよいちよいおどり

ファイブマンショー、ちびっこのだ自慢など子どもたちの楽しいステージが繰り広げられます。

午後5時、このまつり最大の呼び物「大和行列・ちよいちよいおどり」がスタート。市役所前から会場まで、おどりのふん装もにぎやかに、大宮通りをパレード。そのまま会場で、ちよいちよいおどりの大乱舞。おまつりは一気に最高潮。やがて夜空にサーチライトショーが繰り広げられ、子どもたちの大合唱で3日間のまつりの幕が閉じられます。



ならまつり'90会場案内図



会場へは 無料送迎バスを

会場周辺には駐車場がありませんので、つぎの無料送迎バスをご利用ください。

- 運行時間 8月17日～19日午後2時半～9時半に30分ごと
- 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5番のりば
③近鉄学園前駅南口
④近鉄西大寺駅南口

◇う回にご協力下さい

8月19日(日)午後5時～7時、大和行列ちよいちよいおどりのパレードのため、大宮通りの市役所～会場までの間が、大変混雑いたしますので、う回にご協力ください。

人生はまず健康の自己管理

本格的な高齢化社会を迎え、心身共に健やかな生活を送ってもらうため、市では「老人保健法」に基づく各種の保健事業を行っています。中でも、壮年期からの健康づくりと、成人病の予防をめざして、9月1日から11月末まで行う一般健康診査の内容を中心にお知らせすると

もに、受診率の推移などを紹介します。また、その他同法に基づく各種保健事業の概要も紹介し、早期発見、早期治療が大切な成人病の予防について市民一人ひとりが自分の健康を過信せず、真剣に考えてもらいたいと特集しました。

さらに、ママさん特派員のコー

ナーで神功三丁目の奥田敦子さんに、死亡率は第三位ながらも、後遺症で苦しんでいる人が増えているという脳卒中などの病気で倒れた人で組織する「脳卒中友の会（桜の会）」代表の柏木さんや市立奈良診療所の平岡医師から健康の大切さをレポートしてもらいました。

40歳以上の人は一般健康診査の受診を

●一般健康診査

40歳以上の人が対象で、市内の医療機関（国立奈良病院を除く）ならどこでも受けられ、料金は原則として無料です。

診査の内容は問診、検尿、血圧測定、内科診察と肝機能検査です。また、必要に応じて精密診査（65歳未満の人は有料）も実施します。

自営業の人や主婦など、平素検診を受ける機会のない人は、特にこの機会を利用してください。

（40歳～64歳）（大正15年4月1日～昭和26年3月31日

生まれ）の人

9月1日から11月30日までの3カ月間実施。該当者には8月下旬に受診票を郵送。精密診査を受ける人は、個人負担金千円を医療機関で支払う。

（65歳以上（大正15年3月31日以前生まれ）の人）

10月1日から11月30日の2カ月間実施。該当者には9月下旬に受診票を郵送。

（寝たきりの人）

40歳以上の寝たきりの人には医師による訪問健康診査を実施。この診査を受けるには申請が必要で、

代理の人が市衛生課または市保健センター（いずれも二条大路南一丁目、☎1111）で手続きをしてください。

●一般健康診査受診率の推移

一般健康診査の受診率は平成元年度には対象者（訪問健康診査を除く）七万八、七〇〇人に對し、三二・七、九九人が受診し、受診率は四一・七％となっています。老人保健法が施行された昭和五八年度の一三・九％に比べ三倍となり、受診者数も同様に増加を示しています。

下表の棒グラフでは、50

歳代が昭和60年度から、また40歳代は61年度から、それぞれ急激に増えているのがわかります。これは「市民だより」でのお知らせに加え、50歳代は60年度から、40歳代は61年度から個人通知を始めたことが第一の要因ですが、それにもまして、40・50代の人の健康に対する関心度が高くなってきたことがはっきりと表われています。特に、何かとストレスがたまりやすい40・50代の人は、年に一度の受診チャンスの活用を勧めます。

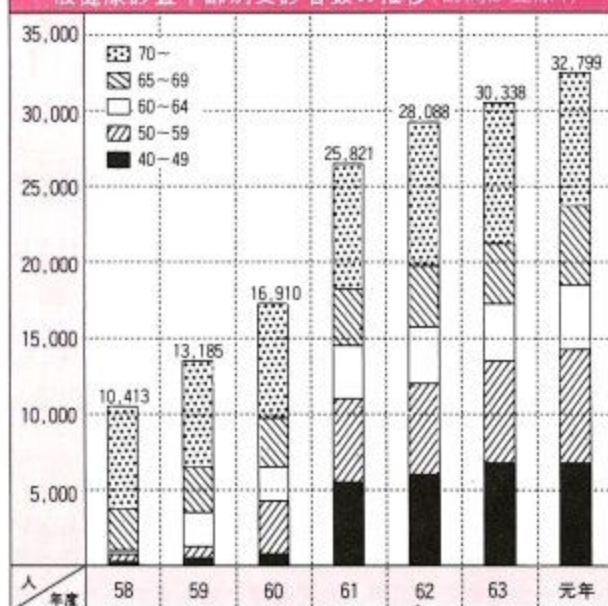
老人保健法とは

この法律は昭和58年2月に施行されたもので、同法の保健事業は、脳卒中、心臓病、がんなどの成人病が、国民の死因の過半数を占め、国民医療費においても大きな割合を占めていることから、壮年期からの健康づくりとこれらの成人病の予防、早期発見、早期治療を図るとともに、脳卒中の後遺症などで苦しむ人ができるだ

け寝たきり状態にならずに、家庭生活をできるようにし、その自立を促進、援助することを主眼とするものです。しかしながら、保健事業が真にその効果をあげるためには、自分の健康は自分で守るという自己責任の意識を普及させることも重要なこととして位置づけています。

同法の保健事業として規定されているのは、
①健康手帳の交付
②健康教育
③健康相談
④健康診査
⑤機能訓練
⑥訪問指導
などです。

一般健康診査年齢別受診者数の推移（訪問診査除く）



「老人保健法」による各種の保健事業



健康手帳交付

40歳～69歳（70歳以上は交付済み）の人に希望に応じて交付。この手帳は各種検診受診の記録などを記入し、自分の健康管理に役立てる。交付希望者は市衛生課・市保健センター・各出張所までお越しを。無料。

成人健康相談

40歳以上の人とその家族が対象で、毎月第3水曜日に医師が相談に応じる。

成人病をはじめ健康についての心配事や相談がある人は事前に電話で市保健センターまで申し込む。

相談時間は午後1時半から。料金は無料。相談と同時に希望者には血圧測定や検尿なども行い、健康手帳も渡します。

成人歯科健康相談

40歳以上の人とその家族が対象で、毎月第3木曜日に医師による無料相談。

むし歯、歯槽膿漏、入れ歯、歯磨きなどの歯や口に関する相談は電話で市保健センターへ予約。相談時間は午前10時から正午。

訪問指導

40歳以上で家庭で寝たきりの人を対象に、保健婦などが訪問し、療養や介護の仕方を指導。希望する人は電話で市保健センターへ。

成人健康教室

年数回市保健センターや公民館などで開く。申し込み制で「ならしみんだより」で通知。無料。

各種がん検診

胃・子宮・乳がん検診があり「ならしみんだより」で通知。胃がんは35歳以上、子宮・乳がんは30歳以上。電話で受け付け、胃がんは胃のレントゲン検診車が巡回し、子宮・乳がんは県登録医院（平成2年5月1日号「ならしみんだより」に掲載）で個別検診。

ママさん特派員の眼

神功三丁目 奥田 敦子

自分の健康を過信しないで

みなさん、毎日、生き生きとお過ごしですか。頭が重い、胃が痛む、動悸がする、体がだるいなどの症状はないですか。日本人の死亡原因の約62%（下表参照）が成人病（がん、心臓病、脳卒中）によるものです。これらの病気は自覚症状がないまま



脳卒中友の会「桜の会」を主宰する柏木さん（右）から取材するママさん特派員の奥田さん（左）

進行することが多く、気付いた時にはすでに手遅れの場合もあるという恐ろしい病気なのです。その病気の一つである脳卒中で倒れ、失意のどん底からたゆまぬ努力で見事に回復し、現在、奈良脳卒中友の会「桜の会」を主宰されている柏木知臣さんのお話を伺いました。元ホテルマンで61歳という柏木さんは、ビシッとしたスーツに身を包み、開口一番「こんな苦しみは私どもだけでよい。ほかの健康な人にはなあってほしくない」と熱っぽく語られました。発病前は風邪一つ引いたことがないほど元気で、毎日仕事をバリバリとこなし、それがまた生きがいだったとおっしゃいます。

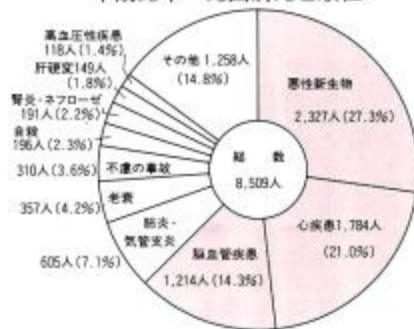
「自分の体を過信していたんですね」と、しみじみと話された言葉が印象的でした。

健康は人生そのもの

つぎに、医師の立場からの健康に対するアドバイス。を奈良診療所の平岡昭子所長から伺いました。笑顔がとても素敵な方で「健康は人生そのものです。自分自身で健康について考え、自分に合った健康法を試みることでですね。その一つとして頼りになるホームドクターを持つことも大切

今ではリハビリテーションに励み、会員同士生きがい求めて明るく第二の人生を歩んでおられます。なお、同病で苦しんでいる人は「桜の会」（西大寺国見町、☎0230、柏木さん）まで連絡してほしいとのことでした。

平成元年 死因別死亡順位



児童扶養手当・特別児童扶養手当の更新手続きを

現在、児童扶養手当または特別児童扶養手当を受けている人は、8月分の手当を受け取った後、更新手続きをしてください。手続きの方法などについては、8月上旬に各受給者あてに通知します。

なお、これらの手当の受給資格は次のとおりです。該当者でまだ受給申請をしていない人は、すぐに市役所児童福祉課で手続きしてください。

は父が重度の心身障害（身障手帳1・2級の一部）の状態にある児童を養育している人で、つぎの各要件を満たす人が受給できます。

▽受給要件：①国民年金（老齢福祉年金を除く）、厚生年金など公的年金を受けていない ②平成元年中の所得が制限額未満である ③児童が18歳未満（重度の障害児の場合は20歳未満）である ④児童が福祉施設に入所していない ⑤昭和60年8月1日以降に手当の支給要件に該当してから5年を経過していないこと。

障害のある20歳未満の児童を養育している人で、つぎの各要件を満たす人が受給できます。

▽受給要件：①平成元年中の所得が制限額未満である ②児童が福祉施設に入所していない ③障害を理由とする年金を受けていない。

特別土地保有税の申告納付は今月中に

平成元年7月1日～平成2年6月30日に、市内で五千平方メートル以上の土地を取得した人には、「特別土地保有税」がかかります。申告納付期限は8月31日です。該当する人は、市役所資産課へ申告してください。

老齢福祉年金の定時届をお忘れなく

現在、老齢福祉年金を受けている人は、8月期の年金を受け取った後、定時届の手続きをしてください。定時届は今後1年間の老齢福祉年金受給資格を決めるのに必要な届です。この届け出をしないと年金を受けることができません。届出の方法などは、8月10日までに各受給者に、はがきで通知します。手続きには印鑑、通知はがき、福祉年金証書を持ってきてください。

なお、老齢福祉年金、障害基礎年金（障害福祉移行

節水にご協力を！

～水は限りある資源です～



梅雨も明けて本格的な夏空が見られるようになりました。

水銀柱もうなぎのぼりになっていますが、それと同様、水道の使用量も急上昇しています。

炎天下での仕事やスポーツのあとののど渇きに水は欠かすことのできない大切なものです。

水道局では、水源対策や送水対策などの長期的な計画を策定して市民のみなさんに水道を十分に使用していただけるよう万全の態勢をとっています。しかし、水は限りある資源として有効に使っていただくよう今までからお願いをしています。

次のような方法により水の有効利用にご協力ください。

○蛇口はこまめにしめましょう

歯をみがく間は水を止め、顔は洗面器にためて洗いましょう

○洗たくものは、洗剤洗いのあと必ず脱水しましょう

すすぎの前に一度脱水すれば、洗う水の節約になります

○洗車はバケツでしましょう

○お風呂の残り水は、洗たく、掃除、水まき、洗車などに使いましょう

以上のような方法以外にもいろいろな工夫をこらして水道水のムダ使いをなくしましょう。

水道局

市営住宅空き家の入居者募集

【募集】①第18号市営住宅（六条西一丁目）の第一

家屋の実態調査にご協力を

市では、新築・増改築家屋を中心に家屋の実態調査を行っています。この調査は、固定資産税の課税に必要なものです。調査のため、資産課税の職員が各家庭を訪問します。で、ご協力をお願いします。なお、係員は調査員証を持っています。ご不審の場合は提示を求めてください。問い合わせは市役所資産課へ。

臨時保母さんを募集します

市立保育園の保母が出席や傷病のため、長期の休養を必要とする場合の代替保母を募集します。

満50歳までの保母資格を持った人で、臨時保母を希望する人は、市販の履歴書に写真と保母資格取得の証明書の写しを添えて、市役所児童福祉課へ持参または郵送で申し込んでください。申し込み者は、産休など代替保母として登録簿に記載し、必要に応じて雇用します。雇用期間は1～6か月以内。

くわしくは問い合わせしてください。

＜本人所得制限額＞					
扶養親族	0人	1人	2人	3人	1人増すごとに
老齢福祉年金	1,456,000	1,806,000	2,156,000	2,506,000	350,000円
障害基礎年金	2,468,000	2,818,000	3,168,000	3,518,000	加算
(障害基礎年金は受給権者本人所得のみ適用)					
＜配偶者、扶養義務者所得制限額＞					
扶養親族	0人	1人	2人	3人	1人増すごとに
一部減額	3,204,000	3,453,000	3,666,000	3,879,000	213,000円
全額支給停止	5,688,000	5,937,000	6,150,000	6,363,000	加算
＜老齢福祉年金受給者のみ適用＞					

種住宅4戸、第二種住宅2戸 ②第20号市営住宅（二名町一九二五）の第一種住宅1戸 ③第16号市営住宅（西木辻町一六五）の第二種住宅3戸（母子向） ④第20号市営住宅の第二種住宅1戸（高齢者向）

【申し込み】受付：①～③は8月20日～22日で抽選は24日。④は8月27日～29日。受付場所は市役所2階第2会議室。申し込み書：市役所住宅課、西部・北部両出張所で8月10日～22日に希望者に渡します。④は29日までで市役所高齢者福祉課でも配布。

【問い合わせ】市役所住宅課

棚田嘉十郎翁・溝辺文四郎翁顕彰会の総会・講演

明治から大正にかけて、私財を投じて平城宮跡保存運動に挺身した棚田嘉十郎氏と溝辺文四郎氏の功績をたたえるため、棚田嘉十郎翁・溝辺文四郎翁顕彰会では、つぎのとおり平成二年度総会と顕彰行事を展開します。

＜と き＞8月16日（木）午後6時～8時20分
＜と ころ＞市史跡文化センター（三条大路一丁目）

＜内 容＞①総会
②講演会
・棚田嘉十郎翁像の制作にあたって 江里敏明さん（彫刻家）
・「棚田嘉十郎の妻・イエについて」 中田善明さん（作家）
・「奈良・心のふるさと」 宮川大助・花子さん

＜定 員＞800人（当日、直接会場へお越しください）

顕彰会会員を募集します

顕彰会では、この会の目的に賛同される人の入会を呼びかけています。会費は年額一口千円（口数制限なし）です。

くわしくは同顕彰会事務局（市役所広報公聴課内）へ問い合わせてください。

高齢者能力活用バンクに登録しましょう

高齢者の豊富な経験、知識、技能を社会に役立てて

大学・短大卒業予定者の の合同求人説明会

来年3月の大学・短大卒業予定者を対象に、県内の企業約50社が参加し開催されます。

と き：8月30日（木）午後1時～4時半 △と ころ：エール・おおさか（大阪府立労働センター）5F（大阪府中央区北浜東三丁目一四、京阪・地下鉄谷町線「天満橋駅」西へ200m） △問 い 合 わ せ：県職業安定課（☎1101）

防火ポスターを募集

秋の火災予防運動（11月9日～15日）に先がけ、「防火」をテーマにしたポスターをつぎの通り募集し

ます。テーマ：火災の恐ろしさや防火の重要性を訴えたもの（今年の全国統一防火標語は「まず消そう 火への鈍感 無関心」）▽作品：四ツ切り画用紙に絵の具・クレパスを使用▽応募資格：小学4～6年生▽応募：必ず学校を通じて9月8日までに必着で、市消防本部予防課（☎51191）へ。

「わが家の交通安全」を テーマに作文を募集

歩行者、自転車利用者、ドライバーといろいろな立場にある家族のみなさんが、日ごろ交通安全について考え、話し合った内容や方法、その結果実行していること

などを作文にしてください。【応募方法】小・中学生：400字詰原稿用紙3枚以内。作品に題、住所、氏名、学校名（所在地も）、学年、電話番号を書いて、朝日日本交通福祉協会（〒101東京都千代田区外神田二丁目一七 ☎03125512081）へ9月20日までに▽母親・一般の部：400字詰原稿用紙5枚以内。作品に題、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を書いて、総務庁交通安全対策室（〒100東京都千代田区霞が関三丁目一 ☎03150612872）へ9月20日までに。優秀作には賞が贈られます。

バザーの出品物の 寄贈を求めています

精神薄弱児通園施設「奈良好鹿園」が、9月18日（火）に市中央公民館（上三条町）で開くチャリティバザーへの出品物の寄贈を求めています。バザーの売上金は同園児の療育器材などの購入にあてられます。寄贈される人は8月下旬までに同園（☎5811）へ連絡してください。

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

夏休み親子のふれあい教室 世界最大級の水族館

富雄公民館

〒631 鳥見町二丁目九 ☎53386

初心者のためのワープロ教室 と き：8月28日（火）30日（木）9月4日（火）6日（木）の全6回。午前の部は9時半～正午、午後の部は1時半～4時 △定員：各部成人20人 △締め切り：8月15日

富雄南公民館

〒631 中野五〇一三 ☎33066

年、電話番号を書いて締め切り日までに必着で。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、材料費は自己負担です。

登美ヶ丘公民館

〒631 中登美ヶ丘二丁目 ☎7431

古典学習「万葉集の集い」奈良とかかわりの深い万葉集を学び、私たちの郷土奈良への愛着を養っていただきます。

と き：9月18日～12月18日の毎月第3火曜日午前10時～正午（10月は第2火曜日） △定員：成人50人 △締め切り：9月4日

八重桜祭 出場者募集！

市民のみなさんが日ごろ練習された芸能の成果を、思う存分発揮していただく市民文化フェスティバルです。

と き：11月10日（土）・11日（日）
と ころ：市史跡文化センター

部 門：舞踊（日舞・洋舞など）、民謡、詩吟、謡曲、演劇、コーラス、楽器演奏、バンド演奏など

申し込み 市役所文化課に備え付けの用紙で8月31日までに。多数の場合抽選。出演時間は団体（5人以上）15分、個人（4人以下）は5分です。会場・舞台使用料は無料ですが、衣装代・小道具などの借用料、楽器などの運送料は各自で負担。くわしくは市役所文化課へ。

その他

「海遊館」見学と「サンタマリア号」でのクルーズを楽しみます。

と き：8月23日（木）午前9時～午後5時 △定員：富雄中学校区の小・中学生とその保護者20組 △費用：大人3千円、中学生2千円、小学生1千500円 △締め切り：8月11日

催し・教室

フォーラム'90
— N 奈良

創造的で豊かな男女共同
型社会の実現を目指す学習
の場として開催します。

とき：9月13日、10月11
日の毎週木曜午後1時～
3時 △ところ：市中央公
民館（上三条町）▽定員
：80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8月20日
までに必着で市役所婦人青
少年課へ。多い場合は抽選。

総合福祉センター

〒631 左京五丁目三—
☎ 07770
FAX 07773

サマー・スクール 知的
障害者がジャズダンス・カ

なら・
シルクロード講座

〈日 程〉 時間は午後1時半～3時

9/1 (土)	「バーミヤーン発掘」 樋口隆康・奈良県立橿原考古 学研究所長
10/6 (土)	「シルクロードの言語」 庄垣内正弘・神戸市立外国語 大学教授
11/10 (土)	「シルクロードと音楽」 櫻井哲男・国立民族学博物館 助教授
12/1 (土)	「大谷光瑞師と大谷探検隊」 井ノ口泰淳・電谷大学名誉教授

〈と ころ〉 ならまちセンター市民ホー
ル（東寺林町）

〈定 員〉 300人

〈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、8月20日まで
に必着で中央図書館「なら
・シルクロード講座」係
（〒630東寺林町38 ☎ 296
101）へ。

ラオケを楽しむ催しです。

とき：8月26日（日）午前10
時～午後3時▽定員：18

歳以上の知的障害者20人と
その保護者▽持ち物：上

ばき・タオル・着がえ・弁
当▽申し込み：はがきに

住所、氏名（保護者名も）、
年齢、電話番号を書いて8

月19日までに必着で。

点訳ボランティア養成講
座

とき：9月6日、12月
20日の毎週木曜午前10時

（正午）（10月11日は休み）
▽定員：市在住・在勤の20

人▽申し込み：はがきに
住所、氏名、年齢、性別、

電話番号を書いて8月25日
までに必着で。多い場合は

抽選。

サンパビリ
テイーズ奈良

〒631 左京五丁目三—
☎ 07775
FAX 07773

家族カーニバル プール
・体育館でレクリエーショ

ンゲームを楽しむます。

とき：9月2日（日）午前10
時～午後3時▽定員：小

学生以上の知的障害者・児
肢体不自由者・児とその家

族40組▽費用：保険料1
家族150円▽申し込み：は

がきか電話で住所、氏名、
年齢、電話番号、障害の種

類、参加人数を明記して8
月19日までに。

母子福祉センター
「母と子の家」

〒630 西本辻町一五九—二四
☎ 2552

夏休み母と子の陶芸教室
とき：8月19日（日）（午前

8時半～同50分集合）。雨
天決行▽行き先：信楽陶

苑（滋賀県信楽町）▽対
象：母子家庭の母と高校生

までの子▽その他：費用
は無料。昼食は用意します

▽申し込み：はがきに住所
母子の氏名、年齢、学年、

電話番号を書いて、8月15

日まで必着で。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

日までに必着で。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

市役所婦人青少年課へ。

子ども会育成者研修会

子ども会活動に必要な理
論・実技を学びます。

日程：左表▽定員：子
ども会育成者とその志す

人各回50人▽申し込み：
はがきに希望回、住所、氏

名、電話番号、子ども会名
を書いて、8月31日までに

な なく な なく なよ」
「ねんねしなさい」ほか
▽問い合わせ：市役所婦人
青少年課

女性のための法律講座

とき：8月23日、9月20
日の毎週木曜日午前10時～

正午▽ところ：県女性セ
ンター▽定員：女性50人

▽内容：「くらしの中の法
律あれこれ」「財産を相続

するには「相続・遺言」
「結婚、離婚すると夫婦

間の法律」など▽申し
込み：往復はがきに住所、

氏名、年齢、電話番号を書
いて8月15日までに必着で

県女性センター「女性のため
の法律講座」係（〒630東

向南町六 ☎ 2300）
へ。多い場合は抽選。

県の子育てセミナー
と相談会

子育てセミナー とき：
8月26日（日）午前10時～11時

半▽テーマ：講師：「乳
幼児期の病気」赤石強司・

天理よろづ相談所病院小児
科部長、「おとうさん、お

かあさんの役割」富田通子・
都跡幼稚園園長。

子育て相談 とき：8月
26日（日）午前10時半～午後3

時▽相談内容：乳幼児の
子育てに関する不安や悩み

など。

※会場はいずれも市中央公
民館（上三条町）。直接、

会場へおこしください。問

い合わせは県社会教育課
（☎ 1101）へ。

県立商科大学が
開学記念公開講座

【特別講演】9月1日（出
発）1時半～3時40分。激動

するソ連・東欧情勢（勝
田吉太郎京都大学教授）

【教養講座】9月12日（出
発）1時～4時15分。「文化

交流史から見た世界と日本」
（上田稗立商科大学教

授）、「経済摩擦と日本の進
路」（三宅順一郎同大学学

長）【専門講座】10月5日、11
月9日に5回。時間は午後

1時～4時。「中小企業の
戦略的思考の基礎」（橋爪

勝次同大学教授）ほか。
【地場産業講座】10月19日

（出）午後1時～4時15分。
「地場産業の役割と新しい

展開」（上野紘同大学助教
授）ほか。

い合わせは県社会教育課
（☎ 1101）へ。

県立商科大学が
開学記念公開講座

【特別講演】9月1日（出
発）1時半～3時40分。激動

するソ連・東欧情勢（勝
田吉太郎京都大学教授）

【教養講座】9月12日（出
発）1時～4時15分。「文化

交流史から見た世界と日本」
（上田稗立商科大学教

授）、「経済摩擦と日本の進
路」（三宅順一郎同大学学

長）【専門講座】10月5日、11
月9日に5回。時間は午後

1時～4時。「中小企業の
戦略的思考の基礎」（橋爪

勝次同大学教授）ほか。
【地場産業講座】10月19日

（出）午後1時～4時15分。
「地場産業の役割と新しい

展開」（上野紘同大学助教
授）ほか。

△会場▽同大学3号館（地
場産業講座は県広域地場産

業振興センター）
△定員▽各講座100人（専門

講座は50人）
△申し込み▽往復はがきに

希望講座名、住所、氏名、
年齢、職業、電話番号を書

いて、特別講演・教養講座
は8月20日までに必着で、

専門・地場産業講座は9月
20日までに必着で同大学学

生課（〒630船橋町一〇 ☎
24978）へ。多い場合

は抽選。受講料は無料。

14

スポーツ

中央体育館開放日

法蓮町 ☎ 1501

【とき】8月11日(土)①午前9時～正午・自由 ②午後1時～4時・混雑時には時間制

【種目】卓球
※学校のクラブ活動はでき

ません。体育館シューズを必ず使用してください。用具のある人は持参してください。

ならやま

屋内温水プール

左京五丁目三ー
〒631 ☎ 07774
FAX 07773

休館のお知らせ 8月14日(火)8月19日(日)は館内清掃・整備のため休館します。

健康



予防接種・検診には母子手帳を忘れずに

子宮がん・乳がんの検診
年一回は受けましょう

●対象 両検診とも30歳以上の女性

●料金 30歳～69歳：子宮がん検診は千円、乳がん検診は400円(医療機関で支払う)

▽70歳以上、生活保護・住民税非課税世帯：無料(申し込み時に申し出を)

●申し込み 両検診とも電話で市役所衛生課か保健センターへ。申し込み後受診票を送りますので、医療機関で受診してください。

検診車で
胃がん検診

早期発見・治療のため、検診車で検診を行います。
●対象 35歳以上の人(6カ月以内に胃部X線を撮った人と妊婦は除く)
●とき・ところ 左表

9/1(土)	田原連絡所
9/27(木)	東之阪隣保館
9/29(土)	朱雀小学校

受付時間は午前9時半～10時半

4カ月児健康診査

●対象 生後4～5カ月の子

●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についての説明と検査紙の発行

●日程
△奈良保健所(西木辻町 ☎ 6171)▽毎月第1・2・3・5火曜日午前9時～10時に直接同所へ
△西奈良保健センター(登美ヶ丘二丁目 ☎ 5911)▽毎月第1・2・3・4月曜日午前9時～10時。各日西奈良地区在住者30人。電話予約が必要。

10カ月児健康相談

●対象 生後10カ月児30人
●とき 毎月第2・3火曜日午後1時
●ところ 奈良保健所(西木辻町 ☎ 6171)
●申し込み 電話で奈良保健所へ。

3歳児健康診査

●対象 昭和62年3月2日～同年9月1日生まれの子
●ところ 西奈良保健センター(西登美ヶ丘二丁目 ☎ 5911)
●内容 身体計測、問診、検尿(尿はきれいな容器に入れて持参)、歯科健診、内科診察、育児指導

成人病教室

9/5(水)	登美ヶ丘公民館
9/11(火)	登美ヶ丘南公民館
9/18(水)	都 跡 公 民 館
10/3(水)	富 雄 公 民 館
10/9(火)	京 西 公 民 館
10/16(火)	二 名 公 民 館

時間は午後1時半～3時半

□内 容 講義「骨粗しょう症について」「カルシウムを多くとる食生活」・試食「カルシウムの多いおかず」
□定 員 各日女性25人
□申し込み 電話で市役所保健センターへ

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。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。

●対象 40歳以上の人とその家族
●とき 8月15日(木)午後1時半～3時半
◇申し込み 電話で市役所保健センターへ

成人歯科健康相談

むし歯や歯槽膿漏、入れ歯など口腔に関する心配ごとのある人は気軽に相談ください。
●対象 40歳以上の人とその家族
●とき 8月16日(木)午前10時～正午
◇申し込み 電話で市役所保健センターへ

心身障害児の歯科検診

むし歯予防のため市歯科医師会の協力で行います。
●とき 8月26日(日)午前9時半～午後2時
●ところ 市総合福祉センター(左京五丁目)▽対象：18歳未満の心身障害児(有明・愛語手帳所持者)▽申し込み：電話で8月10日までに市役所厚生課へ。

不用犬を引き取ります

野犬をふやさないために

8月 大型 有害 ゴミ収集

8月の収集はつぎの地区を予定しています(事情により若干変更することもあります)。収集日は約1週間前に該当自治会へ通知します。

大安寺西(一部)・大安寺・鼓阪・右京・神功・平城・朱雀・左京・平城西(一部)・あやめ池・西大寺北・伏見(一部)

なお、蛍光管、体温計などの有害ゴミ、ふとん、じゅうたん、たたみなどの敷物・寝具類とタイヤはそれぞれ区分して出してください。

奈良の四季

④

大文字の送り火

優しい奈良の心

年に一度。あの世からわが家に帰ってきた先祖の霊が、しばらく滞在して再び冥府に帰っていく。

この世に名残りを惜しみながら振りかえり振りかえり、あの世に戻っていく。しばし和んだわが家は、どの辺りだろう。眼をこらしてじっと見つめると、はるか彼方の門先に火がたかれ、煙がゆらいでいる。ああ、あれが現世に暮らしていたわが家なんだ！

霊は、安んじてまた冥府に戻っていく。これがお盆の翌日の「送り火」の意味であるという。

奈良の大文字送り火は、昭和三十五年、戦没者三万余柱の霊を慰め、優しく送る火としてはじまった。

八月十五日。高円山の山頂近くに太く大きく燃える「大」の字は、今や早春の若草山焼きと並んで奈良の一大風物詩として定着している。

「大」は宇宙を意味する。また人そのものを意味する。人の霊にひそむ煩悩を焼きつくし、霊を供養する清浄心をあらわすという。



一辺が二〇メートルから一八〇メートルに及ぶ「大」の字は、京都、箱根、高知の中村などに比してまさしく日本一の規模である。火床は、一〇八。除夜の百八つの鐘と同じ煩悩の数である。高円山ゆかりの山麓の農業組合員約三十人の奉仕によって一斉に点火される。

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よう。

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よう。

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よう。

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よう。

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よう。

真夏の空をこがす大文字の火は、奈良市の内外だけでなく、遠く京都府の南部からも美しくおごそかに望まれる。
水か酒を入れた盆に送り火を映して飲めば中風封じにもなるという。奈良大文字の送り火は、祖先の霊は言うまでもなく現世の人々の心にも優しい奈良の心を夏の夜に燃やすシンボルである。

文 並河尚美（市文化協会会長）
絵 星野 京（イラストレーター）

ぼくの詩...

リレー

はじめの人が走り出した。
ぜったい かに。
ぼくのぼんだ。
走った。ものすごく走った。
足がかってにおどり出す。
ヨコにもタテにもうごき出す。
とめたくてもとまらない。
やっと とまった。
からだに、がたがたじんがおこった。



平城小学校2年

せがわ ひろや

(編)(集)(後)(記)

▶みんなのページ「奈良ぶらり散歩」の取材で、投稿いただいた方と春日山原始林へ行く日。「いい天気になってよかった!」。暑い日でしたが、空気が冷たくて気持ちよく、いろんな話を聞きながら一生懸命歩いて山頂に着いたときは、気分爽快でした。
▶時折取材先で、かわいい子どもたちの顔を見ると、保育園へ行ってるわが子のことをふと思うかべ、「おかあさんもがんばってるからね」とつぶやき励んでいます。
▶みんなのページは、市民のみなさんに一人でも多く登場していただくページです。各コーナーに気軽にご投稿、ご連絡ください。

(H)

市民のうごき



人口 350,331人(前月比288人増)

(8月1日現在)

男 168,485人

女 181,846人



世帯数 17,564

