

新型コロナウイルス感染症に関する市民のみなさまへのお願い

市内の感染者が**急増**し、病床が**ひっ迫**しています。
感染リスクが高い場面は、避けてください。

感染拡大地域への往来は控えましょう

- 不要不急の外出はやめ、用事は短時間で！

同居家族以外との会食はできるだけ控えましょう

- テイクアウトやデリバリーの積極的な活用を！

通常の風邪とは異なり、重症化や重大な後遺症を引き起こす場合があります。
自分と大切な人の命を守るため、ご協力をお願いいたします。



も く じ contents

「春の絶景に誘われる ～若草山山頂にて～」 撮影：中村 公彦

特集
pick up!

暮らしやすいまちづくりと持続可能な行政サービスを実現
令和3年度 奈良市の予算 p4-9

ワクチン接種やプレミアム付商品券の発行等
新型コロナウイルス関連情報 p2-3、10-11

5月号から配布業者が変わりました
しみんだより等広報紙配布のお知らせ p11

生活 p12 健康 p13 子育て p14

シニア・募集・催し p17

スポーツ p19 文化情報 p20

生涯学習 p24



新型コロナウイルスワクチン関連情報



接種は**無料**で受けられ、初回接種から1か月弱の期間を空け、**全2回**の筋肉注射を行います。
 現在、接種順位に基づき接種券の送付を進めています。 ※4月14日現在。変更になる場合あり

■接種の順位 市に住民登録のある全ての人が接種できます（16歳未満の接種は現在検討中）

※やむを得ない事情等で例外的に住民票所在地以外でも接種できる場合あり。くわしくは、市ホームページに掲載

接種グループと接種順位	接種方法	接種時期
1. 医療従事者等	医療機関での接種	3月4日～5月下旬頃
2. 高齢者施設の入居者と従事者	巡回接種	4月12日～6月中旬頃
3. 75歳以上の高齢者	個別接種か 集団接種を 選択可能	5月10日の週～9月下旬頃
4. 65歳以上74歳以下の高齢者		5月31日の週～9月下旬頃
5. 基礎疾患がある人		状況を勘案し、今後具体化
6. 60～64歳の人／16～59歳の人		

■ワクチン接種までの流れ

① 自宅に接種クーポン券等が届く

- ・75歳以上…4月14日から順次送付中
- ・65歳以上…5月上旬送付予定



送付する封筒

② 接種可能な時期を確認し、接種の希望日時と場所を予約

- インターネット予約 <https://jump.mrso.jp/292010>
- 電話予約 奈良市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター (☎ 0742-34-0112)



※予約時に、接種クーポン券に記載の券番号(10桁)を伝えてください

③ 接種当日に自宅で予診票を記入

円滑な接種のために、事前に予診票への記入をお願いします

- 接種当日の年齢を記入
- 受付で検温するので記入しないでください
- 同封の説明書を必ず読んでチェック
- 薬を飲んでいる人は薬の名前を記入(特に血液がサラサラになる薬)
- 基礎疾患のある人、アレルギーがある人、予防接種で具合が悪くなったことがある人は、事前に主治医に接種の可否を相談を
- 接種を希望する人は「接種を希望します」にチェック
- 自署欄を含め、接種当日に記入

④ 予約日に接種

発熱や体調不良の場合は接種を見合わせてください

<持ち物> ※①②は各世帯の送付物に同封

- ①接種クーポン券：シールははがさず、そのまま持参してください
- ②予診票③本人確認書類(健康保険証、運転免許証等)

■集団接種会場(市が設置する会場)の場所と時間 ※予約要。各施設では接種方法等の問合せは受け付けていません

会場	実施曜日	時間(午前・午後・夜間)
ホテル日航奈良	火曜日	午前10時～午後0時半 午後2時～4時半 午後6時～8時半
西部公民館	土曜日	午前9時半～正午 午後1時半～4時 午後5時半～8時
ミ・ナーラ	日曜日	午前10時15分～午後0時半 午後1時45分～4時15分 午後5時～7時半

この他、民間を含む市内の医療機関で個別接種を実施します(現在調整中。後日、市ホームページ等に掲載予定)

【新型コロナウイルス感染症関連の相談窓口】発熱等の症状がある場合は電話で身近な医療機関に相談を。
 身近な医療機関がない場合は、新型コロナ・発熱患者受診相談窓口(☎ 27-1132 FAX 27-8565)へ。

■ワクチン接種の流れ

※写真はホテル日航奈良での模擬訓練の様子（4月3日実施）

下記は集団接種会場を想定したものです。個別接種の場合は各医療機関により異なります。



1 受付：検温・手指消毒・本人確認



2 予診票確認
▲予診票は事前に記入を済ませてください



3 医師による対面問診



6 経過観察：15～30分程度
(問診結果により個人差あり)



5 接種済証交付：接種クーポン券の処理と2回目の予診票を提供



4 接種：上腕部(肩)に筋肉注射

▲過去に重いアレルギー症状(アナフィラキシーを含む)や、採血で気分が悪くなったり失神があった場合は30分ほど待機

【ノースリーブ等、肩の出やすい服装で来場を】

■ワクチンについて知ってほしいこと

- ▶ ワクチン接種には、新型コロナウイルス感染症の発症を防ぐ効果が認められています（2回の接種により、95%の有効性で発熱・咳等の症状を防ぐことができます）。また、海外では感染予防の効果があると報告されています
- ▶ 多くの方がワクチン接種を受けることで、本人の重症化や死に至ることを減らすだけでなく、医療機関の負担を減らすことができます
- ▶ 他のワクチン同様、接種すると副反応※が起こる可能性があります。接種後の15～30分は座っての経過観察に協力をお願いします

※最新の厚生労働省の報告によると、1回目よりも2回目の接種時に副反応が多く発生し、年齢が高くなるほど発生率が低くなるという結果が出ています。また、女性の方が男性よりも副反応が起こりやすいという結果も出ています

《コールセンター》

奈良市新型コロナウイルスワクチン接種

コールセンター 接種の予約・問合せ等

☎ 0742-34-0112

(月～土曜日の午前9時～午後5時)

奈良県副反応コールセンター

接種後の副反応の問合せ等

☎ 0120-919-003 (24時間対応)

厚生労働省新型コロナワクチン
コールセンター

☎ 0120-76-1770 (午前9時～午後9時)

詐欺に注意

保健所や自治体等が、
ワクチン接種や予約のために
金銭を要求することは絶対にありません。
不審な電話がかかってきたら、
すぐに電話を切り警察に通報してください。



厚生労働省ホームページ
「新型コロナワクチンページ」



厚生労働省ホームページ
「健康被害が起きた場合の救済制度について」



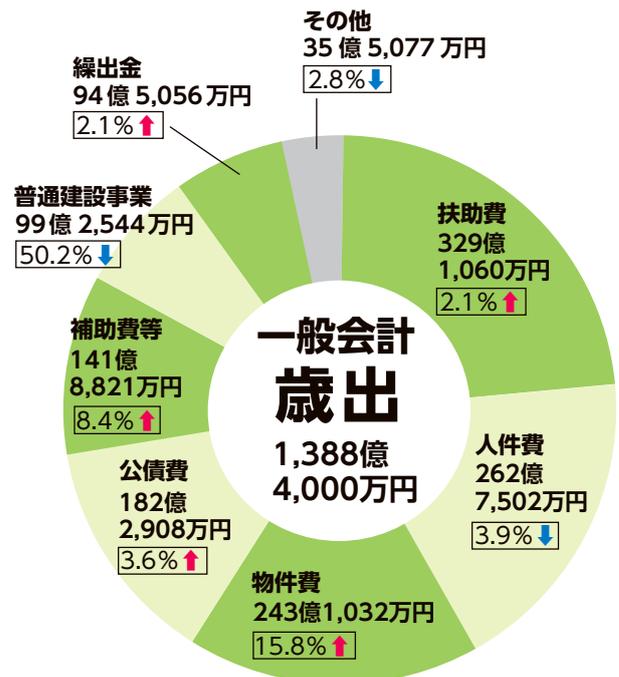
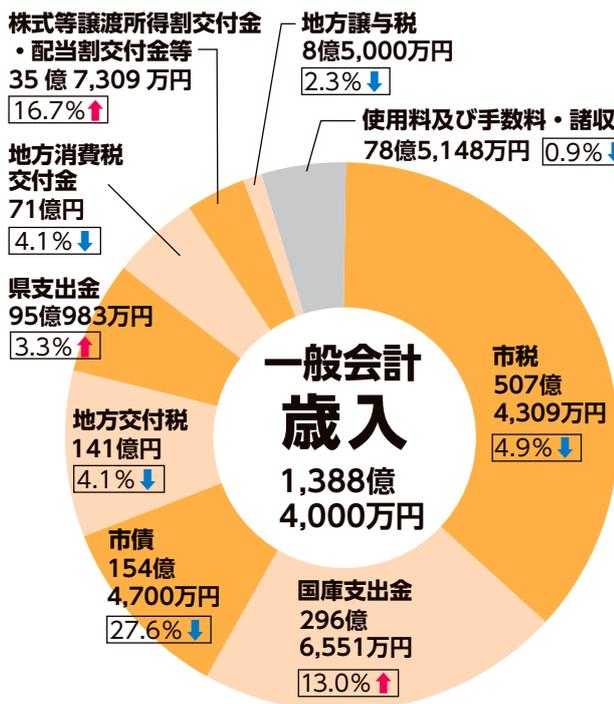
市ホームページ
「新型コロナワクチン接種」



令和3年度の予算は、「新型コロナウイルスの危機を乗り越えるための、新たな一歩を踏み出す予算」です。市民の生活様式や働き方が大きな転換期を迎える今、ウィズコロナ、アフターコロナ等の変化を捉え、暮らしやすいまちづくりと持続可能な行政サービスを実現していきます。



□内は対前年度比



市税：市民のみなさんが納める市民税や固定資産税等
国庫支出金：国から特定の使い道のために交付されるお金
市債：国や金融機関等から借り入れるお金
地方交付税：財政状況等に応じ、国から地方自治体に交付されるお金
県支出金：県から配分されるお金

扶助費：生活保護や障害者支援等、福祉にかかる経費
人件費：市職員給料や退職手当等
物件費：光熱水費や委託料、その他の事務費等
公債費：借金の返済
補助費等：公的団体への補助金や負担金等
普通建設事業：道路、学校の建設等施設整備にかかる経費

Pick Up

新型コロナウイルス感染症対応予算

総額 38億6,591万円

(前年度2・3月補正予算 6億2,654万円も含む)

国の「新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金」等を活用し、感染症対策や市民・事業者支援、将来を見据えた経済対策を実施します（くわしくは8～9ページへ）。

【問合せ】 財政課 (☎ 34-4720)

1 子どもにやさしいまち

仮称子どもセンターの建設と開設準備

担 児童相談所設置推進課、子ども政策課

17億412万円

親子の遊びや交流の場となるキッズスペースや地域子育て支援センター、育児に関する身近な相談窓口、子どもの発達相談ができる発達センター、専門的な診断をもとに相談・支援を行う児童相談所等からなる複合施設を整備し、子どもや子育て家庭を総合的に支援します。

今年2月から柏木町での建設工事が始まりました。今年度中の施設の完成に向け、引き続き準備を進めていきます。



仮称子どもセンター 完成イメージ

児童相談所 設置準備 担当職員



適応指導教室 青山教室 (HOP 青山) の運営

担 教育支援・相談課

1,800万円

現在、不登校の子どもに寄り添い、学習やグループ活動を支援する公設のフリースクール「適応指導教室」を、はぐくみセンターに開設していますが、より子どもの事情に合わせて個別対応ができるよう、「HOP 青山」を新設します。



教育相談 担当指導主事

「HOP 青山」は旧鼓阪北幼稚園を改修し開設します。支援員等による学習やグループ活動の支援だけでなく、体を動かしたり自然に触れられる場所で、個々に合わせたサポートを行いながら、学校復帰や社会的自立を目指します。

一条高等学校・中学校校舎建設

担 一条高等学校

7,500万円

来年4月から市立一条高等学校に附属中学校を併設し、特色ある6年間の中高一貫教育を実施します。

民間園おむつ処分費の補助

担 保育所・幼稚園課 190万円

昨年、市立園で始めた使用済み紙おむつの回収を、民間保育所等でも導入・継続し、保護者の紙おむつの持ち帰りを不要にするため、処分費の一部を補助します。

養育費確保の支援

担 子ども育成課 682万円

養育費確保に関する窓口相談を、専門的な助言のできる弁護士の無料相談につなげます。また、養育費を受け取れていないひとり親が、養育費確保に必要な手続きで発生する手数料等の実費払い分や弁護活動の着手金の一部を、市が補助します。

子どもの貧困対策計画策定

担 子ども育成課 460万円

2 暮らしやすさと魅力のあるまち

新斎苑整備事業

担 斎苑管理課

1億3,081万円

来年1月の完成を目指し、人生終焉の儀式的場にふさわしい、安らぎのある新斎苑の建築工事を進めます。また、上下水道の整備や地元自治会との協議に伴う対策等を行います。



犬・猫殺処分ZERO

担 保健衛生課

517万円

殺処分数^{ゼロ}を継続するため、ふるさと納税寄附金を活用し、飼い主のいない猫の不妊去勢手術費用の助成や負傷した犬猫の医療を充実させます。

令和元年度に続き、令和2年度も殺処分数0を達成できました。市内のボランティア11団体の協力のおかげで、172件の譲渡につながりました。



保健衛生課 担当職員

大和中央道（敷島工区）整備事業

担 道路建設課 2億3,000万円

近鉄大和西大寺駅の周辺整備

担 西大寺駅周辺整備事務所

24億6,585万円

南北の駅前広場を、大型観光バスが乗り入れ可能な、機能的なターミナルとするため、用地取得や公共施設の整備、宅地の利用増進等を進めます（くわしくは31ページに掲載）。



クリーンセンター建設に伴う地域計画策定とアクセス道路予備設計

担 クリーンセンター建設推進課

2,550万円

クリーンセンター建設に際し、3R（リデュース・リユース・リサイクル）を総合的に推進するため、「循環型社会形成推進地域計画」を作成します。また、建設候補地へのアクセス道路を整備するための予備設計を行います。

公園マネジメント基本計画の策定

担 公園緑地課 1,030万円

市内に579か所ある公園を、市民がより身近に利用できるようにするため、地域に応じた利用方法等をもとに整備方針や管理方法等の計画を策定します。

消防力の強化

担 消防総務課・消防課



1億1,010万円

市民の命や財産を災害等から守るため、危険物火災の消火に特化した車両と高度救命処置用資機材を搭載した救急自動車、消防団に配備する車両を購入します。また、多様な通報等に対応するため、女性職員を通信員に配置できるよう、指令センターの整備を行います。

3 災害に強いまち

女性消防職員の数は388人中13人。女性に関する繊細な内容の通報や災害現場活動での対応は、市民のみならずから切望されています。女性が働きやすい職場環境を整え、緊急時にも動けるように体制を強化していきます。



消防職員 副小隊長

4 行政のデジタル化・自治体 DX の推進

図書館の非接触化・デジタル化

担 中央図書館

2,803万円

昨年導入した図書の自動貸出機・返却機・予約棚、電子図書館等を継続します。

GIGA スクール構想の推進

担 学校教育課

3億 1,038万円

一人一人の個性に合わせた学びを充実させるため、小・中学校での、一人1台タブレット端末とその環境に対応したインターネット接続環境やソフトウェア・コンテンツの維持管理等を行います。



コロナ禍でも図書に親んでもらえるよう、昨年から約5,000タイトルの電子図書の貸出を始めました。

図書館 担当職員

リモートワーク・Web 会議の推進

担 情報政策課

1,342万円

議員ポータル等導入

担 議会総務課

138万円

議員ポータルの導入と Wi-Fi 環境の整備により、市議会における情報提供・連絡の迅速化、効率化を図ります。

市債残高の推移

市債（借金）残高の着実な減少に努めています

過去の施設整備等に伴う市債が多く残っていますが、将来世代の負担を軽減できるよう、市債残高の着実な減少に努めています。令和2年度は新斎苑、市庁舎の耐震化、教育施設の整備等、将来のために必要な大型事業にかかる市債の発行により、市債残高は一時的に増加するものの、令和3年度は再び減少する見込みです。



市債には、施設の建設費用等を世代間で公平に負担してもらうもののほか、第三セクター等の負債を将来世代に先送りしないよう清算するための第三セクター等改革推進債、国の財源不足による地方交付税の不足分をいったん地方公共団体が肩代わりする臨時財政対策債があります。臨時財政対策債は、返済の全額が後年度、地方交付税で措置されます。



財政課 担当職員

新型コロナウイルス関連予算

感染症対策に関する
主な予算を紹介します

()内は、うち前年度の2・3月補正予算額

1 医療提供体制の整備と 感染拡大の防止

新型コロナワクチンの接種と体制確保

担 新型コロナウイルスワクチン接種推進課

21億3,926万円 (4億862万円)

ワクチンの接種券の送付、コールセンターの設置、接種会場の運営・借上等、ワクチンが供給され次第遅れることなく接種ができるよう体制を確保します。



ワクチン
接種準備
担当職員

4月12日から特別養護老人ホームでワクチン接種が始まりました。5月から個別・集団での接種が始まります。国からワクチンが届き次第、速やかに接種できるように引き続き体制づくりを行います。

検査関連の費用

・PCR検査の実施

担 保健・環境検査課、保健予防課

1億2,573万円

・ドライブスルー検査の実施

担 医療政策課

6,886万円

・妊婦のPCR検査費用の補助

担 母子保健課

4,532万円

自身と赤ちゃんの健康に不安を抱える妊婦に対し、分娩前にPCR検査を受けられるよう、検査費用を補助します。



▲高齢者施設での新型コロナワクチン接種の様子

休日夜間応急診療所への 発熱外来の設置等

担 医療政策課

2億2,659万円 (190万円)

前年度に引き続き、休日夜間応急診療所に発熱外来専用の診療施設を設置します。



学校・園等での感染症対策等

担 保育総務課、保育所・幼稚園課、子ども育成課、教育総務課、地域教育課

1億9,750万円 (1億6,790万円)

学校、こども園・幼稚園・保育園、バンビーホームや地域子育て支援拠点等で、消毒液等の衛生用品や感染防止用物品を購入します。

2 デジタル化・ 非接触社会への対応

市施設の通信環境整備 2,989万円

担 地域づくり推進課、文化振興課、スポーツ振興課、共生社会推進課、子ども育成課、地域教育課

公民館やロートアリーナ奈良、ならまちセンター等にWi-Fi環境や超高速インターネット回線を整備し、インターネットを使用したリモート会議や各種講座・イベントの発信を行います。また、避難所指定施設では、災害時の状況把握や情報収集にも活用します。

コロナ禍でも文化・スポーツ等のイベントを奈良から世界にリアルタイムで発信できるよう、各施設のネットワーク環境を強化します。Webを通じて、より多くの人々が新しい芸術活動等に触れられるよう整備していきます。



文化振興課 担当職員

3 市民・事業者等への支援

飲食店への事業継続支援 担 産業政策課
2億7,000万円

コロナ禍で売り上げが50%以上減少した飲食店に対し、支援金を給付します。また、新しい生活様式に対応したテイクアウト事業等の販路拡大の取り組みを支援します。

GAP・有機JAS認証支援 担 農政課
(農家等への支援) **600万円**

コロナ禍で売上に大きな影響を受けている生産者の経営安定化のため、GAP（農業生産工程管理）認証や有機JAS（日本農林規格）認証の取得等にかかる経費の一部を補助します。

食品提供による 担 子ども育成課
子育て世帯支援 **476万円**

ひとり親家庭等、経済的に困っている子育て世帯を支援するため、フードバンク事業を活用し、夏休み等の長期休暇期間に食品を提供します。



昨年11月からこれまでに8トンもの食品が集まり、市内6か所の拠点で延べ約1,200世帯に食品を提供しました。今後も家庭で使わない食品があれば、ぜひ協力をお願いします。

フードバンク事業 担当職員



プレミアム付 担 産業政策課
商品券の発行 **4億5,000万円**

感染拡大によって影響を受けている市内事業者を支援するため、プレミアム付商品券を発行します。

妊婦へのタクシー 担 都市政策課
利用割引券の配布 **1,030万円**

医療機関の受診や生活必需品等の買い物に伴う移動手段を確保するため、タクシー利用割引券を配布します。

視覚障害者への 担 危機管理課
緊急告知ラジオ配付 **600万円**

視覚障害者（1・2級）が、新型コロナウイルス関連情報や警報発表時等の防災情報を得られるよう、自動的に起動し、防災スピーカーでの緊急放送を即時受信できるラジオを無償配付します。

児童等の見守り強化 担 子ども育成課
2,000万円

子ども食堂や子どもの宅食等の支援を行う民間団体に対し、子どもの状況把握等を行う際の人件費や訪問にかかる経費を補助します。

4 新たなくらしと将来を見据えた経済対策

ウィズコロナにおける 担 観光戦略課
修学旅行支援 **7,550万円**

全国各地の修学旅行生へ、安全安心で充実した奈良旅行を提供するため、密を避けるためのバス増車や宿泊部屋の追加等の経費に対し、支援を行います。

市内宿泊施設での 担 観光戦略課
テレワーク推進 **920万円**

サテライトオフィス 担 産業政策課
設置による企業誘致 **600万円**



奈良市 プレミアム付商品券

市在住の全世帯対象

有効期限：6月15日(火)～10月31日(日)

市内での消費を喚起し、感染拡大により深刻な影響を受けている市内事業者を支援することを目的に、「新型コロナウイルス感染症経済対策 奈良市プレミアム付商品券」を再び発行します。

【応募期間】 5月1日(土)～31日(月)

- ※購入は1世帯5セットまで
- ※郵便はがきの場合、5月24日の消印有効
- ※応募多数の場合は抽選し、当選者に購入引換券を送付。抽選結果に関する問合せには対応できません



※券面のデザインは異なる場合があります

13,000円分の商品券が
10,000円で購入できる

うち3,000円分は
飲食店専用券



特設ホームページ

【応募方法】 特設ホームページより申込インターネット環境がない場合は、はがきに世帯主名(フリガナ)、住所、電話番号、購入希望セット数を書いて、下記の送付先へ。
※はがき、切手代は応募者負担

商品券の取扱店舗を募集します

登録受付は **5月31日(月)**まで

登録後、上の特設ホームページに店舗名を掲載します。

【取扱店舗の申込方法】

上の特設ホームページの「登録申込フォーム」より申請

※必ず募集要項を読んでから申請してください。

対象店舗等は特設ホームページで確認してください

※大型店・量販店・チェーン店・系列店等、市内に複数の店舗を持っている場合は、店舗ごとに申請が必要です

【はがき送付先】

奈良市プレミアム付商品券事務局 宛
〒630-8241 高天町 38-3 近鉄高天ビル3階
※来店不可、郵送受付のみ

奈良市プレミアム付商品券コールセンター
☎ 0570-078-780

※5月6日から開設、午前10時～午後5時。
土・日曜日、祝日を除く

【本事業に関する問合せ】

産業政策課 (☎ 34-4741) ※土・日曜日、祝日を除く

市内の飲食店対象

飲食店に対する支援金を給付します

売上が減少している市内の飲食店へ、事業の継続や、テイクアウト・デリバリー・EC事業等(以下、「テイクアウト等」と呼ぶ)による販路拡大に向けた支援金を給付します。※予算額に達し次第、申込を締め切ります

	内容	事業者の対象要件※全てを満たす必要があります	申請締切
① 飲食店 事業継続 緊急支援金	感染症拡大防止対策に取り組みながら事業を継続する飲食店に、 1店舗(事業所)につき20万円 を給付	<ul style="list-style-type: none"> ●飲食店営業許可を受け、店舗を有して飲食店営業を行っていること。また、店舗内に飲食スペースがあること 	●昨年12月～今年2月の3か月間の売上高の合計が、前年同期間と比べ、 50%以上減少 5月10日(月)
② 飲食店 販路拡大 支援金	テイクアウト等の販路拡大に取り組む飲食店に、 1事業者につき10万円 を給付 ※対象経費はテイクアウト等の販路拡大に必要な経費に限ります	<ul style="list-style-type: none"> ●主な事業が飲食店であること ●市が発行する「感染拡大防止ステッカー」を取得している、または申請中であること 	●テイクアウト等の必要な営業許可を受け(予定含む)、その事業計画があること。また、給付後に奈良商工会議所等の経営指導を受ける意思があること 5月14日(金)

【対象外の店舗 (①②共通)】

- 飲食スペースを持たない店舗
- 特定の利用者のみが使う社員食堂、学生食堂等
- 飲食店営業以外を主とする、ホテル・旅館、コンビニエンスストア、スーパーマーケット等

- 他の事業に付随して食事を提供し、独立した店舗形態を持たない、ホテル・旅館等の宴会場、ネットカフェ、マンガ喫茶、カラオケボックス等
- 性風俗関連特殊営業店、自動販売機のための営業許可を得ている店舗

【申請方法】 市ホームページの申請フォームに必要事項を入力の上、必要書類を電子ファイルで添付

※感染防止のため、持参での申請は受付不可。対象要件や添付書類等は市ホームページで確認してください

くわしくは市ホームページへ▶



【問合せ】 市飲食店支援金事務局 (☎ 20-0100 午前9時～午後5時 土・日曜日、祝日を除く)



6月末まで延長/ 生活資金に困っている 世帯への特例貸付

新型コロナウイルス感染拡大による、休業や失業等により生活資金に困っている人に向けた、緊急小口資金等の特例貸付を実施しています。このたび、新規申請を6月末まで延長することになりました。

※すでに総合支援資金を借り受け、貸付延長に該当する人には、個別に案内を送付しています

【期間】 6月30日(水)まで

【問合せ】 市社会福祉協議会 特例貸付対応ダイヤル

(☎ 070-2272-4422、4423、4424 平日の午前9時～午後5時)

	対象	貸付金額 (上限)
緊急小口資金	新型コロナウイルス感染拡大による休業等で収入の減少があり、生計維持のための貸付を必要とする世帯	一世帯あたり 20万円
総合支援資金	新型コロナウイルス感染拡大による収入の減少や失業等で生活が困窮し、日常生活の維持が困難になっている世帯	① 2人以上の世帯： 月 20万円 ② 単身世帯：月 15万円 ※いずれも原則3か月以内

配布業者が変まりました

広報紙(奈良しみんだより・ごみカレンダー等)

※(一)内は配布月
配布するもの

- 奈良しみんだより ●県民だより奈良
- 奈良市議会だより
(5月・8月・11月・来年2月号)
- 上下すいどうだより(7月・来年1月号)
- ごみカレンダー ※一部地域を除きます
(9月・来年3月号)

5月号～来年4月号の広報紙等の配布は、

株式会社関西ぱど (☎06-6479-3119) が行います。

ただし、下記については各地区的域自治協議会が配布します。(今年度から**済美・明治地区**が追加)

地区	地域自治協議会名	対象となる地域
大安寺西地区	大安寺西川辺のまちづくり協議会	大森西町/大安寺町/三条松町/三条栄町/三条川西町/恋の窪1～3丁目/恋の窪東町/四条大路南町/八条町/八条5丁目 大安寺西1・3丁目/尼辻町/四条大路1丁目
大宮地区	大宮地区自治協議会	西之阪町/油阪町/三条本町/三条宮前町/三条添川町/三条大宮町 大宮町1～7丁目/芝辻町の一部/二条大路南1丁目/三条大路1丁目
左京地区	左京地区地域自治協議会	左京1～6丁目
(新) 済美地区	済美地区地域自治協議会	中新屋町/芝新屋町/元興寺町/井上町/中辻町/肘塚町/脇戸町 高御門町/陰陽町/西新屋町/東木辻町/鳴川町/花園町/瓦堂町 北京終町/南京終町/京終地方東側町/京終地方西側町/南城戸町 南中町/南袋町/南風呂町/小太郎町/南新町/柳町/大森町/西木辻町 南魚屋町/杉ヶ町/南肘塚町/南京終町1丁目
(新) 明治地区	明治地区自治協議会	北永井町/北之庄町/南永井町/神殿町/出屋敷町/北之庄西町1・2丁目

よくある質問

Q. 毎月いつまでに配布されるの?

A. 各月1日までに配布期間としています(例:5月号は5月1日まで)。期間を過ぎても届いていない場合は、配布業者(上記の地区は地域自治協議会)に連絡してください。

Q. 近所の空家への配布は止められる?

A. 配布時に居住しているかどうかを目視で確認し、配布しています。自宅が空家となる場合でも、原則連絡は不要です。

Q. 転入者は連絡が必要ですか?

A. 目視で居住確認ができた住居には配布しているため、連絡は不要です。

Q. ホームページで見られるの?

A. 各月1日から、市ホームページにも同内容を掲載しています。また、過去のしみんだよりも創刊号からすべて閲覧が可能です。

奈良しみんだよりの
Web版はこちらから▶



【問合せ】 秘書広報課 (☎ 34-4710)

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

市民のうごき

4月1日現在、()内は前月比

【総人口】354,287人 (▲87人)

男性：166,035人 (▲45人)

女性：188,252人 (▲42人)

【世帯数】165,360世帯 (+489世帯)

生活

申込先は**国**、締切日は**国**、問合せ先は**国**と表記しています

ごみ収集について

◆収集場所付近には駐車しないであらう

積み込む際に飛び散るごみや汚水等で車を汚すおそれがあるため、収集できないことがあります。残ったごみの処理は、集積場所の利用者で行ってください

◆収集ボックスの設置は事前に連絡を

深さが65cmを超える等、収集作業を円滑に行えないものがあるため、ボックスの購入・設置前に必ず連絡してください

い。設置費用は、収集場所を利用するみなさんで負担してください

◆5月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	12日・26日の水曜日
B・E	の地域	水曜日
C・H	火・金曜日	5日・19日の水曜日
D・G	の地域	

5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)も、通常どおりごみ収集を行います

※A・Dは市の収集区域、E・Hは市清美公社または武田環境・大和清掃共同企業体の区域です。一部地域では収集の曜日が違うので市ホームページ等で確認要
 回収課 (☎71・3012)、市清美公社 (☎33・8782)、武田環境・大和清掃共同企業体 (☎63・2552)

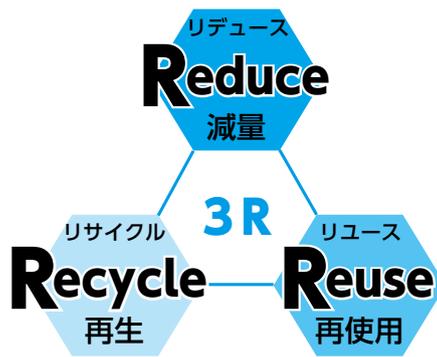
市・県民税(第1期・全期分)の納期

納期：6月15日(火)～30日(水)※納税は口座振替が便利です。金融機関の窓口で納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要 国納税課 (☎34・4727)

ごみ減量コラム vol.21

ごみ減量に有効な「3R」ってなに？

3Rとは、リデュース(不要なものを買わない、もらわない)、リユース(再び利用する)、リサイクル(資源として再利用する)の3つの英単語の頭文字の総称です。



例えば、詰め替え品の購入や、フリーマーケットへの出品、雑誌みや小型家電の分別回収等、日々の何気ない行動も3Rにあたります。3Rを日常生活に効果的に取り入れることで、ごみの量を減らしましょう。

今月のごみ量レポート

令和2年度の可燃ごみ総搬入量：
74,375.5トン (前年度比：-6.0%)
さらなるごみ減量へ、ご協力をお願いします。

国廃棄物対策課 (☎71-3001)

令和3年度(令和2年分)課税(非課税)・所得証明書の発行

発行予定日・対象：①5月13日(木)：給与所得者等で勤務先から市・県民税の全額が差し引かれる人 ②6月1日(火)：個人事業者等で、納税通知書で市・県民税を納付する人、年金から市・県民税を差し引かれる人、給与所得者等に扶養されている人 ▼交付場所：市民税課、各出張所・行政センター、東寺林連絡所 ▼注意：課税(非課税)証明書の

コンビニエンスストアでの発行は、いずれの人とも6月1日(火)から令和3年度に切り替わります 国市民税課 (☎34・4958)

軽自動車税(種別割)の障害者減免

身体障害者手帳等を交付された人が所有する軽自動車等の税金は、市で定める基準に該当する場合、申請すると減免されます※普通自動車等で既に減免を受けている人を除く。障害の程度により減免できない場合あり

自動車税・軽自動車税(種別割)の納期限は5月31日(月)です

毎年4月1日現在の所有者に課税されます。必ず期限内に納付してください 国自動車税・県自動車税事務所 (☎0743・51・0081)、軽自動車税：市民税課 (☎34・4958)

対象：障害者1人につき1台※車両乗り換えの場合は、新たに申請要 ▼申請期限：5月31日(月) 国市民税課 (☎34・4958)

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前 8 時半～午後 6 時、土・日・祝日：午前 9 時～午後 5 時
 はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター 2 階）▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

市緊急告知ラジオの購入費を補助（先着 100 台分）

緊急地震速報等の緊急放送を自宅で聴ける市緊急告知ラジオの購入費を補助します

対象：市在住・在勤・在学の人 **費用**：8800円（税込）※市に申請すれば4千円を補助。一年度で1人5台まで **円**ならどっとFM（☎24・8415）

家庭の「犬の登録」は済んでいますか？

犬を飼う場合、犬の生涯に一回登録を行う必要があります。住所が変わったり、死亡した場合にも手続きが必要で **円**保健衛生課（☎93・8395）※かけ間違いに注意してください

空き家に関するお知らせ

◆**特定空家等の除却費用の補助**
 特定空家等の解体を促進するため、除却にかかる費用の一部を予算の範囲内で補助します
対象物件：市が行う現地調査で「特定空家等」と判断された空家等 **補助金**

額：除却費の2分の1（上限30万円）※条件等があるため申請前に必ず相談要 **円**住宅課（☎34・5175）

◆空き家バンクについて

空き家のマッチングをサポートする情報サイト「奈良市空き家バンク」を開設しています。市東部地域にある空き家の賃貸・売却を考えている人は、登録により利用希望者とのマッチング等のサポートを受けられます

対象地域：田原・柳生・大柳生・東里・狭川・月ヶ瀬・都祁 **円**空き家コンシェルジュ（☎0744・35・6211）

5月は「消費生活月間」

消費に関するトラブル等、困ったときは市消費生活センターに相談してください

とき：月々金曜日の午前9時～午後4時（祝日・年末年始を除く） **相談方法**：同センター（市庁舎北棟2階 ☎34・4895）に電話か来所

◆**消費者月間パネル展示**
とき：5月24日（月）～28日（金） **ところ**：市庁舎1階連

絡通路 **円**産業政策課（☎34・4741）

市長選挙・市議会議員選挙 立候補予定者への説明会

とき：5月14日（金）午後1時半 **ところ**：市庁舎中央棟6階正庁 **内容**：7月11日（日）投票予定の、市長選挙・市議会議員選挙の立候補予定者に対する説明会。立候補届出に必要な書類を配布 **対象**：立候補予定者か代理人（1候補につき2人まで）※当日はマスク着用 **円**市選挙管理委員会事務局（☎34・3501）

健康

保健予防課（☎93・8397）、**保健衛生課**（☎93・8395）へのかけ間違いに注意してください

6月1日～7日はHIV検査普及週間です

匿名無料で受けられる検査・相談を行っています **◆HIVの即日検査**
とき：第1・2月曜日の

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

市役所の組織が変わりました

新名称	主な業務
旧名称	
斎苑管理課 （市庁舎 中央棟 3 階）	火葬場、墓地、納骨堂の運営管理や整備に関すること
生活環境課、新斎苑建設推進課	
共生社会推進課 （市庁舎 北棟 4 階） ※男女共同参画に関することは男女共同参画センター（西之阪町）	人権問題、男女共同参画、性的マイノリティ等、多様性を認める共生社会に関すること
人権政策課、男女共同参画課	
児童相談所設置推進課 （市庁舎 中央棟 1 階）	児童相談所の設置に関すること
子育て相談課 児童相談所設置準備室	
新型コロナウイルスワクチン接種推進課 （はぐくみセンター 3 階）	新型コロナウイルスワクチン接種に関すること
健康増進課 新型コロナウイルスワクチン接種推進室	

※令和3年度の組織図は市ホームページに掲載 **円**人事課（☎34-4821）

午後1時半～3時。結果は当日説明
◆性感染症（HIV・梅毒・肝炎）検査と相談
とき：第3月曜日の午後1時半～3時。結果は原則1週間後の来所説明
ところ：はぐくみセンター4階
◆啓発展示
とき：5月31日（月）～6月

4日（金） **ところ**：市庁舎正面玄関ホール、はぐくみセンター1階
申電話で保健予防課（☎93・8397）へ

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

記事のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

糖尿病相談窓口

とき：5月17日(月)・24日(月)・31日(月)、6月7日(月)①
午後1時②午後2時半(1人約60分) ▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼持物：あれば健診結果 申電話で健康増進課(☎34・5129)へ

20日ならウォークの中止

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月20日は中止します 固健康増進課(☎34・5129)

歩数計アプリ(リンククロスアルク)でポイント付与

SP 1日6千歩以上の歩数に対し、健康増進ポイント5ポイントを付与します

対象：20歳以上の市在住・在勤の人 申スマートフォンで市ポイント運営事務局のホームページから歩数計アプリ(無料)をダウンロードし、登録情報を入力※個別対応を希望する人は、事前予約要 固同事務局(☎34・8111)

健康講座「アレレのし〜? 慢性腎臓病、ご存知ないんですか?」慢性腎臓病について考えよう〜

とき：5月25日(火)午後2時〜3時25分 ▼ところ：市医師会館(市総合医療検査センターへメディカルなら〜東隣)(柏木町) ▼講師：市立奈良病院腎臓内科部長の西谷喜治さん ▼その他：手話通訳が必要な場合はFAXで5月15日まで同センターへ※37度5分以上の発熱がある場合や体調不良の人、マスクを着用していない人は参加不可。WEBによるライブ配信も実施予定。くわしくは市医師会ホームページ参照 固同センター(☎33・7876 FAX33・5800)

集団リハビリ教室

とき：6月〜来年3月末の水曜日、午後2時〜4時(受付午後1時)。全30回 ▼ところ：市総合医療検査センター(メディカルなら)柏木町) ▼対象：脳卒中の後遺症等で身体機能に障害がある人7人 ▼費用：1回

「腸管出血性大腸菌感染症」(O-157等)を防ごう

食中毒が発生しやすい時期です。腸管出血性大腸菌感染症の感染を防ぎましょう。

腸管出血性大腸菌感染症の特徴

- ・感染力が強く、食物にほんの少し付いていても感染する他、タオルの共用等で人から人へ感染する危険があります
- ・潜伏期間が長く(3〜8日間)、感染源の特定が難しい
- ・体内で増殖するときに強力な「ベロ毒素」を作り、腎臓や脳等に重い障害を起こすことがあります

※抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は特に注意

感染経路

牛等の動物の腸管内に住む菌で、特に食肉を生(生レバー等)や加熱不足で食べると感染する危険性が高まります。また、トイレ等を介して人から人へと感染します。

予防

- ・牛レバー・豚肉(内臓含む)を生で食べることは法律で禁止されています。内臓や食肉は十分に加熱しましょう。菌は肉の中心温度が75℃・1分間で死滅します
- ・生肉の調理には専用の tong や箸等を使い、食べる箸と使い分けましょう
- ・調理の前後や用便後、特に生肉に触った後はよく手を洗きましょう
- ・調理器具はこまめに洗って消毒しましょう
- ・調理した食品は早めに食べましょう

固 保健予防課(☎93-8397)、保健衛生課(☎93-8395) ※かけ間違いに注意してください

子育て

日本脳炎予防接種開始(平成30年5月生まれ)

接種対象期間：3歳〜7

500円 申はがき、FAXに教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、5月14日までに同センター(☎33・7876 FAX33・5800)へ。多い場合は抽選

妊産婦乳幼児健康相談

◆はぐくみセンター3階
・電話・来所相談(保健師・助産師)
とき：平日の午前8時半〜午後5時15分※助産師は午前9時〜午後3時

◆西部会館2階相談室(学園南三丁目)

・来所相談(助産師)

とき：平日の午前10時〜午後2時(受付は午後1時半まで) ※保健師の場合あり



市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前 8 時半～午後 6 時、土・日・祝日：午前 9 時～午後 5 時
 はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター 2 階）▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

生活
健康
子育て
シニア
しごと
募集
催し
スポーツ
文化情報
国・県・団体
生涯学習

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

がん検診（6月）

申込は電話か FAX で健康増進課へ。市ホームページからも可。生活保護世帯・市区町村民税非課税世帯の人は無料。申込時に申出要

◆胃・肺セットがん検診
 申込受付期間は **5月6日～20日**
 ※市ホームページの電子申請は **10日**まで

とき	ところ	受付時間	定員
2日(水)	西部図書館	9:45～10:15	各10人
		10:15～10:45	
4日(金) 9日(水) 17日(木) 21日(月)	はぐくみセンター	8:45～9:15	17人
		9:15～9:45	16人
		9:30～10:00	各13人
		10:00～10:30	
10日(木)	コープおしくま	9:15～9:45	14人
		9:45～10:15	13人
14日(月)	北部出張所	9:15～9:45	各8人
		9:45～10:15	
18日(金)	西部生涯スポーツセンタークラブハウス	9:15～9:45	14人
		9:45～10:15	13人
24日(木)	西福祉センター	9:15～9:45	各10人
		9:45～10:15	

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
11日(金)	はぐくみセンター	14:00～14:30	各30人
		14:30～15:00	

胃がん検診…胃部エックス線検査（当日バリウムを飲みます）肺がん検診…胸部エックス線検査（結核の判定も含まます）
【費用】 1,500円（胃のみ1,000円、肺のみ500円）。肺がん検診の問診の結果、喀痰検査実施の場合は600円の加算（別途送付費用が必要な場合あり）
【対象】 40歳以上の人。ただし、妊娠中、胃・肺・腸等の病気で現在治療中か過去に手術を受けた人、バリウムによる過敏症や誤えんをしたことがある人（肺がん検診は可）、前年度に市の胃がん内視鏡検診を受診した人（肺がん検診は可）は対象外
【その他】 授乳中の方は申込時に申出要。検診は年度中1回限り。当日の体調や問診により、検診を受けられない場合あり
 健康増進課（☎ 34-5129 FAX 34-3145）

5月		とき	ところ
半～11時	午前9時	柳生こども園（柳生下町）	
20日(木)	午前10時～11時半	田町	
18日(火)	午前10時	どんごが丘コミユニティ広場（旧田原幼稚園）（横	

◆都祁保健センター
 ・電話・来所相談（保健師）
 ととき…平日の午前8時半～午後5時15分
 ・巡回相談（保健師）

予防疫種予診票綴りを4月下旬に発送しています（令和3年3月生まれ）
 予診票綴り、母子健康手帳と健康保険証等を、市ホームページに掲載の予防疫種登録医療機関に持参すれば接種可。転入等で予診票綴りがな

◆月ヶ瀬健康相談室
 ・電話・来所相談（保健師）
 ととき…平日の午前9時～午後4時半※予約要
 月ヶ瀬健康相談室（☎ 0743・92・0480）

妊産婦・乳幼児のための各種教室等のお知らせ
 次の各教室等の開催日時
 は、市ホームページで確認してください。子どもの離乳食やむし歯予防については「奈良市動画チャンネル」健康情報」を、赤ちゃんの沐浴や抱っここの仕方等は、市ホームページに掲載の実践動画を参考にしてください
 ・5か月児ぱくぱく教室
 ・1歳0か月児歯びか教室

い場合は健康増進課（☎ 34・5129）へ ※黒の消えない筆記具で記入
 ◆市教育相談総合窓口からのお知らせ
 ・来所相談が利用できます
 ととき…月～金曜日の午前9時～午後5時（祝日・年末年始を除く）
 ◆内容…子どもの不登校や発達等に関する相談
 ▼対象…市在住の小学生・高校生かその保護者

◆市教育相談総合窓口からのお知らせ
 ・来所相談が利用できます
 ととき…月～金曜日の午前9時～午後5時（祝日・年末年始を除く）
 ◆内容…子どもの不登校や発達等に関する相談
 ▼対象…市在住の小学生・高校生かその保護者

◆市教育相談総合窓口からのお知らせ
 ・来所相談が利用できます
 ととき…月～金曜日の午前9時～午後5時（祝日・年末年始を除く）
 ◆内容…子どもの不登校や発達等に関する相談
 ▼対象…市在住の小学生・高校生かその保護者

※事前に問合せ・予約要
 ◆適応指導教室を開設
 不登校の児童生徒を支援する適応指導教室「HOP」をはぐくみセンター6階に開設しています。また、4月から青山教室「HOP青山」を新しく開設しました※施設改修の間ははぐくみセンターで実施
 対象…市在住の小学4年生～中学3年生
 健康増進課（☎ 93・8199）。在籍の学校への問合せも可

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

子育てサークル活動経費を一部補助します

要件：乳幼児（保育所や幼稚園等に在籍している子を除く）と保護者が集まり、子育てに関する学習や情報交換、季節の行事等の活動を行う子育てサークルが一定の条件を満たす場合 ▼補助額：補助対象経費（食糧費・プレゼント代等を除く）の2分の1（千円未満切り捨て）。限度額3万円 ▼申請：5月6日～31日に子ども育成課（☎34・5042）へ。子育てサークル一覧表を作成するため、子育てサークル登録票も提出要（補助金申請をしなくても登録可）

ファミリー・サポート・センター 説明会

とき：5月18日(火)、6月5日(土)午前10時～11時 ※予約要 ▼申し込みはぐくみセンター2階 ▼対象：依頼会員への登録希望者 ▼持ち物：顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚、身分証明書 申電話で前日までにファミリー・サポート・センター（☎34・3305）へ

乳幼児の健診

健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診 (令和3年2月生まれの子)	満4か月になった日から 6か月 になる前日までに受診	市内指定医療機関 ※通常の受診期間は1か月ですが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間受診期間は 2か月
10か月児健診 (令和2年8月生まれの子)	満10か月になった日から 1歳 になる前日までに受診	
1歳7か月児健診 (令和元年10月生まれの子)	内容を一部変更して健診を実施しています。 対象者には個別で通知します。 くわしくは市ホームページに掲載しています。	
3歳6か月児健診 (平成29年11月生まれの子)		

持物：問診票、母子健康手帳 ※問診票は5月下旬に送付します。5月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課（☎34・1978）へ連絡

小・中学生就学援助の申請

経済的に困っている家庭に学用品費・給食費等の一部を援助します

対象：市在住で、令和3年度市民税所得割額の合計が左表以下の世帯 ※家計急変の場合は相談要

基準額（令和3年度市民税所得割額）		
16歳未満の子どもの数	1人	31,300円
	2人	52,600円
	3人	73,900円

※令和3年1月1日現在、平成17年1月2日以降生まれの子どもの数。平成14年1月2日～平成17年1月1日生まれの子どもは1人あたり11,100円を加算。4人以上の場合は、1人増えるごとに21,300円を加算

※扶養親族の年齢・人数は令和2年12月31日現在で判定。住宅借入金等特別控除・寄付金控除・配当控除・外国税額控除・株式譲渡がある場合は控除適用前の額で判定 ▼持物：通帳 申教育総務課・各出張所・行政センター、市立学校に備え付けの申請書に必要事項を書いて、5月17日(月)～6月30日(水)に同課（☎34・

新型コロナウイルス感染症の流行で、不安やストレスを抱えていませんか？

厚生労働省が行った新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査によると、感染に対する不安や行動変容に伴うストレス等を感じている人が多いとわかりました。

以下のサインや症状が見られたら一人で抱え込まずに受診・相談してください。

◎うつ病のサイン・症状

2週間以上続く場合は、早めに専門機関に受診してください。

憂鬱、気分が重い / 何をしても楽しくない、何にも興味がわかない / 疲れているのに眠れない、1日中眠い、いつもより早く目覚める / いらいらして、何かにせき立てられているようで落ち着かない / 悪いことをしたように感じて自分を責める、自分には価値が無いと思う / 思考力が落ちる / 死にたくなる

◎周りの人から見てわかるサイン

以下の変化に気づいたら、専門機関での相談を勧めましょう。
表情が暗い / 涙もろくなった / 反応が遅い / 落ち着かない / 飲酒量が増える



くわしくはこちら

◎相談先

臨床心理士によるこころの健康相談

【とき】 5月10日(月)・24日(月)午後1時半～4時半

【申込】 電話で保健予防課へ ※予約要

こころの体温計 (相談窓口一覧もあり)

パソコンやスマートフォンから心のストレス度や落ち込み度が簡単にチェックできます。

こころの体温計▶



☎ 保健予防課（☎ 93-8397）※かけ間違いに注意してください



市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
 はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

5337)へ送付。各申込先に持参も可※申請書は市ホームページにも掲載

シニア

特殊詐欺等防止対策機器購入費を補助

電話での特殊詐欺等の被害を防止する機器の購入費を50件程度補助します

対象：市在住の65歳以上の2分の1（上限1万円、1世帯当たり1台まで）※購入前に申請要 図危機管理課（☎34・4930）

東福祉センター

〒630・813 法蓮町1702-1
 ☎24・3151 FAX27・9028

◆総合相談窓口①健康・福祉相談②暮らしと介護の相談会

とき：5月～来年3月①毎月第2火曜日の午後1時半～3時②偶数月第4金曜日の午後1時半～3時 ▼内容：全体講座（約30分）①日常生活での健康の不安や心配ごと、地域の気になること②介

護保険サービスや成年後見制度、遺言・相続等に関する相談等※個別相談あり（希望者のみ） ▼相談員：①若草・三笠地域包括支援センター②在宅介護相談センターらくじ苑、コスモス成年後見サポートセンターのケアマネージャー、行政書士等 ▼対象：高齢者、子育て世代の人 ④電話か直接東福祉センターへ

◆栄養講座「延ばそう！健康寿命」^{20P良}

とき：5月28日(金)午後1時半～3時 ▼内容：自立した生活を元気に過ごすための食事と運動等 ▼講師：奈良ヤクルト販売管理栄養士の数字輝さん ▼定員：60歳以上の人40人 ④5月22日までに電話か直接センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

募集

市営住宅等入居者募集

〔募集住宅〕※募集戸数は各住宅につき1戸
 一般向：第10号市営住宅（古市）、第18号市営住宅（五条

山）、第20号市営住宅（事故住宅 松陽台）、第1号コミュニティ住宅（JR奈良駅前）
 子育て世帯向：第2号市営住宅（東之阪）、第10号市営住宅（古市）
 多子世帯向：第11号市営住宅（香）
 母子・父子世帯向：第14号市営住宅（南紀寺）
 シルバーハウジング：第9号市営住宅（紀寺）

④住宅課、各出張所・行政センター、市民サービスセンターで5月6日～20日に配布する申込書に必要事項を書いて、5月20日必着で住宅課（☎34・5174）へ送付か持参。5月27日に公開抽選。※申込資格は申込案内を確認してください

催し

くろかみやま自然塾

〒630・8106 佐保台西町1-3-9

◆自然と遊ぶ・自然に学ぶ
 ①くろかみやまはどんなところ②星に願いを！
 とき：①5月23日(日)②6月27日(日)午前10時～午後3時

時 ▼ところ：黒髪山キャン
 プフィールド（奈良阪町） ▼
 内容：①サツマイモの苗植え、黒髪山場内探検、料理（お餅つき）②竹の間伐、七夕飾りを作ろう、料理（ツイストパン） ▼講師：ポイイスカウト指導者、奈良まほろばネイチャーゲームの会他 ▼定員：小学生各30人 ▼費用：千円（教材費・保険料・食料費等含む） ④往復はがきに講座名、講座月、住所、氏名（ふりがな）、性別、学年、電話番号、保護者氏名を書いて、①5月13日②6月17日必着で同塾へ。多い場合は抽選。兄弟姉妹で申込の場合は1枚の往復はがきで可 ④地域教育課（☎34・5471）

青少年野外活動センター

〒630・1241 阪原町25-1
 ☎93・0029

①森のムツレ教室（水辺の生きもの）②森の冒険教室（森と空気のめぐりを知ろう）
 とき：6月20日(日)雨天決行、荒天中止 ▼対象：①0歳～年長園児20組②小学1～3年生25人・小学4～6年生15人 ④同センターホームページから電子申請

なら工芸館

〒630・8346 阿字万字町1-1
 ☎27・0033

◆5月25日(火)～30日(日)は臨時休館
 常設展示室の作品入替等のため休館します。6月1日(火)から「日本伝統工芸近畿展 IN 奈良2021」を開催します

奈良町にぎわいの家

〒630・8333 中新屋町5
 ☎20・1917

①わが家にレコードがやってきた vol.6
 とき：5月15日(土)午後2時～3時半 ▼内容：日米のSPレコードを聴き比べ解説 ▼講師：加藤ホプキンスさん ▼定員：30人 ④電話で5月8日までに同館へ。多い場合は抽選

②にぎわいの花咲かそう〜六月六日いけばなの日によせて
 とき：6月4日(金)～6日(日)午前9時～午後5時※4日は午後1時から公開生け込みと展示。6日は午後3時まで ▼内容：県華道会による生け花展示

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

勤労者総合福祉センター
(サン・アクティブ奈良)

〒630 8106 佐保台西町1-1-5
☎71・2444 FAX71・9155

パソコン初級教室

①ワード②エクセル

とき：①6月12日～7月17日の毎週土曜日②6月13日～7月18日の毎週日曜日、午後1時～3時。各6回 ▼内容：日商検定Basic4級を踏まえ、①タブ・簡条書き・作表・画像等の習得②書式設定・関数・グラフ・データベース等の習得 ▼定員：基本的な文書か表の作成ができる人各10人。在勤も可 ▼費用：各8千円

韓国語教室

①入門②初級③中級④中級Ⅱ

とき：①②6月10日～8月26日の原則毎週木曜日、午後7時～8時③④6月11日～8月27日の原則毎週金曜日③午後6時半～7時半④午後7時40分～8時40分。各10回 ▼内容：①初心者②20時間学習者③韓国語検定3～4級レベル④韓国語検定準2～2級レベル ▼定員：①②各15人③④各10人。在勤も可 ▼費用：①1万1782円②1万2310円③1万円④1万5千円

メディアカルアロマテラピー講座

とき：6月9日(水)・16日(水)午前10時半～正午。全2回 ▼内容：梅雨の不快・虫よけ対策 ▼

定員：同講座入門を受講した人15人。在勤も可 ▼費用：3800円

ハーバリウム1日教室

とき：6月9日(水)午前10時～正午 ▼内容：夏を感じるハーバリウムを大小セットで作成 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：3700円

椅子ヨガ教室

とき：6月16日～9月1日の原則毎週水曜日、午前10時半～11時45分。全10回 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：6500円

レーザーラフト1日教室

①ペンケース②ミニトートバック

とき：6月26日(土)①午前9時半～正午②午後1時～5時 ▼内容：穴が開いたレーザーキットの手縫いと刻印を打つ ▼定員：各6人。在勤も可 ▼費用：①53000円②1万2230円

申往復はがき、FAX、Eメール (yoyaku@wellby.nara.or.jp) に教室名(○数字の別)、住所、氏名、性別、電話番号、あればFAX番号、勤務先を書いて、5月15日必着で同センターへ。各教室に1人1通限り。多い場合は抽選

奈良町からくりおもちゃ館

〒630 8338 陰陽町7 ☎26・5656

◆からくりおもちゃ製作体験講座「紙つばめ」を作ろう

とき：5月29日(土)午前10時～正午 ▼内容：ひもを回すとつばめの尾が回転し、飛んでいるように見えるおもちゃを製作 ▼定員：小学生以上12人※低学年は保護者同伴 ▼費用：700円 申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年も)、電話番号を書いて5月19日必着で同館へ。1枚に2人まで可。多い場合は抽選。同館ホームページからの申込も可

史料保存館

〒630 8337 脇戸町1-1 ☎27・0169

◆特別陳列「ならまち歳時記 薪能」

薪能の時期に合わせ、江戸時代の薪能を絵図や地誌等で紹介

◆館蔵史料特別公開「奈良名所風物画」

昭和初期の奈良の名所や名産品を描いた彩色画を展示

【とき】5月1日(土)～30日(日) 月曜日、5月6日(木)は休館

ボランティアセンター

〒630 8113 法蓮町1702-1 ☎26・2270 FAX26・2003

◆ボラかふえ6月「コロナ禍での健康維持と健康体操を身近なものに」

とき：6月12日(土)午前10時～正午 ▼定員：15人 申往復はがき、FAX、Eメール (naravc@citrus.ocn.ne.jp) に件名(ボラかふえ6月)、住所、氏名、電話番号を書いて、6月4日まで同センターへ。多い場合は抽選し漏れた人のみ連絡

ボランティアインフォメーションセンター

〒630 8122 三条本町13-1 ☎93・8435 FAX34・2336

◆ボランティア入門講座「コロナ禍でも活動できる、自然と触れあうボランティア(オンライン講座)」

講座の様子を「YouTube Live」を使用しライブ配信します(視聴人数の制限なし) とき：5月22日(土)午後2時～4時 申往復はがき、Eメール

総合福祉センター

〒631 0801 左京五丁目3-1 ☎71・0770 FAX71・0773

◆手話奉仕員養成講座

①入門講座(はじめてコース) とき：6月1日(火)・8日(火)午後1時40分～3時40分。全2回 ▼定員：手話学習未経験者45人。在勤・在学も可

②入門講座(入門コース)

100円 とき：6月15日～12月7日の毎週火曜日、午後1時40分～3時40分。全24回 ▼定員：①を1回以上受講した人40人 ▼費用：3300円(テキスト代)

③基礎講座

とき：6月1日～来年2月1日の毎週火曜日、午前10時10分～午後0時10分。全32回 ▼定員：手話で簡単な日常会話が可能で、おおむね1年間市内で手話活動

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習



市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
 はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

生活
健康
子育て
シニア
しごと
募集
催し
スポーツ
文化情報
国・県・団体
生涯学習

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

たきぎおのう 薪御能

非公開
(関係者のみ)
に変更

貞観11年(869年)に始まった、興福寺修二会に付随する「新猿楽」に由来する行事。能の起源を考える上で貴重なこの行事は、一般公開され、2日間にわたり観覧できます。



写真：桑原英文

◆5月21日(金)

- ①午後1時：春日大社舞殿「咒師走りの儀」
- ②午後5時半：興福寺南大門跡「南大門の儀」

◆5月22日(土)

- ③午前11時：春日大社若宮社「御社上りの儀」
- ④午後5時半：興福寺南大門跡「南大門の儀」

※興福寺会場(②④)は雨天の場合、県文化会館で実施

【費用】事前受付：5千円、当日受付：5,500円(各回)

※解説書付

☎ 同保存会(市観光協会内) ☎ 30-0230 平日のみ

スポーツ

屋外ソフトテニス教室 参加者募集

とき：6月19日以降の土・日曜日、午前9時半～11時。全10回 ▼ところ：ロート奈良テニスコート(鴻ノ池コート) ▼対象：小学3～6年生30人、成人30人 ▼費用：4,500円 申往復はがき、Eメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、保護者氏名、性別、電話番号を書いて、5月28日

必着でロートアリーナ奈良(中央体育館) 〒630-8108 法蓮佐保山四丁目1-3、Eメール：konoke-school@toy.ocn.ne.jp)へ。返信用はがきを持参の上、直接来館も可。多い場合は抽選 関ロートアリーナ奈良(☎24・1501)

市民体育大会夏季大会しガッタ(ボート)競技会

◆ナックルフォア(少年男女、市民男女、オープン) とき：6月20日(日)午後0時半受付 ▼ところ：月ヶ瀬湖ボート場(月ヶ瀬月瀬) ▼内容：4人1組の500mタイムレース。ナックルフォア艇は転覆もまれで、特別な技術も不要 ▼対象：中学生以上。在勤・在学も可 ▼費用：少年・市民の部：無料、オープン：1組千円 申スポーツ振興課に備え付けの申込書に全員の氏名、年齢、性別、代表者の住所・電話番号を書いて、6月4日までに同課へ 関市ボート協会の福岡嘉人さん(☎0743・92・0031)

鴻ノ池運動公園と公園内施設の新しい愛称が決定

鴻ノ池運動公園のネーミングライツ・スポンサーとして、ロート製薬株式会社と契約を締結しました。令和8年3月31日まで左表の愛称を使用します

施設名	新しい愛称
奈良市鴻ノ池運動公園	ロート奈良
奈良市鴻ノ池陸上競技場	ロート奈良
奈良市中央体育館	アリーナ奈良
奈良市鴻ノ池球場	スタジアム奈良
奈良市鴻ノ池コート	ロート奈良
奈良市中央第二体育館	アリーナ奈良
奈良市中央武道場	ロート奈良
奈良市中央第二武道場	ロート奈良
奈良市弓道場	ロート奈良
奈良市鴻ノ池相撲場	ロート奈良

関スポーツ振興課(☎34・5376)

スポーツ教室

南部生涯スポーツセンター バスケ特化型クラス 個人技術特化型クラス とき：5月26日(水)午後8時～8時50分 ▼講師：バンビシャス奈良の選手 ▼定員：小学5・6年生15人 ▼費用：2千円

その他：体育館シューズを必ず使用。会場内では指導員の指示に従うこと 申往復はがき、Eメール(konokesports-school@abelia.ocn.ne.jp)に、教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、生年月日、保護者氏名、性別、電話番号を書いて、5月13日必着でロートフィールド奈良(鴻ノ池陸上競技場) 〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1へ。返信用はがき持参の上、直接来館も可(5月6日・12日は休場)。多い場合は抽選 関ロートフィールド奈良(☎22・0001)

善意銀行

2月分 敬称略
 (一) 一般) 匿名 3万円
 (指定) 高村喜代司(下深川町) 10万円 ▼植栄和(荻町) 10万円

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

記事のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

総合福祉センター体育館

〒631-0801 左京五丁目3-11
TEL 0775-710775 FAX 0775-710773

①陸上教室

とき：6月5日～来年3月5日
の土曜日、午前10時半～正午。
全15回 ▼内容：簡単な筋力トレーニング、ストレッチ、走る基本動作の練習 ▼定員：中学生以上の知的障害児・者50人

②親子体操教室

とき：6月5日～来年3月5日の土曜日 ①午後1時40分～3時 ②午後3時10分～4時半。各25回 ▼内容：リトミック、基礎体力をつけ楽しく体を動かす ▼定員：小学生以上の知的障害児・者とその家族各25組

③ストレッチ体操

とき：6月1日～来年3月1日の火曜日、午前10時半～11時半。全10回 ▼内容：ストレッチと簡単な筋力トレーニング等 ▼定員：18歳以上の障害者と健常者50人

その他：教室開始2時間前に警報が発令された場合は中止 ④同館に備え付けの用紙、往復はがき、FAXに教室名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話・FAX番号、障害の有無・種別・等級、未成年者（高校生以下）は保護者氏名、⑤は①②の別を書いて、⑥は5月29

奈良クラブホームゲーム

とき：5月16日(日)午後1時 ▼対戦相手：ヴィアティン三重 ▼ところ：ロートフィールド奈良（鴻ノ池陸上競技場）（法蓮佐保山四丁目） ▼チケット：同クラブ公式ホームページに掲載 ⑦同クラブ（☎93・3815 火～金曜日の午前9時～午後6時

日、⑧は5月22日必着で同館へ。多い場合は抽選

文化情報



「チケット情報」窓口のみの扱い：⑨奈良市美術館 ⑩北部会館市民文化ホール ⑪ならまちセンター ⑫音声館 ⑬学園前ホール ▼インターネットでの扱い：⑭SCチケット ⑮イープラス ⑯楽天チケット ⑰L

今こそチャンス 奈良の大和茶を楽しもう



農産物編

奈良は全国でも有数の茶産地です。この春も、新緑に輝く茶畑からおいしい大和茶が届いています。農家さんに聞くお茶の楽しみ方を普段の生活に取り入れてみませんか？



市東部地域の茶畑

農家さんの声

ほうじ茶でつくる茶がゆがおすすめ。市販のパック等に茶葉を入れ、お米とじっくり煮込めばできあがり。奈良の古代米等も入れて、食感を賑やかにして食べるのもおいしい。お漬物が合いますよ。

急須で入れるお茶は、お湯の中でしっかり茶葉が開き、味わいが最大限に引き立つのでおすすめです。



奈良の茶園は山間部によって味の特色があるので、飲み比べると楽しいですよ。

紹介している農産物は、市東部地域の各直売所や、JAならけんの直売所「まほろばキッチン」等で購入できます。



◀市東部地域直売所情報



◀JAならけん「まほろばキッチン」

農政課 (☎ 34-5142)

「各館の休館日」特に記載がない場合は、5月6日(休)・10日(月)・17日(月)・24日(月)・31日(月)です

なら・あーと・スペース

◆佐保絵画クラブ作品展

とき：5月16日(日)～30日(日) 午前10時～午後5時半 ▼ところ：市美術館 (ミ・ナール内 二条大路南一丁目) ⑱同館 (☎30・1510)

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町6000-1
TEL 0742-9811

◆写真の日記念イベント 写真の撮りかたワンポイント アドバイス

とき：5月18日(火)～6月20日(日) ▼内容：写真の撮り方のポイントをパネル展示 ◆6月1日(火)「写真の日」は観覧無料



名勝大乗院庭園文化館
 〒630-8301 高畑町1-083-1
 ☎ 24・08088 FAX 24・08007

なら一〇〇年会館
 〒630-0121 三条宮前町7-1
 ☎ 34・01000（火曜日休館）

10時②午後1時③午後3時
 40分 ▼費用：3480円
 ※全席指定。3歳以上有料。
 3歳未満は保護者1人につき
 膝上鑑賞可。席が必要な
 場合有料。友 ▼チケット：
 百eび百e 5月15日(土)午前
 9時発売 同同コンサート
 お客様窓口（☎0120・9888・
 883）

未就学児入場不可友 ▼
 チケット：百eび百e 5
 月8日(土)午前10時発売※同
 館では座席引換券を販売し
 ます。座席指定券との交換
 は、同館窓口で9月18日か
 ら公演当日まで 同キョー
 ドラインフォメーション（☎
 0570・2000・888）

ごチャンネルで配信 同同
 協会の成瀬さん（☎090・2
 437・1429）

◆庭園講座「日本庭園の現
 場から」～寝殿造り様式・
 浄土式庭園～
 とき：6月12日(土)午後2時
 ～3時半 ▼講師：庭舎MA
 KIOKA代表の牧岡一生さ
 ん ▼定員：12名 ▼費用：
 500円 申往復はがき、F
 AXに住所、氏名、年齢、電
 話・FAX番号を書いて6月
 2日必着で同館へ。1枚に1
 人限り。多い場合は抽選

◆ブラザーズ5 アコース
 ティックライヴ
 とき：7月31日(土)午後5
 時半 ▼費用：6800円
 ※全席指定。未就学児入場
 不可友 ▼チケット：百e
 百e 5月8日(土)午前10時
 発売 同奈良テレビ放送（☎
 24・2958）

◆MYSTERY NIGHT TOUR
 2021 稲川淳二の怪談
 ナイト
 とき：10月3日(日)午後4
 時 ▼費用：前売5800
 円、当日6千円※全席指定。

◆5月6日(木)は休館。4日(祝)
 は開館

◆「華邨の心と書の世界」展
 とき：5月29日(土)～9月
 26日(日) ▼内容：館蔵作品
 より、華邨の思想性や精神
 性に注目し、豊かな人間性
 を感じさせる作品を紹介

◆しまじろうコンサート20
 21夏公演『すすめ!たか
 らのしまのだいぼうけん』
 とき：8月21日(土)①午前

◆高の原音楽芸術協会オン
 ライン定期演奏会
 とき：5月20日(木)～30日
 ▼出演：寺園優香さん
 (サクソ)、五石絵美さん
 (ソプラノ)、山之内悠子さ
 ん(ヴァイオリン)他 ▼
 視聴方法：同協会のYouTu

◆山口朋子 糸の詩62 癒
 しの和楽器コンサート Vol.8
 とき：5月23日(日)午後2
 時 ▼出演：山口朋子さん
 (箏、三絃)、山口秋月さん
 (尺八)、糸朋社、朋の会有
 志、北部会館和楽器講座有
 志 ▼費用：5000円 ▼
 チケット：百e 発売中

◆筆書き体験コーナー
 とき：5月22日(土)・23日
 (日)午前9時～午後5時 ▼
 内容：墨を使わずに水で書
 ける紙を使い、手軽に書道
 体験
 【費用】一般300円、団体
 (20人以上)240円。16歳
 未満、高校生、市在住の70
 歳以上の人、障害者(手帳要)
 と介護者は無料
 ◆5月25日(火)～28日(金)は展
 示替えのため臨時休館

◆作品解説会
 とき：5月22日(土)午後2
 時 ▼内容：開催中の「成
 田山書道美術館所蔵 松崎コ
 レクションの古筆と古写経

◆北部会館市民文化ホール
 〒631-0805 右京一丁目1-4
 ☎ 71・5747

◆杉岡華邨書道美術館
 〒630-8337 藤戸町3
 ☎ 24・4111

◆「展について解説」
 ①「展について解説」

◆「展について解説」
 ①「展について解説」

◆「展について解説」
 ①「展について解説」

手話は言語です
 ～「感情・感覚」編～

手話は耳の不自由な人にとって大切なこ
 とばです。市は手話を使って安心して暮ら
 せるまちを目指しています。

聴覚障害者のための総合スポーツ競技大
 会に、「デフリンピック」というものがあり
 ます。これはオリンピック・パラリンピッ
 クのように、世界規模で行われる大会です。
 4年に1度開催され、夏季大会と冬季大会が
 あります。

現在、2025年夏季大会の日本開催に向け、
 全国規模のろう者団体『全日本ろうあ連盟』
 が誘致活動を行っています。

覚えてみよう! 「疲れる」



手のひらを胸に向け、
 両手の指先を下に向けて
 だらりと回し下ろす

出典：全日本ろうあ連盟
 「わたしたちの手話学習事典Ⅰ」

岡障がい福祉課 (☎ 34-4593 FAX 34-5080)

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

- 生活
- 健康
- 子育て
- シニア
- しごと
- 募集
- 催し
- スポーツ
- 文化情報
- 国・県・団体
- 生涯学習

生活に関することやイベント情報等、市民のみなさんへのお知らせを掲載しています。特に記載のないものは、費用は無料・申込は不要です。電話番号の市外局番の表記がないものは、0742 です。

- 生活
- 健康
- 子育て
- シニア
- しごと
- 募集
- 催し
- スポーツ
- 文化情報
- 国・県・団体
- 生涯学習

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-2
☎ 0742-16689

◆入江泰吉さんぼみちく新緑を訪ねて

とき：5月16日(日)午後2時～3時 ▼内容：旧居周辺の新緑を訪ねる ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：成人10人 ▼費用：300円(入館料別途) 5月9日

◆入江泰吉を語り継ぐ

とき：6月6日(日)午後1時～2時半 ▼内容：文楽の基本を学ぶ ▼講師：文楽三味線奏者の鶴澤清介さん ▼定員：成人10人 ▼費用：千円(入館料別途) 5月30日

☎ 電話か FAX、Eメール (irietaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp) に講座名、住所、氏名、年齢、連絡先を書いて、各締切日までに同館へ。多い場合は抽選

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せください

■7月開講のハロートレニング(公的職業訓練) 受講生募集
募集期間：5月6日(木)～28日(金) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科：①住環境コーディネーター科 ②金属加工技術科(企業実習付) ③CAD/NC技術科 ④電気設備技術科 ▼訓練期間：7月1日～12月22日 ▼定員：①②各5人 ③④各16人 ▼費用：要 同センター(☎0744-22-5226)

■平城宮いざない館歴史講座

①平城宮跡歴史公園を含む大宮どおりの未来構想 ②平城山丘陵の埴輪生産と供給 いざない館埴輪から

とき：①5月8日(土) 6月12日(土) 午前10時半～正午 ▼ところ：同館(二条大路南三丁目) ▼定員：①50人 ②100人 ▼費用：要 同平城宮跡管理センター(☎36-8780)

■優良運転者を表彰

表彰内容：県交通安全協会各支部表彰、ベストドライバードラ、緑十字銅章、近畿

交通安全賞章 ▼申請期間：5月6日(木)～31日(月) 午前8時半～午後5時(土・日曜日を除く) 同安協奈良支部(☎20-0110)、安協奈良西支部(☎49-0110)、安協安協天理支部(☎0743-62-0110)

■特別支援学校の教育相談・学校見学会・体験学習

表記の説明：(小) 小学部(中) 中学部(高) 高等学校(相) 教育相談(見) 学校見学会(体) 体験学習(入) 入学相談 ※すべて事前に問合せの予約要

◆奈良西(☎45-1421)

【見】(小) 5月12日(水)・18日(火)(中) 5月17日(月)(高) 問合せ 5月7日

【体】(小) 6月2日(水)・4日(金)・9日(水)・18日(金)(中)

5月24日(月)・31日(月)、6月7日(月)・14日(月) 5月7日 ▼対象：知的障害があり、来年度小・中学生になる子どもと保護者、教職員・保育士等

◆明日香(☎0744-54-3380)

【相】原則火・水・木曜日 ▼対象：病弱教育を受ける生徒の関係者

◆二階堂(☎0743-64-3081)

【相】(小) 毎週月・火・水・金曜日の午後4時～5時、水曜日の午後2時～3時

【見】(小) 9月21日(火) 午後4時～5時(中) 9月29日(水) 午後2時～3時(高) 11月25日(木) 午後4時～5時 ▼

対象：(小) 年中幼児の保護者、担任(中) 小学1～5年生の児童、保護者、担任(高) 中学1・2年生の生徒、保護者、担任

■シルバー人材センター入会説明会(60歳以上対象)

とき・ところ：①5月13日(木) 県人權センター(大安寺一丁目) ②14日(金) 北部会館(右京一丁目) ③19日(水) 中部公民館(上三条町) ④20日(木) 西部公民館(学園南三丁目) 午前9時半～11時半 ☎ 電話で同人材センター(☎50-4004)へ

■春日大社 櫻社 若宮神社 御本殿・内院の初公開

とき：5月23日(日) 6月6日(日) 午前10時～11時、午後1時～2時(約30分) ▼ところ：若宮神社(春日野町) ▼定員：各回20人 ▼費用：要 同春日大社(☎

22-7788)

■奈良再発見・歴史と自然! ロマンがねむる古墳コース

とき：5月23日(日) 午前9時半～正午 ▼ところ：近鉄平城駅南側出口集合 ▼定員：20人 ▼費用：要 5月18日までにらなぎの千載さん(☎090-5217-3413)へ

■日本風景写真協会奈良第一支部写真展

とき：5月25日(火)～30日(日) 午前10時～午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後2時まで) ▼ところ：県文化会館(登大路町) 同会の宮崎さん(☎090-6820-0374)

■ナツメロ・チャリティーフェスティバル

とき：5月26日(水) 午後2時～▼ところ：学園前ホール(学園南三丁目) ▼定員：150人 同歌声広場クローバーの会(☎43-8311)

■身体障害者補助犬(盲導犬等) 貸与希望者を募集

対象：盲導犬…視覚障害

中止

延期

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前 8 時半～午後 6 時、土・日・祝日：午前 9 時～午後 5 時
 はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター 2 階）▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

生活 健康 子育て シニア しごと 募集 催し スポーツ 文化情報 国・県・団体 生涯学習

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。

1 級 介助犬・肢体不自由
 1 級か 2 級 聴導犬・聴覚
 障害 2 級※その他条件あり。
 事前問合せ要 ☎ 5 月 26 日
 までに障がい福祉課（☎ 34・
 4593）へ

■きたまち茶論こんさーと
 vol.3 / 北村多恵・町家で聴
 く祈りの歌
 とき：5 月 30 日(日)午後 1
 時、午後 3 時 ▼ところ：き
 たまち茶論北半田西町 ▼
 定員：各回 15 人 ▼費用：
 要 ☎ 5 月 29 日までになら
 de こんさーとの辻さん（☎
 070・8436・7113）へ

■奈良市音楽協会新人演奏会
 (2019・2020 年度大学卒業生に
 よる演奏会)
 とき：5 月 30 日(日)午後 2
 時 ▼ところ：なら一〇〇
 年會館(三条宮前町) ▼費
 用：要 同協同協会事務局の
 打田さん（☎ 44・2949）

■韓国語入門講座
 とき：6 月 3 日からの毎
 週木曜日①午後 6 時～6 時
 50 分②午後 7 時～7 時 50
 分。全 8 回 ▼ところ：アク
 ティ奈良（高天町）▼定員
 …各 12 人 ▼費用：要 同

国際文化交流協会（☎ 090・
 6489・2803）

■「歌声サロン」〜繋げよう
 絆、もう一度歌の力で〜
 とき：6 月 5 日(土)午後 1
 時半～3 時 ▼ところ：中
 部公民館(上三条町) ▼費
 用：要 同歌声音楽活動「和
 音」の太田さん（☎ 090・3
 263・5363）

■駅マエクラフト 奈良ノ空
 カラ(現代工芸の展示市)
 とき：6 月 6 日(日)午前 10
 時～午後 6 時 ▼ところ：
 JR 奈良駅東口駅前広場(三
 条本町) 同実行委員会
 (☎ 0743・59・1355)

■齊藤清ウァイオリンリサイ
 タル
 とき：6 月 13 日(日)午後 2
 時～4 時 ▼ところ：学
 園前ホール(学園南三丁
 目) ▼費用：要 同友の会
 の崎本さん（☎ 0743・79・1
 053）

■奈良タンゴ祭
 とき：9 月 11 日(土)午後
 1 時半 ▼ところ：DMG
 MORI やまと郡山城ホール
 (大和郡山市) ▼定員：4

80 人 ▼費用：要 同き
 たむら・プロジェクトの北
 村さん（☎ 090・4497・
 0866）

■あおによし音楽コンクール
 奈良 2021 本選
 とき・ところ：11 月 28 日
 (日)・いかるがホール(斑鳩
 町)、12 月 11 日(土)・12 日(日)・
 ならまちセンター(東寺林
 町) ▼費用：要 ☎ 7 月 31
 日までにあおによし音楽コ
 ンクール奈良の奥谷さん（☎
 0745・47・1069）へ

■労働相談会
 とき：毎月第 2 木曜日の
 午後 3 時～4 時 ▼ところ
 …県総合庁舎(法蓮町) ▼
 対象：県内に住み、在籍の労働
 者、県内に事業所のある事業
 主 ☎ 前日午後 4 時半まで
 に県労働委員会事務局（☎
 20・4431）へ

■生活なんでも無料相談
 とき：平日と第 1・3 土
 曜日の午前 10 時～午後 5
 時 ▼ところ：ミ・ナララ
 (二条大路南一丁目) 同ラ
 イフサポートセンター 奈良
 (☎ 33・1500)

耐震診断・改修、ブロック塀等撤去、土砂災害対策改修の補助金 同 建築指導課（☎ 34-4750）

【対象】 診断・改修・撤去前に申請要
 耐震関連：昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築された住宅、建築物（昭和 56 年 6 月 1 日以降に増築した住宅、建築物は除く）
 ブロック塀等：県指定の第 1 次・第 2 次緊急輸送道路、市指定の避難路、住宅等から避難所等へ至る不特定多数の
 人が利用する道路*に面し、高さ 80cm 以上あるもので、通行人の安全を確保するために撤去の必
 要があるブロック塀等 ※建築基準法第 42 条に規定する道路に限る

土砂災害対策：土砂災害特別警戒区域（がけ地の崩落等のおそれのある区域）が指定される前に建築された住宅・建築物

[事業名]	[事業・補助内容]	限…限度額 ※補助額は全て千円未満切り捨て
木造住宅無料耐震診断(一般診断法)	耐震診断員を派遣し、診断を行う	
木造住宅耐震改修工事補助	補助額：上部構造評点を 1.0 以上に耐震改修工事に要した費用×3分の1 (限) 50 万円)	
耐震診断補助	戸建て住宅	補助額：耐震診断に要した費用×3分の2 (限) 8 万 6 千円) ※木造は精密診断法に限る
	長屋住宅 共同住宅	補助額：耐震診断に要した費用×3分の2 (限) 133 万 3 千円) 【木造の建築物で一般診断法で行う場合】 補助額：耐震診断に要した費用×3分の2 (限) 31,500 円/戸)
	特定既存耐震不適格建築物	補助額：耐震診断に要した費用×3分の2 (限) 133 万 3 千円) ※木造は精密診断法に限る
ブロック塀等撤去工事補助	補助額：ブロック塀等の撤去に要した費用(上限：8 千円/㎡)×2分の1 (限) 15 万円)	
土砂災害対策改修工事補助	補助額：土砂災害の対策に要した費用×100分の23 (限) 77 万 2 千円)	

開催日は原則を掲載、()内は回数
 ◎定員 ¥費用(材料費、交通費は自己負担)

公民館の情報を掲載しています。

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎・☎ 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
田原ファン倶楽部	ほがしわ弁当作りと芋の苗植え・芋掘り・焼き芋作り、新米の野外炊飯と竹のクラフト等 5/29、9/18、10/16 10:00～14:00、6/26、8/21 17:00～21:00(5) ◎小学生と保護者30人(在学も可) ¥2,000円 ※天候により開催日時変更	5/20
チャレンジ和太鼓	和太鼓の基本を学び、魅力にふれる 6/9からの第2・4水曜 18:30～19:30(10) ◎車で来館できる小学生以上10人(在勤・在学も可)	5/27

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
 ☎・☎ 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
若草歴史講座	春日大社を守ってきた社家の人々について学ぶ 5/28 13:30～15:00 ◎成人30人	5/19
若草おしゃべりサロン	体操やミュージックケアで身体を動かす 5/28～来年2/25の原則第4金曜(8・12月は休み) 10:00～11:00 ◎おおむね60歳以上、入場自由	申込不要

登美ヶ丘公民館

〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目 4162-81
 ☎・☎ 43-7431

講座名	開催日・内容	締切
ひとみ学級	さまざまなテーマで学習 5/28からの原則第4金曜(8月は休み) 原則 10:00～11:30(8) ◎65歳以上40人 ¥1,000円	5/20

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・☎ 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
飛鳥お宝さんぽ～地蔵マップ編～	地蔵マップをもとに飛鳥地域をガイドと歩く 6/4 10:00～12:00 ◎成人20人 ¥200円	5/25

平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
 ☎・☎ 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
平城生涯学習セミナー	健康・音楽・館外学習等テーマを決めて学ぶ 5/27からの原則第4木曜(8・12月は休み) 原則 9:30～11:30(9) ◎50歳以上30人(在勤も可)	5/15
シニア映画会(春)	映画「クレイマー、クレイマー」の上映 5/20 13:30～15:30 ◎60歳以上(在勤も可)、入場自由 ※内容変更の場合あり	申込不要

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町 3684
 ☎・☎ 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
二名生涯学習セミナー	コンサート、多文化共生や詩の講演等 5/28からの原則第4金曜(8月は休み) 13:30～15:30(8) ◎65歳以上30人	5/18

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町 23
 ☎ 26-8811・☎ 26-8813

講座名	開催日・内容	締切
古典文学講座	万葉集を読む 講師：同志社大学嘱託講師の中川明日佳さん 5/26、6/23、7/28 14:00～15:30(3) ◎成人50人 ¥300円	5/15
ムジカ・ドマーニピアノコンサート	東北・熊本支援のためのチャリティーコンサート 5/30 ①13:00～14:00 ②15:00～16:00 ※申込時に希望時間帯①②を記入 ◎小学生以上各30人(在勤・在学も可)	5/20

中部公民館

〒630-8228 上三条町 23-4
 ☎ 26-6506・☎ 26-3263

講座名	開催日・内容	締切
奈良学セミナー(前期)	5/30 西山厚さん、6/13 谷口耕生さん、7/18 瀧浪貞子さん、8/22 深澤芳樹さん 10:30～12:00(4) ◎成人150人(在勤も可) ¥1,200円	5/12
クレイアニメをつくろう	粘土でアニメーション作品をつくる 6/12、7/10、8/7 13:00～16:00(3) ◎小・中学生6人 ¥3,000円	5/27
脱プラ博士になろう	たのしく脱プラスチックを学び、発信する 6/12、7/10、8/7 13:00～16:00(3) ◎小・中学生20人 ¥3,000円	5/27

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目 1-5
 ☎ 44-0101・☎ 44-0103

講座名	開催日・内容	締切
せいぶ講座企画チーム	「市民企画講座」を一緒に創り開催 5/26からの第4水曜(9・10月は休み) 10:00～11:30(6) ◎18歳以上10人(在勤も可)	5/18
せいぶ大人の学舎	主体的な学びを楽しみ交流を深める 6/12からの第2土曜(8月は休み) 原則 10:00～12:00(6) ◎成人30人(在勤・在学も可) ¥500円	6/1
学園前アートフェスタ2021	「キャンパス アズ キャンパス」をテーマにした作品の展示 6/5～6/12 10:00～17:00 ※6/7を除く ◎入場自由	申込不要

三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
 ☎・☎ 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
ストレス開放! ゆるやか体操	気軽に取り組める体操やヨガを楽しむ 6/15、6/29、7/13 10:00～11:00(3) ◎成人15人(在勤・在学も可)	6/3

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
 ☎・☎ 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
芳徳禅寺で座禅体験!	座禅体験を通して、柳生の新たな魅力を知る 5/29 10:30～12:00 ◎成人10人(在勤・在学も可)	5/20

長 このマークがある講座は長寿健康ポイント対象事業です。70歳以上の人にポイントを付与します。

ポ このマークがある講座はポイント対象事業です。年齢に関係なく、ポイントを付与します。

平城西公民館

〒631-0804 神功四丁目25
☎・FAX 71-5711

講座名	開催日・内容	締切
さわやか女性フォーラム	教養・生活・体操等のさまざまな学習を通して仲間づくり 6/11からの第2金曜(8月は休み) 原則 10:00～11:30(6) ◎成人女性20人(在勤・在学可)	6/3

都祁公民館

〒632-0251 針町2191
☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・都祁一野菜作りと収穫祭	野菜作り・収穫・調理を楽しむ 5/30、11/7 10:00～14:00、 9/5 10:00～12:00(3) ◎成人15人(在勤・在学可) ¥2,000円 ※天候・生育により開催日時変更	5/20

【申込】 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号を書いて、締切日必着で各館へ。1枚に1人1講座(コース)限り。多い場合は抽選。生涯学習財団ホームページからのWeb申込も可。託児希望(定員あり。託児可の講座に限る)の場合は、「託児希望」と記入

生涯学習財団 HP▶



奈良ひとまち大学

<http://nhmu.jp>



【第404回】 かわいい奈良を文房具に
～coto mono流の奈良の魅力発信～

とき…5月28日(金)午後6時半～8時 ▶ところ…奈良葛屋書店(三条大路一丁目) ▶定員…10人 ▶費用…500円



【第405回】 若宮さんってどんな神社?
～春日大社の摂社、式年造替を迎える～

とき…5月29日(土)午後1時～3時半 ▶ところ…春日大社(春日野町) ▶定員…20人 ▶費用…2,500円



【第406回】 奈良を記事にするということ
～新聞記者の仕事と奈良のこと～

とき…5月30日(日)午後2時～3時半 ▶ところ…ウエルト(餅飯殿町) ▶定員…12人

申 往復はがきに授業名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、5月15日必着で同大学事務局へ。1枚に1人1授業限り。同大学ホームページからも可。多い場合は抽選

問 「奈良ひとまち大学」事務局(市生涯学習財団内) 〒630-8357 杉ヶ町23 ☎26-5600

都跡公民館

〒630-8032 五条町204-1
☎・FAX 34-5954

講座名	開催日・内容	締切
de愛♪みあとサロン	5/15 大正琴とバンドの演奏、7/17 オカリナの演奏 13:30～15:00 ◎入場自由	申込不要
回想法でほっこり	楽しく思い出を語り合う回想法の体験 5/28からの第2・4金曜 13:30～15:00(4) ◎65歳以上8人(在勤可)	5/18 20P長
祈りの物語～聖武天皇～	講師：帝塚山大学客員教授の西山厚さん 6/10、7/1 14:00～15:30(2) ◎18歳以上40人(在勤・在学可)	5/26

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目86-1
☎・FAX 62-2253

講座名	開催日・内容	締切
シニアのびやかサロン	人生を豊かにするための学びと交流 5/21～来年3/18の第3金曜(8月は休み) 13:30～15:00 ◎65歳以上、入場自由	申込不要 20P長

京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目3-43-2
☎・FAX 44-2669

講座名	開催日・内容	締切
ええとこどり体験ウィーク	体操・民謡・歌声ひろば・料理・七宝焼等の体験、自主グループの作品展示 6/15～6/20 9:00～16:00 ※材料費が必要な体験あり。くわしくは同館へ	6/5

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目9-1
☎・FAX 71-9677

講座名	開催日・内容	締切
シニアからのストレッチ	簡単ストレッチ運動、筋力アップの体操 5/26からの第4水曜(8月は休み) 14:00～15:30(10) ◎60歳以上25人	5/18 50Pポ

興東公民館

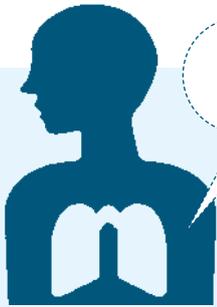
〒630-1242 大柳生町3633
☎・FAX 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・興東一みつぱちみつろう	養蜂場の見学と蜜蝋ハンドクリーム作り 6/5 10:00～12:00 ◎成人12人(在勤・在学可) ¥1,000円	5/27

月ヶ瀬公民館

〒630-2302 月ヶ瀬尾山2815
☎・FAX 0743-92-0346

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬-実山椒の醤油煮-	月ヶ瀬で採れた実山椒で醤油煮を作る 5/29 10:30～12:30 ◎成人10人(在勤・在学可) ¥300円	5/20
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬-梅干し作り-	梅採り体験をして梅干しを漬ける 6/16 10:30～14:00 ◎成人15人(在勤・在学可) ¥1,200円	6/5



肺炎は日本人の死因 **第5位**
肺炎による死亡率は年齢を重ねるほどに高まります

まだ接種していない人限定

成人用23価肺炎球菌予防接種を一部自己負担で受けられます

高齢者の肺炎を引き起こす原因菌として、最も多いのが「肺炎球菌」です。23価肺炎球菌ワクチンは、約90種類ある肺炎球菌のうち、**発症する頻度が高い**

23種類の肺炎球菌を予防します。ただし、新型コロナウイルス感染症を予防するものではありません。

令和3年度の対象者	
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日

注意 既に接種済の人が再度接種を受けると全額自己負担になります(まだ接種していない人限定)

※対象者への個別通知は行っていません

※以下の人は、健康増進課で事前に手続き要①接種当日満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する人、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人で接種を希望する人②市外(県内)で接種を希望する人

接種費用 >>> 自己負担額 3,000円

※生活保護世帯または中国在留邦人等支援給付の受給世帯に属する人で、事前に保護課で「保護受給証明書」または「中国在留邦人等支援給付に係る証明書」の交付を受け、接種当日に持参した場合、接種料金は免除

接種期間 >>> 4月1日～来年3月31日

申込 >>> 希望する人は市内登録医療機関に電話で予約の上、接種を受けてください

持物 >>> 本人確認ができる書類(健康保険証等)

誕生日を迎える前に接種することはできますか？

対象者であれば誕生日を待たず今年度内は一部自己負担金のみで接種できます。

今70歳で、5年前に全額自己負担で接種しました。今回の制度の対象になりますか？

過去に一回でも接種を受けた人は対象外となり、全額自己負担での接種となります。

全額自己負担で接種する場合の期間や費用は？

接種期間に制限はありません。主治医と相談してください。費用は、各医療機関で定められている接種料金になります。

よくある Q&A



【問合せ】 健康増進課(はぐくみセンター3階 ☎34-5129) ※接種歴が不明な人は、必ず接種を受ける前に問合せください

風しん抗体検査



妊娠初期に風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんが目や耳、心臓に病気をもった「先天性風しん症候群」にかかることがあります。風しんの免疫を十分もっているかを調べるため抗体検査を受けましょう。

対象 >>> 検査日に市に住民登録があり、妊娠を希望している女性や風しんの抗体価が低い(HI法16倍以下かEIA法8.0未満)妊婦の配偶者等の同居家族

※風しん抗体検査を受けたことがある人、風しんの予防接種を2回受けたことがある人、風しんの既往歴がある人、現在妊娠中の人は対象外

申込 >>> 電話かFAX、Eメールで、申請書を来年1月31日までに保健予防課(☎93-8397 FAX34-2486 Eメール:fushinkensa@city.nara.lg.jp)に送付

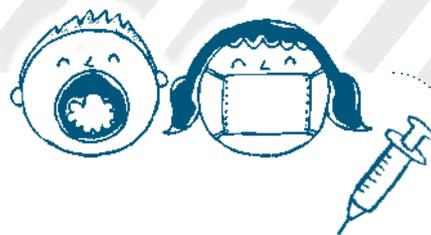
※電話番号のかけ間違いに注意してください

※くわしくは市ホームページに掲載。申請書もダウンロード可



子どもの定期予防接種

… 令和3年度 …



実施場所 市登録医療機関（市ホームページに掲載）

持物 母子健康手帳、本人確認ができる書類（健康保険証等）、予防接種予診票綴り（平成25年1月1日生まれ以降の子）

注意事項 ① 接種時に市に住民登録がある人が対象 ② 市外・県外で接種を希望する人は事前に手続き要
③ 転入、紛失等で予防接種予診票綴りがない場合は健康増進課（はぐくみセンター3階）へ問合せ要

至るまで・未満＝誕生日の前日まで

予防接種名		対象者	標準的な対象年齢	接種回数	
ヒブ感染症		生後2か月～5歳 に至るまで	接種開始が、 生後2～7か月に至るまで	接種開始年齢に より異なります	
小児肺炎球菌感染症					
B型肝炎		生後1歳に至るまで	[1回目] 生後2か月 [2回目] 生後3か月	初回2回	
			[3回目] 生後7～8か月	追加1回	
ロタ ウイルス (昨年 から 定期 接種 開始)	ロタリックス	出生6週0日後～ 24週0日後まで	生後2か月～	2回	
	ロタテック	出生6週0日後～ 32週0日後まで		3回	
BCG(結核)		1歳に至るまで	生後5～8か月	1回	
4種混合 (ジフテリア・百日せき・ 破傷風・ポリオ) またはポリオ		生後3か月～7歳6か月 に至るまで	生後3～12か月	第1期	初回3回
			初回3回目終了後 12～18か月		追加1回
二種混合 (ジフテリア・破傷風)		11～13歳未満	小学6年生 (平成21年4月2日～ 平成22年4月1日生まれ)	第2期	1回
水痘(水ぼうそう)		1～3歳に至るまで ※既に水痘にかかったことが ある人は対象外	1歳～1歳3か月	2回	
			初回接種終了後 6～12か月		
麻しん・風しん(MR)		1～2歳に至るまで	年長児(小学校就学前)		
		平成27年4月2日～ 平成28年4月1日生まれ			
日本脳炎(※1)		生後6か月～7歳6か月 に至るまで	3歳	第1期	初回2回
			4歳		追加1回
		9～13歳未満	小学4年生 (平成23年4月2日～ 平成24年4月1日生まれ)	第2期	1回
ヒトパピローマ ウイルス感染症(※2)		小学6年生～ 高校1年生相当の女子	中学1年生	初回2回 追加1回	

(※1) 平成13年4月2日～平成19年4月1日に生まれた人で、20歳の誕生日前日までであれば、特例措置として無料で接種できます。また、平成19年4月2日～平成21年10月1日に生まれた人で、第1期を3回完了していない人は、

9～13歳未満の間に残りの回数を無料で接種できます

(※2) 平成25年6月14日付で、積極的な接種の勧奨は差し控えています

【問合せ】健康増進課（☎34-5129）

毎年5月17日は
高血圧の日です

高血圧とは、収縮期血圧（上）140 mm Hg 以上
または 拡張期血圧（下）90 mm Hg 以上 を指します。

高血圧は、脳卒中や心臓病を引き起こす主要な原因となっています（日本人の三大死因のうちの二大疾患）。自覚症状がないため、現在、日本で実際に治療を受けているのは、約4,000万人と推定される高血圧患者のうち、わずか2割（約800万人）と言われています。定期的に血圧を測定する習慣をつけ、血圧が高い人は一度医師に相談しましょう。

【血圧測定のタイミング】

朝
起床後1時間以内、排尿後（座位で1～2分の安静後）に測定します

夜
就寝前に1～2分の安静後測定します

毎日の血圧を記録してみましょう

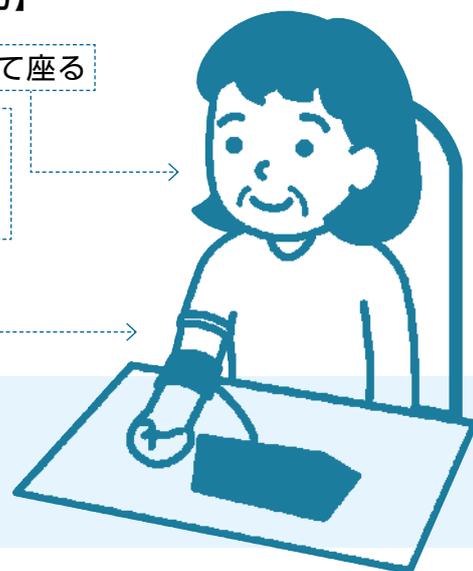
家庭での
高血圧の基準
= 135/85
mmHg以上



【血圧の正しい測り方】

椅子に背筋を伸ばして座る

腕に力を入れない・カフ（腕帯）を心臓と同じ高さにする



※治療中の人は、主治医の指示のもと血圧管理に取り組んでください

世界高血圧デーパネル展示

とき・ところ 4月30日(金)～5月16日(日)・はぐくみセンター1階
5月17日(月)～21日(金)・市庁舎1階連絡通路

＼気づく 見つける 未来が変わる／
あなたのカラダの定期点検
健診結果活用術 

市総合医療検査センターのスタッフが健診結果の説明とストレッチ等を行います

とき ①5月26日(水)②6月16日(水)・17日(木)午前10時～11時半
(受付は午前9時20分から)

ところ はぐくみセンター8階

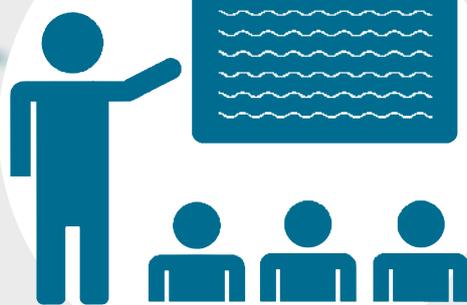
定員 20人

対象 BMI23以上の人（※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)）

※①は腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上の人も可

申込 電話かFAXに講座名、住所、氏名、生年月日、電話番号、身長、体重、腹囲（①のみ）を書いて、①5月12日まで②5月31日までに健康増進課へ。多い場合は抽選。当落に関わらず連絡します

健診結果を
しっかり見直して
みませんか？



【問合せ】健康増進課（☎ 34-5129 ☎ 34-3145）



5月31日は、世界禁煙デー

World No Tobacco Day

禁煙週間 [5月31日～6月6日]

なくそう! 受動喫煙

受動喫煙とは、本人がたばこを吸っていないくても、他の人が吸う際の立ちのぼる煙や吐き出す煙を吸い込んでしまうことを言います。望まない受動喫煙をなくす新しい喫煙ルールを定めた「改正健康増進法」が全面施行され、1年が経ちました。

喫煙は、たばこを吸う人はもちろん、吸わない人にも大きな健康リスクとなります。新しいルールをしっかり守り、受動喫煙のないまちを目指しましょう。

たばこを吸わない人への気配りとして

道路、公園等での路上喫煙は、迷惑で危険な行為です。歩きながら、また灰皿が設置された場所以外での喫煙はやめましょう。

自宅で喫煙する際も、たばこの煙や臭いがベランダや換気扇から他の部屋に入り込むことがあります。家族や近隣住民に十分配慮しましょう。

たばこの「新ルール」

違反時は指導、命令、罰則等が適用に

- ① **多くの人利用する施設は、原則屋内禁煙** 飲食店やホテル、駅等は屋内禁煙。学校、病院、行政機関等は原則敷地内も禁煙（加熱式たばこも不可）。
- ② **喫煙室の設置方法にもルールがあります** 煙が他の部屋に流れないように、壁や天井での区画や換気扇の設置等、一定の決まりがあります。
- ③ **喫煙室を設置する場合、標識の掲示が必要** 喫煙室の出入口だけでなく、施設の主な出入口にも掲示が義務付けられました。
- ④ **20歳未満の人は、喫煙エリアに立入禁止** 喫煙を目的としない場合でも、20歳未満の人は立入禁止です。
- ⑤ **「経過措置」を受ける小規模飲食店は、市への届出が必要** 既存の小規模飲食店※は当面の間、店内の全部または一部で喫煙させることができますが、届出をした上で、標識の掲示が必要です。
※既存特定飲食提供施設の要件：令和2年4月1日時点で営業している飲食店であること / 資本金または出資総額5,000万円以下 / 客席面積100㎡以下であること

禁煙にチャレンジしませんか？

チャレンジ禁煙プログラムや禁煙外来が利用できます



チャレンジ禁煙プログラム▶



◀市内の禁煙外来一覧

喫煙しない時間が続くとイライラするのも、喫煙して落ち着いた感覚になるのも、ニコチン依存症の症状です。加熱式たばこにも、紙巻きたばこと同程度のニコチンが含まれています。

禁煙すると、数日後には味覚や嗅覚が改善し、顔色や胃の調子が良くなったり朝の目覚めがスッキリしたり、いろいろな変化を実感できます。1か月以上経過すると、持久力や免疫力が改善することも分かっています。

チャレンジ禁煙プログラム

STEP.1 >>> 「禁煙したい」と感じたら まずは医療政策課に連絡を。はぐくみセンターで、職員が**問診や一酸化炭素濃度測定等**を行います(申込書を記入)。喫煙状況や生活習慣について聞き取り、その人に合った禁煙方法を一緒に考えます。

STEP.2 >>> 禁煙日記に3か月間の禁煙状況を記録 1か月後と3か月後を目安にアンケートを実施。禁煙状況に応じて

担当者からアドバイスも送付します (1か月後のチェックで奈良市ポイント100ポイントを提供)。

STEP.3 >>> 担当者と最後の面接で禁煙状況を確認 禁煙が継続していることをもって禁煙成功です (6か月後禁煙成功で奈良市ポイント500ポイントを提供)。

たばこには5,300種類以上の化学物質と70種類以上の発がん物質が含まれています。脳卒中や心臓病、慢性的な肺疾患、糖尿病、慢性腎臓病等、さまざまな生活習慣病を引き起こす他、肺がんに限らず多くのがんの原因になることも分かっています。

喫煙が原因の推定死亡者数は、年間で約13万人にもおぼり、リスク要因別の死亡者数では高血圧を抑えて最も多くなっています。

命を落とす最大の原因がたばこ

す。また、喫煙は認知症のリスクを2～3倍も高め、日本人に多いアルツハイマー病や血管性認知症との関係があると言われています。さらに喫煙は脳卒中や骨折等のリスクが高く、これらにより要介護の状態になりやすいことも分かっています。

【問合せ】医療政策課 (☎ 93-8392)



Renewal Open!

奈良市マイナンバーカードセンターが リニューアルオープン



これまでならファミリー専門店街 zoro 3階に開設していましたが、

4月19日(月)から6階に移転しました。

【開設期間】 4月19日(月)～令和5年3月20日(月)

【受付時間】 平日：午前10時～午後7時半

土・日曜日、祝日：午前10時～午後6時

※毎月第3土曜日とその翌日の日曜日、年末年始は休み

【業務内容】 マイナンバーカードの申請、電子証明書の更新(予約要) ※申請には、本人確認書類2点の原本と、通知カードが必要です



センターの様子



8,000人に図書カード等500円分をプレゼントするリニューアルオープン記念企画は、新型コロナウイルス感染拡大のため延期します。開始時は市ホームページでお知らせします。

マイナンバーカードとは？



プラスチック製のICチップ付きカードで、券面に氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバー(個人番号)と本人の顔写真等が表示されます。本人確認のための

身分証明書として利用できるほか、自治体サービス、e-Tax等の電子証明書を利用した電子申請等、さまざまなサービスに利用できます。

【問合せ】 市マイナンバーカードセンター(☎ 34-1233) ※くわしくは市ホームページへ



マイナンバーカード業務の 土曜臨時開庁を延長します

市役所 西部・北部出張所

主な業務内容：マイナンバーカードの交付・申請・電子証明書更新

※不明な点は事前に問合せください



臨時開庁場所	問合せ	手続き可能な日	開庁時間
市民課(市役所本庁舎)	☎ 34-4730	5月22日(土)、6月26日(土)	午前9時～午後1時
西部出張所住民課	☎ 44-1001	5月8日(土)、6月12日(土)(予約要)	
北部出張所	☎ 71-1017	5月15日(土)、6月19日(土)	

(公財)県市町村振興協会からのお知らせ

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじの購入で100円につき1ポイントの宝くじポイントが獲得できる!

宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で1ポイント1円としてつかえる!

特典2 購入～受取までネットで完結!

24時間いつでも宝くじの購入可能! 抽せん結果も宝くじ公式サイトで確認!

当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利!

特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にもお得な特典や便利なサービスいろいろ!
今すぐ会員登録!!



本件に関するお問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

近鉄大和西大寺駅 南口駅前広場が 完成しました。

令和元年から始めた整備工事が完了し、4月1日から全面供用を開始しました。それに伴い、路線バスの運行が開始し、タクシーの乗降ができるようになりました。



概要：駅前広場面積 5,700 m² / 身障者用乗降場 1 か所 / タクシー乗り場 1 か所 / タクシー降り場 1 か所 / バス乗降場 3 か所 / 観光バス乗降場 2 か所 / 一般車乗降スペース / おもてなしトイレ 1 か所



完成イメージ図



北口駅前 広場前道路も 広がります

南北自由通路の完成に伴い、3月30日から暫定使用を開始。令和5年3月31日の完成を目指して整備予定です。

- ▶隣接する県道の一部の狭い通行箇所を解消しました
- ▶南北自由通路の北口西側階段も通行できるようになりました



【問合せ】西大寺駅周辺整備事務所 (☎ 43-6388)

TOPICS! ならトピ

みなさんから応募のあったまちの情報を紹介

みんなの フォトギャラリー



「古都薫風」【撮影】森口 哲也さん

＼市内の風景、お子さんの写真等…／
自慢の写真を投稿しませんか？

内容について確認する場合がありますので、連絡のつく電話番号を必ず記載してください。

【問合せ】秘書広報課 (☎34-4710)



▲応募はこちら

＼ 市民応募のお子さん写真 ＼

エンジェルスマイル



ひろと
紘叶くん(11か月)



いろはちゃん(3か月)



こはくちゃん(7か月)



ほのか
帆花ちゃん(5か月)



あおい
蒼生くん(2歳3か月)



かえちゃん(7か月)

鴻ノ池運動公園の新愛称 「ロート奈良鴻ノ池パーク」に

鴻ノ池運動公園の新しいネーミングライツスポンサーが、ロート製薬株式会社に決定しました。

4月1日から新しい愛称の「ロート奈良鴻ノ池パーク」となり、公園内にある9施設の名称を変更しました。契約期間は令和8年3月31日までです。

市民のみなさんにとって、より親しみのある施設となるよう、ぜひこの新愛称を活用してください。



図) 新しい鴻ノ池運動公園の愛称一覧

混雑状況を見える化 窓口案内システムを導入

市は新型コロナウイルス拡大防止のため、4月1日から窓口の混雑・受付状況を即時に確認できる窓口案内システム「ネコの目」を、出張所を含む、10か所の窓口を導入しました。



当システムにより、来庁前に窓口ごとの混雑状況がスマートフォン等で把握できるため、比較的空いている時間帯を調べたうえで、手続きに行くことが可能となります。また、受付時の発券シートで呼出通知を設定すれば、待ち時間を庁舎外で過ごすこともでき、窓口の混雑緩和にもつながります。窓口手続きで来庁の際はぜひ利用してください。



写真上) 広い待合スペース。混雑する窓口から離れて待つことができる
写真右) 市民課窓口の上部に設置されたモニター

豪雨時の救助体制強化 水陸両用車を配備

土砂・豪雨災害が頻発する昨今の状況を考慮し、総務省消防庁が全国の市町村に対し、無償貸与の特殊車両を順次配備しています。



4月1日、貸与された水陸両用車を市消防局に配備しました。

この車両は、浸水地域や整地されていない土地等、台風や豪雨時に一般の消防車両では困難な場所で、救助活動に活用する予定です。

市では、今後発生が心配される大規模災害等で、速やかに救助へ向かえる体制を強化していきます。



写真上) 水陸両用車、納車の様子
写真右) 消防庁から無償で貸与された搬送車と水陸両用車

教育センター キッズ学びのフロア

市ホームページ
キッズ学びのフロア



教室名	日付	時間	申込締切
プラネタリウム「ニージーロと季節の星座たち」 【定員】各回 12 席	5月8日(土)以降の 毎週土・日曜日 ※5月22日(土)は②のみ	①午前11時～11時20分 ②午後1時半～2時	当日受付
おはなしの会「ねこの名前」	5月16日(日)	午前11時半～正午	
映画上映「おおかみと老犬ズルタン／王様と103匹のうさぎ ／ヘンゼルとグレーテル」【定員】40席	5月23日(日)	午後1時～1時半	
ナイトプラネタリウム「季節の星空散歩～天体めぐり～」 【定員】12席 ※大人だけの参加可	5月28日(金)	午後6時半～7時10分	5月14日
宇宙教室「ストローロケットを飛ばそう」 【対象】小学1年生以上	5月29日(土)	①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	
ものづくり体験教室「手回し木琴とウグイス笛を作ろう」 【費用】500円	5月30日(日)	午前10時～正午	
科学実験教室「ミラクル！カガク！ういたりしずんだり、 浮沈子のしくみ」	5月30日(日)	①午前10時～10時40分 ②午後2時10分～2時50分	
ロボット教室「たんけんロボットを動かそう」(初級) ※両日とも同じ内容。各実施日につき、はがき1枚が必要	6月5日(土)・6日(日)	午前10時～11時半	5月21日
宇宙教室「日本版GPS準天頂衛星「みちびき」を作ろう」 【対象】小学1年生以上	6月12日(土)	①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	5月28日
科学実験教室「ロケットコプターを飛ばそう」【費用】300円	6月13日(日)	午前10時～11時半	6月4日
科学実験教室「発泡スチロールシートでグライダーを作ろう～ 揚力・滑空・翼・バランス～」【対象】小学1年生以上	6月19日(土)	午前10時～11時半	
ものづくり体験教室「ソーラーランタンを作ろう～地球温暖化 とエネルギーについて学ぼう～」【費用】700円 【持物】1.5ℓ炭酸飲料ペットボトル(くびれのないもの)1本	6月19日(土)	午後1時半～3時半	
科学実験教室「ミラクル！カガク！雲を知って、明日の天気 を予想しよう！」	6月20日(日)	①午前10時～10時40分 ②午後2時10分～2時50分	6月11日
ナイトプラネタリウム「季節の星空散歩～天体めぐり～」 【定員】12席 ※大人だけの参加可	6月25日(金)	午後6時半～7時10分	
科学実験教室「手作り風力発電機を作ろう」 【持物】500mlペットボトル1本	6月26日(土)	午前9時半～11時	

【定員】表に記載のないものは6組(子ども6～10人程度・保護者同伴)
事前申込が必要なものと当日受付のものあり

【申込】往復はがきに教室名、実施日、○数字の別(第1、第2希望)、
子どもの氏名(ふりがな)・学校園名・学年、保護者か引率者の住所・
氏名(ふりがな)・電話番号・ナイトプラネタリウムは参加者全員の
人数を書いて、各締切日必着で同センター「キッズ学びのフロア」(〒
630-8122 三条本町13-1 ☎36-0401)へ。1枚に1日1講座限り。
兄弟・姉妹で併記可。多い場合は抽選

【その他】当日受付は開始20分前から受付。定員に達
し次第終了。少人数で利用してください。来館前に検温、
来館時は必ずマスクを着用し、健康チェックに協力して
ください。健康状態によっては参加できないことがあり
ます。上記以外の講座も開催することあり。内容や実施
日が変更になる場合あり。感染症の拡大状況等により中
止となる場合は、申込はがきの返信面でお知らせします。
最新情報は市ホームページか直接問合せください

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。事前に問合せ先まで確認してください。



リニア新駅を奈良市に

リニアファン倶楽部は7年目を迎えます

平成27年5月に設立した奈良市リニアファン倶楽部は、今月で7年目を迎えます。現在までに全国で約6,600人の入部がありました。みなさんのリニア新駅誘致事業への賛同・協力に感謝しています。

部員のみなさんの想いが本市に新駅を呼び込む力となります。ぜひリニアファン倶楽部に入部をお願いします。



リニアファン倶楽部入部申込フォーム

▲新規採用職員へのPRの様子



4月1日付で入庁した新規採用職員に、リニアファン倶楽部への入会をPRしました。

【問合せ】観光戦略課（☎34-5607）

今月の主な行事・市の催し

- 1日(土) けんびょうさい ひむろ 献氷祭（氷室神社）※神事のみ
- 2日(日) しやうむ 聖武天皇祭（東大寺）
- 3日(祝) 平城京天平祭（～5日 平城宮跡）
- さんりやうさい 山陵祭（東大寺）
- 5日(祝) げんじやうさんぞうえたいさい 玄奘三蔵会大祭（薬師寺）
※寺内僧侶で法要のみ
- 9日(日) 市民体育大会（スポーツ振興課）
- 10日(月) けんちやうさい 献茶祭（春日大社）
- 11日(火) 人権を確かめあう日
- 15日(土) しめこうき しょうみやうじ 珠光忌（称名寺）
- 17日(月) 子ども安全の日
- 19日(水) ちゆうこうきほんもうえ 中興忌梵網会うちわまき（唐招提寺）
- 20日(木) ならマイカーひとやすみデー
20日ならウォークの日
- 21日(金) たきぎあひら 新御能（・22日 春日大社・興福寺）
- 28日(金) なりひらき ふたいじ 業平忌（不退寺）

※緑字は寺社年中行事

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります

市政情報をラジオで配信中《ならどっとFM78.4MHz》

◆奈良市からのお知らせ

※毎日3回目の放送は新型コロナウイルス感染症関連情報を配信しています

【放送時間】各回1分

平日：午前8時10分・11時半、午後6時10分
土・日曜日：午前8時45分、午後0時7分・6時半

◆奈良市防災防犯

インフォメーション

【放送時間】5分番組

月～金曜日：午前8時半・11時35分、午後2時10分・6時15分
土・日曜日：午前8時50分、午後0時10分・2時10分・6時35分

◆知っここ防災防犯情報

【放送時間】20分番組

金曜日：午後6時20分
土・日曜日：午後6時40分（再放送）

