

2.1

2003/No.985

奈良

しみんだより

市民のうごき(1月1日現在)



人口367,508人
(前月比18人増)

男175,139人 女192,369人



世帯数141,852

奈良市のシンボル



ナラヤエザクラ

ウグイス

イチイガシ

▶ 2月1日～7日は生活習慣病予防週間です。



冬の奈良公園

2.1

2003/NO.985

目次

ニュース	2
女性特派員いきいきレポート	4
虹のひろば	5
保健所だより・輪をひろげよう	6
万葉歌碑を巡る・東西南北	7
お知らせ	8
健康のコーナー	18
きれいな川を取り戻そう	20

市政広報番組	ふれあいのまち奈良	
	毎週木曜日	午後 9:50 ~ 9:55
	(再)土曜日	午後 8:55 ~ 9:00
	いきいきタウン	
	毎週土曜日	午後10:00 ~ 10:15
	(再)日曜日	午前11:45 ~ 正午
	奈良テレビ放送UHF 55	
	フロムなら	
	毎日	午前 8:35 ~ 8:45 午前11:35 ~ 11:45 午後 6:35 ~ 6:45
	防災メモ	
毎日	午前 8:30 ~ 8:31 午前10:30 ~ 10:31 午後 4:30 ~ 4:31 午後 7:30 ~ 7:31	
ならどっとFM78.4MHz		

地村さん夫妻が奈良市を訪問



市役所を表敬訪問した地村さん夫妻



感謝の意を述べる地村さん夫妻(左)と記者会見を行う保さん(下)

朝鮮民主主義人民共和国(北朝鮮)による拉致被害者で、奈良市の姉妹都市である福井県小浜市の地村保志さん、富貴恵さん夫妻が一月十日に奈良市を訪れました。市役所を訪問した地村さん夫妻に、大川市長は「奈良は多くの社寺仏閣がある祈りのまちです。早期に家族と一緒に暮らせるよう、願いが実現することを期待しています」と激励しました。

引き続き行われた記者会見では、富貴恵さんが「奈良には二十ぐらいの時に一度来ました。大仏さんや鹿を思い出し、懐かしい感じがします」と奈良の印象について話しました。保志さんも「みな



さんの支援と激励に心から感謝します。これからも協力をお願いします」と奈良市民へのメッセージを述べ、「子どもが帰ってきたら、一緒に奈良を楽しみたいです」と語りました。

また、拉致問題の解決を求め、小浜市の「地村さんを支援し子供の帰国を願う市民の会」のみなさと、近鉄奈良駅前で行われました。保志さんの父・保さんも自ら街頭に立ち、当日で千八百三十人の署名が集まりました。

署名活動は成人の日にも中央体育館前で行われ、五百五十人の署名が集まりました。



奈良市長
大川靖則



二月四日は立春です。立春は春夏秋冬と巡る一年の始めにあたる日で、一年の農耕生活を始める日でもあります。

二月は一年で最も平均気温の低い月ですが、植物は、春風に乗って芽を出す準備を進めています。

どんな植物も小さな芽から大きく成長します。

この寒いときに大きく成長する準備をしておきたいものです。

消防出初式

〜安心・快適なまちをめざして〜



鴻ノ池で行われた一斉放水訓練

一月八日、法蓮町の鴻ノ池運動公園で消防出初式が行われ、消防職・団員など約千二百五十人が参加、消防車両三十五台が出動しました。冒頭には、消防音楽隊を先頭に、ならまちポンプ隊、幼年消防クラブ、女性防災クラブのみなさんが元気いっばいの分列行進を行いました。

人員報告のあと、大川市長は、「阪神淡路大震災から八年が経ち、震災に対する怖さも薄らいできています。備えあれば憂いなしの精神を胸に

刻み、市民の生命と財産、そして世界遺産のあるまち奈良を守ってください」と訓示。その後、永年にわたり消防業務に精励してきた消防職・団員等を表彰、最後は消防車両や小型動力ポンプによる一斉放水訓練が行われました。

その他、中央広場では消防車両・消防資器材・防災用品の展示、高所救助放水車の搭乗体験も行われ、参加者たちは防災意識を高めていました。また、第二体育館ではリサイクルショップも開かれました。



中央体育館で行われた式典

成人式で決意を新たに

本市では、四千七百四十二人の若者が大人の仲間入りを果たしました。

今年の成人式は一月十三日に中央体育館で開かれ、約三千人の新成人が出席し、祝福を受けました。

YSKシンフォニックアンサンブルによる吹奏楽演奏で始まった式典では、大川市長が「少年ではなく、青年よ、大志を抱け」の気持ちを持ち、歴史と文化のある奈良で成人式を迎えたことに誇りを持ち、奈良の良さを後世に伝え

てください」と祝福の言葉を贈りました。

このあと、奈良少年少女合唱団やゴスペルグループによる合唱などのアトラクションも行われました。

また、この日は総合福祉センターでも市心身障害者・児福祉協会連合会主催の成人式があり、二十六人の門出を祝いました。式では、親と子がこれまでの二十一年を振り返り、互いに感謝の言葉を贈っていました。



新成人のみなさん



総合福祉センターでの成人式



「自分らしさ」に磨きを!



中林太美世さん

生涯学習について感心のあった私は、生涯学習の現状を知ろうと杉ケ町にある生涯学習センターを訪ねました。

同センターは、全ての市民が自分でやりたいことを自由に選び、自分にあつた方法で生涯にわたって学習活動を行うため、生涯学習に関する情報発信の拠点として平成十年秋にオープンしました。ガラス張りで開放感あふれる建物、「ここなら自由に楽しく学べそうだ」が私の第一印象でした。

取材に伺った十二月十四日



生涯学習財団を取材した中林さん

は、朝から家庭教育講座環境コース「のびのび土曜すく〜る」が開催され、多くの親子が「ものづくり」に励んでいました。材料は牛乳パックやトイレトペーパーの芯など。自由な発想に試行錯誤を重ね、色鮮やかなクリスマスツリーや個性的な写真立て、思いの込められたメッセージカードが完成します。

昨年からは完全学校週五日制が始まり、土・日曜日をどう有意義に過ごすかが話題になっていきます。このような講座を通じて、貴重な時間を有効に過ごすためのきっかけが提供され、親子でふれあいながら最大限に活用する、この体験は子どもたちにとってまさにお金に代えられない財産です。

取材へ行くまで、私は生涯学習の講座に対するイメージとして、学習意欲と好奇心が旺盛な中高年たちの生き生きとした姿に期待と想像を膨らませていたので、子どもたちが集う姿は意外な光景でした。

また、同センターでは設立当初から奈良市内にある全ての大学と連携を図っています。その

成果として、毎年開催されている「奈良を考える講座」には、様々なテーマについて各大学の学長や教授が講師として参画しています。生きがいを見つげるための高度な講座にふさわしい体制が整っていることに感心しました。

生涯学習とは、年齢に関係なく人生のあらゆる時期に、自分らしい手段を選んで自由に学習することなのだと思感しました。生涯学習に関する市内の現状についてより深く話を伺おうと、平成十三年三月に設立された生涯学習財団を訪ねました。同財団は、先程の生涯学習センターや市内二十一か所にある各地域の公民館活動をより活性化するために設立されました。

社会教育の振興を図る上で、住民にとってより身近な学習・交流の場として、公民館のあり方が見直されています。そこで、各館の連携をより強め、多様なニーズに対応できるよう公民館を統括する、生涯学習の司令塔という役割を担っています。

人を通じて公民館を活性化しようという発想から、最初に力

を注がれたのが人材の確保です。財団は、過去二年間で公民館事業に関して情熱と専門的知識・技術を持った四十五名の職員を新たに採用しました。公民館の運営を財団化するだけでなく、公民館独自に職員を採用したことは、全国でも初めてのことでそうです。

それ以外にも、社会教育に関心のある学生たちが休みを返上し、ボランティアとして公民館活動に取り組んでいます。逆に言えば、学生たちにボランティアの機会を提供していません。

そして、忘れてならないのが、生涯学習に関する情報を市民に提供する学習情報システム「ならおと」です。公民館などで行っている学習の情報や、システムに登録している自主グループの情報が簡単に検索できるようになっています。

公民館をはじめ市内二十四か所に端末があり、「奈良ネット」と「習おと」を引っかけた名前の由来から分かるように、気軽に利用してほしいという願いが込められています。

現在、「ならおと」に登録している自主グループ数は約千二百あり、その分野も幅広くあります。何か趣味を持ちたい、始めたいと思った時、これだけあれば自分にあつた趣味が見つかるはずですよ。

また、「自分たちだけで楽しむ時代は終わった。生涯学習の楽しさを広く知ってもらって、

生涯学習センターで開かれた「のびのび土曜すく〜る」



自分たちの活動を社会に還元したい」という気持ちから、自主グループが中心となったユニークで個性的な講座も設けられています。

平成十三年度は、市の人口の二倍にあたるのべ七十万人が公民館や生涯学習センターを利用しました。この数字は、いかに多くの市民が生涯学習に関心を持ってきているかを物語っています。しかし、財団が設立されてまだ二年目。確保した人材の芽が開花するのもこれからです。今回お話を伺った財団理事長とセンター館長の社会教育推進に対する「こだわり」と「熱い思い」に共感して、今後の活動展開に大きな期待を寄せるとともに、奈良市民であることを誇りに思えた師走の一日でした。

毎月11日は「人権を確かめあう日」です。

シリーズ 人権4コマまんが

てんいち先生



奈良市人権教育・啓発推進本部

人権擁護啓発作品から



若草中学校 鈴木紀衣子さん



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

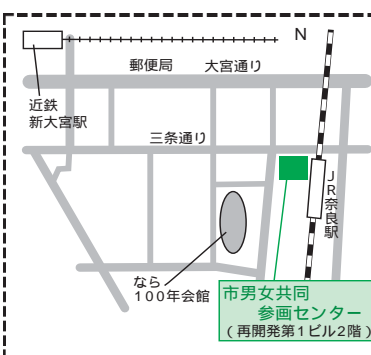
「あすなら」って？

ナナ：ララちゃん、「あすなら」って知ってる？
 ララ：木の名前のこと？
 ナナ：違うわよ。去年九月に「R 奈良駅の西側にオープンした、奈良市の男女共同参画センター」の名前なの。「明日の奈良を男女が共に創っていきましょう」という意味で「あすなら」になったの。
 ララ：でも、なぜ知ってるの？
 ナナ：実はね、お父さんから聞いたの。それから、お父さんが「あすなら」でやってる男性セミナーで、料理を習ってきて家で作ってくれたの。
 ララ：お父さんの料理、おいしかった？
 ナナ：意外とおいしくて、お母さんもびっくりしてたのよ。ララ：ナナちゃんのお父さんっ



て、今までに料理を作ったことがあったの？
 ナナ：それが、一度もなかったの。実はね、しみんだよりに載ってた男性セミナーの募集の中で、料理教室をすることが書いてあったの。それで、お父さんが申し込んだんだって。「今度はお母さんの料理を手伝おうかな」って言うてたよ。
 ララ：すごいな、ナナちゃんのお父さんは。私のお父さんなんて、「料理はお母さんの仕事」と言うて何にもしないのよ。私のお父さんのように、「男は仕事、女は家庭」と思っている人が多いのかなあ。家で料理をつ

くるのは女の人と決めつけるのは、おかしいと思わない？
 ナナ：そうね。でも逆にね、お母さんが言うてただけで、板前さんやコックさんは男の人の仕事と、決めつけている人も多いんだって。それもおかしいと思わない？
 ララ：そうそう。女の人が板前さんやコックさんになっても、おかしくないもんね。「男の人はこの仕事、女の人はこの仕事」と決めつけることが、おかしいのね。
 ナナ：お母さんがね、「男女共同参画法などいろんな法律ができて、女の人の働けるところが増えてきているのよ。ナナが大きくなったら、もっといろんな仕事を選べるようになるからね」と言うてたわ。
 ララ：そうね、私たちが大きくなった時、いろんな仕事につけるようになったらいいね。そし



【ところ】〒630 8122 三条本町八一
 番三四 一五二五
 【開館時間】午前9時～午後9時
 【休館日】毎週火曜日、国民の祝日（祝日が火曜日に当たるときはその翌日も）、年末年始
男女共同参画センター
 「あすなら」

保健所 だより

骨髄バンクは みなさんの愛を待っています

白血病、再生不良性貧血、先天性免疫不全症などの血液難病は、骨髄移植と呼ばれる最新治療で治すことができます。しかし、骨髄液を提供してもらえない人も不足しているため、移植を受けられない患者が大勢います。

また、骨髄移植を成功させるには、患者と提供者の白血球の型（HLA型）を一致させる必要があります。HLA型が一致する確率は兄弟姉妹で四人に一人、それ以外では数百人から数万人に一人とされています。

そのため、広く一般に善意の骨髄提供を呼びかける「骨髄バンク事業」が開始され、これまでに三千人以上の患者を救う実績をあげています。

骨髄提供希望者の登録受付は、全国に設置されている地方骨髄データセンターで行っていますが、骨髄バンク事業の拡充をめざし、保健所などでも登録受付を行っています。

みなさんの愛が、誰かの生命となつてふくらみます。骨髄バンクは、みなさんの勇気やさしさを待っています。

骨髄移植を待っている患者はどのくらいいますか？

現在日本では、白血病などの病気は毎年6,000人ぐらい発病し、そのうち約2,500人が骨髄移植を望んでいます。この中で、骨髄バンクを通して移植を待っている人は年間1,500人程度と予想されます。

ドナー登録できる人

骨髄提供の内容を十分理解している20～50歳の健康な人なら、誰でも登録できます（登録には家族の同意が必要）。

登録手続き（予約制）

受付は、毎週月曜日の午前9時～11時に市保健所で行っています。登録は、10ccの採血で済みます（健康診断等はいりません）。後日、登録データセンターからドナー登録確認書を送付します。



【問い合わせ】市保健所保健予防課（☎23 6173）へ。

骨髄バンクドナー集団登録会 とき...3月2日(日)午前10時、11時、午後1時、2時。登録に40～45分必要 ▶ところ...県骨髄データセンター（大和郡山市 県赤十字血液センター内）▶申し込み...電話で同センター（☎0743 56 5916）へ。



「要約筆記」ってご存知ですか。一〇〇年会館や公民館などで行われる講演会や式典で手話通訳の隣でスクリーンに文字を映しているのをご覧になったことはありませんか。

あれは耳の不自由な方、特に中途失聴・難聴者の方に、話の内容を文字で書いてその場で伝えてくれる筆記通訳です。手話でコミュニケーションをとらない中途失聴・難聴者の方もたくさんいます。そういう方々がどんどん社会参加できるように、話の内容を書いて通訳することでお手伝いをしています。

平成七年に奈良市要約筆記奉仕員養成講座が初めて開講され、修了生を中心にサークルが結成されました。以来、毎年修了生から新入会員を迎えています。奈良市中途失聴難聴者協会と歩調を合わせて活動しています。

筆記通訳の方法には、OH

Pという機材を使ってスクリーンに映し出す方法と、ノートテイクという個人に対応した方法もあります。話の内容を正しく、速く、読みやすく伝えるために、主に福祉センターで月二回（第一・三土曜日午後）の例会などで学習しています。

話を聞きながらまとめて書くという一連の作業は、結構難しいものですが、やりがいもあります。

耳の不自由な方の耳代わりとして一緒に活動してみませんか。興味のある方の参加をお待ちしております。

なお、奈良市では毎年講座が開講されています。

【問い合わせ】掛樋久仁子 ☎三三 〇四五五





久我高照書

万葉歌碑を巡る

いにしへの古き堤は年深み

池の渚に水草生ひにけり

(万葉集 卷三 三七八 山部赤人)

-その22-

この歌の作者である山部赤人は、神龜・天平期(七二四〜七四七)の歌人です。七二〇年に没した太政大臣藤原不比等邸の庭園(築山やそれをめぐる池)を詠んだ歌だと言われています。

「昔見た山池(しま)の古い堤は年月を経て深みをもち、水草がびっしりと生い茂っているよ」と述べて、今は亡き不比等を偲び、しつとりとした心を表現しています。

この歌碑を建立した法華寺は、平城京左京一条二坊の地にあります。藤原不比等の女(むすめ)である光明子が、聖武天皇の皇后となつて、ここを皇后宮とされました。その後、宮寺と改められました。総国分尼寺、法華滅罪寺は今に残る門跡寺です。

文・奈良市に万葉歌碑を建てる会
長岡玲子

北東 西南

世界の食卓交流 (フィリピン編)

とき：2月16日(日)正午〜午後3時
ところ：中央公民館(上三条町)
材料費：千円。5歳児以下は半額 問い合わせ：(社)まちづくり国際交流センター(☎三三五九三)へ。

チャリティ講演会 & コンサートの集い

いきいきシニアライフをめざして
とき：2月23日(日)午後1時〜3時
ところ：学園前ホール(学園南三丁目) 内容：大阪医科大学教授の北浦泰さんによる講演「高血圧についての常識と非常識・突然死等」、コンサートの(コロラチュラ・ソプラノ)宋茜、ギター)小野剛蔵) 問い合わせ：奈良パイロットクラブの岩城さん(☎・FAX)二〇三三〇)へ。

まほろば講演会

とき：2月21日(金)午前10時〜正午
ところ：男女共同参画センター「あすなら」(三条本町) 講師：テーマ：女性の自立支援 NP 法人「WANA関西」代表

の藤木美奈子さん「私は生命を守つた」児童虐待・DVを乗り越えて」 問い合わせ：国際ソロプチミスト奈良事務局(☎四八三八〇)へ。

奈良ベンチャークラブ20周年 記念チャリティー講演

親子で育つ とき：2月25日(火)午前10時半〜正午
ところ：学園前ホール(学園南三丁目) 講師：絵本作家の永田萌さん 協力金：千円 問い合わせ：同会事務局(☎〇八〇 五七一一八六四三)へ。託児あり(要予約)。

平城児童センター会員募集

遊びと冒険の夢工房 とき：4月〜来年3月の原則として毎月2日(日)午前9時半〜午後3時 定員：新小学1年〜中学3年生 60人。多い場合は抽選 参加料：年2万5千円 内容：自然体験、生活体験、社会参加活動など どんこの森 とき：4月〜来年3月の原則として毎週木曜日午後2時半〜4時半 定員：4〜6歳児と保護者50組 参加料：幼児一人につき年2万円 内容：冒険活動、クラフト、農作業、スポーツ、親子料理、キャンプなどはじめのいっぽ とき：4月〜来年3月の毎週月・火・木・金曜日で1回。午前10時半〜正午 定員：乳児と保護者各曜日50組 参加料：乳児一人につき年2万円 内容：運動、クラフト、料理

【締め切り】2月15日必着。各事業とも参加料に保険料も含む。

【問い合わせ】同センター(☎三二二七六一)へ。企画・運営ボランティアアスタツ(高校生以上)も募集。

青少年ふるさと再発見

市青少年団体連絡協議会が開きます。

とき：3月9日(日)午前10時〜午後2時
ところ：朱雀大路(二条大路南三丁目) 対象：子どもと保護者 内容：レトロなあそび、凧づくり、こま遊び、竹とんぼ、缶ボックリ、お手玉、模擬店(のっぺ汁、うどんなど。有料)など 問い合わせ：市役所社会教育課へ。

青少年のための バードウォッチング

市青少年指導員連絡協議会が開きます。

とき：3月2日(日)午前9時〜正午
対象：小・中学生。保護者の参加も可 コース：春日大社表参道バス停前集合、奈良公園、高円山麓、高畑町バス停前で解散 約6km 当日直接集合場所へ。 問い合わせ：市役所社会教育課へ。

スキースクール

とき：3月20日(木)夜〜24日(月)現地2泊・車中2泊 行き先：戸狩スキー場(長野県) 定員：小学3年〜高校生40人 参加料：4万2千円。貸スキー・ウェア、リフト代は別途必要 締め切り：2月25日 問い合わせ：ユースホステル協会奈良支部(☎二二〇〇四)月〜土曜日午後1時〜5時)へ。

所得税、市・県民税の申告を

受付は2月17日～3月17日

一部は2月3日から
始まります。



平成14年分の所得
税と市・県民税の申
告の受付が、2月17
日から始まります。
申告期限は3月17
日ですが、期限間近に
なると会場が混雑し
ますので、申告はで
きるだけ早くしてく
ださい。
昨年からの確定申告
書の様式が変更され
ましたので、作成に
あたっては注意して
ください。

平成15年1月1日現在、奈良市内に住所のある人。
奈良市内に住所はないが、市内に事務所・事業所また
は家屋敷を持つている人。
* 該当する人には原則として申告用紙を送付します。
ただし、次の人は申告の必要はありません。
所得税の確定申告をした人。

平成14年中の収入が給与のみで、勤務先から給与と支払
報告書が提出されている人(勤務先で確認してください)。
* 申告は、一年間の所得を自分で計算し、申告書を提出
する制度です。一回に受け取る金額の少ない収入や、
「収入を得た」という感覚が少ない所得でも、「申告をす
る必要がない」と判断しないようにしてください。

**所得税の還付申告は自分で作成し
郵送で早めに提出してください**
所得税の還付申告は、2月14日以前でも提出できます。
開設される還付申告相談センターを利用してください。
また、確定申告中の税務署は大変混雑しますので、郵
送で早めに奈良税務署(〒630-8587登大路町八一)へ提出
してください。

消費税の申告

個人事業者の消費税と地方消費税の申告・納税は、3
月31日までです。

自分の確定申告書などは自分で記入を し、自書申告のお知らせ

税務署では、全ての納税者が自分の責任において適正
な申告と納税を行う「申告納税制度」の趣旨で、自分の
確定申告書などは自分で書く「自書申告」を推進してい
ます。

特別土地保有税(平成14年度取得分)の 申告納付を

申告対象...平成14年1月1日～12月31日に市内で合計
5千㎡以上の土地を取得した人(法人を含む) ▶ 申告
納付期限...2月28日 ▶ 申告場所...市役所資産税課 ▶
納付場所...奈良市指定金融機関・収納代理金融機関 ▶
問い合わせ...市役所資産税課へ。



ミニバイク・軽自動車等の変更手続きを

市外に転居したとき、人に譲ったとき、廃車したとき、
盗難にあったときは、住所変更(標識変更)や廃車等の手
続きをしてください。軽自動車税は、4月1日現在に軽自動
車等を所有する人に課税されます。

手続き...原動機付自転車・小型特殊自動車は市役所市民
税課、軽自動車は軽自動車検査協会(☎61-2011)、
二輪の小型自動車は奈良陸運支局(☎61-6435)へ。



そこで、確定申告書や収支内訳
書を自分で作成してもらったため、
税務署や各相談所ではこれまでの
個別の申告相談を行う方法から、
申告書作成の説明のみを行う方法
へと変更しています。「確定申告
書の手引き」や「前年分の申告書
控え」などを参考に、自分で正し
く確定申告書を作成し、早期に提出してください。
なお、国税庁のホームページ(<http://www.nta.go.jp>)
から所得税の確定申告書が作成できます。確定申告書の
A様式やB様式を利用する人が対象ですので利用してく
ださい。

申告相談所を開きます

申告書の記入や計算方法についての相談所を開きます。相談所では自分で記載して申告する「自書申告」の推進のため、申告書作成の説明を行っています。筆記用具、電卓などを持参してください。

所得税確定申告の相談所では、税理士が相談に応じます。また、近鉄大和西大寺駅近くに還付申告相談センターが開設されますので、奈良市役所での所得税の申告の相談は行っていません。

なお、西部地区周辺における所得税の申告納税の相談と市・県民税の申告受付の会場は、西奈良県民センター（登美ヶ丘二丁目）で行っています。西部公民館では行いませんので注意してください。

所得税 申告・相談会場 開設日程

	開設場所	開設期間	開設時間
申告	奈良税務署(登大路町)	2月17日(月)～3月17日(月) (土・日曜日を除く)	午前9時～午後5時
申告相談所	西奈良県民センター (登美ヶ丘二丁目)	2月19日(水)～21日(金) 3月5日(水)～7日(金)	午前9時半 ～午後3時半
	税理士会館 (登大路町 奈良納税協会)	2月17日(月)～3月7日(金) (土・日曜日を除く)	

所得税 還付申告相談会場 開設日程

開設場所	開設期間	開設時間
還付申告相談センター (西大寺国見町一丁目)	2月3日(月)～21日(金) (土・日曜日、祝日を除く)	午前10時 ～午後4時

大阪市内でも所得税の還付申告相談ができます

所得税の還付申告は、勤務先からも便利な次の還付相談センターを利用してください。

キタコーナー...大阪駅前第二・第三ビル前曾根崎地下広場（JR東西線北新地駅下車）

ミナミ会場...大阪市精華学習ルーム（元精華小学校・なんば戎橋商店街入る）

近畿税理士会館3階...地下鉄谷町線天満橋駅下車

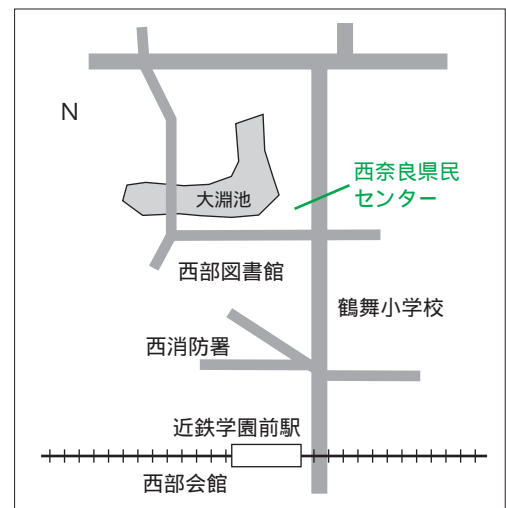
【開設期間】2月3日～28日の午前10時～午後4時

土・日曜日、祝日を除く。各会場とも来場者が多い場合には、受付時間を短縮する場合があります。

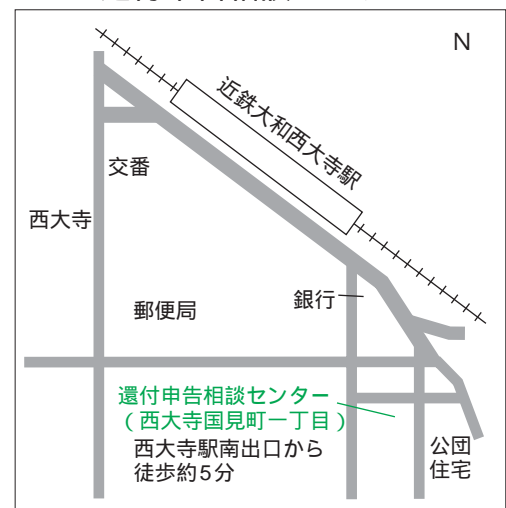
市・県民税 申告受付会場 開設日程

開設場所	開設期間	開設時間
奈良市役所(北棟6階)	2月17日(月)～3月17日(月) (土・日曜日を除く)	午前8時半 ～午後5時15分
北部出張所(右京一丁目)	2月20日(木)・21日(金)	
西奈良県民センター (登美ヶ丘二丁目)	2月19日(水)～21日(金) 3月5日(水)～7日(金)	午前9時半 ～午後3時半

西奈良県民センター



還付申告相談センター



【注意】

①会場によって開設する日が異なるため、間違いのないようにお願いします。②各会場とも混雑状況により、受付時間を短縮する場合があります。③譲渡所得や贈与税等の申告は奈良税務署でお願いします。④奈良税務署には駐車場がありません。また各会場とも駐車場が狭いため、来場は公共交通機関を利用してください。

【問い合わせ】

所得税の確定申告は奈良税務署（☎26 1201）、市・県民税の申告は市役所市民課へ。

バンビーホーム入所児童を受付



バンビーホームは、放課後児童健全育成事業として、仕事などで昼間保護者などがない家庭の小学生を放課後から午後5時まで預かり、集団生活の中で、遊びや自主的な学習を通じて仲間づくりや基本的な生活習慣を身につけることを目的に開設しています。

入所は年間を通じて受け付けていますが、新年度をひかえて4月1日から入所を希望する保護者は、2月12日～26日に希望のホームへ直接申し込んでください。

くわしくは、各バンビーホームまたは市役所保育課へ。

名称	場所	電話番号	名称	場所	電話番号
飛鳥	飛鳥小学校内	二二〇五六七	青和	青和小学校内	四七一七八三
済美	済美小学校内	二六一〇三九	神功	神功小学校内	七一六三九二
佐保	佐保小学校内	二二八五八五	大安寺西	大安寺西小学校内	三三三七七八二
鼓阪	鼓阪小学校内	二二三八八三	朱雀	朱雀小学校内	七一二二四四
大宮	大宮小学校内	三三三三八一	三碓	三碓小学校内	四四〇二〇六
東市	東市小学校内	六一四三三三	済美南	済美南小学校内	六二七五九一
鶴舞	鶴舞小学校内	四四三〇八〇	あやめ池	あやめ池小学校内	四八二二八四
伏見	伏見小学校内	四四一三二二	伏見南	伏見南小学校内	四八二二五四
都跡	都跡小学校内	三三三〇七六	平城西	平城西小学校内	四九一九七二
平城	平城小学校内	四三二〇〇七	鼓阪北	鼓阪北小学校内	二二四五〇二
富雄北	富雄北小学校内	四三四七二四	佐保台	佐保台小学校内	七一四六〇二
鳥見	鳥見小学校内	四三四七三二	富雄第三	富雄第三小学校内	四一〇二五四
辰市	辰市小学校内	六一二二六〇	二名	二名小学校内	四九〇六三八
六条	六条小学校内	四三九〇六六	佐保川	佐保川小学校内	三六五六五四
右京	右京小学校内	七一〇八三五	椿井	椿井小学校内	二三四六四五
登美ヶ丘	登美ヶ丘小学校内	四六〇三五九	左京	左京小学校内	七二〇六三一
大安寺	大安寺小学校内	六一七八五〇	富雄南	富雄南小学校内	四一三五五五
西大寺北	西大寺北小学校内	四六三三五一	東登美ヶ丘	東登美ヶ丘小学校内	四三二〇二四
明治	明治小学校内	六二七三二八	東登美ヶ丘	東登美ヶ丘小学校前	六四二〇三七

安全でおいしい水を供給するために

ビル・マンション等の貯水槽水道は適正に管理しましょう

国の法律である水道法の改正に伴い、貯水槽水道（ビル、マンション等の建物内の水道の総称）に関して、水道事業者と貯水槽水道設置者の責任に関する条項を奈良市水道事業給水条例に定め、4月1日から施行します。

条例では、貯水槽水道の設置者の責任として、貯水槽水道の適正な管理と、管理状況に関する検査を義務づけています。また、法律では対象外となっている有効容量10m³以下の貯水槽水道についても、水道事業者の責任として設置者に対して指導と助言等を行い、利用者にも貯水槽水道の管理等についての情報提供を行うことになりました。

貯水槽水道の設置者のみなさんは、これからも安全でおいしい水が供給されるよう、受水槽や高置水槽の定期的な点検・清掃を行ってください。

【問い合わせ】市水道局工事検査室（☎34 5200(代)へ。



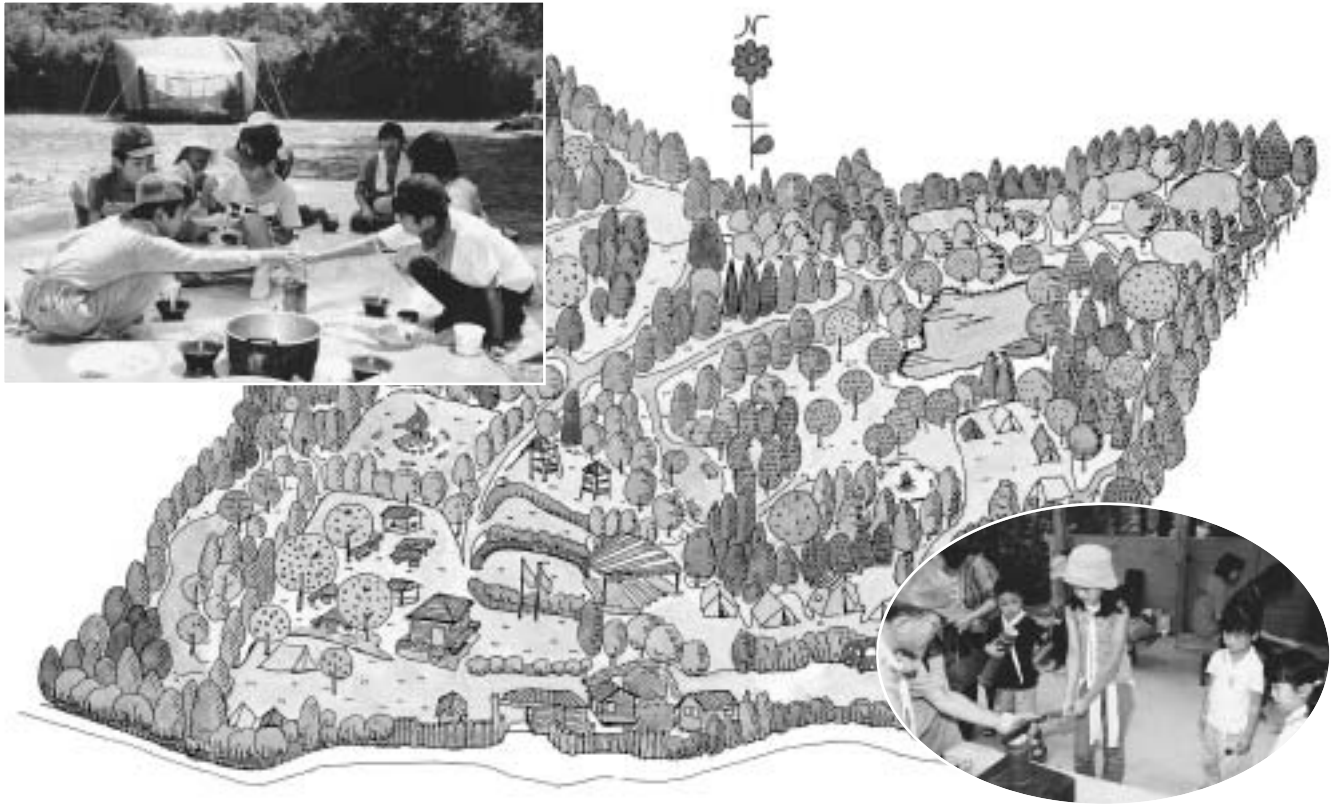
「奈良市水道事業給水条例」抜粋

第35条 管理者は、貯水槽水道（法第14条第2項第5号に規定する貯水槽水道をいう。以下同じ。）の管理に関し必要があるときは、貯水槽水道の設置者に対し、指導、助言及び勧告を行うことができる。

2 管理者は、貯水槽水道の利用者に対し、貯水槽水道の管理等に関する情報提供を行うものとする。

第35条の2 貯水槽水道のうち簡易専用水道（法第3条第7項に規定する簡易専用水道をいう。事項において同じ。）の設置者は、法第34条の2の定めるところにより、その水道を管理し、及びその管理の状況に関する検査を受けなければならない。

2 簡易専用水道以外の貯水槽水道の設置者は、管理者が別に定めるところにより、当該貯水槽水道を管理し、及びその管理の状況に関する検査を行うよう努めなければならない。



テント泊ができるキャンプ場が4月から使用できます

黒髪山キャンプフィールド 利用申し込みを受付

自然の環境の中での野外活動、レクリエーションなどを通じて青少年の健全な育成をめざしてつくられた同所が、4月から無料で使用できます。

【ところ】

奈良阪町1731

【交通】

近鉄奈良駅（高天交差点北）から近鉄高の原行、南加茂台行、JR加茂行、JR平城山行に乘車。黒髪奈保町バス停下車北西へ徒歩20分

【概要】

キャンプサイト17張、デイキャンプ場（10人用テーブル8）、キャンプファイアー場2か所、トイレ・シャワー棟、多目的研修棟。駐車場は20台駐車可能

一部利用できないエリアがあります。キャンプ用品の貸出はありません。

【使用できる人】

青少年（3歳以上25歳以下）、青少年を含む家族と青少年を主たる構成員とする団体、青少年の指導者

【使用できる日】

4月～10月の土・日曜日と祝日（振

替休日を含む）。7月21日～8月31日は毎日。

【申し込み】

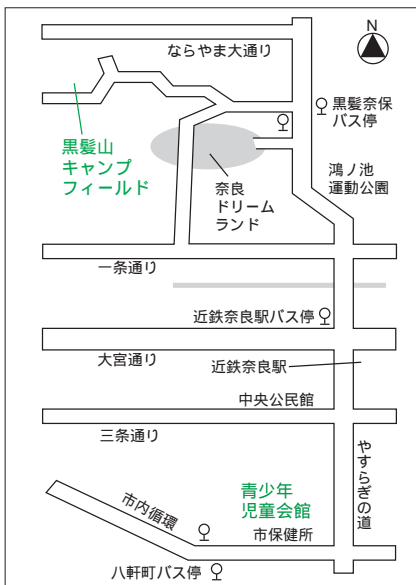
使用したい日の3か月～14日前の午後1時～5時に、所定の申請紙で市黒髪山キャンプフィールド運営協議会（西木辻町200 市青少年児童会館2階 ☎26 4777）へ直接申し込んでください。

なお、次の日は受付できません。

水曜日、日曜日

国民の祝日の翌日（水曜日にあたるときはその翌日）

水曜日の前日、翌日が国民の祝日にあたる週の土曜日



2月15日～28日は国民健康保険料第9期分の納期です。国保はみなさんの保険料で支えられています。

行政

2月15日から土壌汚染対策法が施行されます

この法律の施行後は、カドミウム・水銀・ベンゼン等の特定有害物質を使用していた水質汚濁防止法や下水道法に基づく届出事業所において、特定施設を廃止する場合、土地所有者等は土壌の汚染状況を調査し、その結果を奈良市長あてに報告しなければいけません。



恩給欠格者・引揚者のみなさんへ

恩給欠格者・引揚者のみなさんに慰藉の念を示すため、内閣総理大臣名の書状などを贈呈してまいりますので、まだの人は請求してください。請求書類は、市役所福祉総務課にあります。

なお、引揚者の請求期限は3月31日までになっています。
【問い合わせ】平和祈念事業特別基金 ☎0110-1134 九三三へ。

市営住宅入居者を募集

募集住宅：第4号市営住宅（般若寺町）一般向1戸、第5号市営住宅（大安寺二丁目）一般向2戸、第18号市営住宅（六条西二丁目）一般向1戸、第

20号市営住宅（松陽台二丁目）一般向1戸、第1号コミュニティ住宅（三条本町1番）一般向2戸。第18号市営住宅は高齢者等の場合は、単身者であっても申込み可。受付：2月12日～14日。抽選は17日。申込書は市役所住宅課、西部・北部出張所で2月3日～14日に配布。

催し・教室

男女共同参画センター「あすなろ」

〒630-8122 三条本町八一
☎三四一五二五

自己表現セミナー
人との関わりの中で、モヤモヤ・イライラして落ち込んだり八つ当たりをしまつのは心のSです。身近な人との良い関係を続けるために、自分の気持ちをうまく伝える方法を身につけましょう。



とき	内容
2/20 (木)	自分の気持ちに気づいていますか
2/27 (木)	自分の気持ちを言えなくしているものは何でしょうか？ノを言うために
3/6 (木)	私の権利と責任
3/13 (木)	自分のコミュニケーションパターンから出発しよう

講師：市女性問題相談員の土田宜子さん 定員：女性40人。在勤可。無料託児（2歳～就学前）あり 申

申し込み：はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望者は幼児の名前、年齢を書いて、2月15日までに同センターへ。電話、ファクシミリ（☎三三六九三八）も可。多い場合は抽選。

サン・アビリティーズ奈良

〒631-0801 左京五丁目三十一
☎七一〇七七五 ☎七一〇七七三

ふれあいアーチエリー大会 とき：3月8日(土)午前9時半～正午 定員：18歳以上の身体障がい者と健常者で経験者20人 持ち物：体育館用靴、用具（ある人） 申し込み：同所備え付けの用紙かはがき、ファクシミリに住所、氏名、電話番号、生年月日、障がいの有無・種別・等級、経験年数を書いて、2月28日必着で同所へ。多い場合は抽選。

車椅子バスケット交流試合
障がい者と健常者が車椅子に乗って行うバスケットボールの普及をめざして開きます。自由に観戦できます。

とき：3月9日(日)午後1時～5時
申し込み：不要。当日直接会場へ。サン・アビフェスティバル

障がい者と健常者を対象に、施設利用者と初めての人との交流をめざして開きます。



とき：3月21日(祝)一部：午前9時半～正午、二部：午後1時～4時半 ところ：同所と総合福祉センター多目的広場 内容（定員）：一部：グラウンドゴルフ大会（20人）、二部：パドミントン・卓球・盲人卓球の開放（定員は調整）

持ち物：体育館用靴（一部のみの人は雨天時）、用具（ある人） 申し込み：同所備え付けの用紙かはがき、ファクシミリに住所、氏名、電話番号、生年月日、障がいの有無・種別・等級、参加種目を書いて、2月28日必着で同所へ。グラウンドゴルフ大会は4人1組で申し込み。多い場合は抽選。

総合福祉センター

〒631-0801 左京五丁目三十一
☎七一〇七七〇 ☎七一〇七七三

インターネット教室 とき：3月4日(火)、6日(木)、13日(木)、18日(火)、20日(木)の午前10時～正午。5回 内容：インターネットについての基本指導 定員：キーボードの基本操作が可能な障がい者10人 持ち物：筆記用具 テキスト代：千円程度 申し込み：センター備え付けの用紙かはがき、ファクシミリに住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話とファクシミリ番号、障がいの種別・等級を書いて、2月20日必着で同センターへ。多い場合は抽選。



世界遺産講座 お水取り

世界遺産に登録された各社寺や関係機関の協力で開きます。今回は、同館での講演と、講師の案内で二月堂までのウォーキングを行います。

とき：①3月9日(日)②3月11日(火)。時間は午後1時半～3時半。小雨決行 ところ：なら奈良館（近鉄奈良駅ビル4・5階） 講師・演題：奈良大

学文学部教授の水野正好さん・東大寺お水取りとその道すがら 定員：100人
 参加料：同館入館料として一般240円（団体料金扱い） 申し込み：往復はがきに講座名「水野講座」、①②の別、全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、2月23日必着で市世界遺産室（〒630・8215 東向中町二八近鉄奈良駅ビルなら奈良館内 ☎二二七〇七〇）へ。1枚に二人まで可。多い場合は抽選。来場は、公共交通機関を利用してください。

人権教育推進研究集会

みんなのために
 みんなで取り組む人権教育
 ～テーマ「女性と人権」～
 市人権教育推進協議会と市教育委員会の人権教育に対する取り組みのまとめとして開きます。
 とき：2月6日(木)
 午後1時～4時半
 ところ：中央公民館（上三条町） 内容：基調提案とシンポジウム。手話通訳、要約筆記あり 講師：基調提案講師・シンポジウムコーディネーター＝県解放センター事務局長の田和貞保さん、シンポジウムパネラー＝県中央こども家庭相談センター女性相談員の宮代トシ子さん、ジェンダー会の浅木武彦さん、市男女共同参画センター相談員の上田宣子さん 申し込み：不要。当日直接会場へ



家庭教育講演会

家庭での教育の悩みや不安を解消し、楽しく子育てをしてもらおうと開きます。

とき	内容
3/6 (木)	子育てのコツ ～絵本とおもちゃを通して～
3/13 (木)	続・子育てのコツ ～上手な自由の与え方～

時間は午前10時～正午

ところ：生涯学習センター（杉ヶ町）

講師：キッズいわき・ぱふ代表の岩城敏之さん 定員：120人
 申し込み：往復はがきに住所、氏名、電話番号を書いて、2月17日まで市役所社会教育課へ。多い場合は抽選。



市庁舎ふれあいコンサート

お昼のひととき、音楽を楽しんでもらおうと開きます。
 とき：2月7日(金)午後零時15分
 ところ：市役所玄関ホール 内容：国際音楽交流協議会団体会員「奈良市ママさんコーラス協議会」のみなさんによるコーラス
 くわしくは、市役所文化振興課へ。

ならまちおもしろ講座

（財）ならまち振興財団が、元興寺の協力により同寺の歴史に関する講座を開

きます。

とき：3月12日(水)～14日(金)午後1時半～3時

ところ：元興寺（中院町）
 定員：全回参加できる人40人
 申し込み：往復はがきに催し名、住所、氏名、電話番号を書いて、2月20日必着で同財団（〒630・837 井上町十一 ☎二七一 一八二〇）へ。1枚に一人限り。多い場合は抽選。



元興寺

写真美術館

〒630・8301 高畑町六〇〇一
 ☎二二九八二一 西二二九七三三

「モノクロプリントの作り方」

暗室作業でのモノクロプリントを体験し、自分だけのオリジナルプリントを制作します。講師は、現在開催中の新鋭展二〇〇三「プリントワークの美」に出品している、写真家の窪田臣一さんです。
 とき：①2月27日(木)②2月28日(金)③3月1日(土)午前10時～午後4時 定員：成人各10人。在勤も可 受講料：教材費として千円 持ち物：撮影・現像が完了した35ミリモノクロフィルム、筆記用具、エプロン、タオル。昼食、交通費は自己負担。雨天決行 申し込み：往復はがきに講座名、①②③のいずれか、住所、氏名、年齢、電話番号を書



防災センター

〒630・8145 八条五丁目四〇四一
 ☎三五一一一〇六

応急手当普及講習

命を救う応急手当の正しい知識や技術を身につけてもらおうと開きます。

とき：2月12日(水)、23日(日)午後1時～4時 定員：30人

内容：心肺蘇生法、大出血時の止血法 申し込み：講習日の前日までに同センターへ。
 他にも、各種グループなどの要請に応じて指導員を派遣しますので、問いあわせてください。



体験学習
 各種災害の学習や疑似体験（消火・煙避難・台風・地震）を通じて、正しい知識と確かな技術を学べます。
 開館時間：午前9時半～午後4時半
 入館料：無料。団体利用のみ要予約
 休館日：月曜日（祝日の場合はその翌日）、祝日。

西老春の家

〒631・0024 百楽園一丁目九一二三
 ☎四一三二五

お楽しみ落語会 とき：2月16日(日)午後1時半～3時 内容：雲水坊風之助さんの「高津の富」、雲のふりりんさんの「源平盛衰記」ほか 対象：60歳以上とその家族など 申し込み：不要。当日直接会場へ。

2月18日は、水道料金等の口座振替日です。

暮らしに役立つ 消費生活講座

あなたの財産防衛法
消費知識、生活設計などを主題に開
きます。



とき：2月20
日(木)午後1時～
3時 ところ
：市役所中央棟
6階第1研修室
講師：ファイ
ナンシャルプラ
ンナーの、いちのせかつみさん 定
員：50人。在勤も可 申し込み：往
復はがきに住所、氏名、年齢、電話番
号を書いて、2月10日までに市役所商
工務政課へ。多い場合は抽選。

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8301 高畑町二〇八三十一
☎二四一〇八〇八

お茶席 とき：2月9日(日)午前10時
半～午後3時半 定員：先着100人
お茶券：300円。

スポーツ

スポーツ施設を開放

中央体育館(法蓮町) とき：2月
15日(土)午前9時～正午、午後1時～4
時(受付は午前9時～10時、午後1時
～2時) 種目：バドミントン(用
具のある人は持参、体育館シューズを
使用のこと)

鴻ノ池陸上競技場(法蓮町) とき
：2月16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。運動靴を使用のこと)
【その他】学校のクラブ活動での使用
は不可

【問い合わせ】中央体育館(☎二四
一五〇一)へ。

市ソフトバレーボール カーニバル

市バレーボール協会、小学生バレー
ボール連盟、家庭婦人バレーボール協
会が開きます。

とき：3月9日
(日)午前9時半～午
後3時 ところ
：中央体育館(法
蓮町) 種別：
女子の部(成人女
子4～8人)・男
女混合の部(成人男子1～2人を含む
4～8人) 参加料：一チーム500円
申し込み：チーム代表者の住所、氏
名、電話番号、その他の参加者名を、
2月15日までに電話またはファクシミ
リで佐保小学校の大西浩明さん(☎二
三 七〇六五・☎二三 七〇六六)へ。
体育館シューズを使用のこと。



市民硬式テニススクール

とき：3月16日(日)・21日(祝)・23日(日)
午前9時～午後3時 ところ：柏木
テニスコート(柏木町) 定員：小
学4年生以上120人。テニス経験は問わ
ず。在勤・在学も可 受講料：一般
3千円、小・高校生2千円 申し込
み：往復はがきに住所、氏名、年齢、
電話番号、テニス経験年数、所属クラ

ーム名を書いて、2月26日必着で市テ
ニス協会の杉江啓雄さん(〒631-0013 中山
町西三丁目五三三 五三四 ☎四七
〇九九五)へ。一人1枚限り。多い場
合は3月8日(土)午後5時から平城東公
民館で公開抽選。

登美ヶ丘公民館主催事業

添下の歴史と文化

「富雄丸山古墳と大和田の滝寺磨崖仏について」

富雄川流域の円墳で県下では最大、全国でも第2位の大きさがある丸山古墳と滝寺磨崖仏について、講演と現地説明を行います。

とき... 3月9日(日)午前10時～午後2時半 ▶ところ... 講演会は西部生涯スポーツセンター(中町) 現地説明は丸山古墳(丸山一丁目)と滝寺磨崖仏(大和田町) ▶講師... 前橿原考古学研究所附属博物館館長の泉森皎さん ▶定員... 高校生以上100人 ▶費用... 保険料ほかとして300円。

あつまれ子ども ステーション

～3歳児の遊びいろいろ～

影絵シアター、お話絵本、お雑さま祭り親子のふれあいを深めましよう。

とき... 3月1日(土)・8日(土)午前10時～11時半。2回 ▶定員... 原則として3歳児とその保護者20組 ▶材料費... 500円

【申し込み】往復はがきに住所、電話番号、氏名(ふりがな)、年齢を書いて、2月15日必着で同館(〒631-0003中登美ヶ丘三丁目4162 76 ☎43 7431)へ。「添下の歴史と文化」は1枚に一人限り、「子どもステーション」は子どもの名前も記入。多い場合は抽選。

小・中学生スキースクール

とき：3月24日(月)～28日(金)車中1泊
宿3泊 ところ：梅池スキー場(長
野県) 定員：小学3年～中学生80
人 参加料：4万2千円。貸スキ
ー・リフト代は別途必要 申し込み

はがきに住所、氏名、学校名、学年、
性別、電話番号、保護者名(捺印)を
書いて、2月25日までに市スキー協会
の峯崎れい子さん(〒630-8144 東九条町
一七五 六)へ。兄弟姉妹・グルー
プでの参加は、1
枚のがきに連名
で記入。多い場合
は抽選 その他
：参加者決定後、
説明会を開きま
す。高校生以上を
対象にジュニアリ
ーダーも募集



生涯学習センター 生涯学習大学

家庭教育講座環境コース「世界遺産と自然の力を探る」
自然に囲まれた世界遺産を見直してもらおうと、木の
実や桜の枝を使って草木染めをします。

とき	テーマ
3/1(土)	世界遺産・春日山原始林を探る ～森にあるもの探検～
3/22(土)	森の贈り物を自分の思い出に変身させると...!!

時間は午前9時半～午後1時

定員...50人 ▶講師...日本染色文化協会本部師範の北
野郁代さん ▶材料費...600～1,700円(草木染めの内容
により異なります。交通費も含む)

お菓子作り講座

「親子で作る～ひなまつりのお菓子いろいろ～」

お菓子を作りながら、就学前の親子同士で仲間作りを
しましょう。

とき...2月28日(金)午後1時半～3時 ▶定員...4・5
歳児と保護者24人 ▶講師...自然食研究家の深川眞美さ
ん ▶材料費...一人500円 ▶持ち物...エプロン、三角巾、
ハンディタオル

ホームパーティーのおもてなし

「パーティー料理とシーズン菓子

～おしゃれなプランの立て方～」

テーブルコーディネートのコツとテクニックを学び、
食卓に彩りを添えてみませんか。

とき...3月8日(土)午前10時～午後1時 ▶定員...24人
▶講師...家庭料理研究家の柘植美紀子さん ▶材料費...
1,500円 ▶持ち物...エプロン、三角巾、ハンディタオル

春のわくわくクッキング 小学生編

「みんなで作ってみよう!手作りケーキ

～野菜を使ってステキに変身～」

野菜のおいしさを活かしたケーキを、みんなで楽しく
作りましょう。

とき...3月15日(土)午後1時半～4時 ▶定員...小学生24
人。二人まで可(申し込み時に全員の名前を記入) ▶講
師...家庭料理研究家の柘植美紀子さん ▶材料費...一人
500円 ▶持ち物...エプロン、三角巾、ハンディタオル

【申し込み】往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、
年齢(小学生は学年も)、性別、電話番号、生涯学習大学の
受講証を持っている人は受講証番号、託児希望(2歳～就
学前)の人は幼児の年齢と性別を書いて、2月15日必着で
同センター(〒630-8357杉ヶ町23 ☎26 8811)へ。
1枚に一人1講座(春のわくわくクッキングは二人まで可)、
原則として毎回受講できる人に限ります。多い場合は2月
18日午前11時から同センターで公開抽選。

公民館

問い合わせ: 同協会事務局の中谷さん
(☎074三 五六 四八四五)へ。

各教室への申し込みは、往復はが
きに教室名、住所、氏名(ふりがな)、
年齢(学年)、電話番号を書いて、締
め切り日必着で各館へ。1枚に一人
1教室。多い場合は抽選。受講料は
不要。材料費・交通費等は自己負担。

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目九一
☎七一九六七

手作りの卓上寄せ植え
「かわいい「ぼんさい」を作ろう」
粘土のように扱える寄せ植え用の土
を使って自由に土台を作り、そこに素

南部公民館

〒630-8434 山町二七一
☎六二五九三二

子育てひろば
3歳までの乳幼児と保護者が集い、
交流する場です。
保育士による親
子遊びや育児相
談も行います。
とき: 2月18
日～3月11日
毎週火曜日午後
1時～3時 申し込み: 不要。当日
直接同館へ。



朴な山野草をあしらいます。机の上に
小さな緑を置いてみませんか。
とき: 3月2日(日)午前9時半～11時
半 定員: 中学生以上24人 材料
費: 一人500円 締め切り: 2月12日。

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目一五
☎四四一〇一〇

コース名	と き
W	2/12(水)～14(金)午後1時～5時
X	2/19(水)～21(金)午後1時～5時
Y	2/26(水)～28(金)午後1時～5時
Z	3/5(水)～7(金)午後1時～5時
a	2/15(土)・16(日)午前9時～午後4時
b	2/22(土)・23(日)午前9時～午後4時
c	3/1(土)・2(日)午前9時～午後4時
d	3/8(土)・9(日)午前9時～午後4時

写真の加工をマスターしましょう。

定員: 各20人
教材費: 千700
円 締め切り
: 2月5日。一
人1コース限
り。重複申し込
みは不可。

興東公民館

〒630-1242 大柳生町三六三三
☎九三〇四〇〇

初めてのビーズアクセサリー教室
指輪やブレスレットを作ります。初
めの人も一緒にやってみませんか。
とき: 2月28日(金)、3月7日(金)・14
日(金)午前9時半～正午。3回 定員
: 成人15人 材料費: 毎回千500円、
2千円程度 締め切り: 2月15日。



ごみ収集を円滑に行うために みなさんの協力をお願いします

ごみは必ずごみ袋に入れて出しましょう

現在奈良市では、家庭ごみの排出には中身の見える透明または半透明のごみ袋を使用しています。しかし最近では、ごみ袋の代わりにクリーニング返却時に使う薄いナイロンカバーにごみを入れる人が増えています。

収集作業は、一度に片手で複数の袋を指に引っ掛けて収集車に投入します。クリーニング袋など強度のない袋は破れやすいため、作業中にごみが散乱することがあり、収集作業に支障をきたすだけでなく、ごみ集積場付近の人にも迷惑がかかります。ごみは、必ずごみ袋（透明または半透明）に入れて排出してください。



ごみ集積場にごみを散乱させないために

ごみを収集日以外の日に排出したため、集積場でごみが散乱し、周辺の人に迷惑をかけているケースがあります。ごみ排出のルールを守り、ごみは収集日当日の午前7時半までに集積場へ排出してください。

また、地域によってはごみ集積場がカラスに荒らされ、袋に入ったごみが散乱したため周辺の人は何回も掃除をするなどの被害が発生しています。このような地域では、ネットやシートを購入して被害に対応していただいています。

限られた収集車と人員で、事故のないようできるだけ早く収集するよう努めていますので、みなさんの理解と協力をお願いします。

2月の燃やせないごみ収集日

燃やせるごみが火・金曜日の収集地域は13日(木)に燃やせないごみを収集します。

燃やせるごみが月・木曜日の収集地域は14日(金)に燃やせないごみを収集します。

収集カレンダーで収集日を確認してください。この日には燃やせるごみの収集も行うため、通常より収集に時間がかかります。理解と協力をお願いします。

なお、(株)市清美公社の収集地域は公社の収集カレンダーで確認してください。

(株)市清美公社の収集地域
東部地域（田原・柳生・大柳生・東里・狭川） 県営売間団地、西大寺近鉄ビル住宅、都市基盤整備公団のうち桂木団地・紀寺団地・西大寺住宅・西大寺駅前団地・西大寺駅前第二団地・学園前団地・鶴舞団地・中登美団地（B～F棟）・富雄団地・富雄職員宿舎（C・D棟） 中登美ヶ丘三・四丁目

【問い合わせ】市環境清美第一事務所（☎71 3012）、一部地域は(株)市清美公社（☎33 8782）へ。

国民健康保険料の納付は口座振替が便利です

つい、うっかり保険料を納め忘れることはありませんか。

このような場合に備え、簡単で便利な口座振替をおすすめします。あなたが指定された預金口座から、金融機関が自動的に国民健康保険料を振替えて納付する方法です。納期ごとに銀行等に行く手間が省け、納め忘れの心配もなく便利な制度です。

納付通知書が保険証、預貯金の通帳、通帳の印鑑を持って、口座のある金融機関か郵便局へ申し込んでください。

くわしくは、市役所国民健康保険課へ。

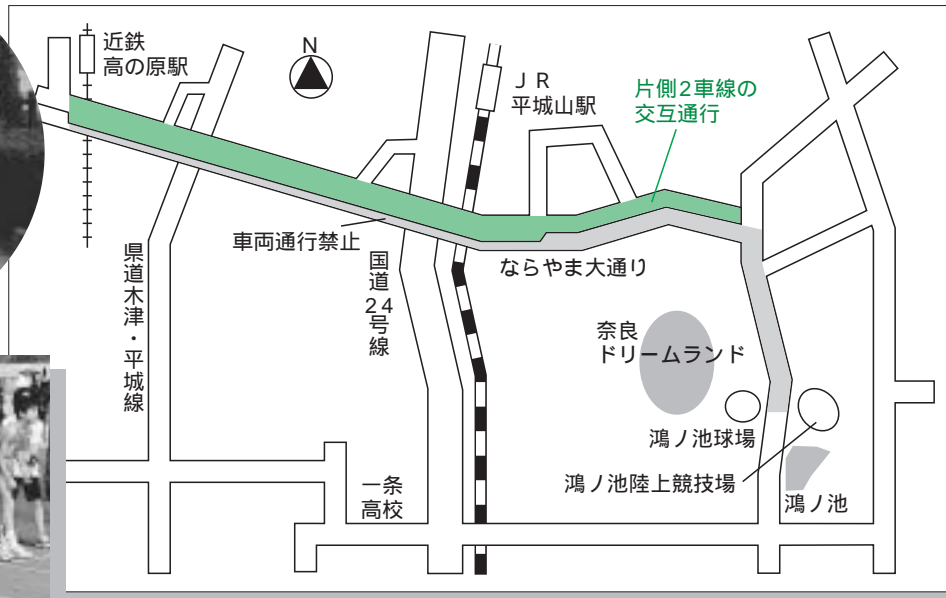


ヘアースプレー缶やカートリッジ式ガスボンベは、中身を使い切ってから穴を空けて、「燃やせないごみ」ではなく、「再生資源」として出してください。

2月11日

市民マラソンで交通規制

市民マラソン大会を2月11日「建国記念の日」に開きます。コース（鴻ノ池陸上競技場スタート、ならやま大通り折り返し）となる道路では、午前9時から11時の間は車両通行禁止となります。また、ならやま大通りの通行規制区間は一部片側2車線の交互通行となります。現場の警察官の指示に従ってください。



【問い合わせ】市役所体育課へ。

なら100年会館催し案内

開館5周年記念

日伊国際交流オペラ公演「椿姫」

ヴェルディの代表作として知られる歌劇「椿姫」を、オペラの本場「ローマ歌劇場」の引越し公演として上演します。また、イタリア人歌手やバレリーナとともに、オーディションで選ばれた市民が合唱で出演します（全三幕、字幕スーパー付き原語上演。管弦楽は日本人の編成による日伊国際交流オペラ記念オーケストラ）。

とき... 6月1日(日)午後4時 ▶ところ... 同館大ホール ▶入場料... S S席13,000円、S席11,000円、A席7,000円、ジーンズ席3,000円。全席指定 ▶入場券... 2月14日午前9時から同館、学園前ホール、史跡文化センター、市民サービスコーナー、ならまちセンター、北部出張所で、午前10時からチケットぴあ(☎0570 02 9999)、ローソンチケット(☎0570 00 0405)で発売開始。同館の電話予約は15日午前9時から専用電話(☎34 0111)で。未就学児の入場は不可 ▶問い合わせ... 同館(三条宮前町 ☎34 0100・ホームページ <http://www.nara100.com>)へ。



指揮者のダニエーリ・アジマンさん(左)と、ヴィオレッタ役のドナータ・ロンバルディさん(右)

子どもの詩

兄弟げんか

ぼくと弟がけんかした。
弟がバカと言ってきた。
ぼくははらがたつた。
ぼくも言いかえした。
つぎは、弟がキックをしてきた。
ぼくは「いたい、いたい。」と言った。
でも、さいごは、なかなかおりました。



神功小学校二年
笹山 陽平さん

市保健所保健予防課(西木辻町200 46 ☎23 6173)
 保健センター(二条大路南一丁目1 30 ☎34 1111)
 奈良診療所(二条大路南一丁目1 28 ☎34 1111)
 総合医療検査センター(柏木町519 5 ☎33 7876)

妊産婦歯科健診

▶とき... 2月27日(木)午前10時~正午 ▶
 ところ... 保健センター ▶定員... 妊婦、
 産後1年未満の人20人。市実施の母親教
 室受講者は除く ▶内容... 歯科医師による
 健診、歯科指導 ▶申し込み... 電話で
 市役所健康増進課へ。

成人歯科健康相談

歯科医師が相談に応じます(健診と医
 院の紹介はできません)
 ▶とき... 2月20日(木)午前10時~正午 ▶
 ところ... 保健センター ▶対象... 成人
 ▶申し込み... 電話で市役所健康増進課へ。

健康講座「排尿障害」

おしっこが出にくい・もれる
 総合医療検査センターが開きます。
 ▶とき... 2月26日(水)午後2時~3時25分
 ▶ところ... 総合医療検査センター ▶講
 師... 泌尿器科医の三馬省二さん。手話通
 訳あり ▶申し込み... 不要。当日直接会
 場へ ▶問い合わせ... 市役所衛生課また
 は同センターへ。

クローン病医療講演会

▶とき... 2月22日(土)午前10時~正午 ▶

ところ... やまと郡山城ホール(大和郡山
 市) ▶内容... 奈良県立医科大学付属病
 院医師の藤井久男さんによる講演「治療
 と日常生活」、医師・栄養士・保健師による
 個別相談会 ▶対象... クローン病患者
 とその家族 ▶申し込み... 電話で2月14
 日までに市保健所保健予防課へ。

潰瘍性大腸炎医療講演会

▶とき... 2月22日(土)午後2時~4時半
 ▶ところ... やまと郡山城ホール(大和郡
 山市) ▶内容... 奈良県立医科大学付属
 病院医師の藤井久男さんによる講演「治
 療と日常生活」、医師・栄養士・保健師による
 個別相談会 ▶対象... 潰瘍性大腸炎
 患者とその家族 ▶申し込み... 電話で2
 月14日までに市保健所保健予防課へ。

難病関係職員研修会

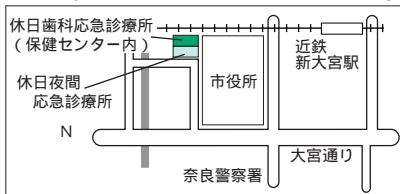
A L S (筋萎縮性側索硬化症)の治療
 とケア
 ▶とき... 2月8日(土)午後1時20分~4時
 半 ▶ところ... 県文化会館(登大路町)
 ▶内容... 神経内科専門医、理学療法士による
 シンポジウム ▶対象... 在宅難病患者
 と関わりを持つ専門職(ヘルパー、看
 護師、保健師など) ▶申し込み... 電話
 で2月7日までに市保健所保健予防課へ。

日本産科婦人科学会公開講座

▶とき... 2月16日(日)午後2時~4時 ▶
 ところ... 県文化会館(登大路町) ▶講
 師・テーマ... 奈良県立医大産科婦人科学
 教室の佐道俊幸さん「妊娠時を楽しく、
 安全に過ごすために」、心理研究所所長の
 黒川順夫さん「主人在宅ストレス症候群」
 ▶問い合わせ... 県産婦人科医会(☎07
 44 33 8502)へ。

休日・夜間の急病診療

休日夜間応急診療所(二条大路南一丁
 目 ☎34 1228) ▶診療科目...
 内科・小児科 ▶診療時間... 休日=毎日
 曜・祝日午後1時~7時(受付は午後零
 時半~6時半) 夜間=毎日午後10時~翌
 朝6時(受付は午後9時半~翌朝5時半)。
 休日歯科応急診療所(二条大路南一丁
 目保健センター内 ☎34 3144)
 ▶診療時間... 毎日曜・祝日午前10時~午
 後4時(受付は午前9時半~午後3時半)。



2月1日~7日は 生活習慣病予防週間

健康は 日々の暮らしの 積み重ね

市では、市民のみなさんが日々元気で健康に暮らせるために「奈良市21健康づくり計画」を策定中です。
 健康は、日々の運動、栄養、休養などの生活習慣の積み重ねが大切です。毎日の生活の中で健康づくりに取
 り組み、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、歯周病などの生活習慣病を予防しましょう。

運動習慣

~無理なく自分のペースで体を動かしましょう~

健康づくりのための運動の基本は、生活の中で意識的に体
 を動かすことです。積極的に階段を利用したり、買い物は歩
 いて行くなどしてみましょう。

食習慣

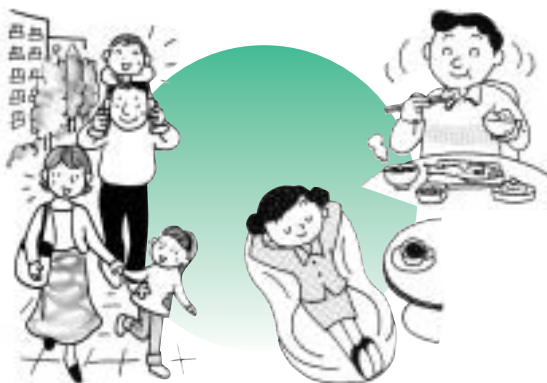
~腹八分目で、栄養バランスを考えて~

食べ過ぎや偏食からおこる肥満は、生活習慣病を招く危険
 因子の一つです。腹八分目を心がけ、1日3食いろいろな栄
 養素をバランスよく食べることが、食生活の基本です。

休養

~生活リズムを整えて~

疲労回復の鉄則は、1日の疲れはその日のうちに、1週間
 の疲れは休日にとるようにすることです。食事や入浴、睡眠
 など生活のリズムを意識的に整えましょう。



生活習慣病予防週間啓発展示

とき... 2月3日(月)~7日(金) ▶ところ... 市役所1階
 連絡通路 ▶内容... 栄養、運動、奈良市21健康づくり
 計画をテーマにしたパネル展示やパンフレットの配布

【問い合わせ】市役所健康増進課へ。

健康のコーナー

母親教室

▶定員...予定日が6・7月の初妊婦45人(原則として3回受講できる人)。16日は今回の参加者のうち夫婦で受講できる人
▶ところ...保健センター ▶持ち物...母子健康手帳、筆記用具 ▶申し込み...往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、出産予定日を書いて、2月20日までに市役所健康増進課へ。多い場合は抽選。
3月 時間は午前9時半～正午

とき	内 容
7(金)	妊娠の経過と呼吸法・妊婦体操
13(木)	妊娠中の歯の衛生と食事(実習・健診)
14(金)	沐浴実習と産後の過ごし方
16(日)	お父さんになる人も一緒に沐浴実習・出産前後の心と体の変化

新生児・妊産婦訪問

妊娠・出産・育児の相談に、助産師や保健師が伺います。

▶対象...妊婦、出産後1年未満の産婦、生後28日までの新生児 ▶申し込み...母子健康手帳には含まれている妊婦はがきか新生児はがきに必要事項を書いて郵送するか、電話で市役所健康増進課へ。訪問は必ず事前に連絡して行きます。物品販売はありません。

予 防 接 種

次の予防接種を個別方式で行います。接種料金は無料です。

予防接種名	対象の子	
	今月通知する子	以前に通知した子で7歳6か月未満の子
三種混合(百日せき・ジフテリア・破傷風)	平成14年10月生まれの子	
麻しん(はしか)風しん	平成14年1月生まれの子	

▶受け方...通知書を持って取扱医療機関に行き、接種日を予約し予診票をもらってください(日曜日、祝日と各医療機関の休診日を除く)。予約日には通知書と予診票、母子健康手帳を持ち、子どもの健康状態のよくわかる人が同行してください。

通知書がないと受けられません。転入者や他の事情で通知書のない人は、市役所衛生課へ連絡してください。

接種前に「予防接種と子どもの健康」をよく読んで受けてください。ない人は、各予防接種取扱医療機関または市役所衛生課で受け取ってください。

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 ▶

受診間隔...年1回 ▶料金...読影のみは700円、問診の結果喀痰検査実施の場合は更に810円(内容器代310円)。70歳以上と生活保護・住民税非課税世帯の人は容器代のみ(申し込み時に申し出を) ▶申し込み...電話で2月20日までに市役所健康増進課へ ▶その他...検診の結果、精密検査の必要な人はすみやかに受診願います。現在治療中の人、過去に手術を受けた人や精密検査になった人は、主治医に相談してください。

3月 受付時間は午後2時～3時

とき	と ころ
7(金)	休日夜間応急診療所
14(金)	西奈良県民センター
20(木)	春日公民館

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 ▶受診間隔...年1回 ▶受診料...35～69歳は1,000円。70歳以上と生活保護・住民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を) ▶申し込み...電話で2月20日までに市役所健康増進課へ ▶その他...検診の結果、精密検査の必要な人はすみやかに受診願います。現在治療中の人、過去に手術を受けた人や精密検査になった人は、主治医に相談してください。

3月 受付時間は午前9時半～10時半

とき	と ころ	定員
3(月)	休日夜間応急診療所	50人
4(火)	都跡公民館	40人
6(木)	春日公民館	40人
10(月)	西奈良県民センター	50人
13(木)	大安寺西小学校	50人
20(木)	帝塚山総合集会所	40人
24(月)	明治小学校	40人
25(火)	精華連絡所	40人

結 核 住 民 検 診

▶対象...15歳以上。中・高校生、妊婦、事業所で受診する人は除く ▶問い合わせ...市保健所保健予防課へ。

とき	受付時間	と ころ
2/6(木)	9:45～10:30	奈良地方務局前
	10:45～11:30	梅園人権文化センター
	13:15～14:00	南紀寺三丁目集会所前
	14:15～15:00	JR京終駅前
	15:15～16:00	市保健所前
2/7(金)	9:45～10:30	帯解小学校運動場前
	10:45～11:30	南永井新町第2児童公園西側
	13:15～14:00	売間団地集会所前
	14:15～15:00	東九条宮ノ森集会所前
	15:15～16:00	三茶栄町奈良ハイツ公園前
2/12(水)	13:15～14:00	西之阪人権文化センター

とき	受付時間	と ころ
2/12(水)	14:15～15:00	ならまちセンター東側
	15:15～16:00	青山六丁目バス停付近
2/13(木)	13:15～14:00	東之阪人権文化センター
	14:15～15:00	佐保台三丁目バス停付近
2/14(金)	9:45～10:30	辰市小学校西側
	10:45～11:30	杏南人権文化センター
	13:15～14:00	杏中人権文化センター
	14:15～15:00	八条人権文化センター
	15:15～16:00	大安寺小学校前
2/15(土)	9:30～10:30	総合医療検査センター
2/17(月)	10:10～10:40	中畑町公民館
	10:50～11:20	虚空蔵町集荷場前
	11:30～12:00	精華連絡所
	13:15～14:00	横井人権文化センター
	14:15～15:00	古市児童館
2/18(火)	9:45～10:30	三松ヶ丘第1号街区公園南側
	10:45～11:30	富雄団地管理事務所前
	13:15～14:00	富雄公民館
	14:15～15:00	帝塚山総合集会所前
	15:15～16:00	富雄泉ヶ丘第3号児童公園前
2/19(水)	9:45～10:30	学園前保育園東側
	10:45～11:30	東登美ヶ丘三丁目児童公園
	13:15～14:00	中登美団地バス停付近
	14:15～15:00	西登美ヶ丘南街区公園西側
	15:15～16:00	西奈良県民センター前
2/20(木)	9:45～10:30	西部公民館学園大和分館前
	10:45～11:30	奈良女子大附属小学校前
	13:15～14:00	伏見公民館あやめ池分館前
	14:15～15:00	疋田町五丁目南公園前
	15:15～16:00	伏見小学校前
2/21(金)	9:45～10:30	千代ヶ丘二丁目バス停付近
	10:45～11:30	藤ノ木公民館前
	13:15～14:00	青垣台集会所前
	14:15～15:00	七条西町記念集会所前
	15:15～16:00	都跡公民館
2/24(月)	9:45～10:30	京西中学校前
	10:45～11:30	伏見南小学校前
	13:15～14:00	西大寺園児児童公園東側
	14:15～15:00	平城宮跡バス停付近(佐紀東町)
	15:15～16:00	奈良診療所前
2/25(火)	9:45～10:30	平城東公民館
	10:45～11:30	平城第2ショッピングセンター前広場
	13:15～14:00	右京三丁目平城プール南側
	14:15～15:00	押熊町公民館前
	15:15～16:00	奈良工業高校前

からだの悩みよろず相談 (老人保健法に基づく成人健康相談)

医師による個別相談が無料で受けられます。希望者に健康手帳を渡します。

▶とき...2月19日(水)午後1時半～4時
▶ところ...保健センター ▶対象...成人
▶申し込み...電話で市役所健康増進課へ。

奈良しみんだよりは再生紙を使用しています。限りある資源を大切にしましょう。

きれいな川を取り戻そう



2月は水質改善強化月間

市内を流れる佐保川などの本川となる大和川は、平成13年の全国一級河川の水質調査でワースト2という結果でした。その原因のほとんどが家庭からの生活排水と言われています。

私たち一人ひとりの心がけで、昔のような川がよみがえります。心安らぐ川を取り戻すため、何ができるかを考えてみましょう。

食用油は使い切りましょう。

流しに細かい網をつけるなど、できるだけ汚れた水を流さないようにしましょう。

洗剤は、適量を使用しましょう。

浄化槽は適正に使用し、法律で義務づけられた定期点検、清掃、法定検査は、決められた回数を行いましょう。

下水道が整備された地域でまだ接続していない家庭は、早期に接続しましょう。

ごみや空き缶は、川に捨てないようにしましょう。

【問い合わせ】市役所環境保全課へ。