

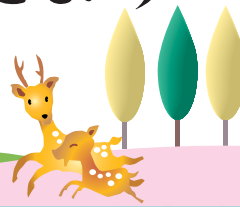


平城遷都1300年記念事業を成功させよう！
西暦2010年開催 ■ <http://www.1300.jp/>

な

Nara City
Community newspaper

しみんだより



特集

定額給付金・子育て応援特別手当

申請のご案内

2



なら
「平城遷都祭」

目次(ページ)

6 介護保険	24 健康
8 国民健康保険からのお祝い	27 市民体育大会春季大会
10 お知らせ(暮らし・スポーツ 講座・イベント)	28 ならっ子だより
18 生涯学習	29 市政ニュース
20 文化情報	30 今月のこよみ

4月

平成21年(2009年)
No.1061

定額給付金給付申請のご案内

市民のみなさんへの生活支援と地域の経済対策を目的として定額給付金を給付します。**4月1日**に受給に必要な申請書を送付しますので、申請手続きをお願いします。

※多量の申請書を一度に発送するため、配達に時間がかかることがあります。
4月15日(水)になっても届かないときは、定額給付金事業担当班へお問合せください。

給付対象者

今年2月1日(基準日)時点で、**①**か**②**のいずれかに該当する人

- ①奈良市の住民基本台帳に記録されている人
 - ②奈良市の外国人登録原票に登録されている人(不法滞在者と短期滞在者を除く)
- ※所得制限はありません。

申請・受給者

- ①の人は、その人の属する世帯の世帯主
- ②の人は、その人

給付額

一人につき**12,000円**

ただし、基準日に65歳以上の人(昭和19年2月2日以前に生まれた人)と18歳以下の人(平成2年2月2日以降に生まれた人)は、一人につき**20,000円**

給付方法・給付開始日

受け付けた申請書を審査した後、申請・受給者に給付決定通知書を送付し、(1)か(2)のいずれかの方法で給付します。

- (1) **口座振込給付**…5月上旬から申請口座に振り込みます。
- (2) **窓口現金給付**…給付決定通知書と本人確認書類の写しを市役所本庁庁舎東側プレハブ特設会場に提出してください。窓口で確認後、現金を給付します。

※窓口現金給付(口座振込給付が困難である場合に限る)は、6月下旬から開始します。

【申請受付期間】

4月6日～10月6日(当日消印有効)



申請方法

申請・受給者は申請書に必要事項を記入・押印して、次のいずれかの方法で申請してください。

◆**送付申請**…申請書と振込先金融機関口座の通帳等の写しを同封の返信用封筒で送付してください。

◆**窓口申請**…申請書と振込先金融機関口座の通帳等の写しを窓口に提出してください。

※窓口申請はかなりの混雑が予想されますので、できる限り同封の返信用封筒で送付してください。また、期間を過ぎると資格があっても給付を受けられませんのでご注意ください。

◎ 次の場所・日程で受け付けます

受付場所	受付期間	受付時間
市役所本庁庁舎東側 プレハブ特設会場	4月6日(月)～6月30日(火)	平 日 午前8時半～午後7時 土日祝 午前8時半～午後5時15分
	7月1日(水)～10月6日(火)	平 日 午前8時半～午後5時15分
西部公民館(学園南三丁目)	4月6日(月)～6月30日(火)	平 日 午前9時～午後5時45分
北部出張所(右京一丁目)	4月6日(月)～6月30日(火)	平 日 午前8時半～午後5時15分
東部出張所(大柳生町)		
月ヶ瀬行政センター(月ヶ瀬尾山)		
都祁行政センター(針町)		

※駐車場に限りがありますので、車の利用はできるだけ遠慮ください。

振り込め詐欺にご注意

■定額給付金や子育て応援特別手当の給付を装った振り込め詐欺等にご注意ください!

◆市や国などが、ATM(銀行・コンビニなどの現金自動預払機)の操作をお願いすることは絶対にありません。

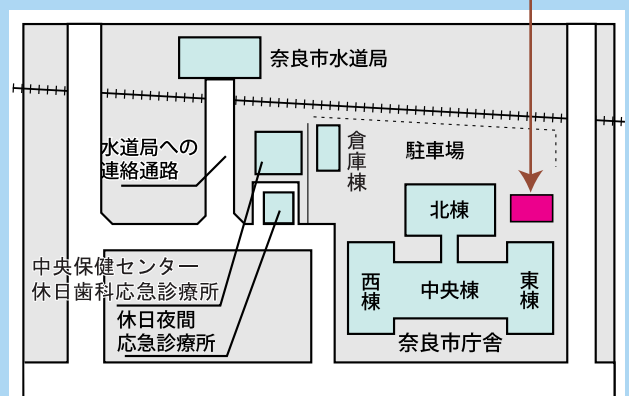
◆ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことは絶対にできません。

◆市や国などが、給付のために手数料などの振込を求めることは絶対にありません。

※自宅や職場などに市や国などを装った電話がかかってきたり、郵便が届いたりしたら、すぐに市や最寄りの警察署、警察相談電話(#9110)に連絡してください。

【問合せ】定額給付金事業担当班(☎0742-34-5420)
市役所コールセンター
(☎0742-36-4894 FAX 0742-36-3552)

市役所本庁庁舎東側プレハブ特設会場



子育て応援特別手当申請のご案内

多子世帯の幼児教育期の負担に配慮するため、幼児教育期（小学校就学前3年間）の第2子以降の子を対象に、子育て応援特別手当を給付します。

4月1日に受給に必要な申請書を送付しますので、申請手続きをお願いします。

※多量の申請書を一度に発送するため、配達に時間がかかることがあります。
4月15日（水）になっても届かないときは、子育て課へお問合せください。

対象の子

平成20年度で、小学校就学前3年間に該当する子（平成14年4月2日～平成17年4月1日に生まれた子）で、第2子以降の子。

- 第2子の判定は、18歳以下の子（平成2年4月2日以降に生まれた子）の中から年齢順に第1子、第2子となります。
- 対象の子と第1子が別居しているときは、同じ人に扶養されていることを確認しますので、申請時に医療保険の被保険者証の写しなどが必要です。
- 外国人は、外国人登録原票に登録されている子で、正規在留者に限る（不法滞在者と短期滞在者を除く）。

給付対象者

対象の子の属する世帯の世帯主。今年2月1日（基準日）時点の住民基本台帳・外国人登録原票の情報を使用します。
※所得制限はありません。

給付額

対象の子一人につき**36,000円**

給付開始日

受け付けた申請書を審査した後、給付対象者に給付決定通知書を送付し、4月下旬から申請口座に振り込みます。

申請方法

申請・受給者は申請書に必要事項を記入・押印して、次のいずれかの方法で申請してください。

- ◆送付申請…申請書に次の（ア）・（イ）を添えて返送してください。

（ア）給付対象者の振込先金融機関口座の通帳等の写し

（イ）子どもと別居している場合は健康保険証等の写し

- ◆窓口申請…次の場所・日程で受け付けます。

◎申請書に上記（ア）・（イ）を添えて、窓口に提出してください。
代理人による申請も可。くわしくは、申請書に同封の案内をご覧ください。

※窓口申請はかなりの混雑が予想されますので、できる限り同封の返信用封筒で送付してください。また、期間を過ぎると資格があっても給付を受けられませんのでご注意ください。

【申請受付期間】

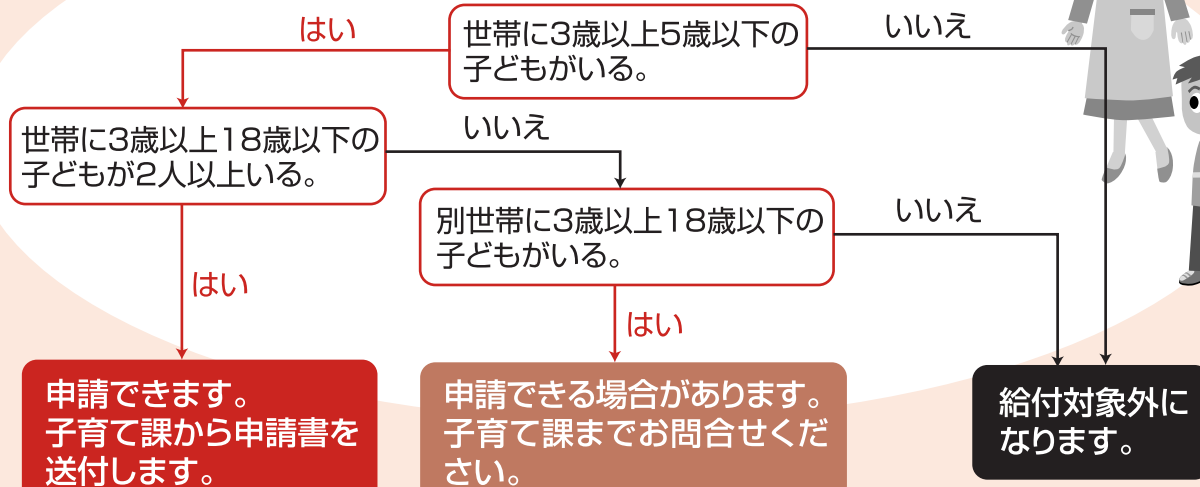
4月6日～10月6日（当日消印有効）

受付場所	受付期間	受付時間
子育て課	4月6日(月)～10月6日(火)	平日 午前8時半～午後5時15分
西部公民館(学園南三丁目)	4月6日(月)～6月30日(火)	平日 午前9時～午後5時45分
北部出張所(右京一丁目)	4月6日(月)～6月30日(火)	平日 午前8時半～午後5時15分
東部出張所(大柳生町)		
月ヶ瀬行政センター(月ヶ瀬尾山)		
都祁行政センター(針町)		

※駐車場に限りがありますので、車の利用はできるだけ遠慮ください。

子育て応援特別手当給付対象者該当フローチャート

スタート



子育て応援特別手当(Aさん、Bさんの場合)

【Aさん世帯】

世帯主
Aさん

世帯にいる子ども

生年月日が平成2年4月2日～
平成17年4月1日までの子ども



1人目

生年月日が平成14年4月2日～
平成17年4月1日までの子ども



2人目



3人目

生年月日が
平成17年
4月2日
以降の子ども



4人目

手当の対象となる子ども

Aさんへの子育て
応援特別手当……**3.6万円×2人=7.2万円**

【Bさん世帯】

世帯主
Bさん

世帯にいる子ども

生年月日が平成2年4月2日～
平成17年4月1日までの子ども



1人目

生年月日が平成14年4月2日～
平成17年4月1日までの子ども



2人目

生年月日が
平成17年
4月2日
以降の子ども



3人目

手当の対象となる子ども

Bさんへの子育て
応援特別手当……**3.6万円×1人=3.6万円**

【問合せ】子育て課(☎0742-34-5042)

市役所コールセンター(☎0742-36-4894 FAX 0742-36-3552)

■ 65歳以上の人の介護保険料が決まりました

平成21年度から23年度までの介護保険料が次のとおり決まりました。なお、保険料所得段階が、これまでの8段階から10段階になりました。

※平成21年度の介護保険料決定通知書は6月中旬に送付します。

保険料 所得段階	対象者	保険料		
		平成21年度	平成22年度	平成23年度
第1段階	生活保護を受けている人 世帯全員が市町村民税非課税で老齢福祉年金を受けている人	20,400円	20,800円	21,200円
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税で、本人の公的年金等収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	20,400円	20,800円	21,200円
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税の人で、第1段階・第2段階に該当しない人	31,700円	32,300円	32,900円
第4段階の1	本人が市町村民税非課税で、公的年金等収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人（同一世帯に課税されている人がいる）	40,800円	41,600円	42,300円
第4段階の2	本人が市町村民税非課税で、第4段階の1に該当しない人（同一世帯に課税されている人がいる）	45,300円	46,200円	47,100円
第5段階	本人が市町村民税課税で、合計所得金額が125万円未満の人	52,100円	53,100円	54,100円
第6段階	本人が市町村民税課税で、合計所得金額が200万円未満の人	56,600円	57,700円	58,800円
第7段階	本人が市町村民税課税で、合計所得金額が400万円未満の人	68,000円	69,300円	70,600円
第8段階	本人が市町村民税課税で、合計所得金額が800万円未満の人	79,300円	80,800円	82,300円
第9段階	本人が市町村民税課税で、合計所得金額が800万円以上の人	90,600円	92,400円	94,100円

■ 緊急特別対策措置の実施による保険料の軽減

介護に従事する人の処遇を改善するために介護報酬が改定されました。この改定により介護保険料は上昇しますが、保険料が急激に上昇しないよう、緊急特別対策による軽減措置が講じられました。

平成21年度は介護保険料の上昇分のうち介護報酬改定による**増加分の全額**を、平成22年度は**その半額**を国が負担することにより、保険料が軽減されています。

【問合せ】介護福祉課（☎0742-34-1111代）

『住宅用火災警報器』は、もうつけましたか？

～全国的に住宅火災が相次いでいます～

- 昨年は全国で1,000人を超える尊い命が住宅火災によって奪われています。
- 住宅火災で亡くなる人の6割は逃げ遅れによるものです。
- 住宅用火災警報器は警報音や音声で火災を知らせ、逃げ遅れを防ぐのに有効です。



奈良市では6月1日から、すべての住宅に設置が義務付けられます。

尊い命、大切な財産を守るために、早期に住宅用火災警報器を設置しましょう。

※くわしくは、ホームページにも掲載しています。

【問合せ】最寄りの消防署か消防局予防課（☎0742-35-1192）

第4期 介護保険事業計画を定めました

介護の問題を社会全体で支えていくために、介護保険制度が平成12年4月に開始され、10年目を迎えました。その間、制度の定着化などにより、介護サービスの利用が増加し、費用も増大しています。

介護保険制度では、超高齢社会に対応し持続可能なシステムを構築して、高齢者が充実した生活ができるだけ長く送れるよう、必要な介護サービスの量や保険料の負担などを3年ごとに見直し、計画を策定します。

市では、平成21年度から23年度までを計画期間とする「老人福祉計画及び第4期介護保険事業計画」を策定しました。この計画は基本理念を「高齢者が心豊かな生活を送ることができるための自立支援と尊厳の保持」として、次の6項目を基本施策としています。

<1> 介護予防の推進

できる限り要介護状態等にならないように、効果的で包括的・総合的な介護予防システムの構築を図っていきます。

<2> 認知症高齢者対策の推進

保健・医療・福祉分野等の関係機関と連携し、認知症の早期発見・早期対応、認知症の正しい知識の普及などを推進します。

<3> 介護サービスの充実と質の向上

居宅サービスや地域密着型サービス、施設サービスを整備推進します。また、サービスの質の確保と向上のため、介護保険施設などに実地指導を行い、介護従事者の研修会を実施し技術的向上の支援を行います。

<4> 地域包括ケア体制の推進

高齢者の自立を支える役割を果たす中核的機関である「地域包括支援センター」を中心にして、総合的・継続的な地域包括ケア体制の充実を図ります。

<5> 安全で安心して暮らせるまちづくりの推進

安全、安心に生活し社会参加できるようハード・ソフト両面にわたり、連続したバリアフリーの環境整備を引き続き推進します。



<6> 新しい高齢者像の確立

「活力と経験を生かし、社会に積極的に貢献する高齢者」を高齢者のめざす姿とします。

【要介護等認定者数・介護給付費等の推移】

	平成12年4月	平成15年4月	平成18年4月	平成21年1月
高齢化率	15.1%	17.4%	19.7%	22.1%
要介護等認定者数	5,074人	8,731人	11,270人	11,835人
介護サービス利用者数	3,598人	7,130人	9,644人	10,095人
介護給付費（年度の月平均）	695,133千円	1,043,858千円	1,263,811千円	1,397,725千円
訪問介護事業所数	36	66	114	109
デイサービス事業所数	16	31	63	74
特別養護老人ホーム数	8	11	14	18
老人保健施設数	4	4	7	9

聞こえますか？

子どもからのSOS

子どもへの虐待が増えています。親の虐待によって尊い命が奪われる痛ましい事件も起きています。次のようなことに気づいたら虐待が疑われます。

- ・ 叩く音や叫び声が聞こえる
- ・ 不自然な傷が多い
- ・ 衣服や身体の清潔が保たれていない
- ・ 小さな子どもを置いて頻繁に外出している

このような時は、市役所子育て課か県中央子ども家庭相談センター（紀寺町 ☎0742-26-3788）に早めに連絡、相談してください。「虐待でなかったらどうしよう」と不安を感じる必要はありません。同センターでは、専門の職員が調査・指導し、必要な場合は子どもを緊急に保護したり、施設に入所させたりします。連絡した人の秘密は守ります。

あなたの一報が子どもの命を救います。ぜひご協力ください。

【問合せ】子育て課（☎0742-34-4796）



国民健康保険からのお願い

こんなときは
14日以内に
届出を！！

【届出先】 転入、転出などの住民異動に伴う届出…市民課

住民異動を伴わない届出…国保年金課

※出張所、行政センターでは、いずれの届出も受け付けます。

保険証の窓口交付には、本人確認できる書類（運転免許証、パスポート等の公的機関が発行する顔写真のあるもの）の提示が必要です。提示のない場合は後日送付します。

	こ ん な と き	必 要 な も の
国保に入るとき	他の市区町村から転入してきたとき	印鑑、他の市区町村の転出証明書
	75歳未満の人が職場の健康保険をやめたとき	印鑑、職場の健康保険をやめた証明書
	75歳未満の人が職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	印鑑、職場の健康保険の被扶養者からはずれた証明書
	子どもが生まれたとき	印鑑
	生活保護を受けなくなったとき	印鑑、保護廃止決定通知書
国保をやめるとき	他の市区町村へ転出するとき	印鑑、転出する人全員の国保の保険証
	職場の健康保険に加入したとき	印鑑、職場の保険証、該当者全員の国保の保険証
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	印鑑、職場の保険証、該当者全員の国保の保険証
	死亡したとき	印鑑、国保の保険証
	生活保護を受けることになったとき	印鑑、保護開始決定通知書、該当者全員の国保の保険証
その他の手続き	退職者医療に該当したとき	印鑑、年金証書、該当者全員の国保の保険証
	退職者医療に該当しなくなったとき	印鑑、該当者全員の国保の保険証
	住所、世帯主、氏名などが変わったとき	印鑑、該当者全員の国保の保険証
	修学のため子どもが他市区町村に住所を定めるとき	印鑑、在学証明書、国保の保険証
	保険証をなくしたり、汚れて使えなくなったとき	印鑑、使えなくなった国保の保険証

【問合せ】 国保年金課（☎ 0 7 4 2 - 3 4 - 4 9 9 1）

国民健康保険料の特別徴収

昨年度から特別徴収（年金天引き）の人で、今年度も特別徴収を選択した人は、4月・6月・8月の年金から2月に徴収した金額と同額を仮徴収しますので通知書は送付しません。なお、口座振替を選択した人は特別徴収を行わず、6月から口座振替します。

平成21年度の年間保険料額は6月に通知します。

【問合せ】 国保年金課（☎ 0 7 4 2 - 3 4 - 4 9 9 1）

長寿（後期高齢者）医療保険料の特別徴収

昨年度から特別徴収（年金天引き）の人は、今年度も引き続き、4月・6月・8月の年金から2月に徴収した同額を仮徴収しますので、通知書は送付しません。また、口座振替を希望した人・納付書で納付の人・10月から特別徴収を開始する人は、保険料の徴収は7月からとなります。

それぞれ、7月に決定通知書を送付します。

【問合せ】 福祉医療課（☎ 0 7 4 2 - 3 4 - 4 7 5 4）

裁判員制度が始まります

5月21日から地方裁判所と地方裁判所の支部で裁判員制度が始まります。国民から選ばれた6人の裁判員と3人の裁判官が刑事裁判に立ち会い、被告人が有罪か無罪か、有罪の場合はどのような刑にするかを判断するもので、「国民の司法参加」を実現する制度です。

◆裁判員の役割

〈審理〉 裁判官と一緒に審理に立ち会います。（公開）

〈評議〉 裁判官と一緒に、被告人が有罪か無罪か、有罪の場合はどのような刑にするかを議論し決定します。（非公開）

〈判決〉 裁判長が行う判決宣告に立ち会い、その職務を終えます。（公開）

◆裁判員になることの辞退

原則として辞退できませんが、70歳以上の人、学生、重い病気、親族等の介護や養育、妊娠中や出産直後等やむを得ない理由がある場合で申し出が認められれば辞退できます。

◆裁判員裁判の日数

審理日数は、それぞれの事件の内容などにより異なりますが、多くの場合3日以内（1日の拘束時間は約5～6時間）で終わると見込まれています。

【問合せ】 奈良地方検察庁企画調査課

☎ 0 7 4 2 - 2 7 - 6 8 2 1

毎月11日は
「人権を確かめあう日」

てんいち先生



奈良市人権教育・啓発推進本部
人権擁護啓発作品から



平城西中学校
阪本麻有さん

虹のひろば

七つの色が存在しあうからこそ美しい虹のように…
互いの違いを認め合う「共生の社会」をめざして



人権を確かめあう日とは

毎月11日は、人権について考え、行動しようと呼びかけ、人権意識を高めあう日です。

1989（平成元）年4月11日に、奈良県をはじめ県内の市町村が加盟している、当時の県市町村同和問題啓発活動推進本部連絡協議会が提唱して始まった活動です。

〈なぜ 11日なの〉

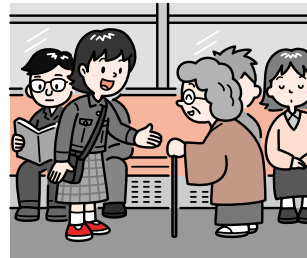
1965（昭和40）年8月11日に「同和対策審議会答申」が出されたことを記念して定められました。

あらゆる差別の撤廃と一人ひとりの人権が尊重される社会づくりを進めるため、県下各市町村では、毎月11日の「人権を確かめあう日」を中心に啓発活動を展開しています。

身近なところから

「人権」と聞くと特別なもの、難しいもの、と思われがちですが、そうではありません。普段の生活の中で、例えば、困っている人を見かけたら「お手伝いしましょうか。」と声をかける、バスや電車での不自由な人に席を譲るなど、身近なところに人権を守る取り組みがあります。

特に、4月は会社や学校・地域で、新たな人や物事との出会いが数多くあります。そんな時「やさしい心」で相手のことを考え、行動することが、人権を守る取り組みにつながっていくのではないのでしょうか。



古都ならの歴史から

私たちの住むまちには、世界遺産をはじめ数多くの文化財や神社仏閣・お地蔵さんなどがあります。奈良を支えてきた多くの民衆の足跡に想いを寄せ、奈良の歴史や文化を人権の視点から学び、考え、行動することで、お互いの違いを認め合い助け合う共生社会を築くことができるのではないのでしょうか。

人権啓発パンフレット 心と心の通いあい から

このお地蔵さんは、「白馬に乗ってお産の手伝いに出かける」という言い伝えがあります。生命の誕生という神秘的な出来事に誰もがお産の無事を願う気持ちから、この言い伝えが生まれたのでしょう。

私たちの身近にあるお地蔵さんにまつわる話を調べていくと命や福祉、そして人権というキーワードに出会えるのではないのでしょうか。

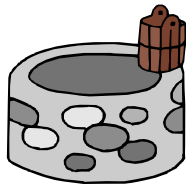
【問合せ】人権啓発課（☎0742-72-1510）



飛鳥山の地蔵（荒池の子安地蔵）

毎月11日は「人権を確かめあう日」です

大規模な災害が発生し水道の給水が停止した場合に、近隣の被災者が飲料水以外の生活用水（洗濯やトイレ等の水）として利用するための「災害時生活用水協力」



災害時生活用水 協力井戸を募集

地域学校連携推進員として5月1日から勤務可能な人を募集します。
採用予定人員：社会教育主事の資格を持つ人か同等の知識・経験がある人1人 ▼締切：4月15日 ▼問合せ：生涯学習課（☎0742-34-5366）

非常勤嘱託職員を募集

暮らし

スポーツ

お知らせ

講座

イベント

市民のうごき（3月1日現在）
 総人口 369,262人
 （男174,795人・女194,467人）
 世帯 151,855世帯

6月1日～7日の水道週間にちなみ、「水道に対する関心を高めるもの」をテーマに募集します。
【部門】各部門一人1点
ポスター：対象は小・中学生。四つ切り画用紙（低学年は文字がなくても可）
習字：対象は小学4～6年生。題は「水道週間」で半紙を使用（名前と学年を記入のこと）
▼標語：対象は小・中学生・一般

水道週間にちなんだ 作品を募集

井戸」を募集しています。
提供可能な井戸の所有者・管理者は、ご協力をお願いします。
登録時には、希望により水質検査も行います。くわしくは、ホームページにも掲載
【問合せ】市民安全課（☎0742-34-1111代）

移動図書館 巡回日程 4月

（駐車時間）A=午後0：30～2：00 B=午後2：30～4：00
 □ 中央図書館（☎0742-26-6101）
 □ 西部図書館（☎0742-45-5669）

巡回日	時間	と　　こ　　ろ
7(火)	B	中登美ヶ丘一丁目 中央集会所前広場
8(水)	B	富雄北三丁目 ネオハイツ富雄北フォレストガーデン前
8(水)	A	東九条町 宮ノ森住宅集会所前
	B	南永井新町 第2号街区公園
9(木)	B	富雄北一丁目 第2号街区公園前北（ロイヤルヒルズ富雄）
9(木)	A	桂木町 桂木団地集会所前駐車場
	B	柴屋町 帯解バンビーホーム駐車場
10(金)	B	押熊町 おしくま会館
14(火)	A	帝塚山四・五丁目集会所 帝山荘前
	B	帝塚山一丁目 第1号街区公園
14(火)	B	西大寺宝ヶ丘 自衛隊宿舎駐車場
15(水)	A	法華寺町 法華寺駐車場
	B	佐保台二丁目 集会所駐車場
16(木)	A	鳥見町二丁目 富雄公民館駐車場
	B	三松ヶ丘 第1号街区公園
16(木)	A	三条町 奈良ハイタウン東入口
	B	東九条町モータープール（東松商店）
17(金)	B	富雄北三丁目 街区公園前
17(金)	A	西九条町 西九条会館駐車場
	B	八条町 大安寺人権文化センター駐車場
21(火)	B	千代ヶ丘二丁目 大倭滝の峯荘玄関前
22(水)	B	菅原町 西大寺南区画整理区域内4号公園
23(木)	B	富雄団地48号棟前 天の川小径
23(木)	B	四条大路南町 自治会館駐車場
24(金)	A	富雄泉ヶ丘 第3号街区公園（ABC公園）前
	B	丸山一丁目 西部生涯スポーツセンター球技場駐車場
24(金)	A	川上町 ケアハウス万葉駐車場
	B	青山六丁目 集会所前

〈中央・西部・北部図書館 4月の休館日〉
 6日、13日、20日、27日、29日、30日

「ごみ焼却施設移転建設計画策定委員会」では、現在のごみ焼却施設を移転し、新たに循環型社会形成の推進を図る施設として建設するため、移転候補地の選定作業を進めています。候補地選定には地権者や周辺住民のみなさんのご理解とご協力を得ることが最も重要です。
 昨年、同委員会が選定している9か所の候補地とその隣接地域を対象に候補地を募集しましたが、応募件数が少ないため追加募集を行い、昨年の応募と合わせて、最終選定に反映させることになりました。
 ※詳細と候補地区の位置図・応募用紙は施設課、広報広聴課にあります。ホームページにも掲載
【募集方法】応募用紙に必要事項を書いて、4月30日までに施設課へ送付か持参
【問合せ】施設課（☎631-0801左京五丁目二 ☎0742-71-3220）

ごみ焼却施設移転建設 候補地の追加募集

違反広告物を出さない 街づくり推進団体を募集

違反広告物の撤去をあなたの手で古都奈良の美しい街並みを著しく阻害する、違法に掲出されたはり紙

4月15日～30日は固定資産税・都市計画税（第1期分）の納期です。納税は便利な口座振替をご利用ください。

国民年金のお知らせ

◆国民年金保険料が4月から変わります

	月 額	年 額
改正前	14,410円	172,920円
改正後	14,660円	175,920円

■ 支払い方法により割引があります ■

- 現金で1年分を4月中に前納すれば年額は172,800円で3,120円の割引
 - 口座振替で早割制度（納付期限より1か月早く納付）を利用すれば毎月50円の割引
- ※このほかにも割引制度があります。
※口座振替は各金融機関の窓口、社会保険事務所で受け付けています。申込には、基礎年金番号（年金手帳や納付書で確認）の記入、通帳と届出の印鑑が必要です。

【問合せ】 奈良社会保険事務所
☎0742-35-1370

◆学生納付特例（毎年申請が必要）

在学期間中で本人の前年の所得が一定以下の場合、申請により保険料の納付を猶予し、後から（10年以内）納めること（追納）ができる制度です。

※学生納付特例を受けた年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、承認を受けた当時の保険料に加算額が上乗せされます。保険料の追納には申込が必要です。くわしくは、奈良社会保険事務所へお問合せください。

【対象】 20歳以上で、日本国内の学校教育法に定める各学校、その他の教育施設の一部に通う学生。定時制・通信制・夜間部の学生も可

【承認期間】 申請した年度の4月か20歳の誕生月～翌年3月分まで

【必要なもの】 年金手帳、印鑑、学生証か在学証明書、前年に所得がある場合はそれが分かる書類

【問合せ】 市役所国民年金係（☎0742-34-4737）



子育て短期支援事業

◆短期入所生活援助事業（ショートステイ）
保護者が出産、疾病などで一時的に家庭で児童を養育できない場合、児童福祉施設で7日間を限度に24時間児童を預かります。

や立看板などを除却するボランティア団体を募集します。
【募集期間】 4月1日～5月8日
【対象】 18歳以上。在勤・在学も可
【その他】 二人以上でチームを組み、団体ごとに計画を定めて活動。申込後、簡単な講習会あり。
【問合せ】 景観課（☎0742-34-4885）



老春手帳 映画館入場券について

70歳以上の人が対象の映画館の無料入場の制度は、昨年9月末で廃止されました。老春手帳映画館入場券

◆夜間養護等事業（トワイライト）
父子家庭などの保護者が仕事などで帰宅が常に夜間になり、児童の養育が困難な場合、児童福祉施設への通所により生活指導、夕食の提供などを行います。期間は6か月の範囲内で、一日4時間を限度に午後2時～10時に利用できます。
※いずれも利用料金は、所得に応じ決定します。
【問合せ】 子育て課（☎0742-34-4796）



東・西老春の家 シルバーコース参加者募集

健康増進と
生きがいづくりをめざして

【とき】 5月～来年3月の毎月1回
【場所】 東老春の家：第3金曜日
西老春の家：第2金曜日（8月・9月・来年2月は第1金曜日）

【時間】 ①午前10時～正午
②午後1時半～3時半

【対象】 60歳以上の人

【費用】 年千円

【申込】 往復はがきに住所、氏名（ふりがな）、生年月日、年齢、性別、電話番号、①②の別を書いて、希望の施設へ。

【問合せ】 長寿福祉課（☎0742-34-5439）



就学援助費の申請は 5月7日までに

小・中学生への学用品費・給食費などの就学援助費を、次の基準で支給します。希望者は、4月6日（月）～5月7日（木）に子どもの就学している市立学校か学務課へ申請してください。前年度に引き続き受給希望の家も申請が必要です。

【認定基準】 平成20年度市民税所得割課税額1万円以下（住宅借入金等特別控除等の適用前の額）で義務教育に要する費用の支払が困難であると認められる市内の世帯。特別な事情で生計が困難な場合はご相談ください。

【必要書類】 各市立小・中学校、学務課備え付けの就学援助費受給申請書ほか

【問合せ】 学務課（☎0742-34-4762）

4月号掲載の各記事の担当課名と電話番号は、4月1日の機構改革で変更になっている場合があります。つながらない場合等は、代表電話（☎0742-34-1111）へおかけください。

市庁舎内の壁面広告を募集しています。4月から割引を開始しました。くわしくは、管財課（☎0742-34-4724）へ。

広告募集

新たな財源確保の取り組みとして、市の発行する各種印刷物等への有料広告掲載を実施しています。

この取り組みの一つとして、来年度の各種印刷物等に掲載する広告の「広告主」を募集します。

※掲載基準は市広告掲載要綱・基準などを適用
募集要項は担当課で配布。ホームページにも掲載

◆国民健康保険証発送用封筒

【発送部数】約62,000通(7月～来年7月)

【募集枠】裏面1枠(縦90mm×横100mm)

【募集期間】4月6日(月)～17日(金)

【問合せ】国保年金課(☎0742-34-4991)

行政手続きオンラインサービス

市では、「奈良電子自治体共同運営システム」で行政手続き(申請届出、講座申込、施設予約)のオンラインサービスを行っています。

現在、主に次の行政手続きをインターネットで行うことができますが、利用するには利用者登録が必要です。くわしくは、奈良電子自治体共同運営ポータルサイト(e古都なら)をご覧ください。

市ホームページの「e古都なら」バナーをクリックしても見ることができます。

「e古都なら」
バナー



<e古都なら><https://e-kotonara.jp>

<市ホームページ><http://www.city.nara.nara.jp>

【申請・届出】

- 住民票の写し交付予約、住居の表示の変更証明書交付予約…市民課
- 児童手当支払金融機関変更届、児童手当額改定申請、児童扶養手当支払金融機関変更届…子育て課
- 登録犬の死亡届…保健所生活衛生課

【講座・イベント申込】

- 母親教室、20日ならウォーク、むし歯予防のために「フッ化物塗布」…健康増進課

【施設予約】

- 鴻ノ池陸上競技場・球場、中央・中央第二体育館、南部・西部の各生涯スポーツセンター体育館、奈良阪・中ノ川・西部生涯・柏木・黒谷の各球技場
- ※鴻ノ池・西部生涯・柏木・黒谷の各テニスコートは4月6日から予約できます。

<空き情報のみの確認>

生涯学習センター、中部公民館、西部公民館

【問合せ】 手続の内容は各担当課・各施設
システムの操作方法是ヘルプデスク
☎0742-64-0088



排水設備指定工事店の指定の申請受付

平成21年度の申請を5月1日(金)29日(金)に受け付けます。申請用紙は下水道管理課にあります。

【問合せ】 同課(☎0742-34-4755)



耐震関連事業等のお知らせ

「木造住宅耐震診断員無料派遣」、「木造住宅耐震改修工事補助」、「木造住宅小規模耐震改修工事補助」、「住宅精密耐震診断補助」、「特定建築物耐震診断補助」、「民間建築物吹付けアスベスト等分析調査事業補助」の各事業を実施します。



農業交流体験事業参加者募集

都祁で米づくりしませんか!

田植え・稲刈りを体験し、収穫の喜びを感じ、都市と農村の交流を広げましょう。

とき：田植えⅡ5月10日(日)、ホテル観覧Ⅱ6月20日(土)、ブルーベリⅡ採りⅡ8月1日(土)、稲刈りⅡ9月13日(日)、収穫祭Ⅱ11月(日曜日)を予定。天候等により変更の場合あり ▼と

募集時期等の内容は、しみんだより、ホームページに掲載します。

※安全・安心すまの相談(要予約)を毎月第2木曜日に実施

【問合せ】 建築指導課(☎0742-34-4750)

ころ：都祁地域内 ▼定員：小学生以上60人。在勤・在学も可。小学生は保護者同伴 ▼費用：一人3千円

▼申込：はがきに全員の住所、氏名、年齢(小学生は学年も)、電話番号を書いて、4月15日必着で都祁まちづくり協議会(〒632-0292 針町二一七六 都祁行政センター内)へ。多い場合は抽選 ▼その他：収穫米を田植えか稲刈り参加者にも10kg配布 ▼問合せ：同協議会(☎0743-82-0201)



防災センター

◆GWエンジョイ防災体験

とき：5月2日(土)6日(日) ①午前9時半 ②午前11時半 ③午後1時半 ④午後3時半 ▼内容：各種防災体験、非常持ち出し袋体験、防災かるた等 ▼子ども用防災アニメ上映：

①午前10時半 ②午後零時半 ③午後2時半 ④午後3時半 ▼申込：不要。場合によって、体験が中止になることがあります。くわしくは、お問合せください。

◆子どもの救急講座

とき：4月26日(日)午前10時～11時半 ▼内容：乳幼児に多いケガの処置(誤飲・熱性けいれん等)・心肺

4月6日～15日 春の交通安全県民運動

交通事故のない やすらぎの 大和路づくり

～大和の交通マナーを高めよう～

【運動の基本】子どもと高齢者の交通事故防止

【運動の重点】

- ①全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ②自転車の安全利用の推進
- ③飲酒運転の根絶
- ④夕暮れ時と夜間の交通事故防止



「4月10日は交通事故死ゼロをめざす日」

県内の平成20年の交通事故死者は、平成19年より12人少ない48人となりましたが、市内に限れば、2人増の11人となっています。

- ・夜間の外出には、ピカピカグッズの着用を！
- ・高齢者に対する思いやりのある運転を！

<期間中の主な行事>

◆春の交通安全運動市民決起大会

【と き】4月6日(月) 午前10時～正午

【ところ】なら100年会館（三条宮前町）

◆高齢者交通安全講習会

【と き】4月7日(火) 午後2時～4時

【ところ】西部生涯スポーツセンター（中町）

◆交通安全セミナー

【と き】4月13日(月) 午後1時半～4時

【ところ】なら100年会館（三条宮前町）

【問合せ】交通政策課（☎0742-34-1111代）

なら子どもサポートネット

「子どもの安全確保に関する情報」をメールで配信中

不審者情報や登下校時刻などの情報を、登録者へメールで配信しています。また、ホームページで過去の不審者情報を閲覧することができます。

【登録方法】

- ①インターネット機能から、登録用サイトにアクセスする。
- ②必要事項を登録し完了

【注意!!】

- メールの受信制限をすると受信できません。設定を変更してください。

※毎年3月以降に新規登録をしないと、4月からの受信ができません。

【問合せ】青少年指導課（☎0742-34-4863）

<登録用サイトアドレス>

<http://supportnet.naracity.ed.jp>

<QRコード>



地震体験の様子

蘇生法等 ▼定員：乳幼児のいる家族・出産予定の家族10組
◆応急手当普及講習
 と き：4月8日(水)・26日(日)、5月13日(水)・24日(日)午後1時～4時 ▼
 内容：心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使用法等 ▼定員：中学生以上各20人
【申込】 電話で各講習日の前日まで同センターへ。



北老春の家

〒631-0805奈良市二丁目一十四(北部会館2階)
 ☎0742-271-1350

◆ほのぼの交通安全教室

と き：4月12日(日)午後1時半～3時

▼内容：交通安全講話、なにわ一芸一座による演芸ショー

◆マンスリーコンサート

と き：4月26日(日)午後1時半～2時半 ▼出演：田辺秀行とゴールデンアワーズ

【対象】60歳以上の人とその家族
【申込】 不要

◆各種教室(6月～10月)

◆はじめてのヨガ教室

と き：第1・3水曜日の午後1時半～3時。10回 ▼定員：40人

◆カラオケステップアップ教室

と き：第2・4水曜日の午後1時半～3時。10回 ▼定員：15人

◆楽しい英会話教室

と き：第2・4火曜日の午前9時半～10時半。10回 ▼定員：16人

◆初心者太極拳教室

と き：第2・4金曜日の午前10時～11時半。10回 ▼定員：30人

◆ハワイアン・フラ教室

と き：第1・3木曜日の午前9時15分～10時15分。10回 ▼定員：40人

◆書道教室

と き：第1・3金曜日の午後1時半～3時。10回 ▼定員：24人

◆初心者クラシックギター教室

と き：第1・3金曜日の午前11時

◆初心者社交ダンス教室

と き：第1・3木曜日の午後3時～4時。10回 ▼定員：男女各15人

◆暮らしの花教室

と き：第1土曜日の午前10時～正午。5回 ▼定員：10人

◆やさしいオカリナ教室(6月～来年2月)

と き：第1・3水曜日の午後2時～3時半。17回 ▼定員：15人

【対象】60歳以上の人

【費用】教材費等

【申込】往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、4月25日必着で同所へ。1枚に1教室限り。一人2教室まで可。多い場合は前年度受講者以外の人を優先し抽選

犬の登録と狂犬病予防注射は、飼い主の義務です。くわしくは、保健所生活衛生課（☎0742-23-6172）へ。

アダプトプログラム推進事業 ～さわやかクリーン奈良～ 美化ボランティアを募集

市民のみなさんにとって身近な道路や公園、河川等の公共空間を、市民のみなさんと市が協働して、「さわやかクリーンなまち」にしていくなために、美化活動を行ってもらう美化ボランティアを募集します。



【対象団体】自治会、ボランティア団体、企業、その他の団体（2人以上）

【対象区域】市が管理する道路、公園（街区公園・児童遊園を除く）、河川、その他必要と認める区域

【活動内容】

- ①空き缶、吸い殻等の散乱ごみの収集、除草
 - ②花の植栽、花壇の手入れ
 - ③公共施設等の損傷、不法投棄等の情報の提供
 - ④その他美化活動に必要と認める活動
- ※活動回数は年6回以上とします。

【市の支援】

- ①美化活動支援費の交付
- ②美化活動に必要な清掃用具の支給
- ③ボランティア活動保険の加入
- ④ごみの回収
- ⑤サインボード（看板）の設置

【申込】市民活動推進課、出張所、行政センターに備え付けの用紙（ホームページにも掲載）に必要事項を書いて、市民活動推進課へご持参ください。
※内容を審査の上、市長と合意書を締結します。

【その他】実施要綱、募集要項等をよく読んで応募してください。

【問合せ】市民活動推進課（☎0742-34-1111代）

東老春の家



〒630-8113 法蓮町一七〇二一
☎〇七四二一四一三二五

交通安全フェスティバル

とき：4月8日(水)午後1時半～3時

▼内容：交通安全講話とタッパダンスグループ「J・C・L・I・C・K」によるステージショー ▼対象：60歳以上の人とその家族 ▼申込：不要



西老春の家

〒631-0024 百楽園一丁目九一三
☎〇七四二一四一三二五

うづきロビーコンサート

とき：4月19日(日)正午～午後1時

▼出演：秋篠ユング・ムジカアンサンブル ▼対象：60歳以上の人とその家族 ▼申込：不要

趣味文化教室（6月～10月）

編み物教室

とき：第1・3木曜日の午後1時半～3時半。9回

ヨーガ教室（入門）

とき：第1・3水曜日の午後1時半～3時。9回

囲碁教室（初段をめざして）

とき：第2・4火曜日の午前9時半～11時半。9回

ペン習字教室

とき：第2・4土曜日の午前10時～11時半。9回

【対象】60歳以上の人で、全回受講可能な人

【定員】各30人。囲碁は24人

【費用】材料費等

【申込】往復はがきに教室名、住所、



男女共同参画センターあすなろ

〒630-8122 三条本町八一
☎〇七四二一四一五五五

女性のための話し方入門講座

とき：5月7日・28日の毎週木曜日、午後1時半～3時半。4回

▼内容：人前で話す能力・技術等 ▼講師：フリーアナウンサーの福森ひとみさん ▼定員：女性30人。在勤・在学も可 ▼費用：2千円 ▼申込：往復はがきに講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、託児（1歳～就学前）希望者は幼児の名前（ふりがな）、性別・年齢を



北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目一四
☎〇七四二一七一五七七

高の原カルチャーサロン

奈良大学創立40周年記念（前期）

心理学講座

～人間関係とこころの健康～

5/30 (土)	5/23 (土)	5/16 (土)	とき
奈良大学講師の林郷子さん 「自己理解から始まる人間関係」 「非行や犯罪から学ぶ親子関係・人間関係」	奈良大学教授の前田泰宏さん 「人が癒す不安とうつ」	奈良大学講師の林郷子さん 「自己理解から始まる人間関係」	講師・演題

時間：午前10時～11時半 ▼定員：200人 ▼申込：往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、4月25日必着で同ホールへ。1枚に1人限り。多い場合は抽選



奈良マーチャントシードセンター

〒630-8217 橋本町三一
☎〇七四二一四一五五五

インターネット・Eメール

とき：5月17日(日)午後1時～5時

▼内容：ホームページ閲覧やEメールを使うための操作 ▼定員：20人 ▼費用：2千585円 ▼申込：往復はがきに講習名、コース番号、開催月、住所、氏名（ふりがな）、職業、電話番号を書いて、4月15日必着で同センターへ。1枚に1人限り。多い場合は抽選

トラブル多発!!

飼犬のフンは必ず持ち帰りましょう。

平城遷都祭

～平城宮跡の壮大なスケールを
体感してみよう!～

【とき・ところ】 ※雨天決行。荒天は中止

●4月24日(金) 午後6～9時

平城宮跡特設会場(第二次大極殿跡)

●4月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後5時

平城宮跡特設会場

(第一次大極殿・朝堂院跡周辺・第二次大極殿跡)

【内 容】 古代とつながる朱の祭典、天平行列、天平舞台、奈良のうまいもん・こだわりもんの出店

◆「せんとくんといっしょに歩こう」参加者募集

【と き】 4月26日(日)午前9時(東大寺南大門前集合)～午後1時頃

【コース】 東大寺南大門～近鉄奈良駅～JR奈良駅～佐保川沿い～平城宮跡

【費 用】 500円

【定 員】 50人

【申 込】 はがきに全員の住所・氏名・年齢・性別、代表者の電話番号を書いて、4月10日必着で平城遷都祭実行委員会事務局へ。FAX・Eメールも可。多い場合は抽選

【その他】 4月中頃に参加証を送付します。昼食・飲物は各自でご用意ください。小学生以下は保護者の同伴が必要。参加者には遷都ウォーク2009オリジナル「せんとくんゼッケン」をプレゼント。歩いた距離をマイレージに換算し、世界遺産に寄付します。

【問合せ】 平城遷都祭実行委員会事務局(観光交流課内)
〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
☎0742-34-5135
FAX 0742-35-6822
Eメール: info@sentosai.jp

<雨天時の開催の問合せ> テレドーム(当日のみ)
☎0180-997-003

ガイド付きツアー

「歴史を伝えるならまちを歩く」

春のならまちを観光ボランティアガイドの解説付きで歩いて楽しんでもらおうと開きます。

【とき】 4月4日(土)～6月28日(日)の土・日・祝日
午前10時出発

【定員】 20人になり次第出発。午前9時45分から受付。申込不要

【集合場所】 JR奈良駅中央改札口外

【コース】 JR奈良駅～開化天皇陵～漢国神社～采女神社～猿沢池～道祖神社～元興寺極楽坊～庚申堂～ならまち格子の家～元興寺塔跡～御霊神社～十輪院～大乘院庭園文化館(約3.8km。所要時間約2時間)

【問合せ】 観光企画課(☎0742-34-4739)



なら工芸館

〒630-8346阿字万字町一丁目
☎0742-217-0033

開館時間等の変更

6月1日からの開館時間が、午前10時～午後6時(入館は午後5時半まで)になります。また、館内展示コーナー(有料ギャラリ)の使用申請の受付は、使用しようとする日の6か月前から行います。くわしくは、お問合せください。

◆工芸制作体験教室(基礎技術を学ぶ)
仏像彫刻2

とき: 5月8日～来年3月12日の金曜日。18回 ▼費用: 3万6千円、別途材料費等2万円

◆彫塑(基礎造形)
とき: 5月21日～来年2月18日の

第1・3木曜日。16回 ▼費用: 3万2千円、別途材料費1万円

◆木工

とき: 5月14日～8月20日の木曜日。8回 ▼費用: 1万6千円、別途材料費5千円

◆とんぼ玉

とき: 5月9日～11月21日の土曜日。12回 ▼費用: 2万4千円、材料費別途

【時間】 午後1時半～4時半。開講式は各講座初日の午後1時～1時半

【定員】 各10人

【作品展】 日程終了後に開催

【申込】 往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、4月14日必着で同館へ。1枚に一人1教室限り。多い場合は抽選



母子福祉センター

〒630-8325西木辻町一五九二四
☎0742-216-1155

各種教室(5月～来年2月)

①親子わくわくクラブ

とき: 第3日曜日 ▼対象: 母子家庭の母と子(小学校低学年まで)

②母子家庭の母・寡婦対象教室

③民謡教室

とき: 第1・3金曜日

④詩吟教室

とき: 第2・4水曜日

⑤民踊教室

とき: 第2・3金曜日

⑥太極拳教室

とき: 第1・3金曜日

⑦茶華道教室

とき: 第2・4木曜日

【時間】 ①～③午後1時半～3時半

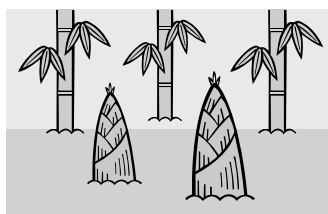
④・⑤午後1時～3時

⑥午前10時～正午

【定員】 ①10人 ②～⑥各5人

【費用】 教材費

【申込】 往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、4月19日必着で同センターへ。多い場合は抽選



4月2日は「世界自閉症啓発デー」です。また、4月2日～8日は「発達障害啓発週間」です。

「人権を確かめあう日」記念集会

【と き】 5月17日(日) 午後2時～4時
【と ころ】 ならまちセンター (東寺林町)

【講師・演題】

法政大学教授の田中優子さん
「江戸の身分と格差」
～『カムイ伝』から考える～

【定 員】 300人

【申 込】 はがきに住所、氏名、電話番号、参加人数、託児(乳幼児)希望者は託児希望(氏名・年齢を記入)と書いて、4月30日必着で人権啓発課へ。FAX、Eメールも可。多い場合は抽選

※手話、要約筆記希望者はその旨を明記してください。



【プロフィール】

江戸文化研究の第一人者。歴史の表舞台に登場しない民衆にも着目して江戸時代を立体的に研究。「江戸の想像力」や「江戸百夢」など著書も多く、現在、テレビ番組のコメンテーターとして活躍中

【問合せ】 人権啓発課

〒630-8106 佐保台西町114-3

☎ 0742-72-1510

FAX 0742-72-1511

Eメール: jinkenkeihatsu@city.nara.lg.jp



なら奈良館

〒630-8215 東高市町二八近鉄奈良駅ビル4F西階
☎ 0742-221770

◆世界遺産公開講座

と き: 5月24日(日)午後1時半～3時

▼講師・演題: 奈良大学教授の鎌田道隆さん「歴史に学ぶ世界遺産観光」
▼費用: 240円 ▼締切: 5月14日

◆奈良再発見シリーズ27

と き: 5月30日(土)午後1時半～3時

▼講師・演題: 浄瑠璃寺住職の佐伯快勝さん「此岸・東方瑠璃光・彼岸・西方浄土」
▼費用: 340円 ▼締切: 5月20日

【定員】 各100人

【申込】 往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、各



総合福祉センター体育館

〒631-0801 左京五丁目二二
☎ 0742-707075 FAX 0742-707073

◆陸上教室

と き: 4月25日～来年3月27日の土・日曜日(8月は休講)、午前10時10分～午後零時10分。30回 ▼定員: 中学生以上の知的障がい児・者35人

▼内容: 基礎体力を身に付け、走る基本動作の習得 ▼申込: 同館備え付けの用紙かはがき、FAXに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、障がいの等級、未成年者は保護者名を書いて、4月15日必着で同館へ。多い場合は抽選

◆春期親子体操教室

と き: 5月9日～7月4日の毎週土曜日。8回。リトミックⅡ午後1時40分～2時半、楽しく体を動かすⅡ午後2時35分～3時半、基礎体力をつけるⅡ午後3時35分～4時50分。各8回。どのプログラムでも参加可 ▼定員: 小学生以上の知的障がい児・者と家族50組 ▼申込: 同館備え付けの用紙かはがき、FAXに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、障がいの等級、保護者名を書いて、5月2日必着で同館へ。多い場合は抽選

◆ストレッチ教室

と き: 5月12日～来年3月23日の火曜日(8月は休講)、午前10時10分～午後零時10分。28回 ▼定員: 18歳以上の障がい者と健常者70人

▼内容: ストレッチと簡単な筋力トレーニング等 ▼申込: 同館備え付けの用紙かはがき、FAXに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、障がいの有無、種別、等級を書いて、5月2日必着で同館へ。多い場合は抽選



民踊講習会

と き: 4月11日(土)午前10時～午後3時 ▼と ころ: 中央第二体育館

▼持物: 体育館シューズ、手ぬぐい、扇子、弁当等 ▼申込: 不要 ▼問合せ: 市レクリエーション協会の廣本さん(☎ 0742-2210816)

人権啓発ポスターと標語を募集

あらゆる人権問題解決への取り組みや人権尊重の重要性を訴え、人権意識の高揚を図る作品を募集します。

【部門】

◎ポスター

四つ切り画用紙で画材は自由

◎標語

規格指定なし

【対象】 小学生以上で県内在住・在学・在勤の人

【応募方法】 作品の裏面に小・中学生、高校生は氏名、学校名、学年(旧年度の作品は新学年を明記)を、一般は住所、氏名、年齢を書いて、市立の児童生徒は5月8日までに人権啓発課(〒630-8106 佐保台西町一四一三)へ。その他の学校の児童生徒、一般は5月15日までに県人権施策課(〒630-8501 登大路町三〇)へ。

【その他】 県提出のポスター作品は、優秀作品が年度末に、それ以外の作品は審査終了後に返却します。応募作品の著作権は主催者に帰属し、啓発資料や広報誌、ホームページに掲載します。

【問合せ】

県人権施策課

(☎ 0742-2718719)

人権啓発課

(☎ 0742-721510)

家電リサイクル品目の追加

これまで家電リサイクル法の対象品目となっていたのは、エアコン、ブラウン管式テレビ、洗濯機、冷蔵庫・冷凍庫の家電4品目でしたが、4月1日から「液晶・プラズマ式テレビ」、「衣類乾燥機」が追加されました。

これらは、市の環境清美工場ではごみとして処分できなくなりますので、従来の家電4品目と同じように、購入した販売店等に引き渡し、リサイクル処理してください。

【問合せ】企画総務課 (☎0742-71-3001)

大型ごみのふれあい収集

代理者（ホームヘルパー・保健師・生活保護ケースワーカー・民生委員など）が大型ごみを運び出せないと判断した世帯は、代理者の立ち会いのもと、敷地や家の中に入って収集します。
※2か月ごとに6点まで可。代理者がお申し込みください。

【受付時間】月～金曜日の午前8時～午後3時

【申込】収集課ふれあい収集

☎0742-71-3012

4月29日（昭和の日）も業務を行います

通常どおり、ごみの収集を行います。交通量が少ないため普段より早く到着することがありますので、**午前7時半まで**に出してください。

大型ごみの電話申込も受け付けます。

大型ごみ申込専用電話

【奈良市収集地域】 ☎0742-71-9011

受付時間…午前8時～午後3時

【株清美公社収集地域】 ☎0742-33-8782

受付時間…午前8時半～午後5時

【問合せ】収集課 (☎0742-71-3012)

4月 燃やせないごみの収集日

(株市清美公社の収集地域を除きます)

燃やせるごみが

火・金曜の収集地域

16日(木)

月・木曜の収集地域

17日(金)

※この日や「プラスチック製容器包装」の収集日は倍の区域を収集するため、収集時間が午後3時を過ぎることがあります。ご理解とご協力をお願いします。

※ごみカレンダーで収集日を確認してお出してください。

【問合せ】収集課 (☎0742-71-3012)

初心者・ファミリー向け
オリエンテーリングのつどい

とき…5月10日(日)午前9時～。小雨決行

▼集合場所…奈良公園県庁前広場

▼定員…150人。市外在住も可

▼費用…大人500円、中学生以下300円

▼クラス…A・B・Cコース(個人SA・SC、家族FA・FC、グループ2～5人GA・GC)

▼申込…はがきに全員の氏名・年齢・性別、代表者の住所・氏名・電話番号、希望クラスを書いて、4月30日必着で久保繁樹さん(〒631-0033あやめ池南一丁目七五七 ☎0742-44-5298、午後7時～9時)へ。多い場合は抽選

小学生ハンドボール教室

とき…4月10日～来年3月の原則毎月2回金曜日。午後6時半～8時半

▼ところ…中央体育館

▼定員…50人

▼費用…年3千円

▼問合せ…市ハンドボール協会の田中さん(☎090-3268-6380)

南部生涯スポーツセンター

〒630-8454杏町四六七一 ☎0742-261702

バドミントンふれあい広場

とき…4月25日(土)午後6時～9時

▼定員…20人。小学生以下は保護者同伴

▼費用…300円、小学生以下150円

▼申込…電話かFAX(全員の住所、氏名、年齢、性別、電話番号

スポーツ施設を開放

を記入)で、4月18日までに同センターへ。多い場合は抽選

◆鴻ノ池陸上競技場

とき…5月24日(日)、6月28日(日)

7月5日(日)午前9時～正午、午後1時～4時

▼種目…陸上競技(投てきはなし)

◆中央体育館

とき…バドミントン…6月20日(土)、卓球…5月16日(土)、7月18日(土)

午前9時～正午、午後1時～4時。受付は午前9時～10時、午後1時～2時に直接会場へ

▼申込…不要

【その他】競技場では運動靴を、体育館では体育館シューズを必ず使

屋外ソフトテニス教室

用。用具のある人は持参。学校のクラブ活動は不可
【問合せ】中央体育館(☎0742-1501)

とき…5月23日からの土・日曜

日、午前9時半～11時半。10回

▼ところ…鴻ノ池テニスコート

▼定員…小学生・一般の部各60人

▼費用…3千100円

▼申込…往復はがきに教室名、部名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年・保護者名)、性別、電話番号を書いて、4月15日必着で中央体育館(〒630-8108法蓮佐保山四丁目一三 ☎0742-2411501)へ。多い場合は抽選

生涯学習

開催日は原則を記載、() 内は回数
 ◎定員／¥費用／材料費、交通費は自己負担
 ※詳細は事前に各館へご確認ください。

生涯学習情報(市生涯学習財団ホームページ)
 URL <http://manabunara.jp>

三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
 ☎・FAX 0742-33-0515

講座名	開催日・内容	締切
リラクゼーションセラピー	身体のはぐしや足指術を学び自然治癒力を高める 4/24、5/8、5/22、6/5、6/19 午前11時～正午(5) ◎成人20人	4/15
三笠高齢者学級	高齢者が地域で生き生き暮らすための学習 5/1からの原則第1金曜 午後1時半～3時半(10) ◎65歳以上60人	4/17
三笠女性フォーラム	激変する現代社会で有意義な女性の生き方を学ぶ 5/14から原則第2木曜 午後1時半～3時半(10) ◎成人女性40人	4/21
うたごえ in MIKASA	アコーディオンの伴奏に合わせて楽しく歌う 4/5からの原則毎月第1日曜 ◎入場自由 午後1時半～3時半(12) ¥各回100円	申込不要

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目 9
 ☎・FAX 0742-43-5386

講座名	開催日・内容	締切
セカンドライフ講座～春の大和路掘り歩き～	辻本英之先生と奈良の史跡や自然を掘り歩き、撮影のコツを学ぶ 講義…4/25、7/25 午後1時半～4時 現地…5/23、6/27 午前10時～午後3時(4) ◎55～64歳の35人	4/17

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
 ☎・FAX 0742-26-0130

講座名	開催日・内容	締切
おひさのうで	親子のフリースペース、工作絵本育児相談 4/22からの毎月第4水曜 午前10時～正午(12) ◎未就園児と保護者15組、入場自由 ¥600円	申込不要
若草シニアクラブ	健康・余暇・社会問題等を仲間を通じて学習する 5/21からの毎月第3木曜 午後1時半～3時半(11) ◎60歳以上50人 ¥1,000円	5/7

登美ヶ丘公民館

〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目 4162-81
 ☎・FAX 0742-43-7431

講座名	開催日・内容	締切
大和の歴史地理探訪	ひと味違う外歩き(佐紀路の陵墓古墳巡り) 講義…4/25、現地…5/23 午後1時～3時(2) ◎30人 ¥500円 (講師:奈良大学の土平博さん)	4/17
女性セミナー	知識と教養を深め女性としての見識を高める 5/12からの第2火曜 午前9時半～11時半(10) ◎女性50人	4/24
ひとみ学級	高齢者の集い、新しい発見や学びの発掘 5/22からの第4金曜 午前10時～11時半(8) ◎65歳以上40人	4/30

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目 86-1
 ☎・FAX 0742-62-2253

講座名	開催日・内容	締切
子育てスポーツ事業「子育てのんびり空間」	手遊び・絵本の読み聞かせ・育児相談等、親子でゆったりと楽しむ 4/8からの原則第2・4水曜 午後1時～4時(24) ◎0～3歳児と保護者 ※子どもの飲物持参	申込不要
かすが子どもサタデーフレンド	ものづくり体験や遊びを通じて楽しく学ぶ 4/25、5/23、6/27、7/25 午前9時半～(4) ◎小学3～6年生20人 ¥500円	4/15
春日女性学級	日頃関心が高い事柄を楽しく学び教養を深める 5/12からの第2火曜 午後1時半～(10) ◎女性50人	4/24

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町 3684
 ☎・FAX 0742-46-9113

講座名	開催日・内容	締切
二名おやこのひろば	0～3歳の子どものと保護者向けのフリースペース 4/15からの毎月第3水曜・第4木曜 午前10時～午後零時45分(22) ◎入場自由	申込不要
親子3B体操	5/7からの第1・3木曜 午前9時半～10時半(6) ◎2歳前後の子どものと保護者20組 (申込時に子どもの名前・生年月日も記入)	4/25
春の親子料理	5/16、6/20、7/18 午前10時～午後1時(3) ◎小学3年生以上の子どもと保護者24人 ¥1人1,500円	4/30

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町 23
 ☎ 0742-26-8811・FAX 0742-26-8813

講座名	開催日・内容	締切
家庭料理講座～お料理からとびだすおはなしの世界～	料理から、おはなしの世界をのぞいてみよう! 5/1、6/5、7/3 午前9時半～午後1時半(3) ◎成人24人 ¥6,000円 ※託児可	4/17
週末ピラティス	運動不足解消!筋肉のついたきれいな身体作り 5/24、6/7、6/21、7/5 午前10時半～11時半(4) ◎20人 ※既受講者不可、託児可	4/30

※託児(6か月～就学前)可。事前申込が必要

中部公民館

〒630-8228 上三条町 23-4
 ☎ 0742-26-6506・FAX 0742-26-3263

講座名	開催日・内容	締切
生涯学習セミナー	自主的な学習計画と班活動で生きがいと仲間作り 5/15からの第3金曜(8月は休み) 午後1時半～3時半(10) ◎成人80人。在勤も可	4/30

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目 1-5
 ☎ 0742-44-0101・FAX 0742-44-0103

講座名	開催日・内容	締切
Woman Power!	生活・健康・時事など、さまざまな角度から女性を磨く 5/8～来年1月の原則第2金曜 午前9時半～11時半(8) ◎25～45歳の女性40人。在勤も可 ※託児可	4/17
女性講座～新しい私と出会う～	毎月多彩なテーマで学習 5/14～来年2月の原則第2木曜(10) 午前9時半～11時半 ◎45歳以上の女性80人	4/21
ミドルライフ～	さまざまな学習を通して、豊かで活力ある暮らしを! 5/20からの第3水曜 午後1時半～3時半(10) ◎65歳以上80人	4/21
ハッピーな子育て@せいぶ	子どもと一緒に参加できる楽しい子育て広場♪ 5/13、5/27、6/10、6/24、7/8 午前10時～正午(5) ◎0～1歳児と保護者15組	4/22

※託児(6か月～就学前)可。事前申込が必要

※WomanPower!、女性講座、寿学級の重複申込不可

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
 ☎・FAX 0742-62-5931

講座名	開催日・内容	締切
カリグラフィに挑戦!	美しいアルファベット文字を習得しておしゃれなメッセージカードを作る ◎成人15人 ¥1,500円 4/24、5/22、6/26 午前10時～正午(3)	4/16
おやこのひろば	親子でのんびり楽しむフリースペース 4/8からの原則第2水曜 午前10時半～正午(12) ◎0～3歳児と保護者 ※子どもの飲物持参	申込不要
絵本のひろば	絵本の読み聞かせを楽しむリラクセススペース 4/22からの第4水曜(9・12月は第3) 午前10時半～正午(12) ◎0～3歳児と保護者 ※子どもの飲物持参	申込不要

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎ 0742-81-0888・FAX 0742-81-0001

講座名	開催日・内容	締切
味な野草春グルメ	野草摘みを体験し、料理し、遅い春を味わおう! 5/15 午前10時～午後2時 ◎成人20人 ¥約700円	4/30

■平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 0742-48-3578

講座名	開催日・内容	締切
平城女性セミナー	女性が集い、さまざまな分野の学習に取り組む 5/12からの原則第2火曜 午前9時半～11時半(10) ◎成人女性 50人 ¥1,500円	4/18

■平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目 9-1
☎・FAX 0742-71-9677

講座名	開催日・内容	締切
春の山野草を楽しむ	オリジナル鉢作り・苔玉作り(見本展示あり、入場自由) 4/18、4/19 午前10時～正午(展示は午後4時まで) ◎各20人 ¥2,000円 ※当日先着順で整理券配布	申込不要
すくすく広場	助産師等による相談・手遊び(フリースペース) 5/1 午前10時～正午(フリースペースは午後3時まで) ◎0歳児と保護者、入場自由	申込不要
平城東寿学級	さまざまな分野での健康・仲間・生きがい作り 5/12からの第2火曜 午後1時半～3時半(7) ◎65歳以上40人	4/24
平城東女性セミナー	みんなで学ぶ素敵な生き方・わたしの悠々時間 5/14からの原則第2木曜 午前9時半～11時半(7) ◎成人女性40人	4/24
東洋古美術の鑑賞力を究める	大和文華館の協力で開催、展示趣旨・解説など 5/15、6/19、7/17、9/18 午前10時～正午(4) ◎成人30人 ¥2,400円	4/24

おもてなしの心で礼儀作法を学ぶ

平城遷都1300年を迎えるにあたり、訪れる世界中の人に日本の文化やマナーを正しく伝えることができるように、礼の心の大切さを学び、礼儀作法を身につけましょう。

と き	テ ー マ
5/9(土)	礼儀作法の基本
5/23(土)	美しい立ち居振る舞いと敬語
6/13(土)	訪問と応接のマナー①(お茶についてなど)
6/27(土)	訪問と応接のマナー②(食事の基本など)

【ところ】生涯学習センター
【時 間】午前10時半～正午
【講 師】装道分院・橋本礼法さきの学院学院長の橋本垂生子さん
【定 員】50人
【申 込】4月24日必着で同センターへ ※申込欄参照
(〒630-8357 杉ヶ町 23 ☎ 0742-26-8811)
※託児(6か月～就学前)可。申込時に子どもの名前・年齢を記入

始めよう!食卓を守る安心野菜作り

野菜の育て方の基本を学び、野菜作りを体験しましょう!

【と き】5月13日、6月3日、7月15日、8月5日の水曜
午前9時半～正午(4) ※天候、野菜の生育により開催日の変更あり
【ところ】柳生公民館、貸し農園(柳生町) 生育により開催日
【定 員】初心者15人
【費 用】1,500円 ※夏野菜編
【申 込】4月28日必着で同館へ ※申込欄参照
(〒630-1237 柳生町 340 ☎・FAX 0742-94-0504)

＜ 申 し 込 み ＞

往復はがきに講座名(コースがある場合はコース名も併記)、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枚に一人1講座(コース)限り。多い場合は抽選。財団ホームページからの申込も可。託児希望(年齢制限あり、託児可の講座に限る)の場合は、申し込み時に「託児希望」とご記入ください。

※車でのご来館はご遠慮ください。

■京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目 3-43-2
☎・FAX 0742-44-2669

講座名	開催日・内容	締切
女性セミナー	学習を通じて、魅力的な女性の生き方を学ぶ 5/1からの第1金曜 午前9時半～11時半(10) ◎女性55人	4/15
高齢者学級	生きがいのある生活を送るための学習 5/14からの第2木曜 午後1時半～3時半(10) ◎60歳以上55人	4/15

■平城西公民館

〒631-0804 神功四丁目 25
☎・FAX 0742-71-5711

講座名	開催日・内容	締切
親子料理講座	季節の料理を楽しみながら作る 5/17からの第3日曜 午前10時～正午(6) ◎小学生を含む親子12組 ¥1組約6,000円	4/24
子どもの書道	さまざまな手書き文字作品の制作 5/16からの第1・3土曜 午前10時～正午(7) ◎小学4～6年生16人 ¥約2,500円	4/24

■伏見公民館

〒631-0841 青野町 191-1
☎・FAX 0742-45-9864

講座名	開催日・内容	締切
伏見女性フォーラム	自主的な企画運営を通じて仲間作りを図る 5/12からの原則第2火曜 午前9時半～11時半(10) ◎成人女性40人 ¥1,000円	4/22

■富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
☎・FAX 0742-48-3066

講座名	開催日・内容	締切
とみお歴史探訪～お地蔵さんめぐり～	同館周辺の石仏や地蔵を訪ね歴史を学ぶ 4/24 午前9時半～午後3時 ◎成人40人 ¥500円	4/16
山野草に親しみ～苔玉づくり～	5/9…珍しい山野草の育て方講習 5/10…苔玉作り 午後1時半～3時半(2) ◎成人20人 ¥500円	4/30

■飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
☎・FAX 0742-23-2804

講座名	開催日・内容	締切
親子なかよし体操	体操を通して親子のふれあいと仲間作り 5/21からの第3木曜 午前10時～正午(7) ◎H17.4.2～19.4.1に生まれた子どもと保護者20組	4/23

■都跡公民館

〒630-8032 五条町 204-1
☎・FAX 0742-34-5954

講座名	開催日・内容	締切
みあと高齢者学級	さまざまな学習を通して、生きがい発見と仲間作り 5/14からの原則第2木曜 午後1時半～3時半(10) ◎65歳以上60人 ¥1,000円	4/25
みあと女性フォーラム	楽しく学び、女性として自分らしい生き方を探す 5/19からの原則第3火曜 午前10時～正午(10) ◎女性60人 ¥500円	4/30
子育てスポーツ事業[みあと子育てサロン]	親子のふれあいと憩いのフリースペース 4/15からの第1・3水曜 午前9時～正午(22) ◎0～3歳児と保護者 ※子どもの飲物持参	申込不要
みあと親子ほのぼののスペース	のんびりフリースペース、絵本の読み聞かせもあり 4/28からの原則最終火曜 午前10時～正午(12) ◎1～3歳児と保護者 ※子どもの飲物持参	申込不要

■登美ヶ丘南公民館

〒631-0013 中山町西二丁目 921-1
☎・FAX 0742-47-6375

講座名	開催日・内容	締切
登美南グリーンサークル	みんなで土作り、花作り、花壇作りにチャレンジ! 4/22からの原則第2水曜 午後1時半～4時(10) ◎成人15人	4/15
着物を楽しむ	浴衣、着物を一人で着付け、着物で外出を楽しむ 5/12からの原則第1・2・4火曜 午後1時半～3時半(10) ◎15歳以上の女性10人	4/30
川柳はじめてみませんか	川柳を作る、楽しむ 5/19からの原則第3火曜 午前10時～正午(10) ◎成人10人	4/30

なら100年会館 (☎ 0742-34-0100)
〒630-8121 三条宮前町7-1 HP <http://www.nara100.com>

こども人形劇場

- ① 6月7日(日) ①午前11時 ②午後2時
② 人形劇団クラルテによる「ふうふうぱたぱたあーうまい」、「三びきの子ぶた」



¥ 800円(当日1,000円)、3歳未満無料
Ticket **百口学北な** ◆4月18日発売

劇団四季「ウエストサイド物語」

WEST SIDE STORY SINCE1969

- ① 6月18日(木) 午後6時半
¥ S席8,000円、A席6,000円、B席5,000円、C席3,000円。3歳未満無料(膝上鑑賞。席が必要な場合は有料)
② 劇団四季 (☎ 06-4796-6600)



Ticket **百び**、劇団四季予約センター (☎ 0120-489-444)
◆4月18日発売 ※なら100友の会特典あり

Yamazaki Masayoshi

“Walkin' in my shoes” Tour 2009

- ① 7月7日(火) 午後6時半
¥ 5,775円 *未就学児入場不可
② GREENS (☎ 06-6882-1224)
Ticket **百** (☎ 予約は翌日午前9時~) **び e** *一人4枚まで
◆4月11日発売 (び 初日特電あり)



沢田研二コンサート 2009 コンサートツアー

- ① 8月23日(日) 午後4時半
¥ 7,000円 *未就学児入場不可
② サウンドプロデュース (☎ 0744-23-1971)
Ticket **百び口**、サウンドプロデュース
◆4月24日発売
※4月18日 午前9時~午後5時 百 窓口
でのみ先行発売
※なら100友の会特典あり



なら100年会館友の会 会員募集

指定する催しの入場券割引や先行予約、同館の情報誌の送付、指定の飲食店での割引などの特典があります。

¥ 年間1,500円(個人会員)
【有効期限】入会手続完了~翌年3月末日

Ticket **百美北** に備え付けの用紙(百 ホームページからダウンロード可)に必要事項を書き、年会費を添えて(送付の場合は現金書留で)、同館へ。

アンジェラ・アキ Concert Tour 2009 ANSWER

- ① 6月13日(土) 午後5時
¥ 6,300円 *未就学児入場不可
② GREENS (☎ 06-6882-1224)
Ticket **百** (☎ 予約は翌日午前9時~)
び口 e *一人4枚まで
◆4月25日発売 (び口 初日特電あり)
※4月18日 午前9時~午後5時 百 窓口
でのみ先行発売
※なら100友の会特典あり



こどもお能グループ、こども狂言グループ 参加者募集

①お能グループ

金春流の仕舞や謡を練習。発表会も開催



- ① オーディション: 5月4日(月)
練習: 月曜日の午後5時~6時半(月3回程度)
② シテ方金春流の金春康之さん
③ 小学生若干名。経験不問

②狂言グループ

大蔵流の狂言を練習。発表会も開催



- ① 練習: 水曜日の午後4時~5時半(月3回程度)
② 狂言方大蔵流の竹内寛さん、大蔵基誠さん、増田健さん
③ 小学生約20人。経験不問

¥ 月2,000円
Ticket **百北** 備え付けの用紙(百 ホームページからダウンロード可)に必要事項を書き、4月20日必着で送付か持参。①は課題のMDかカセットテープを後日送付しますので、400円分の切手を添えてください。②は、多い場合は抽選

ソフトストレッチング教室参加者募集

- ① 5月13日~9月30日の水曜日。15回
② 午前10時~11時 ③ 午前11時15分~午後零時15分
¥ 7,500円
④ 成人各約25人
Ticket 往復はがきに①②の別、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて4月22日必着で同館へ。多い場合は抽選

入江泰吉記念奈良市写真美術館 (☎0742-22-9811)
〒630-8301 高畑町600-1 HP <http://www.lkc.ne.jp/~naracmp>

春のミュージアムコンサート ◆入場自由

- ① 4月29日(祝) 午後2時～2時半
♪ ハイドン：ロンドントリオより、
モーツァルト：フルートとハーブの協奏曲より、
ブルグミュラー：ゴンドラの歌 他
市国際音楽交流協議会会員「フルートアンサンブル グロッケン」

フラワーアーティスト饗宴〈はなの集い〉春の部
フラワーアーティストたちの作品で美術館を彩ります

- ①・② 4月14日(火)～19日(日) 東尾晃司
4月21日(火)～26日(日) 岩本知星
5月12日(火)～17日(日) 片岡寧豊
5月19日(火)～24日(日) 梅田佳良
5月29日(金)～31日(日) マナコフラワーアカデミー奈良支部
*各初日は生け込みパフォーマンス、各最終日は午後4時頃撤花 ◆入場自由

市役所玄関ホール

市庁舎ふれあいコンサート ◆入場自由

- ① 4月17日(金) 午後零時15分
② フルートとピアノのアンサンブル
市国際音楽交流協議会団体会員の「まほろばフルートオーケストラ」
③ 生涯学習課 (☎0742-34-5366)

北部会館市民文化ホール (☎0742-71-5747)
〒631-0805 右京1-1-4 HP <http://www.hokubu-hall.city.nara.nara.jp>

開館5周年記念 安藤和津 文化講演会
「明日を素敵に生きるには」

- ① 6月27日(土) 午後2時～3時半
② 実母の介護経験がある安藤和津さんによる「子育て」「教育」「介護」の話
¥ 1,500円 *未就学児入場不可
Ticket 口北 ◆4月5日発売



入江泰吉「やまと物語
一伝説と民話のふるさとを訪ねて」展

- ① 4月1日(水)～6月28日(日)
② 大和路に点在する神話や伝説、口承による民間の「かたりごと」などを取り上げ、その舞台を入江作品約100点で巡る
¥ 一般500円、高校・大学生200円、小・中学生100円、市在住の70歳以上の人・心身障がい者とその介護者は無料(要手帳)。土曜日は高校生以下は無料。団体(20人以上)は2割引。
*毎月第2・4土曜日の午後2時から同館学芸員による作品解説あり(申込不要)
*6月1日(写真の日)は臨時開館・観覧無料



入江泰吉「長谷寺しだれ桜」

記念写真の撮りかたワンポイントアドバイス

- ① 4月21日(火)～5月24日(日) ◆入場自由
② ほんの少しのコツで今までとは違った写真になるポイントを分かりやすくパネルで解説
*5月2日(土)～6日(日)の午後1時～3時に同館指導員による解説あり(申込不要)

【開館時間】 午前9時半～午後5時(入館は4時半まで)

- ③ 月曜日(5月4日と6月1日は開館)、4月30日、5月7日

なら工藝館 (☎0742-27-0033)

〒630-8346 阿字万字町1-1 HP <http://www.eonet.ne.jp/~naramachi>

五月人形特別展 ◆入場自由

- ① 4月4日(土)～5月5日(祝)
② 五月人形を題材にした奈良伝統工芸作品の数々の展示販売
③ 月曜日(5月4日は開館)、4月30日

チケットインフォメーション かけ間違いにご注意ください

- 百 なら100年会館 0742-34-0111 (電話予約)
ぴ 電子チケットぴあ 0570-02-9999 (音声予約)
ロ ローソンチケット 0570-000-777 (問合せ)
ブ CNプレイガイド 0570-08-9999 (一般予約)
<http://www.cnplayguide.com/>
e イープラス <http://eplus.jp>

<100年会館> 窓口・電話予約ともに午前9時から(発売初日の電話予約は午前10時から)
<ぴあ、ローソン、CN> 午前10時から(電話は、一部の携帯電話・PHSからは利用できません)
<イープラス> インターネットによる購入

学 学 園 前 ホ ー ル
北 北部会館市民文化ホール
美 奈良市美術館
サ 市民サービスセンター
な ならまちセンター
音 音 声 館
文 文化・スポーツ振興課
月 月ヶ瀬行政センター
都 都 祁 交 流 セ ン タ ー
※上記の取扱いは窓口のみ(休館日を除く)

- ① とき
② ところ
③ 内容
♪ 曲目
市 出演・出展
定員
¥ 料金
④ 休館日
⑤ 問合せ
Ticket チケット
取り扱い所・申込

音声館 (☎ 0742-27-7700)

〒630-8335 鳴川町 32-1 HP <http://onjokan.city.nara.nara.jp>

親子で！コーラス

童謡やわらべうたなどを取り入れ、子どもも大人も楽しくコーラスに親しめます。

① 4月～3月の ①水曜日 午後5時～6時

②日曜日 午前9時半～11時 ＊月1回

② 5歳児～55歳の人約30人

＊5歳児～小学生は①②両方、中学生以上は②のみの参加

＊子どものみ、大人のみ参加も可

5歳児～小学生 10,000円、中学生以上 8,000円

往復はがきに、講座名、住所、全員の氏名、年齢、電話番号を書いて、4月17日必着で同館へ。家族での申込は一枚のはがきで可。多い場合は抽選

エントランスコンサート「Viva! Musica」

① 4月12日(日) 午後2時

◆入場自由

奈良アコーディオン愛好会、同館スタッフ

ギャラリー

◆入場自由

西村幸祐作品展「切り絵で見る 奈良の美しい文化」

① 4月8日(水)午後1時～16日(木)

② 仏像や歳時、風景、わらべの遊び等をモノトーンで表現。約15点を展示

＊切り絵体験講習会

① 4月10日(金)・11日(土) ①午前10時半～11時半 ②午後2時～3時

② 小学3年生以上各10人(小学生は保護者同伴)

500円

電話で4月1日～7日(午前9時～午後5時)に同館へ。多い場合は抽選

色えんぴつでぬる大人のぬり絵奈良教室展

① 4月18日(土)～5月2日(土)

(4月25日～26日午後3時半を除く)

② 十三仏や七観音、縁起物色紙を色鉛筆で塗った作品約15点を展示

③ 月曜日、4月30日

エントランス小劇場

① 4月26日(日) ①午前11時半 ②午後2時

大紙芝居「二月堂良弁杉」、「猿沢池の龍」ほか
劇団「良弁杉」

一般300円、小学生100円、幼児無料

劇団「良弁杉」団員大募集

子どもミュージカルも始めます

① 見学会：4月4日(土)・11日(土) 午後1時半～4時
4月19日(日) 午前10時半～正午

オーディション：4月25日(土) 午後3時～

② 創作ミュージカル、大紙芝居、民話の語りなどの公演
小学生以上 ＊経験不問

役者・大道具・音響・ピアノ伴奏者

12,000円

4月21日までに同館へ。くわしくは、同館備え付けの募集要項を参照

杉岡華邨書道美術館 (☎ 0742-24-4111)

〒630-8337 脇戸町3 HP <http://www3.kcn.ne.jp/~shodou/>

＊4月13日(月)～17日(金)は臨時休館

甫田鶏川と門人展

① 4月18日(土)～7月12日(日) 午前9時～午後5時
(入館は4時半まで)

② 日本芸術院賞を受賞するなど現代書壇を代表する奈良県在住の書家・甫田鶏川と、その意思を継承し活躍する門人の作品を紹介

甫田鶏川作品

「成田山書道美術館 杉岡華邨展」帰郷展 作品解説会

① 4月11日(土) 午後2時

② 同館学芸員の解説(申込不要)

＊同展(～4/12)の詳細は1月号に掲載

300円。16歳未満、高校生、市在住の70歳以上、心身障がい者とその介護者は無料(要手帳)

③ 月曜日(5月4日は開館)、4月30日、5月7日

記号説明

① とき

出演・出展

② 内容

③ 定員

④ 料金

⑤ 休館日

⑥ 申込

⑦ 問合せ

健康コラム

尿にたんぱくが出ていたら、言われたら・・・



検診などの尿検査で尿たんぱくが陽性という結果が出た場合、みなさんはどうしていますか？「症状もないし、別にいいか」と放置していませんか？これは大きな間違いです。

尿にたんぱくが漏れるということは、腎臓の病気を持つ可能性が高いことを意味します。腎臓病では、たんぱくが漏れ出る量が多いほど腎臓が悪くなっていることが多く、尿たんぱくは腎臓の状態を判断する指標にもなるのです。

残念ながら、多くの腎臓病は末期になるまで症状が全くありません。そのため、以前に尿検査の異常を指摘されたのに、適切な治療を受ける機会を逃し、気づいた時には透析療法などが必要な状態になったという患者さんがたくさんいます。腎臓病治療の適切な機会を逃さないためにも、尿検査で異常を指摘されたら、必ず尿の再検査を受けてください。

特に尿検査でたんぱくが「2+」以上漏れ続ける場合は要注意です。この場合は、かかりつけの医師に腎臓内科医への紹介を依頼してください。

尿検査は自分の体の状態をうかがう窓です。症状がないからと放置せずに「尿検査の異常は腎臓からの警戒信号」と考え、必ずかかりつけの医師の診察を受けてください。

県医師会



◆子供農業体験

とき…5月17日(日)、9月27日(日)、10月25日(日) ▶ところ…法華寺町 ▶定員…小学生以下100人(大人同伴)。多い場合は抽選 ▶費用…一人500円 ▶応募期間…4月15日～5月1日 ▶問合せ…NPO法人きょうす家の井立さん(☎080-3109-0802)

◆自衛官一般幹部候補生を募集

資格…平成22年4月1日現在、日本国籍を有する22歳以上26歳未満 ▶締切…5月12日 ▶試験日…5月16日 ▶その他…薬剤科幹部候補生などもあり ▶問合せ…自衛隊奈良募集案内所(☎0742-27-5701)

◆みんなで創ろうキャンプ!!

とき…5月2日(土)～4日(祝) ▶ところ…平城野外活動研修センター(歌姫町)他 ▶内容…舎営かテント泊、仲間と決める班別内容、野外炊火等 ▶定員…小学3～6年生約35人 ▶費用…9,000円 ▶締切…4月10日 ▶問合せ…同センター(☎0742-34-2716)

◆平城宮跡クリーンフェスティバル

とき…4月11日(土)午前9時半～11時。雨天中止 ▶ところ…平城宮跡資料館南側広場集合 ▶申込…不要 ▶その他…ごみ袋・用具貸与、参加記念品あり ▶問合せ…NPO法人平城宮跡サポートネットワーク(☎0742-34-7713)

◆「憲法週間」記念無料法律相談

とき…5月13日(水)午前9時～正午、午後1時～4時 ▶ところ…奈良弁護士会(中筋町) ▶予約受付…4月22日から ▶問合せ…同会(☎0742-22-2035)

◆奈良基督教会チャペルコンサート

～春の香りとフルーツの調べ～
とき…4月12日(日)午後2時半～4時 ▶ところ…同教会(東向商店街) ▶内容…フルーツとピアノによるコンサート ▶問合せ…同教会(☎0742-22-3818)

◆合唱1日体験

●まつぼっくり少年少女合唱団

「歌う楽しさ大発見」
とき…4月25日(土)午後1時半～4時半 ▶対象…5歳～高校生 ▶内容…大和のわらべうたからミュージカルまで、コーラスの楽しさを体験

●大和まほろば合唱団

「歌って元気!」
とき…4月8日(水)午後1時半～3時半 ▶対象…20歳以上の人 ▶内容…童謡・唱歌、季節の歌と楽しいおしゃべり

【ところ】西大寺興正殿(西大寺芝町一丁目)

【指導】日本音楽療法学会認定音楽療法士の荒井敦子さん

【問合せ】音楽の森あいあつこオフィス事務局(☎0742-41-2637)

◆興福寺仏教文化講座

～三百回記念・特別講演会～
とき…5月16日(土)午後1時半 ▶ところ…なら100年会館(三条宮前町) ▶講師・演題…日本芸術員会員の馬場あきこさん「花と穢土」 ▶問合せ…興福寺教学部記念講演係(☎0742-22-7755)

◆アースデイ奈良2009

とき…4月19日(日)午前10時～午後4時。小雨決行 ▶ところ…奈良公園登大路園地 ▶内容…コンサート、トークライブ、演劇、オープンマイク、スタンプラリー、ワークショップ、ネイチャーゲーム、エコグッズの販売等 ▶問合せ…同実行委員会の田北さん(☎0742-30-5755)

◆ボランティアガイド養成講座説明会

とき…4月20日(月)午後1時半～3時半 ▶ところ…なら奈良館(近鉄奈良駅ビル4階) ▶資格…①健康な成人②体力に自信のある人③講座終了後、同会に入会し、週4日程度活動可能な人 ▶問合せ…なら・観光ボランティアガイドの会(☎0742-27-9889)

◆老春手帳をお持ちのみなさんへ

～映画への無料招待～
とき…4月8日(水)・9日(木) ▶ところ…奈良シネマデプト友楽(角振町) ▶その他…窓口で老春手帳を提示してください。すべての映画を鑑賞できます ▶問合せ…同映画館(☎0742-22-6300)

◆アウトドアクッキング

とき…5月17日(日)午前10時～午後2時半 ▶ところ…黒髪山キャンプフィールド(奈良阪町) ▶内容…ダッチオーブンをを使った野外料理 ▶定員…30人。多い場合は抽選 ▶費用…大人1,000円、子ども500円 ▶締切…5月2日 ▶問合せ…ユースホステル協会奈良支部(☎0742-22-0004、月・火・金・土の午後1時～5時)

◆柳生さくら祭

とき…4月11日(土)・12日(日)午前10時～午後4時 ▶ところ…柳生陣屋跡、柳生公民館 ▶内容…柳生新陰流・長谷川流棒術の実演、柳生音頭、各地区太鼓の共演、民謡、舞踊、大和高原農産物の販売、千本餅つき、手作り木工など ▶問合せ…柳生観光協会(☎0742-94-0002)

長期使用製品安全点検制度 4月1日からスタート

製品が古くなると部品等が劣化し、火災や死亡事故を起こすおそれがあります。この制度では、メーカーに所有者登録することで、適切な時期に点検通知が届きます。特定保守製品(ビルトイン式電気食器洗機、浴室用電気乾燥機、石油給湯機、石油ふろがま、FF式石油温風暖房機、屋内式ガス瞬間湯沸器、屋内式ガスふろがま)を購入した場合は、メーカーに所有者登録し、点検(有料)を受けましょう。

くわしくは、各メーカーにお問合せください。

【問合せ】商工労政課

☎0742-34-4741



善意銀行

(敬称略)

谷村光洋(北之庄町) おもちや

▼押熊町匿名二万六千九百一円

▼川畑七輝・亜子(京都府八幡市) 一万円

▼吉岡耕藏(山陵町) 五千円

▼廣田久義(山陵町) 五千円

谷村光洋(北之庄町) おもちや

▼押熊町匿名二万六千九百一円

▼川畑七輝・亜子(京都府八幡市) 一万円

▼吉岡耕藏(山陵町) 五千円

▼廣田久義(山陵町) 五千円



健康増進課では、妊婦・新生児・産婦を対象に訪問相談を実施しています。母子手帳のはがきか電話でお申し込みください。

◆ ページ上部以外の施設の問合せ一覧
 中央保健センター (二条大路南一丁目 ☎0742-34-1111)
 月ヶ瀬福祉センター (月ヶ瀬尾山 ☎0743-92-0480)
 都祁保健センター (都祁白石町 ☎0743-82-0341)
 総合医療検査センター (メディカルなら) (柏木町 ☎0742-33-7876)
 市立奈良病院 (東紀寺町一丁目 ☎0742-24-1251)



結核住民検診

対象：65歳以上の人 ▼とき：4月18日(土)午前9時半～10時半 ▼ところ：総合医療検査センター ▼内容：胸部エックス線検査 ▼申込：電話で前日までに保健所保健予防課へ。



乳児のための各種教室

◆ 5か月児ばくばく教室 (離乳食)
 対象：平成20年12月生まれの子と保護者 ▼とき：5月13日(水)・27日(水)午前10時半 ▼内容：栄養士による離乳食の講話、保健師による子育ての講話 ▼持物：母子健康手帳、4か月児健診の問診票に同封の離乳食リーフレットなど

◆ 10か月児きらきら教室
 対象：平成20年7月生まれの子と保護者 ▼とき：5月12日(火)・26日(火)



健康講座

【火】午前9時半 ▼内容：生え始めた歯の手入れの講話・実習、子どもの遊びと特徴、生活リズムなど ▼持物：母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃん用歯ブラシ、ガーゼなど
 【ところ】中央保健センター
 【申込】電話、FAX (教室名、子どもの氏名・生年月日、保護者名、電話番号、希望日を記入) で4月30日までに健康増進課へ。

呼吸器の生活習慣病

とき：4月28日(火)午後2時～3時25分 ▼ところ：市医師会館 (総合医療検査センター東隣) ▼講師：内科医の今井照彦さん ▼申込：不要 ▼問合せ：同センター。手話通訳あり。



ポリオ予防接種 (集団方式)

ところ	とき (午後2時～2時45分受付)
中央保健センター	4月：27日(月) 5月：1日(金)・7日(木)・8日(金)・11日(月)・13日(水)・18日(月)・20日(水)・22日(金)・27日(水)
月ヶ瀬福祉センター	6月：1日(月)・3日(水)・5日(金)・8日(月)・10日(水)・12日(金)・15日(月)・17日(水)
都祁保健センター	5月15日(金)

【対象】生後3か月以上7歳6か月未満で、2回服用していない、B・C

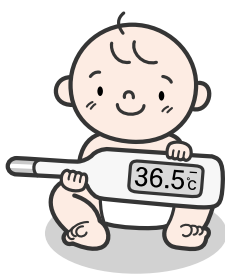
G接種済みの子

【持物】母子健康手帳

【その他】三種混合第1期初回3回が終了してから受けましょう。会場が検温し、予診票を記入します。健康状態のよくわかる人が一緒に来てください。ポリオワクチンは6週間以上の間隔をおいて2回服用します。今回1回目を服用する場合、2回目は次回(秋に実施)になります。※次に該当する子は受けられません。

①服用前の体温が37.5度以上の子 ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかの子 ③ポリオワクチンに含まれる成分でアナフィラキシー(服用後約30分以内におこるひどいアレルギー反応)をおこしたことがある子 ④2～3日前から下痢をしている子 ⑤BCG、麻疹、風しん、MR、おたふくかぜ、みずぼうそうの予防接種を受けてから4週間、その他の予防接種を受けてから1週間たっていない子 ⑥B型肝炎ワクチンの接種を受けた子は、3回完了後1週間あけてください ⑦麻疹、風しん、おたふくかぜ、みずぼうそう、リンゴ病、手足口病の病気が治ってから4週間たっていない子(家族等がこれらの病気にかかっている場合は、それぞれの潜伏期間をあけること) ⑧突発性発疹が治ってから2週間たっていない子 ⑨その他医師が予防接種をすることが不適当と認めた子

【問合せ】健康増進課



持物…問診票、母子健康手帳。問診票は4月中旬に送付しますが、4月1日以降の転入者などで届かない人は当日直接会場へ(4か月児健診は健康増進課へ連絡) ▶問合せ…健康増進課

むし歯予防のために フッ化物塗布

対象：平成18年9月生まれの子(3歳の誕生日まで申込可) ▼とき：5月15日(金)午前9時～11時半 ▼ところ：中央保健センター ▼申込：往復はがき(事業名、住所、世帯主名、電話番号、子どもの氏名、生年月日を記入)、インターネットで4月27日までに健康増進課へ。

健診名 (対象)	と き	ところ
4か月児健診 (平成21年1月) 生まれの子	満4か月になった日から1か月以内に受診してください	市内指定医療機関
1歳7か月児健診 (平成19年9月) 生まれの子	5/14・5/21・5/28の木曜日 午後1時15分～2時15分受付	中央保健センター
3歳6か月児健診 (平成17年10月) 生まれの子	5/12・5/19・5/26の火曜日 午後1時15分～2時15分受付	中央保健センター

各種がん検診

*生活保護世帯の人は無料、市民税非課税世帯の人は半額。申込時に申し出を。

◆胃がん・肺がんセット検診

【対象】両方受診希望者で40歳以上の人。妊婦、勤務先などで同様の検診を受診した人は除く

【費用】1,800円。肺がんの問診の結果、喀痰検査実施の場合は600円の加算

5月 受付時間は午前9時15分～10時15分
※29日は午前9時～10時

とき	ところ	定員
11(月)	北部出張所	各27人
12(火)	富雄公民館	
15(金)	防災センター	
21(木)	都跡公民館	
25(月)	西奈良県民センター	
28(木)	東市地域ふれあい会館	30人
29(金)	休日夜間応急診療所	

◆胃がん検診

【対象】35歳以上の人。妊婦、勤務先などで同様の検診を受診した人は除く

【費用】1,000円

5月 受付時間は午前9時半～10時半

とき	ところ	定員
1(金)	西部公民館学園大和分館	各40人
8(金)	休日夜間応急診療所	
13(水)	西奈良県民センター	
26(火)	ならまちセンター	
27(水)	平城公民館	

◆肺がん検診

【対象】40歳以上の人。妊婦、勤務先などで同様の検診を受診した人は除く

【費用】胸部レントゲン撮影のみは800円。問診の結果、喀痰検査実施の場合は600円の加算

5月 受付時間は午後2時～3時

とき	ところ	定員
15(金)	ならまちセンター	各60人
25(月)	北部出張所	
29(金)	平城公民館	

受診間隔…年1回 ▶申込…電話、インターネットで4月1日～20日に健康増進課へ。FAX不可 ▶その他…現在治療中の人、過去に手術や精密検査を受けた人は、主治医にご相談ください。胃がん検診とセット検診は授乳中の人は申込時に申し出を ▶問合せ…健康増進課



各種予防接種



＜次の予防接種を個別方式で行います＞

◆ジフテリア・百日せき・破傷風(三種混合)

今月通知する子…平成21年1月生まれの子 ▼その他受けられる子…

接種が完了の7歳6か月未満の子 ※接種間隔を守って受けてください。

◆結核(BCG)

今月通知する子…平成21年1月生まれの子 ▼その他受けられる子…

未接種の生後3～6か月未満の子

◆麻疹・風しん

今月通知する子…①平成20年4月生まれの子 ②平成15年4月2日～16

年4月1日生まれの子 ③平成8年4

月2日～9年4月1日生まれの子 ④平成3年4月2日～4年4月1日生まれの人 ▼その他受けられる子…

未接種の1～2歳未満の子

【受け方】通知書を持って取扱医療機関で接種日を予約し、予診票をも

らってください。「予防接種と子どもの健康」を読んで、通知書・予診

票・母子健康手帳を持参してください。③④の人は4月に送付する通知

書を確認してください。通知書がないと受けられません。転入などで通知書がない人は、健康増進課へご連絡ください。

◆日本脳炎予防接種について

平成17年5月に厚生労働省から「日本脳炎接種の積極的勧奨の差し控えについて」という勧告が出されました。現在も同じ状況です。再開が決まり次第、しみんだよりでお知らせします。

【問合せ】健康増進課



母親教室

5/14 (木)	5/9 (土)	5月 実施分
6/11 (木)	6/6 (土)	6月 実施分
歯科・栄養講義など *初妊婦		内容（対象）
沐浴実習と講義 *初妊婦と家族		

*妊娠16週目以降、両日とも受講できること

時間…午前9時半～正午 ▼ところ…中央保健センター ▼定員…各40組 ▼費用…525円 ▼申込…電話、FAX(住所、氏名、生年月日、電話番号、希望月、出産予定日、同伴者の続柄と人数を記入)、インターネットで5月分は4月27日、6月分は5月27日までに健康増進課へ。

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん



知って得する健康講座

ヒーリングペアヨガinならまち

とき…4月19日(日)午後2時～4時(受付は1時半から) ▼ところ…ならまちセンター

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆持物…ヨガマット(持っている人など) ▼定員…成人25組50人 ▼申込…電話、FAX(氏名、年齢、電話番号を記入)、インターネットで4月15日までに健康増進課へ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ4月15日以降に連絡。一人での参加を希望の場合は、ご相談ください。

◆講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

◆内容…ペアでお互いを手伝いながら心地よいヨガを体験 ▼講師…ヨガインストラクターの井ノ上愛子さん

毎月20日を「20日ならウォークの日」に制定しました

市では「生きがいを持ち、健康で長生きできるまちづくり」をめざして、平成19年度から毎月20日に「20日ならウォーク」を開催し、ウォーキングを通じた健康づくりを進めています。平成19・20年度で延べ約5,000人もの参加があり、事業として定着しつつあります。

そこで、さらに健康づくりに取り組むきっかけになることを願って、今年度から毎月20日を「20日ならウォークの日」と制定し、今年度も毎月20日に開催します。

20日ならウォーク

～なら・めぐりあいシリーズ～

春爛漫ならやまコース

【と き】 4月20日(月) 午後1時半～4時(受付は1時から)
※雨天中止

【ところ】 集合：平城宮跡(朱雀門南側)
解散：青山近隣公園(青山3丁目)
来場は公共交通機関をご利用ください。

【内 容】 約7.6kmのウォーキング(朱雀門～磐之媛命陵～大仏鉄道跡～青山近隣公園)

【申 込】 はがき・FAX(事業名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入)、電話、インターネットで4月17日までに健康増進課へ。

観光ガイド付き

「奈良ウォーキングマップ“その1”」配布中
好評につき増刷しました。
【配布場所】 健康増進課、出張所、連絡所、
行政センター、公民館



【問合せ】 健康増進課

市立奈良病院の 駐車場料金を改正します

お見舞いなどで来られた場合の駐車場料金を4月から次のとおり変更します。なお、患者・患者を迎える人、手術立会いの人は、5時間まで無料(5時間を超える1時間ごとに100円)、入院患者の付添者は1日200円で今までどおりです。

※身体障がい者は無料です。「身体障害者手帳」と駐車券を会計窓口か玄関横の夜間・休日受付にご提示ください。

市立奈良病院駐車場料金(お見舞い等の場合)

現 行		改正後	
駐車時間	金額	駐車時間	金額
30分以内	無料	1時間以内	無料
30分超1時間以内	100円		
2時間以内	300円	2時間以内	100円
3時間以内	500円	3時間以内	200円
以後：1時間ごとに+200円		以後：1時間ごとに+100円	

【問合せ】 病院事業課

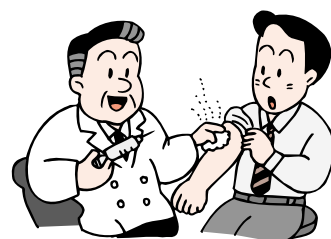
☎0742-26-7611

即日HIV抗体検査・ B型肝炎等検査・エイズ相談

保健所で実施しています。

◆即日HIV抗体検査(匿名)

とき…祝日を除く毎月第1・3月曜日、午後1時半～3時 ▶内容…相談、血液検査。結果は1時間後に医師・保健師から説明 ▶申込…保健所保健予防課へ。匿名可。予約番号を伝えます。人数制限あり。



◆B型肝炎抗原・C型肝炎抗体検査

とき…祝日を除く毎月第2・4月曜日、午後1時半～3時 ▶内容…相談、血液検査。結果は1週間後以降に医師・保健師から説明 ▶申込…保健所保健予防課へ。人数制限あり。

◆エイズ相談(匿名)

電話か来所で随時(平日の午前8時半～午後5時15分)。来所の場合は、保健所保健予防課へ要事前連絡

【問合せ】 保健所保健予防課

☎0742-23-6173



＜記念セレモニー特別ゲスト＞

北京五輪 陸上400mリレー銅メダリスト
朝原 宣治 さん

■ 総合開会式 ■

午前7時40分から鴻ノ池陸上競技場で、リニューアルオープン記念を兼ねて開催します。7時20分からテープカット、39競技団体の選手による行進・式典のあと、午前8時半から記念セレモニーを行います。新しくなった競技場を是非ご覧ください。

【参加資格】アマチュア競技者。在勤・在学も可

【申込】スポーツ課、出張所、行政センター、連絡所に備え付けの実施要項を読み、所定の用紙に必要事項を書いて、4月9日必着でスポーツ課へ。電話は不可。実施要項等はホームページ（<http://www.city.nara.nara.jp>）にも掲載

【問合せ】文化・スポーツ振興課（☎0742-34-1111代）

競技と種別（種目）

■ 陸上競技（学校別、学年別）

＜学校別＞

【男子】小学1～4年・5年・6年…100m、走幅跳 ▶中学1年…100m、1,500m、4×100m、走幅跳 ▶中学2・3年…100m、200m、400m、800m、3,000m、4×100m、走高跳、走幅跳、砲丸投（4kg） ▶高校…100m、400m、1,500m、5,000m、走高跳、走幅跳、砲丸投（5.4kg）

【女子】小学1～4年・5年・6年…100m、走幅跳 ▶中学1年…100m、200m、4×100m、走幅跳 ▶中学2・3年…100m、200m、800m、4×100m、走高跳、走幅跳、砲丸投（2.7kg） ▶高校…100m、200m、3,000m、走高跳、走幅跳、砲丸投（4kg）

＜年齢別＞

【男子】12～17歳、18～24歳、25～34歳、35～44歳…100m、5,000m、走幅跳、砲丸投（5.4kg） ▶45～54歳、55歳以上…100m、5,000m、走幅跳、砲丸投（4kg）

【女子】12～17歳、18～24歳、25～34歳、35歳以上…100m、5,000m、走幅跳、砲丸投（4kg）

＜オープン＞

高校・一般（男女）…4×100m、小学生（男女）…4×100m（学校・クラブチームより各2チームまで）

■ 軟式野球 一般、中学校、スポーツ少年団

■ 高校野球

■ ソフトボール 一般男女、協会加盟男女、高校、中学

■ ソフトテニス

【個人（ダブルス）】一般男子（35歳未満）、成年男子（50歳未満）、シニア男子（50歳以上）、成年女子（45歳未満・一般女子を含む）、シニア女子（45歳以上）、初級女子（経験年数6年未満）、高校男女

【団体】中学男女

■ テニス（ダブルス） 一般、高校、中学の各男女

■ 卓球 【個人】一般男女（高校男女含む）、小学生男女

【学校対抗】中学の男女

■ ハンドボール 一般、高校、中学の各男女

■ バスケットボール 一般、高校、中学、少年の各男女

■ サッカー

一般、高校（学校対抗）、中学（学校単位または中学年代のクラブチーム）、少年（協会登録チーム）、少年（一般）

■ バドミントン

一般（1部、2部、3部）、中学（1・2年、3年）、小学生の各男女、レディースの部（初級、中級、上級）

■ 柔道

【個人】男子一般（初段、二段以上、段外）、女子一般（高校以上）、高校（有段、段外）、中学（2年生以下、3年生、女子）、小学生（3・4・5・6年生の部）

【団体】一般（有段、段外）、高校、中学（2年生以下、3年生）、小学生

■ 剣道 【団体】一般、高校・中学の各男女、小学生

■ 相撲 【個人】一般、高校、中学、小学生（1～3年、4～6年）

【団体】一般、高校、中学

■ なぎなた

【演技】大学・一般、中学・高校、小学生の部（4年生以下、5・6年生）

【試合】団体戦（中学以上、小学生）

■ サイクリング（申込不要） 中学以上

旧ドリムランド～京都府久世郡流れ橋、往復約50km

■ 空手道

【組手】成年男子、成年女子、高校・中学の各男女、小学生（1～2年、3～4年、5～6年）の各男女、幼年の部（5歳以下）

【形】成年男女（高校以上）、中学男女、小学生（1～2年、3～4年、5～6年）の各男女、幼年の部（5歳以下）

■ 少林寺拳法

【組演武】少年（白黄、緑、茶黒）、中学、高校、女子、段外、初段、二段、三段、四段以上

【団体】一般、少年

■ 体操

【一般】健康体操エキジビション

【新体操】小学生（1～2年、3～4年、5～6年）、中学

【体操】男女初級小学生、男女中級小・中学生、男子上級小・中学生、女子上級小・中学生

【奨励種目】体操競技（男女）

■ アーチェリー 一般の男女

■ ライフル射撃 一般、少年

■ クレー射撃 トラップ、スキート ※4月19日(日)に開催

■ ウエイトリフティング

【ウエイトリフティングの部】スナッチ、ジャーク

【パワーリフティングの部】スクワット、ベンチプレス、デットリフト

■ バレーボール 一般・中学・小学生の各男女、婦人、ソフトバレーボール（一般・小学生の各男女）

■ 弓道 【団体・個人】一般・高校の各男女（近的・遠的）

■ ボウリング

成年男女（18～49歳）・シニア男女（50歳～）・ジュニア男女（18歳未満） ※個人戦2部制（I部・II部）

■ ラグビーフットボール

壮年（40歳以上）、一般、小学生（1～2年、3～4年、5～6年）

■ 銃剣道 【個人】一般、自衛隊、少年

■ ゲートボール 一般

■ フェンシング 【個人】一般・高校の各男女

【団体】高校男女

■ レクリエーション

【民謡】奈良ばやし 他2曲

【ニュースポーツ】室内ベタンク、クロリティー、風船バレーボール、ターゲットバードゴルフ、スカイクロス

■ グラウンド・ゴルフ（申込不要）

青少年・壮年の部（女子）…小学生～70歳、青少年・壮年の部

（男子）…小学生～72歳、シニアAの部（女子）…71歳～75歳、

シニアAの部（男子）…73歳～76歳、シニアBの部（女子）…

76歳以上、シニアBの部（男子）…77歳以上

■ 太極拳（申込不要） 種目…初心者講習（入門）、練功十八法ほか

※5月12日(火)に西部公民館（学園南三丁目）で開催

■ ホッケー 一般女子（1部、2部）・中学の男女

※4月25日(土)に開催

■ 軽スポーツ（パラエティゴルフ）

小学4年生から成人男女（小学4年生未満は保護者同伴で可）



ならっ子だよ



守ろう、地域の子どもたち 毎月17日は「子ども安全の日」です。



来年は、平城遷都1300年。せんとかんやまんとかん、な一むくんの活躍で、よく知ってるよ。でも、1300年前の奈良って、どんなところだったのかなあ？

大極殿

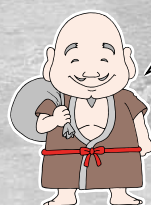
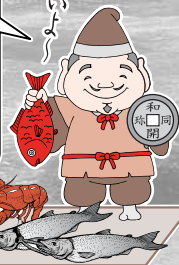


最初に見つけたのは、朱雀門前の柵田嘉十郎さんの像が指さしている第二次大極殿跡で、現在復元しているのは、第一次大極殿なんだ。大極殿は二つあるんだよ。



7世紀後半から8世紀初め頃に作られたお金で「和銅開珎」というんだ。

1300年も昔からお金が作られて、使われていたんだよ。



現在の日本の人口は約1億2千万人で、奈良市の人口は約37万人です。奈良時代の日本の人口は約60万人、そのうちの約10万人が平城京に住んでいたと言われています。

出典：『新しい社会歴史』(東京書籍)

国際都市平城京



奈良時代の平城京は、朝鮮半島や中国、インド、東南アジアやペルシャからも外国の人がやってくる国際都市だったようです。

平城京の入口であった羅城門から平城宮の朱雀門まで、朱雀大路がありました。

この朱雀大路は、幅約75メートル、長さ約3.7キロメートルで、現在の関西国際空港の滑走路とほぼ同じ大きさでした。

【問合せ】学校教育課 (☎0742-34-4763)

学校紹介

都跡小学校

4年生！平城宮跡オリエンテーリンググループに分かれて、いざ出発！ポイントで問題を解きながら平城宮跡を回ります。ここで、問題です。

「ここに建っているのは柵田嘉十郎さんという人の像です。何をしたらだるうね。さて、柵田さんの右手は、何を指しているでしょう。」



ゴール到着は制限時間より早すぎても遅すぎてもダメ。さらに環境のことも考えて、ゴミを拾いながら回ります。コースは5キロメートル。途中で食べる大きなドングリ館。おいしい！こうして、みんなで楽しみながら、「世界遺産である平城宮跡」の知らないことがいっぱい分かるのです。



笑顔あふれる 楽しいひととき

百楽園寄席



大きな笑い声が会場に響き渡る

2月20日、西老春の家で落語を通して交流を深め、心温まる充実した一日を過ごしてもらおうと落語家の桂文福さんと桂ぼんば娘さんを招いて「百楽園寄席」を開催しました。

参加した約300人は、落語や相撲甚句、かけあいとんち合戦に手をたたきながら大きな声を出して笑い、楽しいひとときを過ごしました。



夢や目標を あきらめずに

この人に聞く



参加者に熱く語る柳本監督

3月1日、市生涯学習財団が中部公民館で、アテネ・北京オリンピック女子バレーボール代表監督の柳本晶一さんを招き、講演会「この人に聞く！あきらめないう！人生、負けず」を開催しました。

柳本監督は、選手育成とオリンピックをめざし勝負の世界で夢や目標を持ち、あきらめずに信じ続けることの大切さを自分の経験から熱く語りかけました。

参加した約400人は、めったに聞くことができない貴重な話を食い入るように聞いていました。

春の陽気に 包まれながら

月ヶ瀬梅溪早春マラソン大会



軽快な走りでゴールをめざす

2月15日、ふれあいと友好の輪を広げることを目的に、月ヶ瀬梅溪でマラソン大会を開催。

参加した537人のランナーは、早咲きの梅と自然豊かな月ヶ瀬湖の絶景を楽しみながら梅溪内一周のレースを楽しみました。

白銀の世界を 華麗に滑走

市民体育大会冬季大会



すばらしい滑りで記録に挑戦

2月22日、スポーツの振興と健康増進を図ることを目的に、石川県の白山一里野温泉スキー場で市民体育大会冬季大会スキー競技会を開催。

参加した71人が種別ごとに分かれ、タイムを競い、日頃の練習の成果を披露しました。

元奈良市長 木山弘氏逝去

元奈良市長の木山弘氏（三重県伊賀市島ヶ原）が二月二十六日、逝去されました。九十歳。

木山氏は、奈良市収入役、助役を経て昭和五十五年、第十八代奈良市長に就任。四年間にわたり市政の舵取り役を担われました。市長就任

当時、奈良市は人口急増期にあり、都市基盤や教育文化施設の整備に精魂を傾けられたほか、昭和五十九年、奈良市を主会場に開催された第三十九回国民体育大会「わかさ国体」の成功に手腕を発揮されるなど、今の奈良市の繁栄の基礎づくりに大きな足跡を残されました。平成元年、勲四等旭日小綬章を受章。

4月 今月のこよみ

行事ピックアップ

大和の歳時記

◆弘法大師正御影供（大安寺）



弘法大師の絵像を祀る法要の後、境内で大護摩と火渡りがあり、インドの八大仏蹟と四国八十八ヶ所のお砂踏みが行われます。奈良時代の四天王や揚柳観音など、寺宝も特別公開されます。

●今月の主な行事・市の催し●

- 1日(水) 雛会式（～7日 法華寺）
- 5日(日) 水谷神社鎮花祭（春日大社）
- 6日(月) 春の交通安全県民運動（～15日 交通政策課）
市立小・中学校始業式（学務課）
- 8日(水) 市立幼稚園・高等学校始業式（学務課）
市立小学校入学式（学務課）
灌仏会〈仏生会〉（興福寺）
仏生会〈灌仏会〉（東大寺）
修二会（新薬師寺）
一切経法要（白毫寺）
- 9日(木) 市立中学校入学式（学務課）
- 10日(金) 市立幼稚園・高等学校入学（園）式（学務課）
- 11日(土) 人権を確かめあう日
大茶盛（・12日 西大寺）
- 13日(月) 十三まいり（弘仁寺）
- 17日(金) 子ども安全の日
放生会（興福寺）
- 19日(日) 饅頭祭（漢国神社〈林神社〉）
- 20日(月) 20日ならウォークの日（健康増進課）
ならマイカーひとやすみデー
- 21日(火) 弘法大師正御影供（大安寺）
- 24日(金) 平城遷都祭（～26日 平城宮跡、観光交流課）
- 25日(土) 文殊会（般若寺・興福寺）

<奈良テレビ放送UHF 55>

いきいきタウン（15分番組）
毎週土曜日…午後10時
（再放送は日曜日…午前10時55分）

<ならどっとFM78.4MHz>

フロムなら（10分番組）
毎週月～金曜日…午前11時半
毎日…午後6時35分
市長の「まほろばトーク」（30分番組）
毎月第1金曜日…午後2時
（再放送は翌日の土曜日…午後6時）
防災メモ（1分番組）
毎日…午前8時半、午後零時半、
午後4時半、午後6時半

市政広報番組

男女共同参画推進審議会 委員を募集

男女共同参画社会の推進に関し、市民の意見を広く反映させるため、重要事項の調査・審議をしてもらう委員を募集します。

【定員】18歳以上で男女共同参画に関する調査・審議に参加し、その責務を誠実に履行できる人2人。
在勤・在学も可

【任期】平成21年6月1日
～平成23年5月31日

【応募方法】「女性問題で日頃感じていること」、「男女共同参画社会の実現について」のいずれかをテーマにした作文（400字詰め原稿用紙2枚程度）に、住所、氏名、年齢、電話番号、職業、自己PR、応募動機を書いたものを添えて、5月7日必着で男女共同参画課（〒630-8122三条本町8-1）へ。FAX、Eメールも可

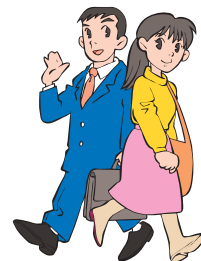
【選考方法】書類審査、面接審査

【問合せ】男女共同参画課

☎0742-34-1525

FAX 0742-33-6938

Eメール：danjokyoudou@city.nara.lg.jp



便利 奈良市の業務や制度のご案内は

☎0742 シヤクショ
あなたとつながる **36-4894**
市役所コールセンター

わからないこと、知りたいこと、何でもお気軽にお問合せください

例えばこんな時に…

- 各種手続きや制度のことを知りたい。
- イベント情報。
- 各施設の案内etc.

FAX 0742-36-3552

※24時間受信しますが、返事はコールセンターの次の業務日以降となる場合があります。

- 年中無休
- 午前8時～午後9時