

特集
pick up!

新型コロナワクチン接種会場からレポート 「安心」な明日を届けられるように



写真：市役所正庁での集団接種の様子

も く じ contents

1回利用で上限3,000円補助
宿泊施設でお得にテレワークしませんか p10

対象者に検診パスポートを送付
令和3年度 各種健診(検診) p26-27

東部地域で初の運行
月ヶ瀬地区で移動販売開始 p30

ならレポ!
& ならトピ p31

生活 p12 健康 p14 子育て p15
シニア p17 募集・催し p18
スポーツ・文化情報 p20
生涯学習 p24

「安心」な明日を届けられるように

新型コロナワクチン接種会場からレポート

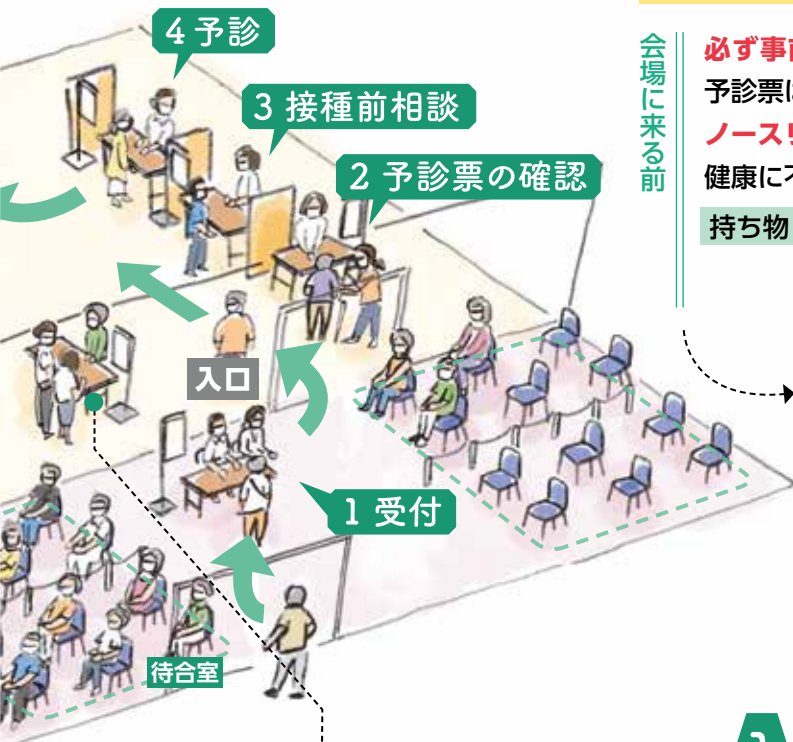
高齢者への新型コロナワクチン接種が始まってから、約1か月半がたとうとしています。

市では希望者への接種を進めるとともに、今後受ける人の不安や迷いを解消し、

各会場で安心して接種できる体制づくりにも力を入れています。

今回は、実際の接種会場の様子と、接種に携わる人や接種を終えた人の声を紹介します。

※会場図はイメージ。各会場で細部は異なりますが、流れは全て同じです



集団接種会場の流れを紹介

必ず事前に予約を行ってから来場してください。

予診票は必ず記入してください。

ノースリーブ等の肩を出しやすい服装を着用。

健康に不安のある人はかかりつけ医に事前相談を。

持ち物 接種クーポン券、本人確認書類（健康保険証、運転免許証等）、記入済の予診票

※お薬手帳があれば持参してください



会場に来る前

予約時間までは受付できません。

会場の密集を避けるため**予約時間の直前に来場してください。**予約時間の15分以上前に来場すると、待合室で座れない場合があります。

待合室前で手指消毒と体温測定を行います。

付き添いの人も一緒に入場できます。

※体温が37.5度以上や体調不良の人は受けられません

予診で接種を受けられなかった人は次の予約等について確認します

会場で連絡先と希望日時を聞いて、改めて新型コロナウィルスワクチン接種推進課から連絡します
(予約状況により、希望に添えない場合があります)

1 受付

接種クーポン券・本人確認書類で予約の確認をします。

※券面のシールははがさないでください



2 予診票の確認

すべて記入できているかをチェックします。

※予診票の記入漏れがあったり、2週間以内に別の予防接種を受けた等の人は接種できない場合があります

不安な人は...



3 接種前相談

新型コロナワクチンの効果や副反応について、質問や不安がある人は相談できます。



4 予診

予診票をもとに、医師が問診を行います。

※アナフィラキシー等、重度の過敏症の既往歴がある人は、接種できない場合があります



6 接種後の状態観察・接種済証の交付

接種後はアナフィラキシー、血管迷走神経反射等の症状が出ることもあるので、一定時間会場で観察を行います。

※通常は 15 分待機。少しでも症状が出る可能性がある場合は 30 分待機します

15min



接種クーポン券のシールを予診票に貼り付け、回収します。接種済証に接種日・会場を記入します（2 回目接種の予診票がない人は配布します）。



5 接種

看護師等が接種を行います（肩の筋肉に垂直に接種）。

接種スペースは一人ずつ区切られています。



6 接種後の状態観察・接種済証の交付

15 分待機の人

30 分待機の人
（食物や薬等のアレルギーがある人、過去に予防接種で体調を崩したことがある人等）

アナフィラキシー対応スペース
ベッドや AED、エピペン等アナフィラキシーの応急処置ができるものを配備（くわしくは 5 ページへ）

5 接種

出口



帰宅してから

- ・帰宅後に副反応が表れた（体調が悪くなった、発熱がある等）人は、奈良県新型コロナウイルス副反応コールセンターに電話してください

0120-919-003 (24 時間対応)

- ・接種当日の入浴は可能です。激しい運動や過度なアルコールの摂取等は控えてください
- ・接種後もこれまでと同じく、マスクの着用や手洗い等の感染対策を続けながら過ごしてください

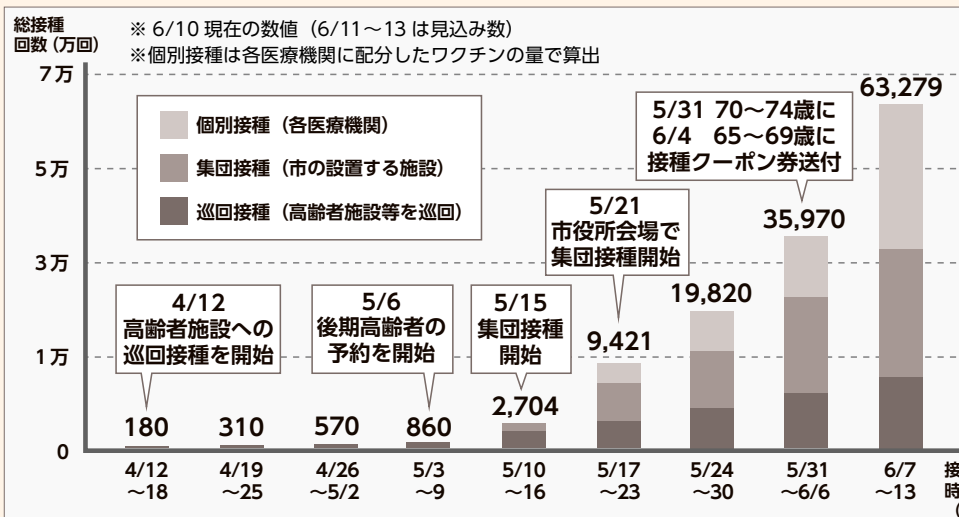


Pick Up



データで見る奈良市の接種状況

市内の 65 歳以上の対象者は約 115,500 人



5 月 15 日から 3 会場が始まった集団接種。21 日からは市役所会場を追加し、1 日 300 人の受入れを開始しました。その後、業務体制の強化により、6 月 11 からは 1 日最大 1,200 人が市役所で接種できる体制を整えています。

また、5 月中旬からは徐々に個別接種も始まりました。今後も医療従事者のみなさんと協力して、市の接種体制を強化していきます。

〔 interview | 看護師 〕

接種会場でワクチン接種を行っている看護師の安部さんに話を聞きました。

○接種に従事したきっかけは

普段は市内のクリニックで働いていますが、市保健所から新型コロナワクチン接種の求人募集が出ていることを知人から聞いて、「なんとか私も力になりたい」と思い応募しました。勤務先となる接種会場が家の近くだったことと、空いている時間で勤務できるシフトだったことも、応募の決め手となりました。



質問に笑顔で答える安部さん

○接種会場での業務と研修について

接種のほか、予診票のチェック・相談に関することや、注射器にワクチンを充填する作業、状態観察等を行っています。

実際の業務に入る前に、市保健所が主催する研修に参加して、ひと通りの業務を学びました。普段のクリニックと大きく違うところは、「筋肉注射」という点です。おそらく私も含め、ほとんどの看護師に筋肉注射の経験がなかったと思いますが、人形を使った事前研修のおかげで、スムーズに実際の接種に取り組むことができました。



○大変だな、と思うことは

ひとつの瓶（1バイアル）から6本の注射器にワクチンを充填するのですが、これがとても神経を使う作業です。分量のミスは許されませんし、1滴も無駄にできません。また、接種後の状態観察も、容態の急変に備えて常にみなさんの様子に気を配る必要があります。緊張感を持って、全ての業務に向き合っています。

○会場の様子を教えてください

緊張している方が多い印象です。対応する際には、しっかり話を聞いて緊張を和らげるように心がけています。また、次々とブースに案内される会場の雰囲気のおかげで、急いで接種しないといけない、と思っている方も多いようです。「ゆっくりで大丈夫ですよ。」とお声がけして、落ち着いて接種ができるようにしています。これから接種をするみなさんも、ぜひリラックスして来場していただければと思います。

〔 interview | 接種を終えた人 〕

接種を終えたみなさんに感想を聞きました。

※西部公民館で聞き取り（6月5日）。人によって状態は異なるので、不安な人はかかりつけ医に事前相談してください

2回目
79歳
男性

もともと注射が苦手で、接種前は不安でしたが、意外と痛くはありませんでした。1回目の接種後も副反応はなく、現在も変化はないように思います。会場内の誘導はスタッフ同士の連携が取れている様子だったので、スムーズに回ることができました。

2回目
89歳
男性

《付き添いの女性に聞きました》高血圧を治療する薬を服用しているため、事前にかかりつけ医に相談しました。接種後の副反応よりも、新型コロナウイルスに感染し重症化するリスクの方が高いと判断し、接種を決めました。1、2回目とも体調の変化はないようで安心しています。

2回目
75歳
女性

20年来、甲殻類のアレルギーを持っていることと、昨年インフルエンザの予防接種を受けた際、接種箇所が10cmほど腫れたので少し不安でした。大事を取って30分待機しましたが、気分が悪くなることもありませんでした。近所では接種していない人がほとんどなので、「接種できてうらやましい」という声も聞きました。

1回目
75歳
女性

薬でアレルギー症状が出たことがあり、接種後は30分待機しました。今のところ体調に変化はありません。予約はなかなか取れず、息子が3日間電話をかけ続けてようやく確保できました。今日の接種は待ち時間も少なく、夫婦で接種を終えることができました。



安全・スムーズな接種のための取り組み

■接種後のアナフィラキシーに対応

「会場でアナフィラキシーを発症したら…？」

医師・看護師がバイタルサイン（呼吸、循環、意識・皮膚の状態）を確認

エピペン（アナフィラキシー補助治療薬）を太もも前外側に注射

仰向けにして足を 30cm ほど高くする（吐いているときは横向きに）

救急車で医療機関へ搬送（状況によって対応）

どれか 2 つで
アナフィラキシー
と判定されます

- 皮膚や粘膜の症状
（全身の発疹、紅潮等）
- 呼吸器の症状
（呼吸困難、気道狭窄、きょうさく低酸素血症等）
- 循環器の症状
（血圧低下、意識障害）
- 持続する消化器の症状
（腹部せんぷう疼痛、嘔吐）



■会場内での感染対策

大型空気清浄機の設置や、座席等の定期的な消毒を行っています。また、付き添いの人への検温や、スタッフのフェイスシールド着用等、会場を出入りする人への対策も実施しています。



▲市役所会場の大型空気清浄機

■障害のある人への接種

- ・会場では車いすの貸し出しも行っています
- ・視覚に障害のある人は、接種クーポン券等の送付物に点字案内を同封します
- ・聴覚に障害のある人は、FAXで接種申込が可能です。利用の際は、新型コロナウイルスワクチン接種推進課（FAX 0742-34-5676）へ

集団接種の予約方法

※各医療機関での接種の予約は 6 ページを参照

■集団接種会場（市内 4 会場）

状況により変更になる場合があります。各施設では、接種に関する問合せは受け付けていません

会場	接種曜日	時間帯 ※1
市役所 正庁（中央棟 6 階） （二条大路南一丁目／近鉄新大宮駅から西へ約 15 分）	毎日	【午前】 午前 10 時～午後 0 時半 【午後】 午後 2 時～4 時半 【夜間】 午後 6 時～8 時半
ミ・ナール（2 階） （二条大路南一丁目／市役所西側）	月・水 木・金 日曜日 ※2	
西部公民館（6 階） （学園南三丁目／近鉄学園前駅南口すぐ）	土曜日	
ホテル日航奈良（4 階） ※3 （三条本町／JR 奈良駅直結）	火曜日	

※ 1… 7 月 18 日までは一部時間帯が異なります

ミ・ナール	7 月 4 日までの日曜日	午前 10 時～午後 0 時半／午後 1 時 45 分～4 時 15 分／午後 5 時～7 時半
西部公民館	7 月 3 日までの土曜日	午前 9 時半～正午／午後 1 時半～4 時／午後 5 時半～8 時

※ 2… 8 月からは火曜日も追加します

※ 3… 7 月末で会場の使用を終了します（既に予約受付も終了しています）

■予約の空き状況を確認する



随時市ホームページでお知らせしています。事前に確認してください

■インターネットで予約する

24 時間対応しています。市のインターネット予約ページから予約してください



■電話で予約する

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

0120-340-112

日曜日・祝日を除く午前 9 時～午後 7 時

※ かけ間違いに注意してください

電話をかける前に接種クーポン券を準備してください。



- 1 回目の接種であることを伝える
- 接種クーポン券に記載の 10 桁の券番号と、生年月日・名前を伝える
- 希望する会場を伝える
- 接種日と時間を決める

接種を実施・予定している医療機関一覧【6月10日 午後5時時点】

普段から通院している医療機関（かかりつけ医）が

ある人

普段通院している医療機関の掲載があれば、接種できます。

原則、**来院・来所時に予約**してください。

※許可が取れた医療機関のみ掲載していますので、それ以外の医療機関でも接種可能な場合があります。次回の来院時に確認してください

ない人

○の医療機関で接種ができます。

原則、**市のインターネット予約ページで予約**してください。



《注意》

ワクチンの供給状況や医療機関の接種体制により、随時変更があります。最新の情報は、市ホームページで更新しています。



一覧表の見方

《記載例》

な	
○●▲会 なら医院（二条大路南●●）	○
奈良市クリニック（二条大路南●●）	○
○●▲会 ならしの診療所（二条大路南●●）	△

略記・並び順について

医療法人・社会医療法人等は○と略記しています。医療法人等がある場合は、**その後の名称で50音順**に区分し、並べています。

※医療従事者・施設入所者等の接種のみを対象とした機関は掲載していません

例外の予約方法を行っている医療機関

	一般も普段通院している人も全て 市のインターネット予約 で受付（来院時の予約は行いません）
	普段通院していない人も、来院の際等に予約可

一般の人の受け入れ状況

○	普段から通院していない人（一般）も対象
△	普段から通院している人のみを対象（一般不可）

電話での各医療機関への問合せは、**通常診療の支障となるので控えてください。**

医療機関名（50音順）

き	
北岡クリニック（林小路町 1-11）	△
北山医院（芝辻町 1-9-5）	○
木下こども診療所（西大寺赤田町 1-2-10）	○
木村内科医院（中山町 51-1）	△
きよ女性クリニック（石木町 50-1）	○
きわもと泌尿器科クリニック（押熊町 547-1）	△
く	
楠原クリニック（小川町 4）	※ ○
くめ耳鼻咽喉科（朱雀 1-5-15）	○
こ	
市立興東診療所（大柳生町 4254）	△
○清和会 国分医院（南紀寺町 5-53-1）	○
○小島診療所（学園南 3-4-24）	○
後藤医院（右京 3-19-1）	△
○仁礼会 こばやし耳鼻咽喉科（学園北 1-9-1）	○
小山医院（中山町西 3-444-1）	○
こんどう泌尿器科・内科クリニック（南京終町 710-1）	※ △
さ	
西大寺セントラルクリニック（菅原東 2-20-13）	○
齋藤医院（中登美ヶ丘 2-1984-58）	△
○坂口医院（瓦堂町 6-1）	○
沢井病院（船橋町 8）	△

お	
大西内科医院（あやめ池南 2-2-8）	△
○明盛会 大橋耳鼻咽喉科（三条本町 1-85）	○
おおもろクリニック（六条 2-18-36）	△
○岡谷会 おかたに病院（南京終町 1-25-1）	○
おかはし整形外科（三碓 3-11-1）	△
○慈生会 岡村産婦人科（西木辻町 30-10）	△
○おがわ小児科診療所（鶴舞東町 2-26）	※ ○
奥医院（東城戸町 53）	△
折橋診療所（鳥見町 3-11-1）	○
か	
甲斐内科消化器内科クリニック（三条本町 1-2）	○
学園前診療所（学園北 1-15-8）	△
○健英会 鍛冶田クリニック（北登美ヶ丘 3-12-15）	○
片岡診療所（二条町 2-3-10）	△
かづきクリニック（大宮町 5-1-10-1）	△
加藤内科医院（三条町 606-98）	○
門野医院（西大寺国見町 2-3-17）	△
かなもり耳鼻咽喉科（西大寺東町 2-1-63）	○
金田内科医院（南市町 6）	△
金田内科クリニック（西御門町 28）	△
○良仁会 かわたペインクリニック（学園北 1-9-1）	△
河原医院（中登美ヶ丘 2-1981-105）	○

あ	
あおきクリニック（あやめ池南 6-8-40）	○
秋岡耳鼻咽喉科医院（六条西 1-1-7）	△
阿部クリニック（学園南 1-2-20）	△
あやめ池診療所（あやめ池南 6-1-7）	△
い	
○飯田医院（北市町 36）	○
いがらし整形外科（朱雀 3-14-1）	△
いずみクリニック（西大寺国見町 1-1）	※ ○
○伊藤医院（五条町 9-43）	△
○双福会 伊藤医院（南永井町 377-3）	△
いぬいクリニック（疋田町 2-1-5）	※ ○
岩井整形外科（大宮町 4-331-1）	○
岩井内科クリニック（大宮町 4-331-1）	○
岩崎耳鼻咽喉科医院（西大寺南町 5-58）	○
う	
○うえしげクリニック（三条松町 17-17）	○
○植松クリニック（西大寺南町 2-6）	△
梅谷内科クリニック（富雄川西 2-7-7）	○
うらもとクリニック（四条大路 1-3-53）	○
え	
江川内科消化器科医院（杉ヶ町 11-2）	△
衛藤医院（学園南 1-1-17）	△

ふ	
福山医院（尼辻中町 11-3）※	○
ま	
⑤前川医院（東登美ヶ丘 1-12-3）	○
⑤前田医院（西新在家町 2-6）	△
⑤まえだ医院（朱雀 4-1-5）	△
前田小児科医院 （富雄元町 4-8-14）   ※	○
⑤松井医院（三条桧町 19-4）	△
⑤松尾医院（学園大和町 1-26）	△
⑤悠彩会 まつお内科（中登美ヶ丘 6-3-3）	△
まほろばクリニック（奈良阪町 2271-3）	△
み	
三谷医院（神殿町 171-4）	○
む	
村井整形外科（富雄北 2-3-3）	○
め	
めぐみ皮膚科泌尿器科（三碓 3-11-1）	△
も	
森田診療所（学園南 1-2-1）	○
⑤森仁会 森田内科循環器科クリニック （宝来 3-3-21）	△
⑤啓仁会 森内科クリニック （学園北 1-11-4）  ※【修正】	○
や	
矢追医院（高畑町 1112）	△
市立柳生診療所（邑地町 2786-1）	△
やぐら歯科内科（朱雀 3-3-6）	○
⑤やすい小児科医院 （富雄元町 1-12-1） 	○
やまがた内科医院（法蓮町 1095）	○
⑤山崎医院 やまざきクリニック （佐紀町 2762-4）	○
⑤善真会 山田胃腸科・肛門科 （鳥見町 1-1-1）	○
やまだクリニック（あやめ池北 1-32-21）	△
やまね内科クリニック （西大寺新田町 1-12-2）	△
よ	
陽クリニック（大宮町 4-241-1）	○
⑤クリニカ・ドンナ 洋子レディースク リニック（学園大和町 3-40-2）	△
⑤平和会 吉田病院 （西大寺赤田町 1-7-1） 	○
⑤よねだ内科クリニック （学園大和町 6-1542-382） 	○
わ	
⑤和田医院（恋の窪 3-7-3）	△
⑤和田内科外科医院 （六条緑町 3-8-48）	△

な	
⑤中井医院（大宮町 3-4-33）	○
⑤中岡内科クリニック （西大寺東町 2-1-63）	○
なかがわ呼吸器科アレルギー科医院 （朱雀 5-3-8）	△
中川内科医院（あやめ池南 2-2-9）	△
なかがわメディカル（奈良阪町 167）	○
⑤中島クリニック（鶴舞東町 2-11）	△
中谷皮フ科（杉ヶ町 12-4）	△
⑤永野会 永野クリニック（鳥見町 2-11-8）	△
⑤中村脳神経外科クリニック （学園大和町 2-125-5）	△
⑤新仁会 奈良春日病院 （鹿野園町 1212-1）※	○
⑤拓生会 奈良西部病院 （三碓町 2143-1）	△
奈良セントラル病院（石木町 800）※	○
奈良東九条病院（東九条町 752）	○
ならやま診療所（右京 3-2-2）	△
なんぶ小児科アレルギー科 （三条本町 1-2）	○
に	
西浦クリニック（三条本町 7-21）	△
西尾外科医院（あやめ池南 1-7-7）	△
⑤康仁会 西の京病院（六条町 102-1）	○
西村クリニック（四条大路 1-1-30）	○
にしやまクリニック（右京 1-3-4）	△
⑤西脇医院（菅原町 506）	○
⑤西脇クリニック（東紀寺町 2-7-13）	△
は	
はしもと内科（東向北町 30-1） 	○
秦医院（西大寺国見町 2-1-13）※	○
⑤花本クリニック （西登美ヶ丘 3-18-3）	○
浜田クリニック（学園南 1-3-4）	△
はらだ医院（紀寺町 607）	△
はらだ糖尿病・腎・内科クリニック （中登美ヶ丘 3-1）	△
ひ	
東谷医院（南魚屋町 37）	△
ひかりクリニック（学園北 1-8-8）	△
⑤ひまわり会 ひまわりクリニック （右京 4-14-23） 	○
日吉耳鼻咽喉科クリニック （中登美ヶ丘 3-2）	○
⑤ひろおか内科クリニック （あやめ池南 6-3-36）	○
⑤愛生会 広岡西部診療所 （赤膚町 1032）	△

し	
塩田医院（此瀬町 358-1）	△
⑤塩谷内科診療所（左京 1-13-37）	△
しき地診療所（佐保台 1-3571-208）	○
しだ小児科クリニック （中登美ヶ丘 3-1） 	○
⑤庄野整形外科（六条 2-19-8）	○
しらい内科医院（青山 4-2-3）	○
しらやま医院（尼辻中町 10-27）	○
⑤岡谷会 新大宮診療所 （芝辻町 4-7-2）	△
しんのクリニック（恋の窪 1-5-1）	△
す	
すくすくこどもクリニック （菅原町 648-1） 	○
鈴木内科クリニック（西大寺本町 5-8）	○
せ	
石洲会病院（四条大路 1-9-4）※	○
そ	
そめかわクリニック内科・循環器内科 （中山町西 4-456-1）	△
た	
高木医院（三条町 2-474） 	○
高の原すずらん内科（右京 1-3-4）	△
高の原中央病院（右京 1-3-3）※	○
たかはし耳鼻咽喉科 （大安寺町 515-2） 	○
高浜医院（千代ヶ丘 2-1-31）	△
⑤田北クリニック（佐紀町 2）  ※【修正】	○
⑤竹谷内科医院（富雄元町 2-1-19）	○
⑤竹村内科医院（椿井町 33）	△
⑤田中医院（百楽園 2-1-1） 	○
⑤谷掛整形外科診療所 （神殿町 644-1）	○
市立田原診療所（横田町 336-1）	△
玉木耳鼻咽喉科（椿井町 43）	○
⑤田村医院（四条大路 1-7-19）	△
ち	
ちえクリニック（学園北 1-14-13）	○
つ	
つかもと整形外科（花芝町 28）	△
市立月ヶ瀬診療所 （月ヶ瀬尾山 2790）	△
市立都祁診療所 （都祁白石町 1084） 	○
⑤つじもとクリニック（学園北 2-1-5）	○
土谷耳鼻咽喉科（西紀寺町 32-3）	△
⑤つるた内科（学園大和町 5-117）	△
て	
⑤帝塚山クリニック（帝塚山 1-1-33） 	○
寺崎クリニック（南城戸町 67）	△
と	
富雄医院（富雄元町 3-1-2）	△
とみお岩崎クリニック （二名 3-1046-1）	△
⑤双葉会 富雄産婦人科 （三松 4-878-1）	△
⑤平和会 とみお診療所 （三碓 2-1-6）※	○
登美ヶ丘クリニック（中登美ヶ丘 4-3）	○
登美ヶ丘こどもクリニック （登美ヶ丘 3-4-11） 	○
⑤生和会 登美ヶ丘リハビリテーション 病院（中登美ヶ丘 6-12-2）	△

◆補足事項（※のついている医療機関は下記にも注意してください）

いずみクリニック：7月12日以降は基礎疾患のある患者を優先／**いぬいクリニック**：自院の患者以外も診療時間内に接種クーポン券持参で予約可／**⑤おがわ小児科診療所**：自院の患者は電話予約可／**楠原クリニック**：自院の患者は独自の予約システムを使用（6月10日現在、一般受付は停止中）／**こんどう泌尿器科・内科クリニック**：6月10日現在、8月末まで予約が埋まっているため、新規の受け入れ停止中／**石洲会病院**：当面は市の予約システムを使わず、独自の予約システムを使用／**高の原**

中央病院：普段から通院している人は外来診療時に受付。電話・窓口での予約不可／**⑤平和会 とみお診療所**：窓口受付時間直後は避けて予約等の問合せを／**⑤新仁会 奈良春日病院**：独自の予約システムを使用／**奈良セントラル病院**：自院の患者以外も電話・市の予約システムで予約可能／**秦医院**：すべて来院で受付可／**福山医院**：自院の患者以外は、独自の予約システムを使用（くわしくはホームページ）／**前田小児科医院**：自院の患者問わず、来院・市の予約システムで予約可能

【追加】森内科クリニック、田北クリニック…市の予約システムを介さず、来院・電話のみで予約



社会生活をする上で必要不可欠な職（エッセンシャルワーカー）に対する接種を、ロートアリーナ奈良（法蓮佐保山四丁目）で行っています。今後も職域を広げて継続的に実施する予定です。

第1回：6月14日(月)～17日(木)（1回目接種）

下記の職に従事する人を対象（約6,100人）※既に実施済

- 保育士や幼稚園の先生 ●子育て支援センターの従事者
- 放課後児童クラブ（バンビーホーム）の指導員
- バス・タクシーの運転手 ●宿泊施設（ホテル等）の従業員
- 介護サービスの従事者

接種クーポン券の送付

発送から到着までに3日程度かかる場合があります。届いていない場合は、コールセンター（5ページ）まで。

70歳以上74歳以下

昭和22年4月1日

～昭和27年3月31日生まれの人

5月31日(月)

に発送済

65歳以上69歳以下

昭和27年4月1日

～昭和32年3月31日生まれの人

6月4日(金)

に発送済

※64歳以下の接種クーポン券は、高齢者の予約状況やワクチン供給量等を勘案して、送付方法・時期を決定します

市外で接種を希望する人は

原則、住所地（住民票所在地の市町村）での接種になりますが、やむを得ない事情等のある人は、接種クーポン券が届いた後に、事前の手続きによって市外で接種できます。

例：里帰り出産の妊婦、単身赴任者、遠方から下宿している学生、DV・ストーカー行為・児童虐待の被害者等

手続き完了後、「住所地外接種届出済証」が交付されるので、接種会場に持参してください。



■住所地以外で接種を受ける手続き方法（2通り）

1 厚生労働省のホームページ

「コロナワクチンナビ」から Web 申請 →



2 「住所地外接種届」と接種クーポン券の写し、返信用封筒を新型コロナウイルスワクチン接種推進課（〒630-8122 三条本町13-1）へ送付

※届は同課への申し出か、市ホームページからダウンロード可 →



詐欺に注意

■接種は無料です

保健所や自治体等がワクチン接種で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、すぐ電話を切り警察に通報してください。国民生活センターでも消費者トラブルの相談ができます。

新型コロナワクチン詐欺消費者ホットライン (国民生活センター)

 **0120-797-188**

受付時間：午前10時～午後4時（土・日曜日、祝日も実施）

■国民生活センターに寄せられた相談事例

- ・「新型コロナワクチンが接種できる。後日全額返金されるので10万円を振り込むように」との不審な電話がかかってきた
- ・スマートフォンに「ワクチン接種の優先順位を上げる」というメッセージが届いた
- ・余ったワクチンを案内していると電話があった

副反応の問合せ

■接種後に心配なことがあれば相談を

相談は看護師等が対応します。相談内容に応じて、受診可能な医療機関等を紹介します。

奈良県新型コロナワクチン

副反応コールセンター（24時間対応）

 **0120-919-003**

FAX **0742-36-6105**

■副反応が起こった場合の補償について

万一健康被害が生じた場合、予防接種法に基づく予防接種健康被害救済制度により適切な補償が受けられます。接種後に現れた健康被害がワクチン接種によるものと厚生労働大臣が認めた場合は、国が費用を負担します。予防接種により通常起こり得る軽度な副反応については、認定対象にならない場合もあります。



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」

【本特集の問合せ】新型コロナウイルスワクチン接種推進課（ 0120-340-112）

❗ 奈良市消防局からのお願い

救急車利用時の マスク着用について



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、救急車を利用する際は、可能な範囲でマスクの着用をお願いしています。状況に応じて、マスク未着用者への着用をお願いする場合があります。

利用者と救急隊双方の感染予防のため、協力をお願いします。

緊急時以外の救急車利用は 控えて下さい



救急車は、交通事故やケガ、急病等をした人のため、いつでも出場できる体制で待機していますが、急を要さない利用により救急車が不足し、患者を運ぶのが遅れてしまいます。

また、「いざ」というときに大切な人の命を守るため、応急手当講習を受け、正しい知識・正確な技能を身に付けましょう。

【問合せ】 消防局救急課 (☎ 35-1190)

各講習については
こちら▶



新型コロナ対策支援寄附金 協力ありがとうございました



新型コロナウイルス感染症対策として、市民のみなさんをはじめとする
たくさんの寄附が寄せられました。

新型コロナ対策支援寄附金実績

(募集期間：令和2年5月～令和3年3月末)

使 途	件数	金額(円)
貧困家庭の支援	989	39,629,511
教育環境の改善	367	17,740,561
医療体制の充実	1,610	54,451,236
合計	2,966	111,821,308

今回の寄附は、貧困家庭の支援・教育環境の改善・医療体制の充実のため、大切に活用します。

【問合せ】 納税課 (☎ 34-4727)

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、まず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」に相談してください。

発熱等の
症状がある

まずは
電話で相談

身近な
医療機関

診療 + 検査 (発熱外来認定医療機関※の場合)
検査先の紹介 (上記以外の場合)

※帰国者・接触者外来と同様の機能を持つ医療機関として、県が認定。診療から検査まで一連の対応が可能です

身近な
医療機関が
ない人

新型コロナ・発熱患者受診相談窓口
(旧帰国者・接触者相談センター)

☎ 27-1132 FAX 27-8565

[平日・土日祝] 24時間対応

診療・
検査先の
紹介

入院、
宿泊療養
陽性の場合は



集中して仕事に取り組める環境を探す皆さんへ

第2期 市内宿泊施設の客室を

テレワークの場所として、

お得に利用しませんか

*1…1回利用につき



客室を
快適オフィスに



市では、新型コロナウイルスの感染拡大防止と社会経済活動の維持のため、テレワークの推進事業を行っています。

期間 8月31日(火)まで

対象 市在住で、テレワークを目的に施設を利用しようとする人

補助金額 1回利用につき上限3,000円補助(何回でも利用可)
ただし、施設ごとのプランにより補助金額が変わります。くわしくは市ホームページに掲載

利用方法

1. 利用時は、各宿泊施設の
**奈良市宿泊施設テレワーク
推進事業対象プラン(デユース)**
を直接予約します。
(補助額を差し引いた額を宿泊施設に
支払ってください)



2. 利用当日に、宿泊施設のフロントに
利用申込書
(市ホームページからダウンロード*2)を提出し、
住所が確認できる書類*3を
提示してください。



くわしくはこちら↓
市ホームページへ

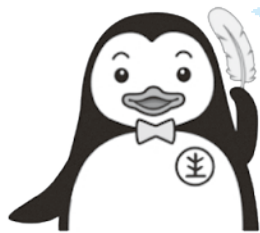


参加宿泊施設一覧 ※6月1日時点の内容です

奈良ロイヤルホテル	法華寺町 254-1	☎ 34-1131
SLOW HOUSE NARA	上三条町 1-5	☎ 42-9603
ホテルアジュール・奈良	油阪町 1-58	☎ 22-2577
ホテルアジュール・奈良アネックス	四条大路 1-4-45	☎ 32-2577
ホテル 花小路	小西町 23 番地	☎ 26-2646
ホテル日航奈良	三条本町 8-1	☎ 35-6812
and smiles hostel	西笹鉾町 13	※メール予約
ピアッツァホテル奈良	三条本町 11 番 20 号	☎ 30-2200
ゲストハウスるーのす	築地之内町 21 番地の 3	※メール予約
NARAigoto EENA HOUSE 離れ	川之上突抜北方町 18-2	☎ 080-3830-2709
AN-GRANDE ホテル奈良	登大路町 36-3	☎ 27-1221
ホテル リガーレ春日野	法蓮町 757-2	☎ 22-6021
変なホテル 奈良	高天町 46 番 1	☎ 050-5210-9999
奈良ホテル	高畑町 1096	☎ 24-3011
コンフォートホテル奈良	三条町 321-3	☎ 25-3211
奈良パークホテル	宝来 4 丁目 18 番 1 号	☎ 44-5255
奈良ゲストハウス神奈寝	紀寺町 1054	☎ 77-2765
かんぽの宿	二条町 3-9-1	☎ 33-2351

【問合せ】観光戦略課 (☎ 34-4739)

7月は社会を明るくする運動 強調月間です



法務省 更生保護マスコット
ホゴちゃん

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ



保護司のクジラ先生

「社会を明るくする運動」とは……

すべての国民が、犯罪や非行の防止と更生（立ち直し）への理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くための全国的な運動です。

事件や犯罪のニュースが毎日のように報道される今、罪を犯した人を厳しく処罰することは必要なことですが、同じくらい大切なことがあります。それは、罪を犯してしまった人が罪を償って立ち直る時には、

社会で受け入れること。犯罪や非行をする人を生み出さない家庭や地域をつくること。

7月の強調月間では、主に「更生保護」に関わる人々が中心となり、全国各地でさまざまな取り組みを行っています。自分に何ができるかを考えて、一緒に明るい社会づくりに取り組んでみませんか。

更生保護って、 なんですか？



法務省 更生保護マスコット
サラちゃん

協力雇用主の
アシカ親方



更生保護女性会員の
オコジョ

1 安心・安全な社会を築くための大切な仕組み
更生保護は、犯罪や非行をした人が罪を償い、社会の一員として再出発しようとする時、その立ち直りを導き、助け、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐことです。地域社会の安心と安全を守ることに繋がります。

2 なぜ必要か？
日本で日々発生する犯罪のうち、実に約6割が再犯者によるものです。罪を犯してしまった人を再び犯罪者に戻さない工夫や努力をすれば、犯罪率はぐっと減り、地域住民が安心して安全な生活を送ることができる住みよい社会になります。

3 立ち直りに必要な力
犯罪や非行をした人の立ち直りには、本人の努力や意志が大切なことです。しかし、社会に居場所がなく再び犯罪を重ねてしまうこともあります。それを防ぐため、更生保護に対する理解と協力を地域社会から得て、つながりを持つことが不可欠です。

今年4月1日に「奈良市更生支援に関する条例」を施行しました。市民のみなさんが、安心して奈良のまちに住み続けたいと思えるよう、行政や関係機関等が力を合わせ、**非行や犯罪のない安全で明るい地域づくり**を目指します。

4 地域で立ち直りを支える 更生保護ボランティア

以下の人々によって活動が支えられています。

保護司：保護司法に基づき、法務大臣から委託された非常勤の国家公務員。犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支える民間ボランティア

更生保護女性会：地域での犯罪予防の活動や、罪を犯した人・非行のある子どもたちの更生支援等、更生保護の活動を行う女性のボランティア

協力雇用主：犯罪や非行の前歴があるために、定職に就くことが難しい刑務所出所者・保護観察対象者に対して、その事情を理解した上で雇用し働く場を提供し、改善更生に協力する民間の事業主



◀ 広報用ポスター（第71回）

【問合せ】福祉政策課（☎ 34-5196）

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

新型コロナウイルス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

市民のうごき

6月1日現在、()内は前月比

【総人口】354,187人 (▲264人)
男性：166,005人 (▲118人)
女性：188,182人 (▲146人)
【世帯数】165,888世帯 (▲11世帯)

生活

申込先は、申請、締切日は、問合せ先は、図と表記しています

ごみ収集について

◆7月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	7日・21日の水曜日
B・E	の地域	
C・H	火・金曜日	14日・28日の水曜日
D・G	の地域	

※A～Dは市の収集区域、Eは市清美公社か武田環境・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

※7月22日(祝)・23日(祝)も通

常どおり、ごみ収集を行います

◆生ごみは水気をよく切りましょう

夏場は水分を含んだ生ごみが多く、収集作業中に汚水の飛散等の原因になるため、水気をよく切って出してください

◆折りたたみ式ネットボックスは、安全確保のため収集後速やかに片付けてください

図 収集課 (☎71・3012)、市清美公社 (☎33・8782)、武田環境・大和清掃共同企業体 (☎63・252)

7月1日は戸籍コンビニシステムが休止します

7月1日(休)は戸籍コンビニシステムのメンテナンスのため、コンビニエンスストアで戸籍関係の証明書の交付ができません
図 市民課 (☎34・4730)

7月31日はマイナンバーカードセンターが休止します

7月31日(土)は本庁舎の停

ごみ減量コラム vol.23 マイボトルを持ち歩こう

マスクの着用で、例年よりも熱中症のリスクが高まる今年の夏は、いつでも水分が補給できるようマイボトルを持ち歩くことをおすすめします。

◆マイボトル利用のメリット

①節約につながる

普段買う飲み物も、積み重ねれば大きな出費になります。カフェやコンビニの中には、ボトルの持参で割引がある店舗もあります。

②地球に優しくエコ

日本では年間245億本のペットボトルが販売されています。その9割近くがリサイクルされますが、収集運搬等の過程で環境に少なからず負荷を与えています。マイボトルを使えばペットボトルの消費が減り、ごみの減量や環境保護に貢献することができます。

最近ではプラスチックやガラス製等のおしゃれなボトルも増えてきています。環境のためにもぜひ始めてみませんか。

今月のごみ量レポート

令和3年度可燃ごみ総搬入量(5月末時点)：
12,810.3トン(前年度同月比：+3.4%)
さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

図 廃棄物対策課 (☎71-3001)

7月31日は各窓口での戸籍関連業務を休止します

本庁舎の停電により、次の業務を休止します

①市民サービスセンター(ならファミリー5階)

・戸籍全部・個人事項証明書、戸籍の各種証明書等の戸籍関係証明書の交付

・奈良市ポイント事業に関する受付

る受付

②コンビニ交付

・戸籍に関する証明書の交付
図 ①市民サービスセンター (☎36・5913) ②市民課 (☎34・4730)

市民課の土曜臨時開庁を8月まで延長

業務内容：マイナンバーカードの交付・申請、電子証明書の更新 ▼臨時開庁日：7月24日(土)、8月28日(土)
図 同課 (☎34・4730)

外国人重度障害者・高齢者への特別給付金

①外国人重度障害者

障害基礎年金を受けられない重度障害者の外国人(外国人であつた人を含む)に、特別給付金(月額2万円)を支給しています

対象：昭和57年1月1日現在、日本国内に居住地登録し、同日前に重度心身障害者(身体障害者手帳1、3級または療育手帳A所持者)で20歳に達していた人

②外国人高齢者

新型コロナウイルス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

手話
コラム
vol.21

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。

◆手話通訳者の立ち位置

音声言語を手話に、手話を音声言語に換えることを手話通訳といいます。手話通訳者は、話し手の声が聞こえる場所、ろう者から見える位置に立ちます。通常は、話し手の横あたりで、ろう者と対面して通訳します。ろう者は、話し手の口元と手話通訳者の手話を両方見ることができます。

覚えてみよう! 「幸せ・幸福」

右手親指とその他の4つの指であごをなで下ろしながら、全ての指を閉じる



出典：全日本ろうあ連盟
「わたしたちの手話学習事典Ⅰ」

問障がい福祉課 (☎ 34-4593 FAX 34-5080)

国民年金の受給ができない外国人高齢者（外国人であつた人を含む）に、特別給付金（月額2万円）を支給しています

対象：大正15年4月1日以前に生まれた人で、昭和57年1月1日現在、国内に居住地登録していた人

その他 次の人は対象外

① 生活保護または中国残留邦人等支援給付を受けている人

② 社会福祉施設に入所している人

③ 年額24万円以上の公的年金を受給している人（年額24万円未満の場合

は給付額を減額）④ 令和2年中の所得が老齢福祉年金の支給停止限度額を超えている人

⑤ 外国人重度障害者特別給付金受給者（②のみ）

⑥ ①は障がい福祉課、②は長寿福祉課に備え付けの用紙に、住民票の写し、本人・配偶者と扶養義務者の令和2年中の所得証明を添付して、7月30日までに申請（印鑑要）※現在給付を受けている人には更新申請書を送付

⑦ 障がい福祉課（☎ 34・4593）⑧ 長寿福祉課（☎ 34・5439）

国保年金課からのお知らせ

① 7月下旬に国民健康保険の保険証を発送します

世帯主宛てに、簡易書留郵便で世帯全員分を送付します（後期高齢者医療制度該当者は17ページへ）。特別な事情がなく保険料を滞納している世帯には、有効期限の短い保険証が資格証明書を交付する場合があります。資格証明書で医療を受ける際は、一旦医療費を全額自己負担することになります

② 限度額適用認定証の更新

現在の認定証は7月末で期限が切れるため、8月からも必要な人は申請してください。住民税未申告の国保加入者がいる世帯や保険料に滞納がある世帯は交付できません

申請場所：国保年金課、各出張所・行政センター（できるだけ国保年金課宛への送付手続きをお願いします）

※即日交付は国保年金課のみ

▼持物：保険証、転入の人は課税・非課税証明書

問同課 (☎ 34・4991、② 34・4736)

固定資産税・都市計画税、市・県民税（普通徴収）の納期

納期：固定資産税・都市計画税（第2期分）…7月15日（木）8月2日（月）、市・県民税（普通徴収：第2期分）…8月16日（月）31日（火）※納税は口座振替が便利です。金融機関の窓口は納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要

問納税課 (☎ 34・4727)

空き家に関するお知らせ

◆奈良市空き家バンク

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。市の東部地域にある空き家の賃貸や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まで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

問空き家バンク（市委託事業者）☎ 0744・35・6211

◆奈良市空き家バンク活用住宅支援補助金

空き家の有効活用や市への定住促進のため、奈良市空き家バンクに登録している住宅の購入、改修、荷物撤去にかかる経費の一部に対し、予算の範囲内で補助します

補助金額：改修・購入…補助率2分の1（上限50万円）、荷物撤去費…全額補助（上限20万円）※補助の条件等あり。申請前に相談要

問住宅課 (☎ 34・5175)

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。

新型コロナウイルス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

権利擁護センター専門職 (弁護士・司法書士) 相談

とき：7月～来年3月までの毎月第4水曜日、午後2時～4時（2月は第3水曜日）※奇数月は司法書士、偶数月は弁護士による相談
▼ところ：同センター（市庁舎中央棟2階）▼対象：成年後見制度の利用を必要とする人やその家族、支援者等※継続相談は確認要
☎電話かFAXに希望日時、氏名、連絡先を書いて同センター（☎34・4900 FAX 34・4514）へ

市緊急告知ラジオの購入費を補助（100台分）

気象警報や避難情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。1人5台まで
☎☎ならどっとFM（☎24・8415）

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

糖尿病相談窓口

血糖値が高め、肥満で糖尿病が心配な人に、管理栄養士等が相談を受け、生活指導を実施します（医師の診察はありません）
とき：7月12日（月）・19日（月）・26日（月）、8月2日（月）午後1時、午後2時半（一人約60分）▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼持物：あれば健診結果
☎電話で健康増進課（☎34・5129）へ

臨床心理士による心の健康相談

暑さの影響とは違うだるさや疲れ等はありませんか。季節の変わり目は心身に不調をきたしやすくなります。こころの疲れに気づいたら、一人で抱え込まず、相談してみてください
とき：7月12日（月）・26日（月）午後1時半～4時半※予約

要 ☎電話で保健予防課（☎93・8397）へ

歩数計アプリで20日ならウォークを開催

歩数計アプリで健康づくり事業（歩数計アプリ「リンククロスアルク」に参加中で、7月20日の歩数が8千歩以上の人に、通常のポイントに加えて5ポイントを付与します※事業への参加はスマートフォンでの事前登録要
対象：20歳以上の市在住・在勤の人 ☎歩数計アプリ事業への参加はスマートフォンで、市ポイント運営事務局のホームページから同アプリをダウンロードし、登録情報を入力
☎☎事務局（☎34・8111）



7月28日は日本肝炎デー！ 世界肝炎デー

肝炎ウイルスに感染しても自覚症状が無いまま病気が進行し、肝硬変や肝がんへ移行する場合があります。肝がん予防のために、少な

Title: 健康ノート⑧

VPD を知っていますか？



- V = Vaccine（ワクチン）
- P = Preventable（防げる）
- D = Diseases（病気）

VPD とは「ワクチンで防げる病気」を指します。たくさんある感染症の中で、ワクチンで防げる病気は少数で、結核や麻疹、風しん、水痘等があります。これらは子どもの定期予防接種を受けることで防ぐことができ、現在では11種類の定期予防接種があります。

乳児期は予防接種の回数が多く、病院に連れていくことも大変ですが、大切な子どもの健康と命を守るために、定期予防接種を受けましょう。

☎健康増進課（☎34-5129）

健康講座「健康に生きるため 神様と共に生きる 聖なる春日大社境内」

とき：7月27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東隣）（柏木町）▼講師：春日大社宮司の花山院弘匡さん ▼その他：手話通訳が必要な場合は、FAXで7月17日まで市総合医療検査センター（☎33・7876 FAX 33・5800）へ※37.5℃以上の発熱・体調不良、マスク未着用の方は参加不可。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へ

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

子育て

ファミリー・サポート・センター

育児の援助を受けたい人で行いたい人が会員として登録し、助け合いを行う組織です

◆説明会（予約要）

とき：7月20日（火）午前10時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼対象者：依頼会員への登録希望者 締7月19日 ▼その他：会員登録には、顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚、身分証明書要 申電話でファミ

リー・サポート・センター（☎ 34・3305）へ

日本脳炎予防接種開始（平成30年7月生まれ）

第一期（初回接種2回、追加接種1回）を受けましょう。予約 健康増進課（☎ 34・5129）

預かり保育・認可外保育施設等利用費の請求手続き（令和3年4～6月分）

保育の必要性の認定を受け、預かり保育・認可外保育等の対象施設を利用して支払った利用料は、請求の手続きが必要です。給付認定の手続き、対象施設や請求方法は市ホームページに掲載 申請期間：7月20日（火）～30日（金）※令和3年3月以前

種不可 申市ホームページ掲載の予防接種登録医療機関へ予約 健康増進課（☎ 34・5129）

ひとり親家庭等医療費受給資格証の更新

現在の資格証は7月末で期限が切れるため、受給資格の更新が必要です。対象者は6月末に送付する更新申請書に必要事項を書いて、返送してください。後日、新しい受給

の利用分も併せて申請可（請求権は2年間） 申保育所・幼稚園課まで送付。直接持参も可 ※私立幼稚園・認定こども園の利用は、園への提出が可能な場合もあります。くわしくは各園に確認要 同課（☎ 34・5086）

資格証を送付します ※持っていない人は新規申請要（対象の人のみ）

対象：ひとり親家庭かそれに準ずる家庭で、市在住の18歳未満の子（18歳になった日以降の最初の3月31日までの子も含む）を扶養している人とその子 ※何らかの健康保険に加入していること。生活保護受給者は対象外 ▼その他：新規申請時は健康保険証、ひとり親家庭を確認できる書類（戸籍謄本等）、養育者の口座のわかるものが必要 母子通有育成課（☎ 34・5042）

がん検診（8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。都祁保健センターの実施分は電話で同センターへ。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7月1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
4日（水） 13日（金） 20日（金） 23日（月）	はぐくみセンター	8:45～9:15 9:15～9:45	17人 16人
6日（金）	富雄南公民館	9:15～9:45 9:45～10:15	14人 13人
10日（火） 11日（水）	都祁保健センター	8:30～10:30 （時間指定あり）	各30人
12日（木）	西福祉センター	9:30～10:00 10:00～10:30	各10人
16日（月）	北部出張所	9:15～9:45 9:45～10:15	各8人
19日（木）	コープおしくま	9:15～9:45 9:45～10:15	14人 13人
24日（火）	登美ヶ丘公民館	9:30～10:00 10:00～10:30	各13人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
16日（月）	はぐくみセンター	14:00～14:30 14:30～15:00	各30人

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（結核の判定も含みます）

【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）
都祁保健センター（☎ 0743-82-0341）

新型コロナウイルス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

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。

新型コロナウイルス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

予防接種予診票綴りを6月下旬に発送しています
(令和3年5月生まれ)

予診票綴り、母子健康手帳と健康保険証等を持参すれば接種可。転入等で予診票綴りがない場合は健康増進課(☎34・5129)へ※黒の消えない筆記具で記入

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か月児ばくばく教室
- ・1歳0か月児歯びか教室
- ・むし歯予防のためのフッ化物塗布
- ・はじめてのママパパサロン
- ・マタニティ歯つびいチェック
- ・40歳からのママ育サロン
- ・母子保健課(☎34・1978)

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4月生まれ)	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 ※当面の間受診期間は 2か月
10か月児健診 (令和2年10月生まれ)	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11・12月、 令和2年1月生まれの子)	令和3年8月1日～ 9月末日 までに 受診してください	市内指定医療機関 ※当面の間、 内科・歯科健診を 各医療機関で受診
3歳6か月児健診 (平成29年12月、 平成30年1・2月生まれの子)		

持物：問診票、母子健康手帳
※問診票は7月下旬に送付します。7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

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)

夏野菜の季節到来

～大和丸ナスを食べてみよう～

奈良の食
コラム
vol.16

奈良では大和伝統野菜の大和丸ナスが生産されています。特徴はまん丸の形と、締まった肉質。夏野菜が食卓を彩るこの時期、今年は大和丸ナスの調理に挑戦してみませんか？



▲大和丸ナス ◎奈良県

農家さんの声

「がく」がピンとしていて、張りりと光沢のあるものが新鮮なナスの印。大和丸ナスは日持ちが良いので、収穫後1週間ほど経っても遜色ない味わいです。

ホイルで丸ごと包んでオーブン焼きすれば、だししょうゆ等のシンプルな味付けでも十分おいしい。油も不要でヘルシーです。

一般的なナスより、じっくりと火を通す調理がおすすめ。実の成分がうまみへと変わります。



紹介している農産物は、下記の店舗で購入できます。

(入荷状況の問合せは各店舗へ)



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)

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) ※予約要
・電話・来所相談(保健師)
・巡回相談(保健師)

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(午後1時半まで受付) ※保健師の場合あり
【持物】母子健康手帳・バスタオル

母子保健課(☎34・1978)
都祁保健センター

7月	とき	ところ
13日(火) 午前10時～ 正午	興東公民館 (大柳生町)	
20日(火) 午前10時～ 11時半	どんごが丘 コミュニティ広場 (旧田原幼稚園) (横田町)	

持物：母子健康手帳
都祁保健センター(☎0743・0341)

◆月ヶ瀬健康相談室
・電話・来所相談(保健師)
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・920480)

子宮頸がん予防ワクチン接種(ヒトパピローマウイルス感染症予防接種)

市内の登録医療機関で接種可能です。くわしくは市ホームページか、順次発送

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

する個別通知に掲載

対象：接種当日、市に住民登録がある小学6年生・高校1年生に相当する年齢の女子※平成17年4月2日から平成22年4月1日生まれ

▼接種方法：2種類のワクチンがあり、同一種類を半年から1年の間に3回接種
▼持物：母子健康手帳、健康保険証等の本人確認ができる書類 申電話で市内登録医療機関（市ホームページに掲載）に予約 健康増進課（☎ 34・5129）

シニア

後期高齢者医療保険料（第1期）の納期は7月15日（木）8月2日（月）です

岡福祉医療課（☎ 34・4754）

後期高齢者医療制度に関するお知らせ

◆7月中旬に8月からの新しい被保険者証を送付します
現在の被保険者証の有効期限は7月31日です。8月に75歳になる人の被保険者証は、7月下旬に簡易書留で送付します※本人確認で

きる書類（写真が無いものは2点）要。代理人受取の場合は、代理人と被保険者の本人確認要

◆基準収入額適用申請

6月上旬に対象者に通知しています。収入額を確認のうえ申請してください。後日、1割負担の被保険者証を送付します

◆限度額適用・標準負担額減額認定証の送付

7月末までの認定証を持つている人で、今年度も市・県民税非課税世帯と確認された人には、7月下旬に8月からの新しい認定証を送付します

◆限度額適用認定証の送付

7月末までの認定証を持つている人で、8月からも認定の要件に該当する人には、7月下旬に新しい認定証を送付します

◆令和3年度保険料の決定通知書、納付書の送付

7月中旬に決定通知書を送付します。年金引きや口座振替納付でない人は、同封する納付書により金融機関等で納付してください（保険料の内容はしみんだより6月号参照）

岡福祉医療課（☎ 34・4754）

元氣アップなら講座（介護予防講座）

日程や開催場所の相談は、最寄りの地域包括支援センターへ

センター名	担当地域（小学校区単位）
若草 25・2345	鼓阪北、鼓阪、佐保
三笠 33・6622	大宮、佐保川、椿井、大安寺西
春日・飛鳥 20・2516	済美、済美南、大安寺、飛鳥
都南 50・2288	辰市、明治、東市、帯解
北部 70・6777	神功、右京、朱雀、左京、佐保台
平城 53・7757	平城西、平城
京西・都跡 52・3010	伏見南、六条、都跡
伏見 36・1671	あやめ池（学園南以外）、西大寺北、伏見
二名 43・1280	鶴舞、青和、二名、富雄北
登美ヶ丘 51・0012	東登美ヶ丘、登美ヶ丘
富雄東 52・2051	三碓、富雄南、あやめ池（学園南）
富雄西 44・6541	鳥見、富雄第三
東部 81・5720	田原、柳生、興東、都祁、月ヶ瀬

岡福祉政策課（☎ 34・5196）

市立看護専門学校学生募集（来年4月入学）

試験の種類（定員）	受験資格	試験日	出願期間 ※簡易書留のみの受付
推薦入学試験（15人程度）	次の要件を全て満たす人①高等学校か中等教育学校を来年3月卒業見込み②評定平均値が3.5以上（国語、数学、英語はそれぞれ評定3.2以上）③学業成績、人物とも優秀で学校長の推薦がある④同校への入学を専願	11月11日（木）	10月26日～11月1日 午後3時必着
社会人入学試験（5人程度）	次の要件を全て満たす人①高等学校か中等教育学校の卒業者、同等以上の学力を有する人で、かつ社会人経験2年以上である（くわしくは募集要項を参照）②同校への入学を専願	12月17日（金）	12月2日～8日 午後3時必着
一般入学試験（専願）（5人程度）	①高等学校か中等教育学校の卒業者か来年3月卒業見込みの人、同等以上の学力を有する人②同校への入学を専願する人	12月17日（金）	12月2日～8日 午後3時必着
一般入学試験（15人程度）	高等学校か中等教育学校の卒業者か来年3月卒業見込みの人、同等以上の学力を有する人	来年1月20日（木）	来年1月4日～11日 午後3時必着

試験案内・申込

同校ホームページからダウンロード可。または、封筒に「募集要項請求」と赤字で書き、返信用封筒（角形2号：長さ33.2cm、幅24cm程度。折曲可）を同封して、同校へ。返信用封筒には、1部につき250円切手を貼り、宛先と郵便番号を明記すること。同校窓口でも受け取り可

オープンキャンパス

日程は同校ホームページで確認してください。各開催日の前々日までに、電話か同校ホームページの電子申請で申込



岡市立看護専門学校（〒 630-8306 紀寺町 371-2 ☎ 81-3301）

同校ホームページ▶

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。

新型コロナウイルス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

東福祉センター

〒630-8113 法蓮町1702-1
☎ 24・3151 FAX 27・9028

◆栄養講座「腸トレ・脳トレ」

20P長

とき：7月30日(金)午後1時半～3時 ▼内容：腸と脳の深い関係を楽しくトレーニング ▼講師：管理栄養士の菱木純子さん ▼定員：60歳以上の人40人 申込電話で7月22日まで同センターへ。直接来館も可。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

募集

市環境審議会委員の募集

環境基本計画に関する重要事項の調査・審議を行います。年に2・3回程度の会議に参加要

任期：10月1日(金)～令和5年9月30日(土) ▼対象：応募時の年齢が20歳以上70歳以下で、市内に継続して1年以上居住している人。在勤、在学も可。※原則として現在、本市の他の附属機関の委員となっている

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

催し

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：7月31日(土)午前10時～正午 ▼内容：おもちゃを持って回すと、つばめの尾がカラカラと音を立てて回り、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：7

奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中新屋町5 ☎ 20・1917

①仏像講座「仏像エトセトラ」初夏の奈良の祭り

とき：7月10日(土)午後2時～3時半 ▼内容：奈良の祇園祭や弁天祭、地藏盆等、お寺・神社の夏祭りを紹介 ▼講師：奈良の街歩きガイド忠内香織さん ▼定員：10人

②やさしい短歌

とき：7月17日(土)午後2時～3時半 ▼内容：季節の名歌を読み、短歌を作る ▼講師：歌人の喜多隆子さん ▼定員：6人

③燈籠を作ろう

とき：8月8日(祝)午前10時～正午 ▼内容：燈籠を作り、切り絵等で飾る ▼講師：美術指導者の細田七海さん ▼定員：6人 ▼費用：500円

ナラ スター プロジェクト 「NARA STAR PROJECT」 第5期生を募集します

市では、新たな事業や試みを展開しながらも、他の起業家に良い影響を与える成長志向を持った起業家(経営者)の育成プロジェクトを実施しています。今年も約半年間のプログラムの参加者を募集します。

また、募集に伴いプレイベントも開催予定です。詳細や申込は今後公式ホームページで公開します。support@nara-starproject.com から問合せ可。

公式ホームページはこちら▶



商産業政策課 (☎ 34-4741)

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 奈良奉行と万燈籠

春日大社万燈籠の季節にちなみ、奈良奉行・本多淡路守に関する燈籠等を紹介

◆館蔵史料特別公開 戦時下の奈良町

◆電話かEメール (nigiwai-note@gmail.com) に、○数字の別、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数を書いて、開催日の一週間前までに同館へ。多い場合は抽選

当時の町の記録等を紹介【とき】7月27日(火)～8月22日(日) ◆月曜日、8月10日(火)は休館

ボランティアインフォメーションセンター

〒630-8122 三本町13-1 ☎ 93・8435 FAX 34・2336

◆ならままとばを応援するボランティア講座(オンライン講座)

講座の様子をYouTubeを使用し、限定公開します ①思春期のこどもたちは：とき：7月15日(木)午前10時 ▼講師：市民ひろばなら小の松田秀代さん ②子育てのゴールはどい？

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

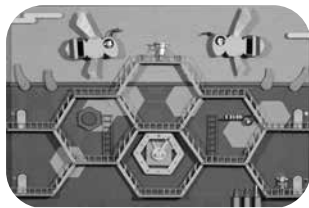
生活
健康
子育て
シニア
しごと
募集
催し
スポーツ
文化情報
国・県・団体
生涯学習

新型コロナウイルス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

創作活動 35 周年 せんこうじよしかず 千光士義和の世界 動くダンボールアート展

【とき】作品展示：7月10日(土)～8月9日(休)
※月曜日休館、8月9日は開館
作品解説：7月22日(祝)・31日(土)
午後2時～

千光士さんの作品
「ハニカムウォーク」▶
まるで生命が吹き込まれたかのようなユーモラスな動きをするファンタジックなダンボール作品は、見ている人の心を和ませてくれます



奈良市美術館
(☎ 30-1510)

とき：7月16日(金)午前10時
▼講師：まほろば学びネットワークの新谷明美さん、加藤国子さん
※①②とも7月31日(土)午後5時までに視聴
締 7月11日午後5時
申 Eメール (volunt-info@city.nara.jp) に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢を書いて、同センターへ。後日、受講招待メールを送付
◆NPOとボランティア団体パネル展(前半)
市内で活動するボランティア、市民公益活動団体

の紹介
とき：7月10日(土)～10月2日(土)※4週間ごとに展示替え
▼内容：子ども・環境・福祉・まちづくり等、さまざまな分野の団体を紹介
◆ボランティア入門講座
知ればもっと面白いボランティア、任意団体の立ち上げかた(集合型講座&オンライン講座) 50P 求
※ポイントは集合型のみ
集合型講座の様子をYouTube Liveで配信します。集合型の参加が不安な人や都合が悪い人はオンライン受講可

とき：7月24日(土)午後2時～3時半
▼定員：集合型講座・20人。在勤、在学も可
オンライン講座：制限なし
申 集合型講座：電話かFAX、Eメール (volunt-info@city.nara.jp) に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、7月17日午後5時までに同センターへ。多い場合は抽選。
オンライン講座：Eメールに集合型講座と同内容を書いて申込(講座名の後にオンライン受講希望の記載要)。後日受講招待メールを送信

ボランティアセンター

〒630-8113 法蓮町1702-11
☎ 26-2270 FAX 26-20003

◆ボラかふえ8月「奈良の魅力再発見」かけがえのない自然や文化を守り伝える
50P 求
とき：8月7日(土)午前10時～正午
▼内容：夏休み子ども対象事業。自然工作の体験有
▼定員：20人
申 電話かFAX、Eメール (nara-vc@citrus.ocn.ne.jp) に件名「ボラかふえ8月」、氏名、電話番号を書いて、7月30日までに同センターへ。多い場合

は抽選し、漏れた人のみ連絡
青少年野外活動センター
〒630-1241 阪原町25-1
☎ FAX 93-0029

①森のムツレ教室(川あそびと循環) ②森の冒険教室(川下りと地形)
とき：8月22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20人、13～18歳5人
申 同センターホームページから電子申請

くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町139

◆自然と遊ぶ・自然に学ぶ
①トムソーヤの冒険 ②アフターオリンピック
とき：①7月25日(日) ②8月22日(日)午前10時～午後3時
▼ところ：黒髪山キャンプフィールド(奈良阪町)
▼内容：①イカダ遊び ②工作(水鉄砲)・スラックライン・ボルダリング・料理(流し素麺) ▼講師：ボーイスカウト指導者、奈良まほろばネイチャーゲームの会他
▼定員：小学生各30

なら工芸館

〒630-8346 阿字方町1-1
☎ 27-00033

◆子ども工芸教室 一刀彫の絵付け
とき：7月24日(土) ①午前10時～正午 ②午後2時～4時
▼内容：鹿の一刀彫を自由に色付けし、オリジナルブローチを作る
▼定員：小学生各5人※3年生までは保護者同伴要
▼費用：千円
申 往復はがきに教室名、住所、保護者氏名、子どもの氏名・学年・年齢、電話番号、希望時間(①②の別)を書いて、7月15日必着で同館へ。1枚に1人限り(兄弟は連名可)。多い場合は抽選

人 ▼費用：千円(教材費・保険料・食料費等含む)
申 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、①7月15日 ②8月12日必着で同塾へ。多い場合は抽選。兄弟姉妹は1枚の往復はがきで可
園 地域教育課(☎ 34-5471)

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。

新型コロナウイルス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

勤労者総合福祉センター (サン・アクティブ奈良)

〒630-8106 佐保山西町1-15
☎71-2444 FAX71-9155

パソコン中級教室

①ワード②エクセル
とき：①8月21日～9月25日の毎週土曜日②8月22日～9月26日の毎週日曜日、午後1時～3時、各6回 ▼内容：日商検定3級の内容を踏まえ、より専門的な実務で必須の機能を学習①段落書式、作表、グラフィックス等②書式設定、関数、ピボットテーブル等 ▼定員：各10人。在勤可 ▼費用：各8千円

ヨガ教室

とき：8月18日～11月10日の原則毎週水曜日、午後7時～8時15分。全10回 ▼内容：日頃の疲れを癒し、肩こり・腰痛等を緩和 ▼定員：15人。在勤可 ▼費用：6500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、7月15日必着で同センターへ。各教室1枚に1人限り。多い場合は抽選

埋蔵文化財調査センター

〒630-8135 大安寺西二丁目28-1
☎33-1821

◆発掘調査にも参加できる 市民考古学講座

とき：8月4日(水)～来年3月2日(水)の毎月1～2回。全11回 ▼内容：市文化財専門職員による講義・実習、富雄丸山古墳の発掘調査体験を通じて考古学の基礎を学ぶ ▼定員：全回出席できる18歳以上の人15人※考古学や文化財に興味があり、遺跡の発掘調査・見学等の野外活動に参加可能な人 申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、7月16日までに同センターへ(当日消印有効)。1枚に1人限り。多い場合は抽選

教科書展示会の開催

来年度から中学校で使用する教科書の展示会を開催します。開催日程や会場等、くわしくは市ホームページに掲載 図学校教育課(☎34-4763)

スポーツ

青山プールオープン

とき：開場期間…7月21日(水)～8月31日(火)①午前9時～正午②午後1時～5時、入場券販売…①午前9時～11時②午後1時～4時、遊泳時間…①午前11時半まで②午後4時半まで ▼施設概要：25メートル遊泳プール・幼児用プール

団体	個人		
	小人	大人	
	120円	240円	午前
	160円	320円	午後

※小人は3歳以上中学生以下
※団体は30人以上で責任者の引率が必要
※65歳以上の市在住者は小人料金(住所、年齢確認ができるものの提示要)

▼その他：ロッカー代50円。安全の為、小学生のみで利用する場合は大人(18歳以上)の同伴要。原則、同伴者1人につき2人まで(団体利用も同様)
図同プール(〒630-8101 青山三丁目2 ☎26-2996)

奈良マラソン2021 ランナー募集

とき：12月12日(日)※雨天決行 ▼ところ：ロフトフィールド奈良(法蓮佐保山四丁目) ※スタート・フィニッシュ ▼内容：マラソン(奈良・天理) 42.195km 申インターネットにて申込。奈良県民枠・一般枠・募集期間は8月中旬～下旬予定。くわしくは大会ホームページに掲載 図同実行委員会事務局(☎81-8752)

文化情報

「チケット情報」窓口のみの扱い：図奈良市美術館 北北部会館市民文化ホール ならまちセンター 図音声館 図学園前ホール ▼インターネットでの扱い：SCチケット eイーブラ ス 図楽天チケット L INEチケット ▼販売：図なら一〇〇年会館…一般販売日は電話予約およびWeb予約のみ(電話予約 ☎34-0111)。「nara 100 Online Ticket」でも購入可 図友

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1
☎34-0100 (火曜日休館)

◆財津和夫コンサート 2021 with 姫野達也 All Izz Well

とき：10月2日(土)午後5時 ▼費用：7千円 ※全席指定、未就学児入場不可 図友 ▼チケット：図図図図 図楽 7月24日(土)午前9時発売開始

◆なら一〇〇朗読コンサート 「生命(いのち)、輝いて人と自然と奈良と」

とき：10月16日(土)午後2時 ▼費用：800円 ※全席自由、2歳以下無料(席が必要な場合有料) ▼チケット：図 7月10日(土)午前9時発売開始

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

◆石川さゆり プレミアム・アコースティック・ライブ
とき：11月21日(日)①午後1時②午後5時 ▼費用：7千円※全席指定、未就学児入場不可 ▼チケット：**百〇〇e楽** 発売中 関キョードーインフォメーション(☎0570・200・888)

入江泰吉旧居
〒630・8208 水門町49-2
☎27・1689

◆入江泰吉さんぽみちく涼をもとめて
とき：7月25日(日)午後2時～3時 ▼内容：旧居界隈を散策 ▼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) 締7月18日

◆親子で作るピンホールカメラ教室
とき：7月31日(土)午前10時～午後4時 ▼内容：手作りのカメラで撮影、現像、プリントを作る ▼講師：写真美術館学芸員 ▼定員：小学3～6年生と保護者3組 ▼費用：子ども

1人につき500円(入館料別途) 締7月23日
◆親子で体験、日光写真(サイアノタイプ)教室
とき：8月1日(日)①午前10時～正午②午後1時半～3時半 ▼内容：太陽の光で物の形を紙に焼きつける日光写真を作る ▼講師：写真美術館学芸員 ▼定員：①②小学3～6年生と保護者各3組 ▼費用：子ども1人につき500円(入館料別途) 締7月23日

「入館料」2000円
☎電話かFAX、Eメール(irietaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp)に講座名(○数字の別)、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

名勝大乗院庭園文化館
〒630・8301 高畑町1083-1
☎24・0808

◆「描かれた大乗院庭園」資料展(再) 絵画資料に見る旧大乗院庭園の歴史
とき：6月30日(水)～7月28日(水)

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

月21日までに同館へ。多い場合は抽選

杉岡華邨書道美術館
〒630・8337 脇戸町3
☎24・4111

◆夏休みクイズ
とき：7月30日(金)～8月31日(火)午前9時～午後5時 ▼内容：高校生以下の児童生徒を対象に、書道や展示作品に関するクイズを館内各所で出題。正解者には華邨作品の絵葉書をプレゼント

◆作品解説会

とき：7月24日(土)午後2時 ▼内容：開催中の「華邨の心と書の世界」展について解説

◆筆書き体験コーナー
とき：7月22日(祝)～25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、障がい者(手帳要)と介護者は無料
◆7月27日(火)～29日(木)は展示替えのため臨時休館

多様な性を認め合う社会へ 7月は「差別をなくす強調月間」です

■「性的マイノリティ」「LGBTQ+」という言葉を知っていますか？

「性的マイノリティ」とは、これまで当たり前とされてきた性に関する場面で、少数派にあたる人のことをいいます。体の性、好きになる性、表現する性等、性のあり方にはさまざまな組み合わせがあり、個々の捉え方は違います。

「LGBTQ+」とは、代表的な性的マイノリティの頭文字をとって表現された言葉です。

- 【L】＝レズビアン(同性を好きになる女性)
 - 【G】＝ゲイ(同性を好きになる男性)
 - 【B】＝バイセクシュアル(異性も同性も好きになる人)
 - 【T】＝トランスジェンダー(出生時とは異なる性別で生きる人)
 - 【Q】＝クエスチョニング(性自認・性的指向がはっきりしない、わからない人)
- +は、上の5つ以外にもたくさんの性のあり方が存在することを表します

■奈良市パートナーシップ宣誓制度

市では、令和2年4月から、性の多様性を尊重し、誰もが生きやすく安心して暮らしていける社会の実現を目指して、本制度を実施しています。多様な「性」があることを知り、その人のありのままを尊重できる社会にしましょう。

☎共生社会推進課(☎34-4733)

新型コロナウイルス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

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。

新型コロナウイルス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

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町600-1
TEL 0742-98111

◆新鋭展 越沼玲子「自然のなかで、息をする」・辻田美穂子「カーチャへの旅」

とき：7月10日(土)～8月22日(日) ▼内容：2人の写真家の作品を紹介。自然や動物の「息づかいや生きるリズム」を写し、自然や人等のさまざまなつながりをテーマとした越沼玲子さんの作品と、祖母の故郷であるサハリンを訪ねた辻田美穂子さんの旅のシリーズ作品



(写真右)越沼玲子さんの作品
(写真左)辻田美穂子さんの作品



◆ギャラリートーク

とき：7月10日(土)午後2時 ※観覧券要 ▼出演：写真家の越沼玲子さんと辻田美穂子さん、同館館長の百々俊二さん

◆聖徳太子没後1400年入江泰吉×工藤利三郎「斑鳩」

とき：7月10日(土)～8月22日(日) ※第2・第4土曜日 午後2時から学芸員による作品解説あり ▼内容：同館所蔵作品の工藤利三郎と入江泰吉、二人の作品から斑鳩の地を紹介 ▼費用：小・中学生100円、高校生・大学生200円、一般500円。毎週土曜日は小・中・高校生無料。市内在住の70歳以上の人、障がい者(手帳要)と介護者は無料

◆高畑探検隊「身近な昆虫をさがしてみよう」

とき：8月16日(月)午前9時半～正午 ▼ところ：同館・奈良公園 ▼内容：身の回りにはいるさまざまな昆虫や動物を楽しい話で解説。奈良公園で昆虫を探しながら、鹿や植物に関する質問に答える ▼講師：淡水生物研究所理事の谷幸三さん ▼持物：虫捕り網 ▼

NARA HITO-MACHI UNIVERSITY 奈良ひとまち大学
http://nhmu.jp

【第409回】平城宮跡で眠る6万羽のツバメのこと～ツバメのねぐら入りを見に行こう～

とき…7月25日(日)午後4時半～7時 ▶ところ…平城宮跡朱雀門ひろば 平城宮いざない館(二条大路南三丁目) 他 ▶定員…20人

【第410回】奈良公園ゴミゼロプロジェクトって?～全国で話題のチャリティー活動～

とき…7月31日(土)午後2時～3時半 ▶ところ…中部公民館(上三条町) ▶定員…20人

【第411回】奈良らしさを詰め込んだ新感覚菓子～「choco-ne」が生まれたその理由～

とき…8月1日(日)午後2時～3時半 ▶ところ…啓林堂書店奈良店(西御門町) ▶定員…18人 ▶費用…千円

申込 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、7月13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

学園前ホール

〒631-0034 学園南三丁目1-15
西部会館3階 ☎ 51-2001

◆ワンコインコンサート

奈良市美術館

〒630-8012 二条大路南二丁目3-1
ミ・ナール5階 ☎ 30-1510
FAX 35-7160

◆市民実技講座

①水墨画を楽しむ
とき：7月25日(日)午後

とき：7月9日(金)午後1時半 ▼出演：マリンバ奏者の西川夏代さん、樽井美咲さん ▼曲目：アメリカン・パトロール、熊蜂の飛行、チャルダッシュ他 ▼費用：500円 学 発売中

②絵画講習会
とき：7月31日(土)午前10時～午後4時半 ▼内容：人物を描くAコース・人物の部Bコースの部 ▼講師：市美術家協会の白石道夫さん、南城守さん、岡崎浩さん、安藤康行さん ▼定員：成人各20人 ▼費用：1時半～3時の干支「寅」を描く講師：市美術家協会の高橋直人さん ▼定員：成人15人 ▼費用：500円 締 7月16日

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

新型コロナウイルス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

3千円 締 7月16日
③うちわに絵を描こう
とき：8月1日(日)午後1時半～4時 ▼内容：水彩絵の具でオリジナルうちわを作る ▼講師：市美術家協会の岡川孔さん ▼定員：成人10人 ※子どもも可 ▼費用：千円 締 7月23日
④書の講習会
仮名の部
とき：8月1日(日)午前10時～午後4時半 ▼講師：市美術家協会の山本高郵さん ▼定員：高校生以上20人 ▼費用：2千円 締 7月23日
⑤漢字の部
とき：8月28日(土)午前10時～午後4時半 ▼講師：市美術家協会の深井万象さん ▼定員：高校生以上20人 ▼費用：2千円 締 8月13日
⑤親と子のやさしいアート体験～子ども建物デザイン体験～
とき：8月1日(日)午後1時半～4時半 ▼内容：夢の住まいや建物をデザインし、模型を作る（親子ペアで1個） ▼講師：市美術家協会の倉本宏さん ▼定員：10歳～高校生7組 ※保護者同伴 ▼費用：1500円

円 ※親子ペア2人1組。3人目から追加500円 締 7月23日
【ところ】 中部公民館（上三条町）
④ 往復はがき、Eメール（kouza@nmoa.art）に講座名（②④は①③の別）、住所、氏名、年齢、電話番号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てください

■さくらサカスNARA檀原公演
とき：6月12日(土)～10月10日(日) ▼ところ：檀原市内特設会場 ▼費用：要 問同公演事務局（☎050・8880・6545）

■9月開講のハロートレーニング（公的職業訓練）受講生募集
募集期間：7月1日(木)～30日(金) ▼ところ：ポリテクセンター奈良（檀原市） ▼訓練科：①機械CA D 技術科 ②住宅リフォーム

技術科 ③CAD/NC技術科 ④電気設備技術科 ▼期間：9月2日～来年2月28日（③④は来年3月30日まで） 問同センター（☎0744・22・5226）

■自衛官等の募集案内

①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生 ④防衛大学校 ⑤防衛医科大学校（医学科・看護学科）
資格：① 来年4月1日

で、海上自衛隊は18歳以上23歳未満、航空自衛隊は18歳以上21歳未満。②③採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満 ④ 来年4月1日現在で、18歳以上21歳未満 ▼受付：① 7月1日～9月9日 ② 7月1日～9月6日 ③ 年間を通じて④ 一般：7月1日～10月27日、推薦：総合選抜：9月5日～10日 ⑤ 医学科：7月1日～10月13日、看護学科：7月1日～10月6日 ※全て必着 問自衛隊奈良募集案内所（☎27・5701）

■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：① 7月14日(水)・中部公民館（上三条町）② 15日(木)・西部公民館（学園南三丁目）③ 16日(金)・北部公民館（右京一丁目）④ 21日(水)・県人権センター（大安寺一丁目） 午前9時半～11時半 ⑤ 電話で同センター（☎50・4004）へ

町）② 15日(木)・西部公民館（学園南三丁目）③ 16日(金)・北部公民館（右京一丁目）④ 21日(水)・県人権センター（大安寺一丁目） 午前9時半～11時半 ⑤ 電話で同センター（☎50・4004）へ
■犯罪被害者支援ボランティア募集
募集期間：7月30日(金)まで ▼応募資格：県在住の成人（70歳未満）で被害者支援に積極的に参加できる人。性別、職業、学歴は不問 問なら犯罪被害者支援センター（☎26・6935）

■第15回狂言いろは発表会

とき：8月1日(日)午後1時 ▼ところ：奈良春日野国際フォーラム薨（春日野町） 問若草こども狂言を育てる会の伊勢谷さん（☎090・9703・4822）

■平城宮いざない館歴史講座「奈良時代の密教美術について」
とき：8月7日(土)午前10時半～正午 ▼ところ：同館（二条大路南三丁目） ▼定員：100人 ▼費用：要 問平城宮跡管理セン

ター（☎36・8780）
■なら燈花会能 業平の面影
とき：8月8日(祝)午後1時 ▼ところ：奈良春日野国際フォーラム薨（春日野町） ▼費用：要 締 8月7日 問奈良能（☎24・5171）

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
7月13日(火)2種類同時発売!
発売期間 7/13(火)～8/13(金)
公益財団法人奈良県市町村振興協会

善意銀行 4月分 敬称略
（一般）小山富士夫（大安寺町）1618円 ▼登美ヶ丘地区社会福祉協議会 7505円

三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
 ☎・FAX 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
キッズ おしごと 体験隊 ～舞台の お仕事編～	なら 100 年会館の舞台裏に潜入 7/28 10:00～12:00 ◎小学3～6年生 10 人(在学可) 場所：なら 100 年会館(三条宮前町) ※現地集合・解散	7/15
思い出 シネマカフェ	懐かしの洋画「エデンの東」の上映と参加者 同士の交流 7/30 14:00～16:00 ◎60 歳以上、入場自由	20P 長 申込 不要
めもりある ・うおー ～平和への 道しるべ～	映画「おもひでぽろぽろ」の上映を通して、 平和の尊さを再確認 8/6 13:30～16:00 ◎入場自由	

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎・FAX 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
夏休み 探検隊! ヘリポートって どんなところ?	ヘリコプターでの救難救助・防災活動等を学ぶ 8/5 10:00～12:00 ◎小学生と保護者 20 組(在学可) 場所：県ヘリポート(矢田原町) ※現地集合・解散	7/27

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
 ☎・FAX 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
親子で陶芸	親子で陶器の作品を作る 7/25 13:00～16:00 ◎小学生と保護者 5 組 ¥1 人 800 円	7/16

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
 ☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
わくわく☆ 木工 サタデー	夏休みの自由研究に木で椅子を作る 7/24 9:30～11:30 ◎小学生 7 人(在学可) ¥1,500 円	7/15
文月トーク	コロナ禍での心の不安や動きを学び、心をほ ぐすリラクゼーションを体験する 7/27 10:00～11:30 ◎成人 30 人	7/20
夏休み☆ 親子絵画 教室	水彩画の基礎を学んで楽しく描く 8/3 9:30～11:30 ◎小学生と保護者 8 組、2 人 1 組(在学可)	

登美ヶ丘公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
お父さんと 作ろう! ゲーム工作	ダンボールで「ロボットスモウ(トントン相 撲)」を作る 講師：千光士義和さん 8/1 10:00～12:00 ◎小学生と父親 10 組、2 人 1 組(在学可) ¥1 組 600 円	7/20

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町 23
 ☎ 26-8811・FAX 26-8813

講座名	開催日・内容	締切
託児 ボランティア 養成講座	講座に参加する子育て中の親のために、託児 ボランティアを養成する 7/29 からの原則最終木曜 原則 10:00～ 11:30(8) ◎成人 10 人 ※託児の実習有	7/15
子ども パソコン 講座①②	文字入力や編集を学び、名前シールを作る ① 8/6 ② 8/20 10:00～12:00 ◎小学3～6年生 12 人(在学可) ¥200 円	① 7/24 ② 8/5
サロン コンサート ～ピアノと 弦楽器の 世界～	ベートーベン・モーツァルト等のクラシックコ ンサート 7/30 14:00～15:00 ◎入場自由	申込 不要
サロン コンサート ～ギター・ マンドリンの 調べ～	春日中学校ギター・マンドリン部による演奏 8/1 14:00～14:30 ◎入場自由	
夏休み 子ども まつり☆	アニメ短編映画会、木工、レクリエーション ゲーム、お話会等 8/7 10:00～12:00、13:00～15:00 ◎3 歳児～小学生、入場自由 ※未就学児は保護者同伴	

*パソコン講座は Windows10、Office2016 対応

中部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
夏休み ダンボール 工作	モーターで動く「フリフリソーリング」を作る 講師：千光士義和さん 7/29 10:00～11:30 ◎小学3～6年生 20 人(在学可) ¥850 円	7/20
石川啄木の 望郷歌を めぐって	立命文華会共催講座 講師：天理大学名誉教授の太田登さん 7/31 13:30～15:00 ◎成人 ¥500 円	申込 不要

西部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
せいぶ 市民カレッジ	奈良大学の教授・研究者による「飛鳥」をテーマにした講演 8/5～8/7 10:00～11:30(3) ◎18 歳以上 150 人 場所：学園前ホール(学園南三丁目)	7/20
子ども アートラボ in せいぶ	世界にひとつだけのお皿やカップを作る 8/1 10:00～12:00 ◎小学生 20 人(在学可)	7/24

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
 ☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
サマー チャレンジ IN 南部	バルーンアート・マジックの体験 8/6、8/7 10:00～12:00(2) ◎小学生 15 人(在学可)	7/27

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。

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
☎・FAX 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
夏の おはなし会	臨場感あふれる話や絵本の読み聞かせ等 7/28 14:00～15:00 ◎小学生 20人	7/20
世界に ひとつだけの 絵本づくり	親子で一緒にオリジナル絵本を作る 8/5、8/7 9:30～12:00(2) ◎小学生と保護者 12組 ￥1組 300円	7/27

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
スマホ 活用術	貸出用スマートフォンで基本操作と防災対策 を学ぶ 7/27 13:30～15:30 ◎スマートフォン未所有か初心者 の60歳以上 20人	7/15

登美ヶ丘南公民館

〒631-0013 中山町西二丁目 921-1
☎・FAX 47-6375

講座名	開催日・内容	締切
くらしの 文章教室	日々の出来事や気持ちを文章にするコツを学ぶ 7/27、9/14 10:00～12:00(2) ◎18歳以上 16人 (在勤・在学可)	7/17

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
パパと チャレンジ! DIY	建築士の指導のもと、木製の工具箱を作る 7/31 9:30～12:00 ◎小学生と保護者 7組 ￥1組 1,500円	7/20
祈りの炎 奈良大文字	大文字送り火の歴史と行事を知る 8/7 大安寺貫主の河野良文師による講義 10:00～11:30、8/15 館内からの送り火鑑賞 19:30～21:00(2) ◎成人 30人	7/27

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
自然発見の旅 (吐山の森)	工作と野鳥・野草の観察 8/1 13:30～15:00 ◎小学生以上 15人 (在勤・在学可) 場所：県立野外活動センター (都祁吐山町) ※現地集合・解散	7/20
プチ田舎 暮らし・都祁 ～ブルー ベリー～	ブルーベリー狩りとジャムの作り方の学習 8/21 10:00～12:00 ◎成人 15人 (在勤・在学可) ￥1,300円 場所：上深川農園 (上深川町) ※現地集合・解散	8/12

【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▶



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 ～軟白 ずいき～	軟白ずいきを収穫し、調理法を学ぶ 8/6 10:00～11:30 ◎成人 10人 (在勤・在学可) ￥500円 場所：軟白ずいき農園 (西狭川町) ※現地集合・解散	7/27

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
親子で 作ろう! ピタゴラ装置	本気の遊びを通して親子のふれあいを深める 7/25 10:00～12:00、8/1 13:30～16:00(2) ◎小学生と保護者 10組、2人1組	7/16

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町 3684
☎・FAX 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
できるを 伸ばす! 弁当の日	子どもだけで弁当を作ってみる(保護者は講 義と座談会) 8/7、8/21 9:30～12:00(2) ◎小学3～6年生と保護者 12組、2人1組 (8/7 講義のみの受講可、成人 28人) ￥1,500円	7/15
会話が はずむ ボードゲーム	ボードゲームを使った子育て支援交流会 8/22、10/17、12/19、来年 2/20 10:00～12:00(4) ◎小・中学生 15人 ※保護者の参加も可、 小学1～3年生は保護者同伴	7/20
はじめての スマート フォン	貸出用スマートフォンで簡単インターネット 体験等 8/20 14:00～16:00 ◎スマートフォン未所有のおおむね 60～70歳 15人	8/3

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
親子 映画まつり	まんが日本昔ばなし「桃太郎」等の上映 7/24、7/31、8/7 14:00～15:00 ◎4歳児～小学生と保護者 ※上靴持参	申込 不要

伏見公民館

〒631-0841 青野町二丁目 13-4
☎・FAX 45-9864

講座名	開催日・内容	締切
花育のススメ ～海辺の 風景～	ドライフラワーや多肉植物で海辺の風景を作る 7/31 13:30～15:30 ◎幼稚園児～小学生と保護者 15組、2人1組 ￥1組 2,200円 ※1作品追加ごとに 2,200円	7/15

富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
☎・FAX 48-3066

講座名	開催日・内容	締切
とみなん 怪談ナイト	楽しいおばけの話やこわ～い話の影絵・朗読等 8/5 18:30～19:30 ◎小学生と保護者 8組、2人1組	7/27



令和3年度 各種健診(検診)

健康診査と各種がん検診等の受診券(票)が一枚になった検診パスポートを6月下旬に送付しました。今年度対象の健診(検診)が一目でわかります。同封の医療機関一覧を参考にぜひ受診してください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、健診(検診)実施期間中でも、実施医療機関によっては健診(検診)を見合わせている場合があります。事前に実施医療機関に問合せてください。また体調がよくない時は、受診を控えてください。



自分のからだの状態を知り、
生活習慣の振り返りと、疾病の
早期発見のため
健診(検診)を受診しましょう。

<検診パスポート見本>



(特定)健康診査

上記見本の青の塗りつぶし部分

後期高齢者医療被保険者

【問合せ】福祉医療課 (☎ 34-4754)

項目〈実施期間〉・対象	内容〈費用：500円〉	持物	申込	受診場所
①健康診査 〈7月～来年2月末〉	問診、身体計測、血液検査、尿検査、血圧測定、貧血検査、心電図(対象者のみ) 眼底検査	●受診券 (検診パスポート) ●質問票 ●被保険者証	対象者に通知 (6月下旬) *1	県内登録 医療機関

*1…4月1日以降加入者には7月以降に順次通知

国民健康保険被保険者(40歳以上)

【問合せ】国保年金課 (☎ 34-4736)

項目〈実施期間〉・対象	内容〈費用〉	持物	申込	受診場所
②特定健康診査 〈7月～来年2月末〉 4月1日現在の国民健康保険加入者(40～74歳)*2 ※4月2日以降の加入者で受診希望の場合は問合せ要	問診、身体計測、血液検査、尿検査、血圧測定、貧血検査、心電図<無料> (対象者のみ) 眼底検査<無料>	●受診券 (検診パスポート) ●質問票 ●被保険者証	対象者に通知 (6月下旬)	県内登録 医療機関
③頭部MRI検査 〈7月～来年3月末日〉 国民健康保険加入者で今年度の②を受診している保険料の未納がない人800人 ※定員になり次第締切	頭部MRI検査<8,100円>	●被保険者証 ●健診結果表 ●利用券	国保年金課へ (7月～ 来年2月末日)	総合医療 検査 センター (柏木町)

*2…8月末までに75歳になる加入者は①を7月以降に順次通知

●上記以外の健保加入者は加入の保険者に問合せ ●健康保険未加入者(生活保護受給者等)も同じ健診(無料)受診券を送付します。5月14日以降の生活保護受給者は健康増進課(☎ 34-5129)に申し出要 ●施設入居者は希望者のみ送付。電話で福祉医療課(☎ 34-4754)、国保年金課(☎ ~~34~~ 4736)へ ●健診結果は後日、市から本人宛に文書で通知

【修正】(☎ 34-4736)

がん検診等

右記見本の **青の点線部分**



実施期間：7月1日～来年2月28日（④⑤を除く）

【問合せ】健康増進課（☎ 34-5129）

項目・対象 *3	内容〈費用〉	持物	申込	受診場所
④胃がん検診 〈5月～来年3月下旬〉 40歳以上の人	問診、胃部エックス線撮影（バリウム検査）＜1,000円＞	●受診票	健康増進課へ （8月実施分は15ページ参照）	集団検診 （検診車が市内各所を巡回）
⑤肺がん検診 *4 〈5月～来年3月下旬〉 40歳以上の人	問診、胸部エックス線撮影＜500円＞《必要な人のみ》喀痰検査＜+600円＞			
⑥胃がん内視鏡検診 50～70歳の偶数年齢の人	問診、胃内視鏡検査＜4,000円＞	●受診票 （検診パスポート）	対象者に通知 （6月下旬） 実施医療機関へ	市内実施 医療機関
⑦大腸がん検診 40歳以上の人	問診、便潜血検査＜1,000円＞ ※令和3年4月1日時点で40歳の人には無料の受診票を送付			
⑧子宮頸がん検診 20歳以上の偶数年齢の女性 ※奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要	問診、細胞診＜2,000円＞ ※対象者には無料のクーポン券を送付（くわしくは下記へ）			県内実施 医療機関
⑨乳がん検診 40歳以上の偶数年齢の女性 ※奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要	問診、乳房エックス線撮影（マンモグラフィ）＜2,000円＞ ※対象者には無料のクーポン券を送付（くわしくは下記へ）			市内実施 医療機関
⑩骨粗しょう症検診 40・45・50・55・60・65・70歳の女性	問診、骨塩定量検査（DXA法による）＜1,200円＞			
⑪歯周疾患検診 40・50・60・70歳の人	問診、歯・口腔内の状況検査＜1,000円＞			
⑫胃がんリスク検診 40～70歳の胃がんリスク検診を受けたことがない人	問診、血液検査＜無料＞ ※胃がん内視鏡検診に替えて、胃がんリスク検診を希望する人は申出要。同一年度内に胃がん内視鏡検診と胃がんリスク検診の両方の受診はできません			
⑬肝炎ウイルス検診 40歳の人または、40歳以外で肝炎ウイルス検診を受けたことがない人	C型肝炎検査（HCV抗体検査）、B型肝炎検査（HBs抗原検査） 選択可＜無料＞ ※対象外の人でB型・C型肝炎の感染の不安がある人は、上記実施期間に関わらず健康増進課へ問合せ要	●40歳：受診票（検診パスポート） ●40歳以外：肝炎ウイルス検診票		
⑭肺がん低線量CT検診 50・60歳の人	問診、胸部低線量CT撮影＜6,000円。同一年度内に市胃内視鏡検診を受診した場合は5,000円＞	●肺がん低線量CT検診票	健康増進課へ	

*3…来年3月31日時点の年齢

*4…結核の判定も含みます

子宮頸がん・乳がん検診の無料受診

下記の対象者には、6月下旬に⑧⑨を無料で受診できるクーポン券を個別送付しています（がん検診の総合支援事業）。

対象…令和3年4月1日時点で⑧20歳の女性（平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ）、⑨40歳の女性（昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれ）

各種がん検診等受診料の免除

④～⑪は、市区町村民税非課税世帯と生活保護世帯の人は無料です。受診予定の10日前までに「がん検診等受診料免除申請書」で申請してください。市ホームページから電子申請も可。免除に該当する人には、申請書の提出後に受診料無料の受診票を送付。既に受診済の場合、申請による返金（免除）ができないので、あらかじめ申請要。

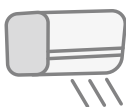
夏季は電力等のエネルギー消費が増加するため、電化製品の使い方を工夫するなど、身近なことからライフスタイルを見直しましょう

夏季の節電について

○ **夏の電力使用の特徴** 1日のうちで最も電気が使われるピーク時間帯は、産業用や業務用を含む電力需要全体では、冷房が多く使われる昼間となっています。家庭の状況を見ると、在宅率の高い夜間に最大ピークとなる傾向にあり、この時間帯の節電が重要となります。

○ **家庭でできる節電アクション** 家庭の中で特に電気消費量が多いのが、照明器具や冷蔵庫、テレビ、エアコンです。照明も電化製品も使わない場合は、こまめにスイッチを切りましょう。また長時間使用しない場合は、プラグを抜いておきましょう。

エアコン



- 冷房は必要な時だけつけて、室温28℃を目安に
- フィルターを月に1～2回清掃
- カーテンやすだれ等で日差しをカット

▶ 家庭の電気使用量を
年間で約 **2%** 削減

冷蔵庫



- 設定温度を最適（強→中）に
- 食品を詰め込みすぎず、無駄な開閉はしない

▶ 家庭の電気使用量を
年間で約 **3%** 削減

照明



- 人のいない部屋や廊下はこまめに消灯
- 省エネ性能の優れたLEDランプ等に交換

▶ 家庭の電気使用量を
年間で約 **2%** 削減

テレビ



- 画面の輝度を最適（最大→中間）に
- 省エネモードに設定し、見ないときは消す

▶ 家庭の電気使用量を
年間で約 **1%** 削減

参考:資源エネルギー庁 省エネポータルサイト

◆ 熱中症等には十分注意し、生活に支障のない範囲で協力をお願いします 【問合せ】環境政策課 (☎ 34-4591)

総合防災訓練

9月5日(日)

午前9時半～午後0時半

訓練内容

- 1 大規模地震（震源地は奈良盆地東縁断層帯）が午前9時半に発生したことを想定し、エリアメールの配信や防災スピーカーの市内一斉放送を実施
- 2 各地区の避難所を開設・運営し、訓練を実施



市全体の防災力を高め、災害に強いまちづくりを目指すため、市民のみなさんと、総合防災訓練（市民いっせい避難及び避難所開設・運営訓練、災害対策本部運営訓練）を実施します。自主防災組織、防災関係機関等も参加。訓練の情報については随時市ホームページに掲載します。

市ホームページ
はこちら▶



重点会場にて実施

- 防災ヘリによる上空偵察
- 地震や消火活動等が体験できる防災指導車の派遣
- 自衛隊による炊き出し
- 防災関係機関のブース展示等



これまでの訓練実施状況

- ・市全域でのいっせい避難訓練（令和元年9月1日）
各避難所での受付訓練等、約2,300人が実際の避難を体験



- ・避難所開設・誘導等訓練（平成30年12月2日）
登美ヶ丘中学校で自主防災防犯組織とともに実施
- ・避難所開設訓練（平成27年8月23日）
市避難所運営ガイドラインに基づき、避難所開設・運営のモデル訓練を佐保川地区自主防災・防犯会の協力で実施
- ・市帰宅困難者訓練（平成26年11月2日）
奈良市・大東市・四条畷市・生駒市が連携し、国道308号線（暗越街道）等の3ルートを歩く帰宅困難者訓練を実施

【問合せ】危機管理課 (☎ 34-4930)

熱中症予防強化キャンペーン中

積極的に／ 熱中症予防行動をとりましょう

昨年度も熱中症により
多くの人が救急搬送されています。
市では、特に後期高齢者の人が屋内で熱中症に
なることが多い傾向にあります。一人一人の心掛けとともに、
家族や地域住民同士で声をかけ合いましょう。

新型コロナウイルス 感染症対策と 熱中症対策の両立を

マスクの着用 手洗い・
アルコール消毒



3密回避

身体に熱がこもりやすい
(たまりやすい) ので、
人と人との距離が2m以上離れて
いる場合はマスクを適宜外し、
冷たいタオル等で顔を拭く

こまめに
水分補給を



身体が暑さに
慣れる工夫を



- ❗ 「熱中症警戒アラート」(今年度から運用開始) が発表されたら、
普段以上に熱中症に気をつけましょう
- ❗ 身近なお年寄りに声をかけましょう
- ❗ エアコンを使用し、暑さを避けましょう
- ❗ 涼しい服装をしましょう



体内への水分の出入りは1日約
2.5ℓ。また、体重の約60%が
水分で構成されています。

熱中症予防にはこまめに水分をとることが重要です

▶なぜカラダには水分が必要か？ **【修正】な水分補給**

水分は①酸素や栄養を体全体に運搬する②老廃物(便や尿)を排出
する③体温を一定に保つ④体の機能を維持する(体重の3分の2は
水分)役割があります。

▶~~こまめに水分をとるようにしましょう~~ **【修正】水分補給をする時のポイント**

起きた時、食事の時、運動・入浴の前後、寝る前を目安にコップ
1杯の水分をとりましょう。

- ※ 強度の高い運動時や炎天下では、これよりも多くとりましょう
- ※ スポーツドリンクの飲み過ぎはミネラル・糖質のとりすぎになるので、
なるべくお茶か水を選ぶようにしましょう
- ※ 水分制限の必要な疾患のある人は医師の指示に従ってください

【修正】も **【修正】ひとつです** ~~食事による熱中症対策のポイント~~

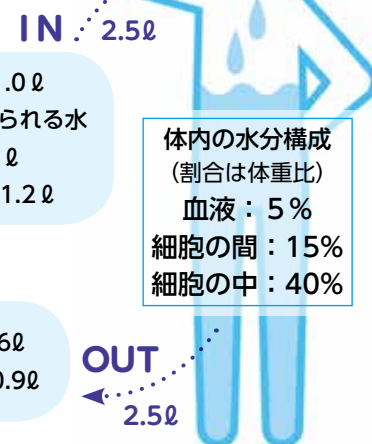
▶3食しっかり食事をとりましょう

特に朝ごはんは体の目覚めに大切です。

また、夏野菜(トマト、ピーマン、なす、
かぼちゃ、きゅうり等)には、汗で失われる
水分やビタミン、ミネラルが豊富です。



水分、塩分は
食事からも
摂取できます



出典: 環境省熱中症環境保健マニュアル(2018)

毎月4～9月は
「熱中症予防強化キャンペーン」

市ホームページは
こちら▶



【問合せ】熱中症に関すること: 医療政策課 (☎ 93-8392)、食事に関すること: 健康増進課 (☎ 34-5129)



5月14日、東部地域で初めてとなる月ヶ瀬地区で、セブン-イレブン・ジャパンによる移動販売が始まりました。

市と地域包括連携協定※を締結しているセブン-イレブン・ジャパンや、月ヶ瀬地区社会福祉協議会、市社会福祉協議会等、積極的に地域の声に耳を傾けるさまざまな企業・団体の協力により実現しました。

※買い物支援の他にも、食品ロス削減等、地域活性化や市民サービス向上のため横断的に連携する協定



月ヶ瀬地区は毎週金曜日

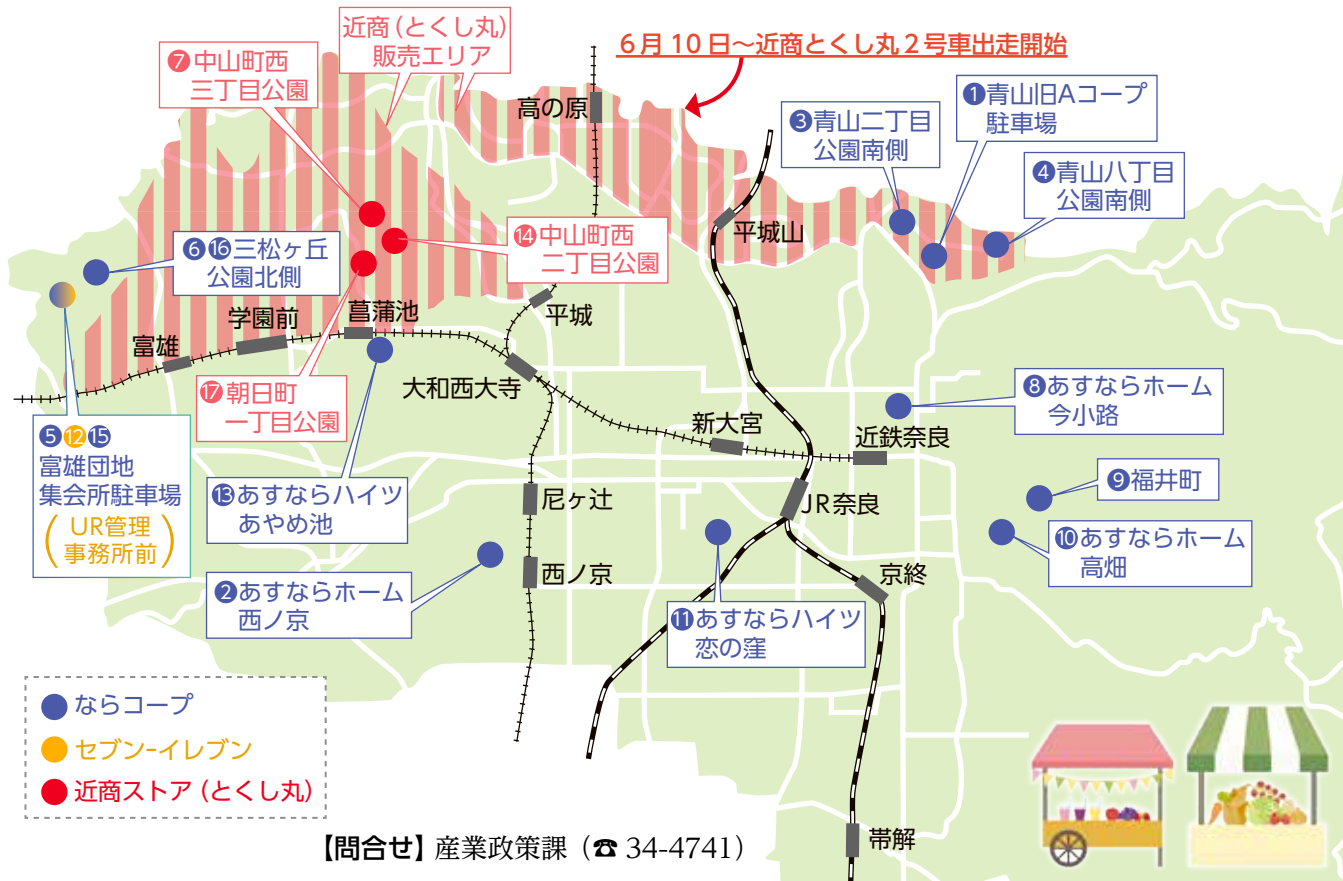
- ①月ヶ瀬福祉センター駐車場
正午～午後1時
- ②石打中央広場
午後1時～

各地域の移動販売

市では、買い物に困っている人と移動販売事業者をマッチングする買い物支援ネットワークを立ち上げています。現在、各事業者の移動販売車は以下の予定で運行しています。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
①午前10時～10時55分 ②午前10時50分～11時20分 ③午前11時～11時25分 ④午前11時半～11時55分 ⑤午後2時～2時55分 ⑥午後3時20分～4時	⑦午後3時～3時半 	⑧午前10時～10時半 ⑨午前10時45分～11時10分 ⑩午前11時45分～午後0時15分 ⑪午後3時～3時40分 ⑫午後3時～4時 ⑬午後4時～4時25分 	⑭午後0時20分～0時50分 	⑮午前10時～10時55分 ⑯午前11時20分～11時50分 ⑰午後4時半～5時 

※とくし丸は、火～土曜日のうち、エリア内の決められた3つのコースを巡回。事前に個別に相談し、ルートや時間を指定



Nara Report ならしポ! 知っていますか? こんな奈良

あまり知られていない奈良市のあれこれを、イラストとともに毎回テーマを変えてお届けします

今回のテーマ

空中写真に残る謎の楕円形～夢を乗せて馬が古都を駆け抜けた～

奈良競馬場（現在の奈良競輪場付近）
昭和4年開業～昭和26年廃止



イラスト：ヨシノマホ
生まれ育った奈良を愛する奈良クリエイター

五社神古墳（山陵町）付近の空中写真を眺めていると気づく謎の楕円形。調べてみると、なんと昔の競馬場跡であることが分かりました。

奈良市で、娯楽施設の建設ラッシュが興った大正末期～昭和初期。新温泉や、あやめ池遊園地に続き、昭和4年、当時の横領町付近に競馬場が開業。その後、昭和14年に現在の秋篠町付近に移転。実はこれが謎多き楕円形の正体なのでした。

昭和26年に惜しまれつつ廃止され、現在は競輪場や住宅地、田畑となっています。ちなみに、現在でも近鉄平城駅周辺の道路等に、当時のコースの名残が見られます。（出典：『奈良市史 通史四』）



出典：国土地理院撮影の空中写真（2008年撮影）



SNS (Instagram・Twitter) で
「#奈良市のあれこれ」を投稿!



あなただけが知っている、「実は...?」な奈良を教えてください。
このページで取り上げます!

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

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



なおきくん(4歳3か月)
まなみちゃん(5か月)



永多くん(2か月)



すずな
涼菜ちゃん(3か月)



しゅんくん(1歳4か月)



晄平くん(10か月)



はる
波留くん(1歳)



ゆうせい
悠生くん(6か月)



ひづきちゃん(3か月)



世莉ちゃん(8か月)

迅速なワクチン接種へ 研修医が奈良市に派遣

奈良県から、奈良市を含めた各市町村の新型コロナウイルス接種会場に、全国で初めて「研修医」が派遣されました。市には毎日4人、のべ168人が派遣されます。

初日となる6月1日には、奈良市役所の接種会場で問診を担当しました。研修医らは事前に、配属の医療機関で問診や副反応の対応、接種の経験等を積んだ上で、今回の業務に臨んでいます。

その1人、松山亨さんは、「ワクチン接種は国の重要な施策。日々の研修を今回役立てることができ、光栄に思います」と心境を語りました。市では研修医の活用等で接種業務の人員を確保し、7月末までの高齢者接種を完了させるとともに、65歳以下についても速やかな接種クーポン券の発送を目指します。



写真) 接種前の問診を行う研修医。各配属医療機関での経験を生かして、服薬中の薬や基礎疾患等を確認

市中学校総合体育大会 無観客で2年ぶりに開催

新型コロナウイルス感染症の影響により、昨夏の大会が中止となり、2年ぶりの開催となった市中学校総合体育大会では、6月上旬から中旬にかけて、各会場で試合が行われました。



このうちロートアリーナ奈良会場では、6月13日に女子バレーボールのトーナメント戦を行い、それぞれのチームが一球となって白熱した試合を繰り広げました。例年とは違い、一般客を入れずに無観客試合としましたが、選手たちは、これまでの練習の成果を存分に発揮していました。



写真右) ロートアリーナ奈良会場。無観客のため、会場には選手の声だけが響く
写真上) 攻防が繰り広げられる試合の様子

親子の姿ほほえましく 鹿の赤ちゃんを一般公開

奈良の鹿愛護会が管理する鹿保護施設「鹿苑」で、今年生まれた鹿が6月限定で一般公開されました。

昨年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため公開を中止しましたが、今年は消毒の徹底や入場者数の制限等の対策を講じて公開しました。

訪れた人たちは、母鹿の後を元気に追いかけたり、木陰で休む愛らしい子鹿の姿を、写真に収めて楽しんでいました。

7月中旬以降、公開されていた子鹿たちは親とともに奈良公園に戻されます。同会の石川さんは、「奈良公園内で赤ちゃん鹿を見かけた時は、母鹿が攻撃してくる恐れもあるので、静かに離れて見守ってください」と話しました。

みなさんもルールを守りながら、ぜひ親子鹿の姿を見つけてください。



写真) 鹿苑内での一般公開の様子と親子鹿。6月8日までに生まれた鹿は27頭。運が良ければ出産シーンに立ち会えることもあるそう





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



これまでの申込み方法から変更点があります。下記の申込方法をよく読んで申込んでください

教室名	日付	時間	申込締切
プラネタリウム「ニジーロと季節の星座たち」 【定員】各回12席	7月の毎週土・日曜日	①午前11時～11時20分 ②午後1時半～2時	当日受付
プラネタリウム夏休み投影「宇宙を広げた人たち」 【定員】各回12席 ※動画のみ	7月21日(水)・ 23日(祝)・28日(水)	①午前11時～11時半 ②午後1時半～2時	
夏休み映画上映「ハローキティの小公女」【定員】40席	7月21日(水)	午後1時～1時半	
夏休み映画上映「ハローキティのしらゆきひめ」【定員】40席	7月22日(祝)	午後1時～1時半	
夏休み映画上映「けろけろけろっぴのロビンフッド」【定員】40席	7月23日(祝)	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	7月30日(金)	午後6時半～7時10分	7月16日
科学実験教室 「ミラクル！カガク！葉脈もよのしおりを作ろう」 【対象】5歳以上 ※3日とも同じ内容	8月1日(日) ・8日(祝) ・15日(日)	午前10時～10時40分	
ロボット教室(初級)「レースカーを走らせよう」 【使用教材】レゴWeDO2.0 ※4日とも同じ内容	8月8日(祝) ・15日(日)・22日(日) ・29日(日)	午前10時～11時半	7月21日
夏休み映画上映「ハローキティのアルプスの少女ハイジ」 【定員】40席	8月9日(休)	①午前11時～11時半 ②午後1時～1時半	当日受付
ものづくり体験教室「木片であそぼう！」 【対象】5歳以上 ※2日とも同じ内容	8月22日(日) ・29日(日)	午前10時～11時半	8月6日

【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)

【申込】往復はがきに教室名、希望日(第1～第4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。来館前の検温、来館時のマスク着用と、健康チェックに協力してください。健康状態により参加できないことあり。中止または延期の場合は、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

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

リニア新駅を奈良市に

リニア
コラム
vol.13

「市街地型候補地」の魅力とは？

市街地型候補地周辺には、東大寺をはじめとする世界遺産や、古い町家が残る歴史的な町並みがあります。また、国宝や重要文化財に指定された建造物も多く残り、美術工芸品や伝統行事が今もなお受け継がれています。

市街地型候補地にリニア中間駅が設置されると、関東方面から約1時間で、歴史・文化の詰まった「古都奈良」を体感することができます。



リニア中央新幹線の中間駅誘致に向けて、リニアのことを知ってもらえるような情報や誘致活動について発信していきます。引き続き応援よろしくお願いします。

【問合せ】観光戦略課（☎ 34-5607）

7月の主な行事・市の催し

- 7日(水) 弁才天供（興福寺）
- 10日(土) 盂蘭盆法話（・11日 喜光寺）
- 11日(日) 人権を確かめあう日
なつの鹿寄せ（～9/19の毎週日曜※8/15を除く・飛火野）
- 17日(土) 蓮華会式〈茅の輪くぐり〉（法華寺）
ライトアッププロムナード・なら2021（～9/26 奈良公園一帯ほか）
子ども安全の日
- 19日(月) 市立園終業式（こども園・幼稚園）
- 20日(火) 市立学校終業式（小学校・中学校・高等学校）
20日ならウォークの日
ならマイカーひとやすみデー
- 23日(祝) 帯解子安地藏会式大法要（・24日 帯解寺）※法要のみ
夏祭・帯解子安地藏大会式（・24日 龍象寺）※法要のみ
- 地蔵盆（福智院）
地蔵盆法要（十輪院）
- 28日(水) 解除会（東大寺大仏殿）

※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：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：午前8時半・11時35分、午後2時10分・6時15分
土・日曜：午前8時50分、午後0時10分・2時10分・6時35分

◆知っとこ防災防犯情報

【放送時間】20分番組

金曜：午後6時20分
土・日曜：午後6時40分（再放送）

