

奈良 しみんだより

平成16年
10月
2004年
NO.1,007

来年1月から自動車リサイクル法が本格施行



災害に備えて！防災訓練での救助訓練

10月

平成16年(2004年) NO.1,007

■市民のうごき (9月1日現在)

総人口 365,999人
(男174,303人・女191,696人)

世帯 143,711世帯

〈奈良市のシンボル〉



目次

自動車リサイクル法	2
市長に鍵田氏が初当選	3
あすならフェスティバル	4
なら・人権ふれあいカーニバル	4
国民健康保険ほか	5
市民特派員レポート・奈良のあゆみ	6
虹のひろば	7
お知らせ	8
生涯学習	20
健康	24
自転車の放置はやめましょう	28
市政ニュース	29
今月のこよみなど	31
食生活改善普及月間・骨髄バンク推進月間	32

限りある資源を大切にするため

来年1月から 自動車リサイクル法が本格施行



使用済自動車から生じる廃棄物の適正処理と資源の有効利用等のため、来年1月1日から「使用済自動車の再資源化等に関する法律（自動車リサイクル法）」が施行されます。

この法律では、エアコンのフロンガス、エアバック、自動車を破砕した後に残るプラスチックや繊維などの破砕くず（シュレッターダスト）の3品目について、回収・再資源化を自動車メーカーと輸入業者に求めています。

リサイクル料金は所有者が負担します

所有者負担の内訳

リサイクル料金

フロン類・エアバック類・シュレッターダストの料金

情報管理料金
(130円)

※集めた料金は(財)自動車リサイクル促進センターで管理

資金管理料金

新車購入時 (380円)
または継続検査・廃車時 (480円)

エアバックの有無や個数、破砕くずの発生量につながる自動車の重量によって費用が異なるため、自動車メーカーや輸入業者が車種ごとに料金を設定し、所有者が負担します。

また、徴収した費用の管理費（資金管理料金）やデータベース化して情報を管理する費用（情報管理料金）が別途必要になります。

リサイクル料金の負担時期

リサイクル料金等は、来年1月以降の新車・中古車の購入時に販売店等に支払うこととなります。また、施行前からの所有者は、施行後最初の車検更新や廃車の際に整備工場等に支払います。

なお、登録・車検時等にリサイクル料金等の預託を証する預託証明書（リサイクル券）の有無を確認します。



【問い合わせ】市役所産業廃棄物対策課へ。リサイクル料金については、各自動車メーカー・輸入業者・ディーラー等で確認してください。

9月5日に奈良市長選挙

鍵田氏が初当選



任期満了に伴う奈良市長選挙は8月29日告示され、9月5日に投票がありました。選挙は、現職の大川靖則さんと新人の鍵田忠兵衛さん、日和佐穰甫さんで争われました。

開票場所となった中央体育館には午後8時過ぎ、市内の各投票所から次々と投票箱が集められ、午後9時半から開票作業を開始。有効投票数105,842票のうち48,255票を獲得した鍵田忠兵衛さんが当選しました。

今回の選挙の当日有権者数は、前回平成12年9月に比べて4,119人増の290,952人で、うち投票者数は106,993人。投票率は36.77%で、前回(26.40%)を上回りました。



中央体育館での開票作業

【プロフィール】

昭和32年8月6日生まれ。国士館大学政経学部卒業。

昭和55年に株式会社近鉄百貨店に入社。58年衆議院議員、62年内閣総理大臣中曾根康弘秘書を務める。平成7年4月に奈良県議会議員に初当選、以降11年4月と15年4月にも再選。



9月6日、吉田勝二市選挙管理委員長から市長選挙当選証書を付与された鍵田氏

〈開票結果〉

当選	鍵田忠兵衛	48,255
	大川靖則	44,988
	日和佐穰甫	12,599
	有効投票	105,842
	無効投票	1,148
	投票総数	106,990

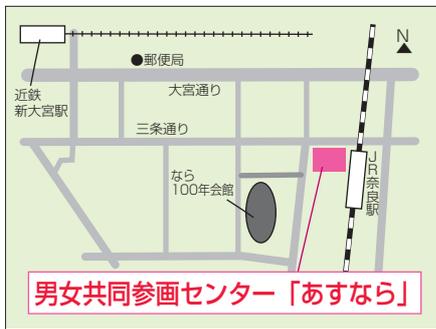
10月16日(土)・17日(日)

男女共同参画社会の実現をめざして あすならフェスティバル ～女性イキイキ宣言～



〈主なイベント〉

- ◎子どもの虐待について考えよう
- ◎子育て中のお母さん応援します
- ◎モンゴルの文化紹介と交流展
- ◎留学生と一緒にギョーザ作り
- ◎パネル展 ほか



男女が社会の対等な構成員として共に参画し、責任を担い合い、個性と能力が十分に発揮できる男女共同参画社会の形成をめざし、市内の主要女性市民団体が連帯して開きます。

【と き】 10月16日(土)午前10時～午後5時・17日(日)午前9時～午後4時

【と ころ】 男女共同参画センター「あすなら」(三条本町)

【内 容】 16日午前10時からオープニングイベント。期間中は参加団体の活動展示、ワークショップ、トーク、手づくり体験コーナー、ビデオ上映など

【参加団体】 国際ソロプチミスト奈良、国際ソロプチミスト奈良一平城、国際ソロプチミスト奈良一まほろば、国際ゾンタ・奈良ゾンタクラブ、奈良パイロットクラブ、市国際婦人交流協会、市女性ボランティア協会、市退職女教師会、市地域婦人団体連絡協議会、なら女性ネットワーク

【問い合わせ】 同フェスティバル事務局 (同センター内 ☎34-1525) へ。

夢・発見・感動のある 人権ステーション

なら・人権ふれあいカーニバル

多くの人々が人権について学び、交流する文化の祭典です。豊かな人間関係と共生の社会を築き、共に人権文化を創造していこうと開きます。発表会や展示をはじめ、音楽など感性に訴える人権コンサートも行います。

【と き】 10月10日(日)午前10時半

【と ころ】 なら100年会館 (三条宮前町)

【問い合わせ】 同カーニバル実行委員会 (市人権啓発センター内 ☎72-0220) へ。

◆オープニング (午前10時半)

内容…和太鼓、大道芸 (バルーンパフォーマー)



昨年の
カーニバルから

◆作品展示 (午前11時～午後4時)

内容…部落解放運動の実践と課題、イラク最新情報、反戦・平和パネル展ほか

◆ふれあい発表会 (午後2時～3時40分)

内容…吹奏楽演奏、人権作文発表、高校生による人権劇 (手話通訳、要約筆記あり)

◆模擬店 (午前11時～午後2時)

内容…みたらし、おでん、綿菓子、お菓子屋、当てもの、バザーなど

◆チャレンジコーナー (午前11時～午後2時)

内容…ふわふわバルーン (恐竜のお腹に入ろう)、キーホルダーづくり

◆かがやきコンサート (午後4時～5時10分)

内容…sug@r6 (シュガー6)・Queen's Tears Honey (キューティーハニー) のアカペラコンサート。託児あり (要事前連絡)



sug@r6

Queen's
Tears Honey



※来場は公共交通機関を利用してください

わたしたちはいつも願っています
 家族みんなが健やかで豊かな生活を！

国民健康保険

突然やってくる病気やケガ。そんな時、もし医療費全てを自分で支払うとしたら大変です。みんなでお金を出し合って互いに助け合い、安心して医療を受けられるのが国民健康保険制度です。

加入の届出が遅れると、保険証がないためその間の医療費は全額自己負担となったり、保険料もさかのぼって（最長2年まで）納めなければならなくなります。

～こんなときには届け出を（世帯主が14日以内に）～

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(職場の健康保険などがない人)	印鑑、他の市区町村の転出証明書	すでに国保に加入している世帯の人は、国保の保険証
	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	
	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	
	生活保護を受けなくなったとき	印鑑、生活保護廃止決定通知書	
	子どもが生まれたとき	印鑑、国保の保険証	
国保をやめるとき	他の市区町村へ転出するとき	印鑑、国保の保険証	
	職場の健康保険に加入したとき	印鑑、国保の保険証、職場の健康保険証	
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	印鑑、国保の保険証、職場の健康保険証	
	生活保護を受けることになったとき	印鑑、国保の保険証、生活保護開始決定通知書	
	死亡したとき	印鑑、国保の保険証	
その他	退職者医療制度に該当したとき	印鑑、国保の保険証、年金証書(年金加入期間の記載されたもの)	
	退職者医療制度に該当しなくなったとき	印鑑、国保の保険証	
	住所・世帯主・氏名などが変わったとき	印鑑、国保の保険証	
	出稼ぎや長期の旅行で別の保険証が必要なとき	印鑑、国保の保険証	
	修学のため子どもが他の市区町村に住所を定め、別の保険証が必要なとき	印鑑、国保の保険証、在学証明書	
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		

※40歳以上65歳未満の人で、身体障がい者療養施設など厚生労働省令で定める特定の施設に入所している人は、当分の間は介護分の保険料はかかりませんので、市役所国民健康保険課へ連絡してください。

届け出は市役所市民課または各出張所へ。退職者医療制度に関する届け出は市役所国民健康保険課または各出張所へ。

防災センター

〒630-8145 八条五丁目404-1
 ☎ 3 5 - 1 1 0 6

親子で防災体験

恐ろしい災害に備えて、防災に対する関心と知識を深めてもらおうと開きます。



とき…10月31日(日)午後1時～4時半 ▶内

地震体験

容…消火・煙避難・台風・地震体験、消防車試乗体験(雨天時は簡単な応急手当の実技体験に変更)、防災まんがビデオ上映 ▶定員…園児・小学生と保護者100人 ▶申し込み…往復はがきに住所、全員の氏名と年齢、電話番号を書いて、10月15日までに同センターへ。多い場合は抽選。

応急手当普及講習「あなたにもできる救命処置」

とき…10月13日(水)、24日(日)午後1時～4時 ▶内容…心肺そ生法、大出血時の止血法 ▶申し込み…電話で講習日の前日までに同センターへ。他にも、各種グループ等の要請に応じて指導員を派遣しますので、問い合わせてください。なお、防災ポスター展を10月17日(日)まで開催中。

ごみ減量・リサイクルキャンペーン 環境フェスティバル

とき…10月31日(日)午前11時～午後2時。雨天中止 ▶ところ…環境清美センター(左京五丁目) ▶内容…環境清美工場見学会、リサイクルフリーマーケット、100円均一コーナー、パソコン×ゲーム大会、リサイクルクイズ大会、ごみ減量・美化等



ポスター優秀作品とごみ減量・リサイクル実践優良団体「地球環境賞」表彰式(手話通訳あり)

リサイクルフリーマーケット参加者募集

募集数…自治会、子ども会、PTAなどの市民団体や友人、知人などの有志・グループ45団体程度 ▶出店商品…家庭内で眠っている不用品などで衣類、雑貨類(日用雑貨、装飾品など)、子ども服・おもちゃ類、手芸品(リフォーム商品・廃材を利用したものなど)。飲食物、石鹸など肌に触れるもの、コピー商品、違法商品、くじびきなどは不可 ▶出店料…チャリティー出店料として1組1,000円(全額善意銀行へ寄付) ▶申し込み…往復はがきに代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数、出店商品の内容と出店への意気込みを書いて、10月12日必着で市企画総務課(〒631-0801左京五丁目2 ☎ 7 1 - 3 0 0 1)へ。同一住所で1組1枚限り、多い場合は抽選。

地域と公民館が連携して

南部公民館

「なんなん？おもしろ体験隊」



安田美紗子さん

不思議なネーミングのこの事業は、都南中学校区の小学生を対象に、(財)生涯学習財団南部公民館とNPO法人都南地域教育振興会「都南はーとネット」が、昨年からの協働で取り組んでいる事業です。

同校区には帯解・精華・辰市・東市・明治と五つの小学校があり、小学校区を越えた仲間づくりや豊かな人間形成の糧となる体験活動の提供、地域で活

用できるモデルプログラムの蓄積をめざして実施しています。

学校週五日制の実施で毎週土曜日が休みになり、家庭や地域で子どもたちが過ごすかかわられていきます。そこで、地域様々な形で土曜日活動が実施されているので、みなさんもおなじみかと思えます。しかし、この事業は子どもたちへの楽しいプログラムだけでなく、親向けの自由参加プログラムも用意されているのが特徴です。

と言っても難しいことをするのはなく、子どもたちのプログラムが進行している間、親は子どもたちの家庭での様子や自分が感じていることを少しづつ語り、参加者みんなで気持ちを

「分かち合う」時間を持つというものです。

その際、話の進行役「ピアサポーター」を務めるのが都南はーとネットの役割です。参加者が

らは、普段の生活の中で子どもたちとのやりとりを振り返ることで、子どもの成長や自分の子育てについて気づくことの多い大切な時間になっていると好評です。

今年度の体験隊は、小学二年生から六年生まで二十七人の児童が参加、十五人のスタッフが応援します。四つのグループに分かれ、六月から来年二月までの主に毎月第二土曜日に活動します。

取材に伺った八月七日のテーマは「ハローティピー」。ティピーとは、北米で狩猟生活を営むインディアンが使用した住居(テント)のこと。年間を通じ、グループの活動拠点として使う「基地」を、みんなで協力して作ります。

大きな布を丸く切り、重しを付けた柱を固定するための穴を開け、柱となる三本の竹の棒を縄で縛り、その上に布をかぶせて完成です。布には、一年間を通してグループのシンボルとなる絵を描き、見事なティピーができ上がりました。どの子ども

絵の具だらけの顔や手、嬉しそうな表情には満足感や充実感があふれていました。

スタッフは、同館の職員やボランティアの学生、都南はーとネット会員で構成され、子どもたちを見守りながらプログラムを進めています。同館職員で都南はーとネット会員でもある佐野さんは、「今年で二年目になります。参加者の大半が昨年からの継続して参加してくれた児童で、『楽しかったから今年も続けたい』と言ってくれることが嬉しい」と話してくれました。

また、事業の運営に関しても五つの地域にこだわった活動内容を考え、単に「楽しかった」だけで終わらず、積み重ねて子どもたちの経験となるよう工夫しているそうです。さらに、プログラム終了後も毎回振り返りのミーティングを持ち、スタッフ自身も充実感を感じられることを大切にしていると、熱く語ってくれました。今後も、「正暦寺一休ごん」など、地域の教育資源を活用したプログラムが企画されています。

イキイキとした元気な子どもたちがいっぱい育っていくためにも、このようなNPOと公民館が連携した「地域をつなげていく」活動は、とても大切なことだと感じます。

奈良の「あゆみ」

角伐りと犬狩り

町の中を鹿が歩きまわって、夜はあかりなしには歩けないので油や蠟燭の費用はかさむし、ときには鹿に突かれてけが人も出る始末、町人たちの迷惑が大きかった。一六七一年(寛文一一)、時の奈良奉行溝口豊前守は、興福寺にかけあって翌年から角伐りを行うことにした。これが角伐りのはじまりで、その年には一四五頭の角をきっている。角伐りは奉行所のしごとであったが、幕末には町民にも角伐りが許されるようになった。中院は極楽院の庭、餅飯殿は大宿所の広場、東向は会所の庭というふうになり、町の空地に鹿を追いこんでおいて角をきったのである。

鹿を保護するために、毎年五月一日を過ぎると、犬狩りを行った。昔は奈良で犬を飼うことが許されなかった。生類憐れみの令の影響であるのか、町中に犬がふえたのではじめたのだという。犬狩りといっても殺すのではなく、なるべく遠くへ追いはらったものらしい。



鹿の角伐り



上…力を合わせてティピー作り
下…親同士のプログラム



毎月11日は
「人権を確かめあう日」

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



六条小学校
細川智未さん



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

「性同一性障がい」って？



体は女性だが心が男性で、男性用の服などを着るほうが自然に感じられる。逆に、体は男性なのに心が女性で、自分が男性であることにどうしても納得できない…。

性同一性障がいは、生まれ

た時の性が心と合っていない障がいです。生物学的には性別が明らかなのに、心理的には自分が別の性であると確信している状態で、次のような人がいます。

- ◎トランスセクシャル
自分の体へ特に強い違和感を感じ、性転換手術も望む人。
- ◎トランスジェンダー
性転換手術までは望まないが、異なる性別で生きようとする人。または男女という既存の性別以外の形を望む人。
- ◎トランスベストایت、クロスドレッサー
女装者や男装者などの異性装者。多くは自分の性別に不快感や違和感がないため、性同一性障がいとは別のものと

して考えられています。しかし、自分の性別に違和感や不快感を抱いたり異性になりたいたいという考えを持ち、異性装をすることで心のバランスをとっている人もあり、このような場合は性同一性障がいと考えられます。

◆異なる性に苦しむ人々
この障がいを抱える人たちは心と体が一致せず、「自分が自分でない」と苦しみ続けています。生まれついた自分の性別に強い違和感と嫌悪感を抱き、自分の性別を書くことさえ苦痛に感じています。また、自分の望む性になって生活する人も、戸籍謄本や住民票などの提出が難しかったり、就職が困難であったり、健康保険証の性別が生活している性別と異なるため病院に行きづらいなど、様々な問題が

あります。

◆自分らしく生きるために
こうした現状を理解せず、強い偏見を持って差別することはいけません。

今年七月十六日に「性同一性障害特例法」が施行され、一定の条件のもと性別の変更が可能になりました。

しかし、偏見をなくして誰もが自分らしく生きることのできる社会を実現するためには、制度面の改革だけでなく私たち一人ひとりが柔軟な考え方をもち、より理解を深めていくことが大切なのではないでしょうか。



【問い合わせ】市人権啓発センター（☎七二一―一五二〇）へ。

お知らせ



暮らし



イベント



スポーツ

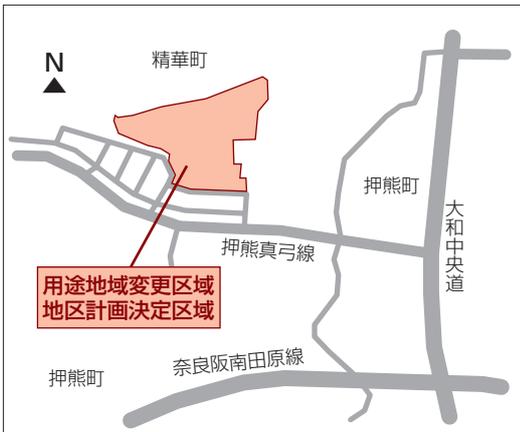


講座



都市計画(案)の縦覧

北登美ヶ丘六丁目において、用途地域(建ぺい率と容積率)の変更新案と地区計画の決定案を作成したので、次のとおり縦覧します。



10月の移動図書館 巡回日程

〔駐車時間〕 A = 午後0:30~2:00 B = 午後2:30~4:00

□ 中央図書館 (☎26-6101)
 □ 西部図書館 (☎45-5669)

巡回日	時間	ところ
5(火)	A	東九条町モータープール(東松商店)
	B	八条町 大安寺人権文化センター駐車場
5(火)	B	中登美ヶ丘一丁目 中央集会所前広場
6(水)	B	四条大路南町 自治会館駐車場
7(木)	A	西九条町 西九条会館駐車場
	B	東九条町 宮ノ森住宅集会所前
7(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)
8(金)	B	五条西一丁目 ライフストア西の京店駐車場
8(金)	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
13(水)	A	三条町 奈良ハイタウン東入口
	B	南永井町 第1号街区公園前
14(木)	B	菅原町 やまや駐車場
14(木)	A	帝塚山一丁目 第1号街区公園
	B	帝塚山四・五丁目集会所 帝山荘前
15(金)	B	千代ヶ丘二丁目 大倭滝の峯荘玄関前
19(火)	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
20(水)	B	西大寺宝ヶ丘 自衛隊宿舍駐車場
21(木)	B	秋篠早月町 秋篠サンパレス駐車場
21(木)	B	学園大和町一丁目 第1号街区公園
22(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
22(金)	B	富雄北三丁目 街区公園前
26(火)	B	佐保台二丁目 集会所駐車場
26(火)	B	富雄団地48号棟前 天の川小径
27(水)	A	二条町三丁目 浅沼組社員寮
	B	法華寺町 法華寺駐車場
28(木)	B	桂木町 桂木団地多目的広場
28(木)	A	丸山一丁目 西部生涯スポーツセンター・球技場駐車場
	B	富雄泉ヶ丘 第3号街区公園(ABC公園)前

〈中央・西部・北部図書館 10月の休館日〉
 4日、11日、12日、18日、25日、31日



生産緑地地区変更案の縦覧

生産緑地法第14条に基づく行為の制限の解除等、都市計画上の要請などによる生産緑地地区の変更案がまとまりましたので、次のとおり縦覧します。

【縦覧期間】 10月1日(金)~15日(金)午前8時半~午後5時15分(土・日曜日・祝日を除く)

【縦覧場所】 市役所都市計画課

【変更案の所在地】 三条大路二丁目、松陽台二丁目、菅原町、大安寺三丁目、高畑町、八条五丁目、三

確五丁目、南登

美ヶ丘・三松一

丁目各一部

なお、今回の

面課へ。

【問い合わせ】 県都市計画課(☎二七二七五二〇) または市役所都市計

画課へ。



里親制度

変更案について意見書を提出する場合は、意見の要旨とその理由を具体的に記載し、住所、氏名、職業、電話番号を併記した文書一通を市長あて(市役所都市計画課)に、10月15日必着で提出してください。くわしくは、同課へ。

親の病気、家出、離婚等の事情により、家庭での養育が困難となった子どもを預かり、温かい愛情と家庭的環境の中で育てていく制度です。

【里親の種類】

養育里親…子どもを養育する里親として認定を受けた人 ▼短期里親…1年以内の期間を定めて、子ども



の養育者として認定を受けた人

【里親の認定基準】
 ①里親申込者とその家族が、児童の養育に理解と熱意、豊かな愛情を有すること
 ②家庭生活が、精神的物質的にも健全に営まれていること。

【子どもの養育委託】

県中央子ども家庭相談センターは、認定された里親の中から子どもに適した家庭を選定し、子どもの養育を委託します。養育を委託された里親には、里親手当等の養育費が支給されます。

【問い合わせ】同センター（☎二六―三七八八）または市役所児童課へ。

10月はシルバー人材センター普及啓発促進月間

10月16日(土)「シルバーの日」にちなみ、近鉄奈良駅など主要ターミナル周辺で同センター事業の普及啓発活動と清掃活動を行います。また、同センターでは会員（60歳以上）を募集しています。



問い合わせ：同センター（☎三三三）

10月18日は、水道料金等の口座振替日です。

―四〇〇四）へ。

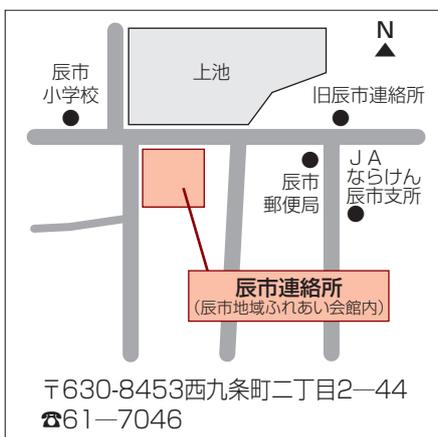
緑の相談窓口

緑化推進をめざし、樹木医の協力で樹木に関する無料相談を開きます。
 とき：10月21日(木)、11月18日(木) 午前9時
 ところ：市役所農林課

▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、相談内容の概略と希望日を書いて、10月18日までに同課へ。ファクシミリ（☎三五―五五五九）も可。

辰市連絡所を移転

辰市地域ふれあい会館の開館に伴い、辰市連絡所が同会館内に移転しました。



〒630-8453西九条町二丁目2-44
 ☎61-7046

浄化槽のルールを守りましょう

10月1日は「浄化槽の日」昭和60年、浄化槽法が全面施行さ

れたことにちなみ制定された日です。

浄化槽は、微生物の働きを利用してトイレや台所、洗濯の排水を浄化します。しかし、日頃の維持管理を怠ると浄化能力が低下し、悪臭やハエ、蚊の発生など地域環境の悪化につながります。

そこで設置者に対して、清掃、保守点検、法定検査を定期的に行うことが浄化槽法で義務付けられています。浄化槽の機能を適正に保つために、適正な維持管理をお願いします。

◇浄化槽の清掃

浄化槽は、適正に使用しても約1年経過すると微生物の死骸や汚泥が溜まり、働きが衰えてきます。そのため、年1回以上の清掃をすることが法律で義務付けられていますので、奈良市長の許可を受けた浄化槽清掃業者に依頼してください。

◇浄化槽の保守点検

浄化槽の機能を点検し、設備の調整・修理、スカムや汚泥の引き抜きや清掃時期の判断、消毒剤の補充などを行います。奈良市長の登録を受けた浄化槽保守点検業者に依頼してください。

◇浄化槽の法定検査

浄化槽が適正に管理され、その働きが正常に維持されているかを検査します。これには、使用開始から6〜8か月後に受ける「7条検査」と、7条検査実施後に毎年1回受ける「11条検査」があります。

【問い合わせ】保守点検業者については市役所環境保全課または(社)県環

境保全協会（☎〇七四五―二二一五一六一）、清掃については市企画総務課（☎七二―三〇〇一）、法定検査については(社)県環境保全協会へ。

老齢福祉年金・障害基礎年金（無拠出分）の所得制限

市役所国民年金室からのお知らせ
 8月から、老齢福祉年金・障害基礎年金（無拠出分）の受給者に関する所得制限限度額が次のとおり決定されました。

本人所得制限限度額 (単位：円)					
扶養親族数	0人	1人	2人	3人	一人増すごとに380,000円加算
老齢福祉年金	1,595,000	1,975,000	2,355,000	2,735,000	
障害基礎年金	全額支給停止	4,621,000	5,001,000	5,381,000	380,000円加算
	半額支給停止	3,604,000	3,984,000	4,364,000	
配偶者・扶養義務者所得制限限度額 (単位：円)					
扶養親族数	0人	1人	2人	3人	一人増すごとに213,000円加算
老齢福祉年金	6,287,000	6,536,000	6,749,000	6,962,000	
	一部支給停止	3,401,000	3,650,000	3,863,000	4,076,000

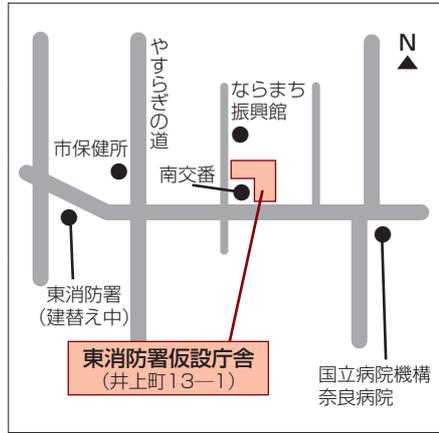
(老齢福祉年金と他の公的年金の併合限度額は712,000円です)

【問い合わせ】奈良社会保険事務局（☎三三―一〇五〇五）へ。

11月15日～30日は固定資産税・都市計画税(第3期分)の納期です。納税は便利な口座振替を利用してください。

東消防署が 仮設庁舎に移転

施設建て替えのため、工事期間中(今年10月～平成18年3月)は次の場所に移転します。



【問い合わせ】同署(☎二二一七〇五二)へ。

各種統計調査の 調査員を募集

対象：20歳以上で責任をもって調査を遂行できる人 ▼申し込み：市役所総務課(☎三四四七二二)へ。

土地取引には届出が 必要です

提出期限は
契約締結日から2週間以内です
国土利用計画法は、適合で合理的な土地利用を確保するため、土地取引の届出制度を設けています。土地にかかる契約(予約を含む)をしたときは、買主などの権利取得者は、

2週間以内に土地売買等の届出をしなければなりません。

届出が必要な 土地の面積

市街化区域は2千㎡以上、市街化調整区域は5千㎡以上、都市計画区域外1万㎡以上



【届出先】届出書に必要事項を記入し、添付書類(契約書の写し、地図など)とともに、土地の所在する市町村役場に届けてください。届出書は市役所企画課や県のホームページ(<http://www.pref.nara.jp>)で入手できます。

【審査内容】土地の利用目的が、土地利用の計画に適合しない場合には、利用目的の変更を勧告し、是正を求めることがあります。

【罰則】届出をしなかったり虚偽の届出をすると、6か月以下の懲役または100万円以下の罰金に処せられることがあります。

【問い合わせ】県資源調整課(☎二七―八四八七)または市役所企画課へ。

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・ところ：①10月21日(木)中央公民館(上三条町) ②10月22日(金)西部公民館(学園南三丁目) 時間は午

前10時～正午 ▼講師・内容：日本

アドラー心理学会認定カウンセラーの岸見一郎さん「子どもたちとどう関わるか?子どもたちが本当に求めていること」

定員：各80人 ▼申し込み：往復はがきに講座名、①



②の別、住所、氏名、電話番号、託児希望(1歳～就学前)の人は幼児の氏名、年齢を書いて、10月15日までに市役所社会教育課へ。多い場合は抽選。

人権教育地区別研修会

くらしのなかに人権を

とき	地区名(時間)とところ
10/13(水)	帯解(午前9時半～11時半) 南部公民館
10/20(水)	東市(午後1時半～3時半) 東市地域ふれあい会館
10/21(木)	精華(午後7時～9時) 南部公民館精華分館

研修方法：小グループによる話し合い学習 ▼申し込み：不要。当日直接会場へ ▼共催：市人権教育推進協議会

くわしくは、市役所社会教育課へ。

人権草の根講演会

人権意識を高め、さまざまな人権問題の解決に向けて、各ブロックごとに「人権」をテーマに開きます。

【東部Ⅰ(田原・水間)】

とき：11月2日(火)午後7時～9時 ▼ところ：田原公民館 ▼講師：テ

ーマ：市人権啓発講師団講師の青木嘉子さん「出会いを豊かなものにするために～自分に問う人権意識」

【東部Ⅱ(柳生・大柳生・東里・狭川)】



とき：11月10日(水)午後7時～9時 ▼ところ：興東公民館 ▼講師：テ

ーマ：(財)県教育公務員弘済会顧問の辻井誠行さん「次代に遺したいもの」

青少年児童会館

茶道教室(一光流) とき：10月21日～12月16日の原則として毎週木

曜日午後6時半～8時半。8回 ▼定員：15～25歳15人。在勤も可

華道教室(一光流) とき：10月21日～12月16日の原則として毎週木曜日午後6時半～8時半。8回 ▼

定員：15～25歳17人。在勤も可

【教材費】実費が必要

【申し込み】はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月14日必着で同館へ。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
☎二七九四〇〇 西二七一九四〇一
ショウイング・ディスプレイセミナー とき：11月10日(水)午後2時～

児童手当(0歳〜小学3年生修了前の児童が対象・所得制限あり)

10月は 仕事と家庭を考える月間



厚生労働省が仕事と家庭の両立について、社会全般の理解を深めてもらおうと定めた月間で、今年で制定10年となります。

〈仕事と家庭を考えるセミナー〉

「次世代育成支援対策推進法」に基づき、一般事業主行動計画の策定に向けた取り組みやファミリー・フレンドリー企業の普及を促そうと開きます。

とき…11月1日(月)午後1時半～4時 ▶ところ…春日野荘(法蓮町) ▶内容…ファミリー・フレンドリー企業に関する基調講演とパネルディスカッション、ファミリー・フレンドリー企業表彰 ▶定員…150人 ▶申し込み…電話で10月22日までに市役所商工労政課へ ▶共催…奈良労働局、県、財21世紀職業財団奈良事務所

の申請はお早めに。くわしくは、市役所児童課へ。

5時(コース番号K31) ▼内容:店・商品を魅力的に見せるシヨウイング ▼講師:シヨウイングインストラクターの高梨倫子さん ▼定員:25人 ▼材料代:千200円



インターネット・Eメール とき:11月5日(金)午後1時～5時(コース番号S11) ▼内容:ホームページ閲覧、Eメール操作と利用上の注意事項 ▼定員:20人 ▼受講料:2千550円(教材費を含む) アクセスによるデータ管理 とき:11月8日(月)・10日(水)①午前10時～午後1時(コース番号P31) ②午後

2時～5時(コース番号P32) ▼内容:データテーブル・入力画面・クエリー作成など ▼定員:エクセルの基本操作ができる人各20人 ▼受講料:4千110円(教材費を含む) パソコン・インターネット活用セミナー とき:11月12日(金)午後6時～9時(コース番号A11) ▼内容:インターネットを使った情報の集め方など。パソコンの選び方、ネットワーク化などの相談もあり ▼定員:20人 ▼受講料:千100円(教材費を含む) [申し込み] 往復はがきに講習名・



コース番号、開催月、住所、氏名、職業、電話番号を書いて、いずれも10月15日必着で同センターへ。1枚に一人1講習限り。同一内容の講習での複数応募は不可。多い場合は抽選。



なら工芸館

〒630-8346阿字方字町一丁目二七〇〇三三三

奈良工芸フェスティバル

制作体験の参加者を募集

一刀彫 とき:11月6日(土)・7日(日)・13日(土)のいずれか。時間は午前10時～5時 ▼内容:来年の干支(酉)づくり。参加者に桐箱を贈呈 ▼定員:35人 ▼参加料:2千円 陶芸 とき:11月6日(土)・7日(日)・13日(土)のいずれか。午前の部は10時～午後1時、午後の部は2時～5時 ▼内容:手回しロクロや手びねりによる制作体験 ▼定員:20人。申し込み時に希望の部を明記 ▼参加料:2千円

織物 とき:奈良晒(麻織物)は11月6日(土)・7日(日)、秋篠手織(綿織物)は13日(土)・14日(日)のいずれか。時間は午前10時～10時半、10時半～11時、11時～11時半、11時半～正午、午後2時～2時半、2時半～3時、3時～3時半、3時半～4時 ▼内容:コースターの制作体験 ▼定員:各3人。申し込み時に奈良晒・秋篠手織のいずれかを明記 ▼参加料:500円

前10時～11時、11時15分～午後零時15分、午後1時半～2時半、2時45分～3時45分、4時～5時 ▼内容:トノボ玉(ガラス玉アクセサリー)の制作体験 ▼定員:15歳以上各10人 ▼参加料:2千円

古楽面 とき:11月14日(日)。午前の部は10時～午後零時半、午後の部は1時半～4時 ▼内容:来年の干支(酉)の守護神、不動明王面の彩色 ▼定員:各15人。申し込み時に希望の部を明記 ▼参加料:2千円 茶道具 とき:11月14日(日)。花器の部は午前10時～正午、茶杓の部は午後1時～3時 ▼内容:茶道具(花器・茶杓)づくり。茶杓は桐箱付 ▼定員:各10人。申し込み時に希望の部を明記 ▼参加料:花器は2千円、茶杓は千500円

[申し込み] 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望分野、希望日・時間、織物は秋篠手織か奈良晒を書いて、10月17日必着で同館へ。1分野一人1枚限り(直接来館する場合も同様の返信用はがきを持参)。電話、ファクシミリは不可。多い場合は抽選。



10月15日～11月1日は国民健康保険料(第5期分)の納期です。納付は便利な口座振替を利用してください。

文化財教室 「発掘された近畿」

奈良市美術館で開く「発掘された日本列島二〇〇四 新発見考古速報展」にあわせて、展示中の調査に従事した専門家が最新の調査成果について講演します。

とき	講師・内容
10/31(日)	同実行委員会副会長の水野正好さん「発掘が描く魅惑の日本古代史」
11/7(日)	独立行政法人奈良文化財研究所の松村恵司さん「飛鳥古京と飛鳥池遺跡」
11/14(日)	(助)大阪府文化財センターの江浦洋さん「大坂冬の陣を掘る」
11/21(日)	市埋蔵文化財調査センター職員「史跡大安寺旧境内西塔の調査」

時間：午後2時～3時半 ▼ところ：イトーヨーカドー奈良店5階

1クカルチャャーセンター(二条大路南一丁目) ▼定員：各70人 ▼費用：美術館観覧料として300円 ▼申し込み

往復はがきに講座日、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月15日必着で市役所文化財課へ。一人1講座1枚限り。多い場合は抽選。

名勝大乗院庭園文化館

お茶席 とき：10月17日(日)午前10時半～午後3時半 ▼定員：先着100人 ▼お茶券：300円

杉岡華邨書道美術館 関東女流かな五人展

漢字を使った日本語表記の万葉仮名から草書体を用いた草がなを経て、女手と呼ばれる「かな」が成立する。貴族など上流階級の女性が大きく貢献したと考えられています。女性特有の繊細な感覚から生まれたかな書の世界では、戦後他の分野同様に女性が社会に進出するに伴い、特に関東において活躍著しい女流書家が輩出されました。

そこで、関東のかな書壇を代表する熊谷恒子、大石隆子、堀桂琴、森田竹華、筒井敬玉(生年順)の作品を展示します。

期間：10月9日(土)～来年1月16日(日) ▼開館時間：午前9時～午後5時まで(入館は4時半) ▼観覧料：300円。16歳未満と高校生、市内在住の70歳以上と心身障がい者は無料 ▼休館日：月曜日、休日の翌日(土・日曜日、休日でない場合)、12月26日～来年1月5日。なお、同展開催に伴う展示替えのため、10月4日(月)・8日(金)は臨時休館
書道文化講座「森田竹華と女流かな書家」 とき：11月13日(土)午後2時 ▼講師：読売書法会理事の福島

ならまちからわらべうたを発信 ならまちわらべうたフェスタ

【とき】10月17日(日)午前11時～午後5時
【ところ】餅飯殿センター街マイズ広場、春日大社大宿所(餅飯殿町)、ならまちセンター(東寺林町)、奈良町物語館(中新屋町)、奈良町家文化館くるま座(薬師堂町)、未来工房奈良オリエント館(西新屋町)、杉岡華邨書道美術館(脇戸町)、音声館(鳴川町)
【内容】模擬店、物産展、竹トンボ、竹馬作り、羽根つき、こま回し、折り紙教室、お手玉づくりなど
【その他】10月3日(日)～17日(日)にならまち格子の家でわらべうた版画展
【問い合わせ】同実行委員会(助ならまち振興財団事務局内 ☎27-1820)へ。

写真美術館

入江泰吉の眼を歩く「佐紀と平城宮跡」 とき：11月14日(日)午前9時45分近鉄平城駅前、午後3時半解散。雨天決行 ▼内容：奈良大学文学部国文学科教授の上野誠さんによる講話「万葉の世界」、前同館館長の井岡重信さんと写真家の牧野貞之さんによる現地解説 ▼定員：成人40人。在勤も可 ▼参加料：500円 ▼申し込み：往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月20日必着で同館へ。1枚に一人限り。多い場合は抽選
写真道場初級編「一眼レフカメラの機能と使い方」 とき：午前の部11月16日(火)・30日(火)午前10時～正午、撮影は12月5日(日)午前10時～午後3時、作品講評は12月21日(火)午前10時～正午、質疑応答は来年1月8日(土)午前10時～正午。午後の部11月16日(火)・30日(火)午後2時～4時、撮影は12月7日(火)午



クラシック音楽リサイタル

大門玲子 (オーボエ) & 櫛原藍 (ピアノ)

ジョイントリサイタル



大門玲子さん

クラシック音楽家をめざす若い人の活躍を奨励しようと、公募で選ばれた音楽家のデビューリサイタルを開きます。



櫛原藍さん

【とき】 11月20日(土)午後6時
【ところ】 学園前ホール (学園前三丁目)
【内容】 第1部=大門玲子オーボエ独奏、オーボエとピアノのためのソナタ(C. サン=サーンス)ほか。第2部=櫛原藍ピアノ独奏、ピアノ・ソナタ第23番へ短調、op.57「熱情」(ベートーヴェン)ほか
【入場料】 1,000円。全席自由
【入場券】 市役所文化振興課、なら100年会館、奈良市美術館、ならまちセンター、学園前ホール、北部会館市民文化ホール、市民サービスコーナーで発売中
【問い合わせ】 市役所文化振興課へ。

前10時〜午後3時、作品講評は12月21日(火)午後2時〜4時、質疑応答は来年1月8日(土)午後2時〜4時
▼ところ: 撮影は浮見堂、奈良公園、東大寺周辺
▼定員: 全回受講できる成人30人。在勤も可
▼受講料: 千円
▼持ち物: 一眼レフカメラ(コンパクトカメラ、デジタルカメラなどは不可)など。撮影機材、フィルム等は各自用意。雨天決行
▼申し込み: 往復はがきに講座名、午前・午後の別、住所、氏名、年齢、電話・ファクシミリ番号、を書いて、10月20日必着で同館へ。1枚に一人限り。多い場合は抽選

10月5日(火)〜11日(祝)、京條幸子(野の花)コーデイナー(10月13日(水)〜17日(日)、岩本知星(草月流)10月19日(火)〜24日(日)、吉川春美(創作フラワーデザイン)10月26日(火)〜31日(日)、浜田恭子(フラワーデザイン)11月5日(金)〜7日(日)、松浦栄耀(春日流)11月9日(火)〜14日(日)、須山法香齋(大和未生流)11月18日(木)〜21日(日)。各初日に生け込みパフォーマンス、各最終日は午後4時頃撤花。



市庁舎 ふれあいコンサート

とき: 10月15日(金)午後零時15分
▼ところ: 市役所玄関ホール
▼内容: 市国際音楽交流協議会団体会員「トゥロアー・クウル」によるフル



ならまち写生会

トとハーブの演奏
 くわしくは、市役所文化振興課へ。

とき: 11月6日(土)午前8時半〜9時に受付、午後3時までには作品提出。雨天順延
▼ところ: 元興寺極楽坊境内とならまち一円。小学5年生以下は元興寺境内のみ
▼持ち物: 画板、クレヨンまたは絵の具など。画用紙は当日配布
▼申し込み: はがきに住所、氏名、電話番号、学校名、学年を書いて、10月31日必着で(財)ならまち振興財団(〒630-8317井上町十一 ☎二七一一八二〇)へ。小学2年生以下は要保護者同伴。



ならまち篝火コンサート

(財)ならまち振興財団が奈良町座の協力で開きます。

とき: 10月16日(土)午後6時半〜8時。
雨天中止 **▼ところ:** ならまちセンター前広場(東寺林町)



▼内容: ビッグバンドによる映画音楽などのジャズコンサート
▼問い合わせ: 同財団(☎二七一一八二〇)へ。天候不順による開催の有無は午後3時以降に問い合わせてください。



上方舞の鑑賞会

とき: 11月14日(日)①午後1時②午後4時
▼ところ: ならまち格子の家(元興寺町)
▼演目: 浪花十二月、愚痴
▼演者: 立方は山村若女さん、地方は菊原光治さん、菊央雄司さん
▼定員: 各40人
▼鑑賞料: 500円
▼申し込み: 往復はがきに住所、氏名、電話番号、①②の別を書いて、10月31日必着で(財)ならまち振興財団(〒630-8317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。



和服でならまちウォーク

同実行委員会と(財)ならまち振興財団が開きます。衣装から着付けまで用意しています。

とき: 11月5日(金)〜7日(日)午前10時〜午後4時
▼ところ: 名勝大乗院庭園文化館(高畑町)
▼参加料: 2千円
▼申し込み: 電話で同実行委員会の高木さん(☎三三三三三三三三・〇九〇一五四六六九九〇七)へ。





男女共同参画センター「あすなろ」

〒630-8122 三条本町八一
☎三三四一五二五 ☎三三三六九三八

アサーティブ・トレーニング (自己主張) セミナー

自分も相手も尊重しながら、気持ちを素直に表現するために実践的な練習を行い、新しい自分の行動パターンを身につけましょう。



とき	内容
11/1 (月)	自分が生きたい物語をこの人生で体験すること
10/25 (月)	相手に自分を届けるためのスペースを創るには?
10/18 (月)	なぜ自分を表現したいのでしょうか?

時間：午後1時半～3時半 **定員**：女性30人 **参加料**：千円 **申し込み**：往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、無料託児(2歳～就学前)希望者は幼児の名前、年齢を書いて、10月14日までに同センターへ。電話、ファクシミリ、Eメール (asnarag99@m4.kcn.ne.jp) も可。多い場合は抽選。



ならり奈良館

〒630-8215 東向中町一八近鉄奈良駅北元四・五階
☎二二一七〇七〇

特別講座「フランス ヴェゼール川流域の先史時代」トナカイの時代
ラスコーの洞窟壁画などがあるフランスのドルドーニュ県考古学遺産保存局長のセルジュ・モリさんを講

師に、西欧の世界遺産に親しんでもらおうと開きます。

とき：10月31日(日)午後1時半～3時 **定員**：100人 **参加料**：同館の入館料として一般240円(団体料金扱い) **申し込み**：往復はがきに講座名、全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月15日必着で同館へ。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 **共催**：奈良日仏協会。



平城宮跡菊花大会

県菊花連盟と共催で開きます。
とき：展示期間は10月20日(水)～11月19日(金)。10月25日(月)～27日(水)と11月15日(月)～17日(水)は県菊花連盟による「菊づくり相談コーナー」もあり **ところ**：市役所庁舎玄関前広場



この大会に出品する菊花作品(大菊3本立て一人1鉢)を募集します。申し込みは、電話で10月12日までに市役所観光課へ。



西老春の家

〒631-0024 百楽園二丁目九一三
☎四一三二二五

手芸教室(後期) **とき**：11月～来年3月の毎月第1・3木曜日午前10時～正午 **内容**：家庭用小物など **定員**：60歳以上25人 **教材費**：実費が必要 **申し込み**：往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、

年齢、電話番号を書いて、10月15日必着で同所へ。多い場合は今年度教室受講者以外の人を優先し抽選。

北老春の家

〒631-0805 右京一丁目一四
☎七七一三五〇

囲碁教室 **とき**：11月～来年3月の毎月第2・4木曜日午前10時～正午 **定員**：60歳以上の初級者16人 **ここに健康体操教室** **とき**：11月～来年3月の毎月第1・3火曜日午前11時～正午 **定員**：60歳以上30人



太極拳教室 **とき**：11月～来年3月の毎月第2・4金曜日。初心者コース 午前10時～11時半、経験者コース 午後1時～2時半 **定員**：60歳以上各コース30人

押し花アレンジ教室 **とき**：11月～来年3月の毎月第2・4土曜日午前10時～正午 **定員**：60歳以上16人 **教材費**：実費が必要

申し込み：往復はがきに教室・コース名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、囲碁教室は棋力を書いて、10月15日必着で同所へ。1枚に1教室限り、一人2教室まで可。多い場合は抽選。



ボランティアセンター

〒630-8113 法蓮町一七〇二一
☎二六二二七〇

ボランティアフェスティバル **とき**：11月6日(土)午前10時～午後3時半 **ところ**：同センター、東老春

の家 **内容**：ふれあい作文・ポスターの表彰と展示、バザー、フリーマーケット等 **その他**：入場自由。当日直接会場へ。また、バザーの開始時間については同センターへ問い合わせてください。



総合福祉センター

〒631-0801 左京五丁目二一
☎七二〇七〇七〇 ☎七二〇七〇七三

要約筆記ボランティア養成応用講座 **とき**：11月13日～来年1月8日の第2・3土曜日午前10時～午後3時。1日2講座で10回 **定員**：要約筆記活動経験が1年以上の人20人。在勤・在学も可 **費用**：テキスト代などが必要 **申し込み**：往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話・ファクシミリ番号、活動年数、在勤・在学者はその旨を書いて、10月30日必着で同センターへ。多い場合は抽選



版画教室 **とき**：11月10日・17日、12月1日～15日の各水曜日午後1時半～3時半。5回 **定員**：障がい者14人 **教材費**：200円程度 **申し込み**：同センター備え付けの用紙はがき、ファクシミリに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクシミリ番号、障がいの種別・等級を書いて、10月26日必着で同センターへ。多い場合は抽選

ふれあいゲートボール大会 **とき**：10月23日(土)午前9時～午後零時

なら100年会館催し案内

〒630-8121三条宮前町7-1

☎34-0100・ホームページhttp://www.nara100.com

◆会田桃子とアルゼンチンタンゴ四重奏団 「クアルテート*クアトロシエントス」

とき…来年1月16日(日)午後3時 ▶ところ…同館中ホール ▶出演…会田桃子(ヴァイオリン)、北村聡(バンドネオン・奈良出身)、林正樹(ピアノ)、西嶋徹(コントラバス)、ユージン&アリサ(ダンス)、セルヒオ・ビジャロエル(歌手) ▶曲目…リベルタンゴ、ラ・クンパルシータほか ▶入場料…3,000円。全席指定、未就学児は不可 ▶入場券…10月9日午前9時から同館、学園前ホール、市民サービスコーナー、北部会館市民文化ホール、午前10時から奈良市美術館、ローンチケット(Lコード56800)で発売開始



会田桃子さん



北村聡さん

◆新春ビックステージ2005

舟木一夫「赤い詰襟」コンサートツアー

とき…来年1月26日(水)午後2時半、午後6時半 ▶ところ…同館大ホール ▶入場料…S席6,800円、A席5,800円、B席4,800円。全席指定 ▶入場券…10月2日午前9時から同館、MIN-ON予約センター(☎06-6762-6130)、ローンチケット(Lコード56637)、電子チケットぴあ(☎0570-02-9966・Pコード181-076)で発売開始。同館の電話予約は3日午前9時から専用電話で ▶問い合わせ…MIN-ON予約センターへ



◆ならを元気にするセミナー「頑張れ!奈良」 中小企業の経営者やあらゆる組織のリーダーの 成功の条件

第3回 とき…12月18日(土)午後1時 ▶講師・テーマ…電器会社技術特別顧問の三木弼一さん・技術開発の国際競争力



三木弼一さん

第4回 とき…来年1月22日(土)午後2時 ▶講師・テーマ…会社代表取締役の品川隆幸さん・オンリーワン!元気に中小企業であるために



品川隆幸さん

【ところ】同館中ホール
【入場料】1,500円。全席指定、未就学児は不可。3回以上セミナーに参加した人は来年2月26日開催の第6回セミナーに招待
【入場券】10月2日午前9時から同館、学園前ホール、北部会館市民文化ホールで発売開始。同館の電話予約は3日午前9時から専用電話で。

〈電話予約番号〉同館予約専用(☎34-0111)、
ローンチケット(☎0570-06-3005)

半。雨天時は同センター体育館で実施
▼定員:18歳以上の身体障がい者、健常者30人 ▼持ち物:ステイック(ある人)。雨天時は上靴も
▼申し込み:同センター体育館備え付けの用紙かほか、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・等級を書いて、10月13日必着で同センター体育館へ。多い場合は抽選。
▼その他:チーム単位か個人で受け付けますが、あらかじめ主催者側でチーム編成を行います



ふれあい卓球大会

とき:11月14日(日)午前9時半~午後4時
▼定員:中学生以上の身体障がい児・者、健常者40人
▼競技方法:立

位・車椅子の混合個人戦(硬式とラージボール)
▼持ち物:体育館シューズ、ラケット(ある人)など
▼申し込み:同センター体育館備え付けの用紙かほか、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、試合球(硬式かラージボール)を書いて、11月3日必着で同センター体育館へ。多い場合は抽選
障がい者職業相談 とき:11月12日(金)午後1時半
▼相談員:奈良公共職業安定所専門相談員
▼申し込み:同センター体育館備え付けの用紙かほか、ファクシミリに住所、氏名、生年月日、電話番号、障がいの種別・等級、職業相談希望と書いて、11月2日必着で同センター体育館へ。視覚障がい者のみ電話受付可。

多い場合は調整。



関西本線沿線探訪ツアー

奈良市などJR関西本線の沿線14市町村で構成する関西本線奈良亀山間複線電化促進同盟会が、沿線地域の魅力を知ってもらい、同線の利用を促進しようと開きます。
とき・コース:11月7日(日)午前10時JR加茂駅西口集合、恭仁京周辺ウォーキング(海住山寺・恭仁宮跡)、「石・彩なす笠置かたち」見学とわかさぎ温泉、午後4時JR笠置駅解散。雨天決行 ▼定員:150人。小学生以下は保護者同伴 ▼申し込み:往復はがきに、全員の住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月15日までに上野市役所企画調整課



母子福祉センター

(〒518-8501三重県上野市丸之内一六 ☎0595-112196)へ。
1枚に5人まで可。多い場合は抽選。
〒630-8325西木辻町一五九一二四 ☎6-1155-11
母子家庭の「秋の行事・みかん狩り」 とき:11月3日(祝)午前8時半集合。雨天決行 ▼行き先:橘香園(岸和田市) ▼定員:母子家庭の母と子(中学生まで)180人 ▼申し込み:往復はがきに住所、母子の氏名、子の学校名、学年、年齢、電話番号を書いて、10月15日必着で同センターへ。多い場合は抽選。



10月11日「体育の日」も、ごみ・再生資源の収集業務は通常通り行います。



スポーツ施設を開放

〈二般開放〉

鴻ノ池陸上競技場（法蓮町）と

き：10月17日(日)午前9時～正午、午後1時～4時 ▼種目：陸上競技（投てきは無し）

〈学校5日制開放〉

中央体育館（法蓮町）とき：10月16日(土)午前9時～11時半 ▼種目：ソフトバレーボール

中央第二体育館（法蓮町）とき

：11月6日(土)午前9時半～11時半（受付は午前9時～9時半） ▼種目：ソフトバレーボール



【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用のこと。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。



西部生涯スポーツセンター

〒631-0062 中町四八六〇
☎五二一〇一〇〇〇

市スポーツ振興事業団が開きます。親子体操教室 とき：10月25日

12月13日の毎週月曜 日午後2時半～午後4時。8回 ▼内容：ストレッチ体操、マット、跳箱などによる体操の基本 ▼定員：4～6歳児と



保護者10組 ▼参加料：2千70円 ▼申し込み：往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月9日までに同センターへ

着衣泳法講習会 とき：10月24日(日)午前10時～正午 ▼定員：小学生以上。小学生以下は保護者同伴で可

▼費用：保険代として50円 ▼申し込み：はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月20日までに同センターへ。

臨時休館のお知らせ 10月24日(日)～11月4日(木)は、プール施設点検・整備のため休館します。

ターゲット・バードゴルフ教室

とき：10月16日・23日、11月6日・20日の土曜日午前8時半～午後零時半 ▼ところ：杏グラウンド(杏町) ▼対象：40歳以上 ▼申し込み：市体育指導委員協議会指導委員の安達俊弘さん（〒630-8013 三条大路五丁目二一六 ☎三四一三七四七）へ。



ターゲット・バードゴルフ教室

「ふれあいのまち奈良」放送時間の変更

毎週木曜日午後8時55分から奈良テレビ放送UHF55チャンネルで放送している市政広報番組「ふれあいのまち奈良」は、10月14日(木)放送分のみ放送時間を午後9時25分に変更します。再放送の時間は変更ありません。



「ふれあいのまち奈良」放送時間の変更

くわしくは、市役所広報課へ。

ごみの分け方と出し方

正しく分別して ごみ減量・リサイクルを

〈燃やせないごみはこんなもの〉

化粧品のびん、薬剤のびん、陶磁器、ガラス類、薬剤缶、塗料缶、スプレー缶（殺虫剤・整髪ムース・潤滑油など）、使い捨てライター、小さな金属類、金属などが一緒に混ざった複合品、小さな革製品（ベルト、靴1足程度）、カセットテープ、ビデオテープ（1～2本程度）、ゴム・おもちゃ類（小さな物）、電球（球状のもの。蛍光灯は除く）、錠剤のシート（「その他プラスチックリサイクル」マーク入りはその他プラスチックへ）、乾燥剤、使い捨てカイロ、ボールペン、ナイロンストッキング、保冷剤、スチール製の容器のキャップなど



10月の燃やせないごみ収集日

（樺市清美公社収集地域を除く）

◆燃やせるごみが火・金曜日の収集地域は、14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、15日(金)に燃やせないごみを収集します。

※この日や「その他プラスチック」収集日は通常の倍の地域を収集するため、通常より収集に時間を要します。理解と協力をお願いします。



〈燃やせないごみの出し方〉

- ①缶類は半斗缶以下です。それ以上は大型ごみとして出してください。
- ②スプレー缶は、必ず中身を使い切ってから穴を空けてください（ヘアースプレー缶、カートリッジ式ガスボンベは再生資源へ）。
- ③使い捨てライターは爆発のおそれがあるため、石を取り除くか本体を砕いてください
- ④刃物・ガラス類など鋭利な物は、作業員がケガをしないよう布や新聞紙などでくるんで排出してください。
- ⑤陶器類、ガラス類、革製品、おもちゃ類等をまとめて出す場合は、箱か袋に入れて大型ごみで申し込んでください。

◆工事施工者へお願い

ごみ収集に支障をきたす恐れがある箇所で行う際は、事前に市環境清美第一事務所へ連絡してください。



【問い合わせ】市環境清美第一事務所（☎71-3012）へ。

はじめてのパソコン、年賀状を作成してみよう 高齢者パソコン教室

【ところ・とき】 時間は午後1時半～3時半。各6回

東老春の家＝11月5日(金)～7日(土)・12日(金)～14日(土)

西老春の家＝11月19日(金)～21日(土)・23日(祝)・25日(木)・26日(金)

北老春の家＝12月3日(金)～5日(土)・7日(火)～9日(木)



【内容】 パソコンの基本操作、年賀状の作成

【定員】 原則として毎回受講できる60歳以上の初心者各10人

【費用】 教材費が必要

【申し込み】

往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、10月15日までに希望の各所へ。一人1枚限り。重複申し込みは不可。多い場合は各所で抽選

【問い合わせ】

東老春の家(〒630-8113法蓮町1702-1 ☎24-3151)、西老春の家(〒631-0024百楽園一丁目9-13 ☎41-3151)、北老春の家(〒631-0805右京一丁目1-4 ☎71-3501)へ。

音声館

〒630-8335鳴川町32-1
☎27-7700

〈開館10周年記念行事〉

エントランスコンサート「わらべうたとともに」 とき…10月3日(日)午後2時～3時

▶出演…まつぼっくりならまち少年少女合唱団、劇団「良弁杉」、同館スタッフ ▶曲目…わらべうたメドレー、おめでとうのうた、奈良の大仏さんほか。午後1時50分から祝い太鼓、終了後は同館お茶サークルによる薄茶体験コーナーあり(成人100円、抽選で10人に創作和菓子を用意)



写真展「音声館物語1994～2004」 とき…10月1日(金)～31日(日) ▶撮影…平岡雅之

〈エントランス小劇場〉

とき…10月24日(日)午前11時半、午後2時

▶内容…奈良の民話の大紙芝居「二月堂良弁杉」「猿沢池の龍」ほか ▶出演…劇団「良弁杉」 ▶入場料…一般200円、小学生100円、幼児無料。

ちよつと注目 男女共同参画

男女共同参画に関わる問題を数字で見つめてみる…

「女性の就労」編

◆女性の就業状況
雇用者全体に占める女性の割合は、二〇〇二年で40・5%と四割を超えています。一九八〇年には35・5%しかなかった共働き世帯も年々増加し、一九九七年以降は専業主婦世帯を上回るようになりました。

◆女性に六割しかもらえない？
一方、支給される賃金は男性100に対し、女性は65・3にとどまっています。この賃金格差は国際的に見ても大変大きく、例えばスウェーデン(88・4)、フィリピン(84・5)、イギリス(82・1)と比べ、格段に

低いことが明らかです。過去10年間を見ても、格差は開いたままです。また、一九八五年には28・4%だった女性労働者におけるパートタイム労働者は、二〇〇一年には42・7%となっています。平均勤続年数が伸びても賃金格差が縮まらないのは、パートタイム労働者の所得の低さに加えて、パートタイム労働に女性が多く就いていることが考えられます。

「男女共同参画社会」

性別にかかわらず、家庭・職場・地域で自らの個性と能力を活かして社会に貢献し、生きがいを持って暮らすことができる社会です。「女らしく、男らしく」という性別による固定的な役割にしばられず、個人の人權が尊重されることをめざしています。



【問い合わせ】 男女共同参画センター「あすなら」(☎三四一一五二五)へ。

紙上消費生活相談

◆身に覚えのない

「架空請求」に注意しましょう

最終通告

お客様が以前ご利用になった有料番組サイトの未納金につきましては、運営業者様から債権譲渡を受けましたので、至急下記の電話番号にご連絡ください。

お支払いやご連絡がない場合は、担当者が直接、ご自宅やお勤め先に伺います。それでもお支払いのない場合、ブラックリストへの登録、給与の差し押さえ等の法的措置をとらせていただきます。

最終受付期限 平成△年○月□日
 連絡先 090-×××××-××××
 080-△△△△-△△△△
 ○○県××市□□町1-1
 (株)■債権管理センター

このような、身に覚えのない「電子通信料未納料金」や「有料番組サイトの未納料金」を請求するはがきなどが届いていませんか。

これは、悪質事業者が不特定多数の人に対して送りつけている架空請求です。連絡したり支払ったりすると、トラブルに巻き込まれる危険性があります。

被害防止のため、身に覚えのない料金の請求は一切無視し、決して請求相手に連絡しないでください。また、家族にも注意を呼びかけ、請求に応じないようにしてください。

なお、被害にあった場合や脅迫された場合は、最寄りの警察署に相談してください。



◆水道局職員を装った

訪問販売などに注意しましょう

最近、水道局職員や水道局から委託された業者を装った、次のような悪質な訪問販売等が多発しています。

- ① 水道管の検査と言って、水道管の清掃を行い高額な料金を請求する。
- ② 水質検査を行い、高額な浄水器を売りつける。
- ③ アンケートを行い、高額な浄水器等の購入契約を強要する。
- ④ 水道局に委託されて訪問しているように装い、蛇口を交換して高額な料金を請求する。

水道局では、このような訪問販売などは一切行っていない。不審に思う場合は職員証の提示を求め、水道局職員かどうかを確認するか、水道局（☎三四一五二〇〇代）へ問い合わせてください。

なお、悪質な訪問販売の被害にあった場合、8日以内ならクーリングオフができます。市役所消費生活相談室や県食品・生活相談センターに相談してください。



【問い合わせ】

市役所消費生活相談室（☎34-4895）、県食品・生活相談センター（☎26-0931）、県警察本部悪質商法110番（☎24-9441）へ。市役所の消費生活相談は、毎週月～金曜日午前10時～午後4時（祝日は休み）に、市役所北棟2階消費生活相談室で行っています。



◆終日受付 警察の各種被害相談窓口

ナポくん相談コーナー（ダイヤル式☎三一一〇八・ブッシュ式☎九一一〇）
 ；犯罪被害・DV・子どもの非行・嫌がらせ等 ▼暴力一〇番（☎二五〇一一〇）
 ；暴力団 ▼悪質商法一〇番（☎二四一九四四一）
 ；悪質商法の被害 ▼覚えい刑一〇番（☎三三一八一八）
 ；薬物被害
 ◇土・日曜日と祝日を除く
 午前8時半～午後5時15分受付
 ヤング・いじめ一〇番（☎二二一〇一〇）
 ；少年サポートセンターは☎二七四五四四）
 ；子どもの非行問題、いじめなど
 ▼犯罪被害相談一〇番（☎二四一四一一〇）
 ；性犯罪被害の届け出と相談

【問い合わせ】奈良警察署（☎三三三〇一一〇）、奈良西警察署（☎四九一〇一一〇）へ。



東西南北

国・県、その他団体などの情報

●消費税課税事業者届出書の提出を

昨年度の消費税改正で、平成15年分の課税売上高が1,000万円を超えた場合、平成17年分は消費税の課税事業者となります。新たに課税事業者となる人は「消費税課税事業者届出書」の提出が必要なので、速やかに税務署へ提出してください。

【問い合わせ】奈良税務署（☎26-1201）へ。

●韓国語の入門講座

とき…毎週月曜日夜または金曜日午後
▶ところ…奈良韓国教育院（芝辻町一丁目）。参加料・教科書代が必要 ▶問い合わせ…同院（☎34-5994）へ。

●地球市民フォーラム「なら出会いウーク」であいはつながり

とき…11月6日(土)・7日(日) ▶ところ…旧東大寺学園校舎・講堂（水門町）
▶内容…講演、ワークショップ、フォーラム、展示、バザーなど ▶問い合わせ…同フォーラム事務所（☎☎21-8211 月・木・土曜日の午後）へ。

●世界の食卓交流（中国編）

とき…10月23日(土)正午～午後3時
▶ところ…中央公民館（上三条町）
▶講師…中国出身の王鋭さん ▶定員…30人。家族でも可 ▶材料費…1,000円、5歳以下は半額 ▶持ち物…エプロン、布巾3枚 ▶問い合わせ…(社)まちづくり国際交流センター（☎33-5931）へ。

●英語で遊ぼう（オーストラリア編）

とき…10月12日(火)・19日(火) ▶ところ…まちづくり国際交流センター（大宮町六丁目）
▶内容（時間）…一般英会話＝初級（午後1時）、中級（午後2時）。子ども英会話＝幼稚園（午後3時）、小学校低学年（午後4時）、小学校高学年（午後5時）。各日・各クラスとも1時間 ▶定員…各10人 ▶問い合わせ…同センター（☎33-5931）へ。

●なかよしファミリー劇場

とき…10月31日(日)午前11時、午後1時半 ▶ところ…音声館（鳴川町）
▶入場料…3歳以上300円 ▶問い合わせ…奈良人形劇連絡協議会の舟田さん（☎43-7714）へ。

●平城京ロータリークラブ20周年記念講演会・西川きよしが思いをいっばい語る「泣き笑い人生」

とき…11月22日(月)午後2時 ▶ところ…なら100年会館大ホール ▶問い合

わせ…10月31日までに同クラブ（☎71-6164 木曜日午後1時～4時・金曜日午前10時～正午）またはなら100年会館（☎34-0100）へ。

●一日行政相談所

とき…10月14日(水)午前10時～午後4時 ▶ところ…イトーヨーカドー奈良店4階（二条大路南一丁目） ▶内容…国・県・市などの行政全般に関する相談、弁護士による法律相談など ▶問い合わせ…奈良行政評価事務所（☎24-1100）へ。

●行政書士会の無料相談

相談所…10月8日(金)～10日(日)午前10時半～午後5時に奈良ファミリー5階で
▶電話相談…10月1日(金)～22日(金)午前10時～午後4時（☎0744-25-6339・☎0744-25-6340）
▶内容…官公署に提出する書類の作成相談など ▶問い合わせ…県行政書士会（☎0744-25-6339）へ。

●自然食（キムチ漬）講習会

とき…11月2日(火)、10日・17日、12月8日・15日・22日の各水曜日午後1時半～3時。白菜使用 ▶ところ…自然食講習会館（北永井町東農協奈良南部支店内） ▶定員…各30人 ▶材料費…1,000円 ▶締め切り…10月15日必着 ▶問い合わせ…県農協奈良市柏木支店（☎34-3033）へ。

●大和とくとく朱雀大市

とき…10月24日(日)午前8時～午後3時。雨天決行 ▶ところ…平城宮跡朱雀門前 ▶内容…市、フリーマーケット、ステージイベント、縁日など ▶問い合わせ…奈良商工会議所青年部（☎26-6222）へ。

●福祉住環境コーディネーター2級検定試験対策講座

とき…10月23日、11月6日・13日の土曜日午前10時～午後5時 ▶ところ…奈良商工会議所（登大路町） ▶受講料…25,000円。テキスト代は別途必要 ▶締め切り…10月15日 ▶問い合わせ…奈良商工会議所業務課（☎26-6222）へ。

●チャリティーバザー

とき…10月20日(水)午前10時～午後5時 ▶ところ…イトーヨーカドー奈良店5階（二条大路南一丁目） ▶問い合わせ…市心身障害者・児福祉協会連合会（総合福祉センター内 ☎71-0770）へ。

●ふれあい大会

とき…10月30日(土)午前10時～午後3時 ▶ところ…総合福祉センター（左京五丁目） ▶内容…ミニコンサート、

チャリティーバザー、模擬店、リサイクルショップ、授産品の販売など ▶問い合わせ…市心身障害者・児福祉協会連合会（総合福祉センター内 ☎71-0770）へ。

●「奈良のシカ」の生息環境保全運動参加ボランティア募集

とき…11月7日(日)午前9時県庁前広場集合、11時半解散 ▶内容…奈良公園、春日大社周辺の清掃と来訪者への協力依頼 ▶定員…50人 ▶締め切り…10月20日 ▶問い合わせ…(財)奈良の鹿愛護会（☎22-2388、info@naradeer.com）へ。

●平城宮跡秋の特別講演会

とき…10月18日(月)午後1時半～3時 ▶ところ…平城宮跡資料館講堂（佐紀町）
▶講師・演題…奈良文化財研究所古環境研究室長の光谷拓実さん・年輪年代法と歴史学の最前線 ▶定員…300人 ▶参加料…一人500円 ▶問い合わせ…NPO平城宮跡サポートネットワーク（奈良文化財研究所内 ☎30-6752）へ。

●なら障害者就業・生活支援センター「コンパス」が開設

働くことを希望している障がい者への相談支援・情報提供。就業に向けた生活上の悩み等、他の生活支援事業や関係機関と連携してアドバイスします。

相談日時…月～金曜日午前10時～午後5時（祝祭日を除く） ▶ところ…大宮町三丁目5-35アクティブ泉京ビル5階・☎32-5512。

●なら高齢者・障害者権利擁護ネットワーク（Nネット）無料電話相談

同ネットワークは、ボランティアと弁護士・医師・司法書士・税理士・社会福祉士等の専門家で構成し、高齢者や障がい者をはじめ、市民の権利を守る活動を行うNPO法人です。

【相談】毎週月・水・金曜日の午前10時～午後3時に☎26-6963・☎26-6964へ。

●ネイチャーゲームとつたのクラフト

とき…10月24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） ▶定員…40人 ▶参加料…2,000円 ▶締め切り…10月12日 ▶問い合わせ…同所運営協議会（☎26-4777・水曜日を除く平日と土曜日の午後1時～5時）へ。

●平城こども秋まつり

とき…10月23日(土)午後4時半～8時。雨天決行 ▶ところ…平城児童センター（歌姫町） ▶内容…各種模擬店、ボランティアによる和太鼓演奏など ▶問い合わせ…同センター（☎34-2716・http://www.d1.dion.ne.jp/heijyoh/）へ。

生涯学習

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教室限り。多い場合は抽選。材料費、交通費等は自己負担。
※開催日は原則を記載しています。詳細は事前に問い合わせてください。

■ 南部公民館

〒630-8434 山町二七一
☎六二一五九三二

■ **ここがポイント！健康ごはん** と
き：11月2日・16日・30日の火曜日
午前10時～午後2時。3回 ▼ **内容**
：低カロリー・低コレステロール料理実習 ▼ **定員**：全回受講できる16歳以上20人 ▼ **締め切り**：10月16日



△ 南部健康ウィーク

気軽に健康づくりの機会を得てもらうようと、各種の健康講座を開きます。

講座「薬とうまく付き合う法」

とき：10月26日(火)午前10時～正午

▼ **講師**：市薬剤師会

栄養料理入門 とき：10月26日(火)午前10時～午後3時 ▼ **講師**：市食

生活改善推進員

太極拳入門 と

き：10月27日(水)午前10時～正午 ▼

講師：太極拳愛好会



3B体操入門（昼コース） とき

：10月27日(水)午後1時半～3時半

▼ **講師**：3B体操グループ

ウォーキング入門 とき：10月28日(木)午前10時～正午 ▼ **講師**：県健康増進課

転ばぬ先の筋力アップ講座（60歳以上対象） とき：10月28日(木)午後1時半～3時半 ▼ **講師**：市運動習慣づくり推進員

家庭マッサージ入門（女性対象）

とき：10月29日(金)午前10時～正午

▼ **講師**：ほのぼのクラブ

健康料理入門 とき：10月29日(金)午前10時～午後3時 ▼ **講師**：南部グループ会

レッツ！囲碁ボール（小学4年生以上対象） とき：10月30日(土)午前10時～正午 ▼ **講師**：市体育指導員

3B体操入門（夜コース） とき

：10月30日(土)午後7時～9時 ▼ **講師**：健康体操教室

男性のための健康料理入門（男性対象） とき：10月30日(土)午前10時～午後3時 ▼ **講師**：南部料理会

ヨーガ入門 とき：10月31日(日)午前10時～正午 ▼ **講師**：ヨーガ・サークル

親も子ものびのび体操①（定員…3歳児と保護者10組） とき：10月

31日(土)午後1時半～2時 ▼ **講師**：子ども舎「宙」の久保とき代さん

親も子ものびのび体操②（定員…4～5歳児と保護者10組） とき：10月31日(土)午後2時半～3時20分 ▼ **講師**：子ども舎「宙」の久保とき代さん

展示コーナー と

き：10月26日(火)～31日(日)午前9時～午後5時 ▼ **内容**：健康づくりのパネル展示、体脂肪測定や血圧測定などの体力チェック、健康チェックコーナーなど

【定員】原則として1講座につき16歳以上20人。親子のびのび体操は保護者と子どもの名前を記入【締め切り】10月14日。展示コーナーは申し込み不要。

■ 都跡公民館

〒630-8032 五条町二〇四一
☎三四一五九五四

作家の半生・その光と影
「与謝野晶子 人と作品」

とき 内容

10/29 (金) 名歌の解釈と鑑賞

11/12 (金) 「君死にたもうことなかれ」をめぐって

11/26 (金) 社会問題に関する様々な提言

12/10 (金) 「君死にたもうことなかれ」の軌跡をたずねて（現地学習・貸切バス使用）

時間：午後2時～4時。12月10日は終日 ▼ **講師**：元大谷女子大学教授

■ 三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目三三三
☎三三三〇五一五

授の入江春行さん ▼ **定員**：成人50人 ▼ **費用**：交通費、入館料等は実費負担 ▼ **締め切り**：10月20日。

あかるいくらし「疲れた心を癒そう」

とき 講師・内容

11/16 (火) 市女性問題相談員の上田宣子さん

「心とからだを大切にストレス対策」

11/30 (火) 市社会福祉協議会音楽療法推進室

「音楽療法にふれてみよう」

12/14 (火) アロマセラピストの森田征子さん

「アロマテラピーでのセルフケア」

時間：午後1時半～3時半 ▼ **内容**：ストレスの解消法など ▼ **定員**：女性20人。在勤も可 ▼ **材料費**：最終回のみ一人500円 ▼ **締め切り**：10月31日。

■ 京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目三三四三二
☎四四一二六六九

国際交流講座「世界のごはんナビ編」 とき：10月30日(土)午前10時～午後1時 ▼ **内容**：ネパールの文化や食文化を学ぶ。料理実習あり ▼ **定員**：小学4年生以上20人。家族単位の申し込みも可（全員の名前、年齢を記入） ▼ **材料費**：一人約千円 ▼ **締め切り**：10月17日

ママ、おやつ食べたい！教室 と

き：11月7日～12月19日の毎月第1・3日曜日午前9時半～午後1時



半。4回 ▼内容：おやつと健康に関する講義、おやつ作り、健康体操
▼定員：小学3年生以上と保護者20人（家族単位で申し込み、申し込み時に全員の名前を記入） ▼材料費：一人1回約300円 ▼締め切り：10月17日。

春日公民館

〒630-8141 南京終町二丁目八六一
☎六六一二二五三

春日山草会「秋の山野草展示会」

とき：10月30日(土)・31日(日)午前9時～午後8時（31日は4時まで）。
30日午後2時～3時半に初心者向け体験コーナー（草玉作り・要材料費500円）あり ▼申し込み：体験コーナーは要申し込み（定員20人・10月19日締め切り）、展示会は不要。車の来館は遠慮してください
手づくりおもちやを作ろう！贈ろう！「チクチクぬってできあがり」

とき	内容
11/11(木)	講演「布おもちゃをつくること、子育てのこと」、てぶくろビヨビヨを作ろう
11/18(木)	タオルの指人形を作ろう
11/25(木)	絵合わせブロックを作ろう①
12/9(木)	絵合わせブロックを作ろう②
12/16(木)	クリスマスのおもちやを作ろう

時間：午後1時半～3時半 ▼定員：15人。託児希望者（2歳～就学前）は申し込み時に幼児の年齢と性別を記入 ▼講師：布おもちゃ作家

の大江委久子さんほか ▼材料費：全回分で3千円程度 ▼締め切り：10月24日。

生涯学習センター

〒630-8357 杉ケ町三三
☎二六一八八一

生涯学習大学

「今」を考える講座「若者の就職意識と雇用」 とき：10月23日(土)午後2時～4時 ▼講師：経営コンサルタンの松田太一さん ▼定員：120人。託児あり ▼締め切り：10月15日

ソムリエのワイン講座「おいしくワインを飲むために」 とき：10月31日(日)午後2時～4時 ▼講師：(社)日本ソムリエ協会

奈良地区長の神崎庄一朗さん ▼定員：成人50人 ▼材料費：千500円 ▼締め切り：10月20日。車での来館は不可

古典文学講座「伊勢物語」(後期)

とき：テーマ：11月5日(金)・友情(16・17・46段)、12月3日(金)・惟喬親王①(82段)、来年1月7日(金)・惟喬親王②(83・85段)、1月28日(金)・悪女の創造(19・37・42段)、3月4日(金)・井筒(23・24段)。時間は午前10時～正午。5回 ▼講師：関西大学教授の山本登朗さん ▼定員：120人。手話通訳可(希望者は申し込み時にその旨を記入) ▼費用：テキスト代として960円、資料代として240円 ▼締め切り：10月20日



里山管理体験講座

「炭焼き！森の恵みを感じよう」

とき	内容
11/20(土)	森林ボランティア体験と里山管理手法を学ぶ(里山散策と竹間伐、炭窯入れ)(ドンクリクラブ、炭窯出し)
11/21(日)	森林資源のバイオマス利用を体験

時間：午前10時～午後零時半(2日目は1時) ▼ところ：黒髪山キヤンプフィールド(奈良阪町) ▼講師：同キヤンプフィールド運営協議会員 ▼定員：小学生以上30人。親子参加も可(申し込み時に全員の氏名・年齢等を記入) ▼費用：テキスト代として300円、材料費として300円 ▼締め切り：11月5日

開館記念コンサート

10月で開館6周年となる同センターで、生涯学習に励んできた人への修了証書授与式とあわせて、心安らぐミニコンサートを開きます。

とき：10月10日(日)午後1時～3時

▼出演：荒井敦子市社会福祉協議会音楽療法推進室長と音楽療法士 ▼申し込み：不要。当日直接会場へ

はじめてのパソコン③ とき：11月9日・18日の火・木曜日午後2時～4時。4回 ▼内容

：パソコンの基本操作、文書作成、インターネットや電子メールの利用方法 ▼定員：60歳以上24人。過去に同センター主催のパソコン講座受講者は不可 ▼テキスト代：千490円



▼締め切り：10月20日 はじめてのパソコン④ とき：11月10日～19日の水・金曜日午後2時～4時 ▼内容：パソコンの基本操作、文書作成、インターネットや電子メールの利用方法 ▼定員：60歳未満24人。過去に同センター主催のパソコン講座受講者は不可 ▼テキスト代：千490円 ▼締め切り：10月20日

【その他】申し込み時に生涯学習大学の有無(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)は幼児の年齢と性別を記入。原則として毎回受講できる人に限る。多い場合は締め切り日の2日後午前10時から同センターで公開抽選。

中央公民館

〒630-8228 上三条町三二四
☎二六一六五〇六

音楽のあふれる空間(ばじよ)シリーズ「和力(わりき)コンサート 芸能花盛り・和の芸大集合」

神楽や大道芸など古来から伝わってきた伝統芸能を、「和力」の幅広い芸で駆使し、笑いと夢の世界へ誘います。

とき：11月20日(土)午後2時～4時 ▼演目：鹿躍り、篠笛独奏、屋台囃子、独奏の芸ほか ▼定員：16歳以上350人。1枚に二人まで可(申し込み時に全員の名前を記入) ▼締め

切り：10月19日。多い場合は10月21日午後2時に同館で公開抽選。



※申し込みは各館へ（申し込み方法は20ページ参照）

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目一五
☎四四一〇一〇

せいぶ子育てひろば とき：10月19日、11月2日・16日・30日の火曜日午前10時～11時半。4回 ▼内容：子育てに自信とゆとりの気持ちを持つて居る場づくりと交流 ▼定員：0
～2歳児と保護者12組 ▼締め切り：10月13日



せいぶ正倉院講座 とき：10月20日(水)午後7時～8時半 ▼講師：テーム：宮内庁正倉院事務所保存課整理室長の西川明彦さん・今年の正倉院展の見どころ ▼定員：50人 ▼締め切り：10月13日

パソコンで年賀状作り講座 コーヌ番号・とき：①11月4日(木)②11月5日(金)③11月6日(土)④11月7日(日)⑤11月9日(火)⑥11月10日(水)、時間は午前9時～午後4時 ▼内容：オリジナル年賀状作り ▼定員：キー・マウス操作のできる人各20人。申し込み時に①～⑥のいずれかを明記（一人1枚1コース限り） ▼テキスト代：千円 ▼締め切り：10月14日

自主グループ連絡会が開きます。

料理バザー とき：10月29日(金) 31日(日)午前11時～午後3時。食券は当日10時から販売、売り切れ次第終了

作品展示会 とき：10月29日(金) 31日(日)午前9時～午後5時（31日は

3時まで) ▼内容：書道、手芸、絵画、和裁、拓本、俳句、川柳、盆石など



リサイクルバザー とき：10月29日(金)午前10時。売り切れ次第終了

学習発表会 とき：10月31日(日)午前9時半～午後4時 ▼ところ：学園前ホール ▼内容：合唱、合奏、舞踊、ダンス、体操、太極拳、詩吟、着付けなど。手話通訳・要約筆記あり

体育発表会 とき：11月4日(木)・卓球、6日(土)・バレーボール、9日(火)・バドミントン。時間は午前9時～午後5時。

富雄南公民館

〒631-0052 中町五〇一三
☎四八一三〇六六

シルクロードに学ぶ 講師：テーム

とき	内容
10/17(日)	奈良芸術短期大学教授の前園実知雄さん「青海のシルクロード」
10/30(土)	天理大学教授の山本忠尚さん「中国で発掘されたゾロアスター教徒の墓」
11/13(土)	滋賀県立大学教授の菅谷文則さん「中国への東ローマ帝国金貨とササン朝銀貨の移入」
11/28(日)	龍谷大学教授の勝部明生さん「海獣葡萄鏡の不思議」

時間：午前10時～正午 ▼内容：シルクロードの自然環境や交通路、人々の生活と文化など ▼定員：全回受講できる成人120人 ▼締め切り：10月10日

学習体験「プチ講座」 種目(定

〈自主活動グループ紹介〉

市生涯学習情報提供システム「ならおっと」の登録の中から、生涯学習センターや公民館で活動しているグループを紹介します。

【社交ダンスサークルCOCO】(内) 社交ダンスのステップ練習 (入) 基本ステップを中心に楽しく踊りましょう (数) 19人、男11人・女8人 (施) 生涯学習センター (連) ☎22-1586 代表の植畑浩三

【都跡油絵同好会】(内) 油絵製作 (入) 初心者、女性大歓迎 (数) 12人、男10人・女2人 (施) 都跡公民館 (連) ☎33-4638 代表の黒下倫道

略字の説明…(内) = 活動内容 (入) = 入会情報 (数) = 会員数、男・女 (施) = 主な活動施設 (連) = 連絡先 ▶問い合わせ…各活動施設へ。この欄への掲載申請、「ならおっと」に関する問い合わせは生涯学習センター(☎26-8811)へ。

〈生涯学習センターギャラリー展示案内〉

ふれあい作品展 展示期間…10月1日(金)～6日(木)、8日(金)～14日(木)、16日(土)～21日(木)、23日(土)～28日(木)。時間は午前9時～午後5時 ▶内容…同センター自主グループの作品展示 ▶問い合わせ…同センター(☎26-8811)へ。

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目九一
☎七一九六七七

海外の世界遺産を知る 内容

とき	内容
10/27(水)	世界遺産条約のしくみ
11/24(水)	韓国・慶州の世界遺産
12/22(水)	大自然の妙・アメリカの国立公園ドライブ紀行
来1/26(水)	オーストラリアの添乗体験から

時間：午後1時半～3時半 ▼定員：成人50人 ▼締め切り：10月13日

子ども工作クラブ とき：11月6日～来年3月12日の原則として毎月

平城公民館

〒631-0811 秋篠町一四六八
☎四八一三五七八

第2・4土曜日午前9時半～11時半。9回 ▼内容：自分で作る楽しさを感じ、物を大切に作る心を育てる ▼定員：平城東中学校区の小学2～6年生20人 ▼材料費など：千円 ▼締め切り：10月23日

平城東公民館まつり

「グラウンドゴルフ交歓会」 11月13日(土)・14日(日)に開く公民館まつりのプレイイベントとして行います。

とき：11月5日(金)午前9時～正午 ▼ところ：平城第二球技場(朱雀二丁目) ▼申し込み：不要。当日直接会場へ。

ならを気楽に歩こう とき：ところ：10月21日(木)・高畑界限、11月18日(木)・ならまち北、12月16日(木)・奈良公園、来年1月20日(木)・秋篠寺周

※申し込みは各館へ（申し込み方法は20ページ参照）

刃、2月17日(木)・西ノ京方面。時間は午前9時～正午。5回 ▼講師：なら・観光ボランティア「朱雀」 ▼定員：20人 ▼費用：入館料などが必要 ▼締め切り：10月14日。

富雄公民館

〒631 0065 富雄町二丁目九
番四三三三三六

富雄公民館まつり

同館で活動している自主グループや地域住民が、日頃の学習の成果を発表します。

とき：10月16日(土)午前10時～午後3時半、17日(日)午前10時～午後3時
▼内容：舞台発表、作品展示、各種体験、バザーなど ▼申し込み：不要。当日直接当館へ。

柳生公民館

〒630 1237 柳生町三三〇
番九四一〇五〇四

調理室から始まる異文化交流と

き・テーマ：10月27日(水)・11月10日

市政広報番組

〈奈良テレビ放送UHF56〉

ふれあいのまち奈良（5分番組）…毎週木曜日午後8時55分（再放送は土曜日午後8時55分）

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11時45分）

〈ならどっとFM78.4MHz〉

フロムなら（10分番組）…毎週月～木曜日午前11時半～11時40分、毎週金曜日午前11時半～11時50分、毎日午後6時35分～6時45分

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

二名公民館

〒631 0027 学園赤松町三六八四
番四六一九一三

つくってあそぼう「折り紙と伝承の遊び」

とき：11月7日～28日の毎週日曜日午前10時～11時半。4回

▼内容：やさしいおりがみ、つながった鶴、牛乳パックのこま3種、次々と絵の変わる不思議な六角形ほか ▼講師：神戸芸術工科大学講師の楠下勲さん ▼定員：小学生と保護者10組 ▼材料費：1組800円 ▼締め切り：10月17日。

登美ヶ丘公民館

〒631 0003 登美ヶ丘三丁目四二六一八
番四三二七四三二

あつまれ子ども☆ステーション

とき：10月30日(土)・11月6日(土)午前10時～11時半。2回 ▼内容：手づくり楽器づくり、影絵シアター等で親子のふれあいを深める ▼定員：原則として3歳児と保護者20組。申し込み時に子ども

の名前（ふりがな）を記入してください。



な）と年齢も記入 ▼材料費：1組500円程度 ▼締め切り：10月16日。

伏見公民館

〒631 0841 青野町二九一一
番四五一九八六四

講演会シリーズ「伏見の里再発見」

とき 講師・テーマ

10/27(水) 奈良大学教授の水野正好さん「伏見菅原のハニワ伝承と天皇陵」

10/28(木) 元興寺文化財研究所研究部長の狭川真一さん「西大寺中興叡尊上人の五輪塔から」

時間：午前10時～正午 ▼定員：成人70人 ▼締め切り：10月15日

自然観察はじめの一步！

とき 内容・講師

11/6(土) 平城宮跡周辺でのバードウォッチング「カモ節を作ろう」日本野鳥の会の柴田憲一さん

11/13(土) 秋の実りを見つけた（奈良公園）「自然観察ノートを作ろう」奈良大学附属高校教諭の宮崎武司さん

時間：午前9時～正午 ▼定員：小中学生30人。小学生は要保護者同伴（申し込み時に学年を記入） ▼締め切り：10月16日。



ラワーアレンジメントなど。16日にバザーも開催（雨天順延） ▼申し込み：不要。当日直接同館へ。

若草公民館

〒630 8202 川上町五七五
番二六〇一三〇

まちかど博物館を訪ねて とき

ところ：11月6日(土)・植村牧場・瓦道（ミニ鬼瓦作り）、12月4日(土)・向出醤油醸造元・大林杜壽園・奈良女子大学記念館。時間は午前9時～午後3時。2回 ▼内容：奈良の歴史や伝統産業を知る ▼定員：成人30人 ▼費用：体験料は実費負担 ▼締め切り：10月15日。



善意銀行

7月分

（敬称略）

谷村光洋（北之庄町）おもちゃ百個 ▼吉岡耕藏（山陵町）五千元 ▼奈良市地区自治連合会長OB会 二十五万円 ▼マルシゲ奈良店 千九百四十円 ▼廣田久義（山陵町）五千元



健康



市役所 (二条大路南一丁目1-1)	☎34-1111
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



すくすく相談

とき：10月29日(金)午後1時半～4時(一人30分程度) **▼ところ**：保健センター **▼内容**：心理相談員による子どもの成長や育児などの相談 **▼対象**：1歳～就学前の幼児がいる保護者 **▼持ち物**：母子健康手帳 **▼申し込み**：電話で市役所健康増進課へ。時間は申し込み時に連絡。



歯びびく・マミー教室

妊婦のための歯と栄養の教室 **と** **き**：11月11日(木)午前9時半～正午 **▼ところ**：保健センター **▼内容**：歯科医師による歯科健診と講義「妊娠中に知っておきたい歯の知識」、ブラッシング実習、栄養士の講話「妊娠中に気をつけたい食生活のポイント」 **▼定員**：初妊婦45人 **▼申し**



ファミリー教室

申込み：電話で市役所健康増進課へ。

これから赤ちゃんをむかえる家族へ

実習	講義
11月27日(土)・保健センター	※いずれかの日を選択 11月13日(土)・西部生涯スポーツセンター(中町) *駐車場は台数制限有 12月18日(土)・男女共同参画センター「あすなら」(三条本町) *駐車場は有料

時間：午前9時半～正午 **▼内容**：講義は助産師・保健師による講義と話し合い、実習は沐浴実習 **▼対象**：講義・実習とも受講できる初妊婦(妊娠16週以降)と家族(夫・祖父・祖母など) **▼テキスト代**：525円 **▼申し込み**：電話で11月5日までに市役所健康増進課へ。



各種予防接種

個別方式で行います

接種名	対象	
	今月通知する子	
百日せき・ジフテリア・破傷風(三種混合)	平成16年6月生まれの子	以前に通知した子で接種を終わっていない7歳6か月未満の子
麻疹(はしか) 風しん	平成15年10月生まれの子 *満1歳の誕生日を迎えた子に随時通知	

*麻疹の望ましい接種年齢は生後12～15か月です

【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(日曜日・祝日と各医療機関の休診日を除く)。「予防接種と子どもの健康」を読み、通知書・予診票・母子健康手帳を持って受けてください。通知書がないと受けられません。転入や他の事情で通知書がない人は、市役所衛生課へ連絡してください。

集団方式で行います

生後3か月以上90か月(7歳6か月)未満で2回服用していない子を対象に、ポリオ予防のためワクチンの服用を11月上旬まで実施しています(日程等は9月号に掲載)。

ジフテリア・破傷風(二種混合) 予防接種を集団方式で行います

市内各小学校で、小学6年生を対象に12月中旬まで実施します。市外への通学者等で接種希望者は、市役所衛生課へ問い合わせてください。



新生児・妊産婦訪問

内容：助産師や保健師による妊娠、出産、育児の相談 **▼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**：母子健康手帳にある妊婦ががきか新生児が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。訪問は事前に連絡してから行います。物品販売は一切ありません。

乳幼児の健診・相談

【持ち物】 問診票、母子健康手帳。問診票は10月中旬に送付しますが、10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か月児健診は市役所健康増進課へ連絡) **【問い合わせ】** 市役所健康増進課へ。

健診名	とき	対象	内容	ところ
4か月児健診	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	平成16年7月生まれの子	問診、身体計測、内科診察(料金は無料)	市内指定医療機関
乳児健康相談	10月29日、11月10日・12日・17日・24日・26日の水・金曜日 受付は午前9時半～10時半	平成16年3月生まれの子	身体計測、運動発達の観察、育児相談、栄養相談、「ふれあいを絵本から」の話	保健センター
1歳7か月児健診	11月4日・11日・18日・25日の木曜日 受付は午後1時15分～2時15分	平成15年3月生まれの子	身体計測、内科診察、歯科健診、歯科相談、栄養相談、育児相談	
3歳6か月児健診	10月26日、11月2日・9日・16日の火曜日 受付は午後1時15分～2時15分	平成13年4月生まれの子	視聴覚問診、身体計測、検尿、歯科健診、内科診察、歯科相談、栄養相談、育児相談	

瞳いきいき 明るい世界
10月10日は「目の愛護デー」



目の衛生に注意し、目の病気に対する予防意識を高めましょう。

成人歯科健康相談

とき：10月21日(木)午前10時～正午
▼ところ：保健センター ▼内容：
歯科医師による相談。歯科医師の紹介は無し ▼対象：成人 ▼申し込み：電話で市役所健康増進課へ。

歯つぴいヘルス教室

「八〇二〇運動」80歳で20本の歯を保とう！ とき：10月28日(木)午前9時半～正午・歯科医師の講義(歯周病・むし歯の予防)、実習「今日から役立つデンタルケア(デンタルフロス・歯間ブラシなどの正しい使い方)」、11月1日(月)午前9時半～11時半・唾液の検査、実習(前回のチェック) ▼ところ：保健センター ▼対象：成人 ▼申し込み：往復はがきに教室名、住所、氏名、

各種がん検診

●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 ▶料金…35～69歳は1,000円。70歳以上と生活保護、市民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を)。

11月 受付時間は午前9時半～10時半

とき	ところ	定員
1(月)	柳生小学校	40人
5(金)	大安寺西小学校	
8(月)	休日夜間応急診療所	
22(月)	奈良女子大講堂前	
24(水)	帝塚山総合集会所	
25(木)	七条西町記念集会所	
26(金)	二名城ヶ丘公民館	
29(月)	西奈良県民センター	
30(火)	押熊町公民館	

●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 ▶料金…読影のみは1,000円、問診の結果喀痰検査実施の場合は更に600円。70歳以上と生活保護、市民税非課税世帯の人は無料(申し込み時に申し出を)。

11月 受付時間は午後2時～3時

とき	ところ	定員
5(金)	休日夜間応急診療所	50人
12(金)	興東公民館	
19(金)	西奈良県民センター	

受診間隔…年1回 ▶申し込み…電話で10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を受けた人は、主治医に相談してください。

年齢、電話番号を書いて、10月18日までに市役所健康増進課へ。

広げよう みんなの健康 「元氣アップ広場」

【内容】
午前の部「みんなで遊ぼう1・2・3」とき：10月24日(日)午前10時～正午(時間中は出入り自由)
▼定員：3歳～就学前の児童と保護者200組 ▼内容：親子体操、わらべうた遊びなど
午後の部「みんなで実践！楽しい運動習慣」とき：10月24日(日)午後1時半～4時 ▼定員：成人100人
▼内容：ストレッチ、ウォーキング、軽スポーツ、体力測定など
【ところ】中央体育館(法蓮町)
【持ち物】上靴、飲み物など



【申し込み】電話で10月14日までに市役所健康増進課へ。ファクシミリ(☎三三四―三二四五。希望の部、住所、全員の氏名・年齢、電話番号を記入)も可。多い場合は抽選。

結核住民検診

とき：10月16日(土)午前9時半～10時半 ▼ところ：総合医療検査センター ▼対象：15歳以上。中・高校生、妊婦、事業所で受診する人は除く ▼内容：胸部エックス線検査 ▼申し込み：電話で前日までに市保健所保健予防課へ。

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
とき：10月20日(水)午後1時半～4時 ▼ところ：休日夜間応急診療所 ▼対象：成人 ▼内容：医師による個別相談

談。希望者に健康手帳を配布 ▼申し込み：電話で市役所健康増進課へ。

子宮がん検診 登録医療機関の削除

すでに個別通知している子宮がん検診について、次の医療機関から登録削除の申し出がありました。
医療機関：平城園診療所(秋篠町) ▼問い合わせ：市役所健康増進課へ。

健康講座 「肺がんについて」

早期発見・治療のために とき：10月21日(木)午後2時～3時25分 ▼ところ：総合医療検査センター ▼講師：内科医の岡村英生さん ▼申し込み：不要。当日直接会場へ ▼問い合わせ：同センターへ。手話通訳あり。





高齢者インフルエンザ
予防接種

高齢者を対象に、個別方式で行います。なお、今年から通知書（はがき）は発行しません。

【期間】 10月15日～12月28日。日曜日、祝日と医療機関の休診日を除く

【対象】 ①接種当日満65歳以上で奈良市に住民票のある人 ②接種当日満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器系の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある人で厚生労働省令で定める人（衛生課に問い合わせてください）

【料金】 千円。生活保護受給者は無料（生活保護証明書を持参）。接種回数は1回

【必要なもの】 健康保険証等本人を確かめるもの

【受け方】 市内取扱医療機関で接種日を予約してください。接種前に、医療機関から予診票と一緒に渡される「インフルエンザ予防接種説明書」をよく読んでください。

【受けられない人】 ①接種前の体温が37.5度以上の人 ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人 ③インフルエンザ予防接種の接種液の成分によって、アナフィラキシー（接種後30分以内に起こるひどいアレルギー反応）を起こしたことがある人 ④その他、接種が不適当な状態にあると医師が判断した場合

【問い合わせ先】 市役所衛生課へ。

インフルエンザ予防接種取扱医療機関一覧

地区	医療機関名	電話番号
鼓阪	みどりがおかクリニック（奈良阪町）	26-0150
	植村医院（般若寺町）	26-5395
	相沢医院（青山四丁目）	27-4858
	奈良公園中央病院（今小路町）	26-0277
	柴田医院（佐保台三丁目）	71-2234
飛鳥	岡谷会佐保川診療所（今在家町）	22-3201
	石崎内科天満診療所（高畑町）	27-3601
	石崎内科医院（高畑町）	22-2186
	国分医院（南紀寺町五丁目）	22-2266
	西脇クリニック（東紀寺町二丁目）	27-3033
	はらだ医院（紀寺町）	22-6817
	松倉医院（川之上突抜町）	26-6941
	矢追医院（高畑町）	22-2225
済美	岡谷会高畑診療所（高畑町）	23-3202
	おかたに病院（南京終町一丁目）	63-7700
	岡谷会八軒町診療所（西木辻町）	22-8235
	稲田医院（大森町）	23-8815
	京終クリニック（南京終町）	26-7272
	にして整形外科（南京終町二丁目）	63-2500
	春名病院（南京終町一丁目）	62-1621
	坂口医院（瓦堂町）	22-4514
	須基内科医院（南京終町一丁目）	61-5111
	東谷医院（南魚屋町）	22-5731
	松岡医院（南城戸町）	22-5091
樟井	三宅医院（南京終町四丁目）	62-1661
	森井小児科医院（元興寺町）	24-3161
	大西クリニック（漢国町）	27-3322
	金田内科医院（南市町）	26-6170
	金田内科クリニック（西御門町）	26-2255
	玉木耳鼻咽喉科（橋本町）	26-6587
	坪村診療所（南市町）	22-2756
	奥医院（東城戸町）	22-6113
	楠原クリニック（小川町）	26-0026
	久保産婦人科（椿井町）	22-5495
	佐野内科医院（小西町）	22-3277
	竹村医院（椿井町）	22-4617
	上田外科クリニック（高天町）	22-4118
	緒方整形外科医院（西御門町）	23-7336
	北岡クリニック（林小路町）	23-9805
佐保	岡田医院（西包永町）	22-4188
	やすらぎ診療所（法蓮町）	23-9893
	荒木医院（法蓮町）	27-1281
	飯田医院（北市町）	23-0701
	喜多野診療所（中筋町）	22-6041
	沢井医院（船橋町）	23-3086
	田中医院（中筋町）	22-3193
	斎藤医院（法蓮町）	26-5168
	つかもと整形外科（花芝町）	23-5680
	前田医院（西新在家町）	27-1233

地区	医療機関名	電話番号	
佐保	森田医院（高天市町）	22-3836	
	林医院（奥芝町）	22-3022	
大宮	あさお小児科医院（大宮町四丁目）	34-5433	
	飯田医院（三条添川町）	34-0333	
	北山医院（芝辻町一丁目）	33-6383	
	大橋耳鼻咽喉科（大宮町二丁目）	35-6860	
	柏井クリニック（芝辻町四丁目）	34-5451	
	かづきクリニック（大宮町五丁目）	32-3201	
	加藤内科医院（三条町）	24-2048	
	岡谷会新大宮診療所（芝辻町四丁目）	33-7800	
	高井レディースクリニック（油阪町）	26-0551	
	永谷耳鼻咽喉科（大宮町六丁目）	34-5322	
	なら新大宮クリニック（芝辻町四丁目）	35-0022	
	西浦クリニック（三条本町）	23-0865	
	藤川内科放射線科（油阪町）	26-5522	
	松田内科医院（大宮町六丁目）	35-2202	
	三条通診療所（三条町）	27-0228	
	大和診療所（大宮町二丁目）	36-5600	
	高木医院（三条町）	26-2050	
	辻小児科医院（三条町）	27-1606	
	中井医院（大宮町三丁目）	33-7785	
	永田医院（芝辻町四丁目）	34-7025	
	松井医院（三条松町）	35-1310	
	村崎小児科医院（芝辻町二丁目）	35-3327	
	山本内科医院（三条本町）	34-5577	
	よしかわ小児科（大宮町四丁目）	35-3393	
	吉本医院（大宮町六丁目）	33-5111	
	大安寺	済生会奈良病院（八条四丁目）	36-1881
		中畑医院（大安寺三丁目）	62-1046
和田医院（恋の窪三丁目）		35-1771	
都跡	伊藤医院（五条町）	35-5557	
	おおもりクリニック（六条二丁目）	53-3955	
	秋岡耳鼻咽喉科医院（六条西一丁目）	45-6532	
	岩井整形外科（三条大路一丁目）	33-7950	
	片岡診療所（二条町二丁目）	33-5385	
	こうあん診療所（三条大路一丁目）	32-0510	
	市立奈良診療所（二条大路南一丁目）	34-1111	
	西の京病院（六条町）	35-1121	
	庄野整形外科（六条二丁目）	46-1235	
	白井内科医院（六条二丁目）	46-0657	
	田北クリニック（佐紀町）	36-5551	
	たけうち小児科医院（六条西一丁目）	43-1086	
	辰巳内科医院（六条一丁目）	46-9330	
	田村医院（四条大路一丁目）	33-0635	
	西村クリニック（四条大路一丁目）	36-1241	
	広岡西部診療所（赤膚町）	45-7451	
	福山医院（尼辻中町）	33-5135	
	国立病院機構西奈良病院（七条二丁目）	45-4591	
	石洲会病院（四条大路一丁目）	34-6300	
	山崎医院（佐紀町）	34-3675	
和田内科外科医院（六条緑町三丁目）	41-2000		

地区	医療機関名	電話番号	
平城	かみつじこどもクリニック（押熊町）	48-0123	
	おしくまクリニック（押熊町）	53-1700	
	角能整形外科医院（押熊町）	52-2525	
	木村内科医院（中山町）	43-1110	
	みやざわ内科クリニック（押熊町）	43-5508	
	津田外科診療所（秋篠新町）	47-7082	
	平城園診療所（秋篠町）	52-3820	
	松井内科医院（秋篠早月町）	33-2163	
	森村医院（秋篠町）	45-4722	
	伏見	今井医院（西大寺北町三丁目）	45-7030
		喜多野西大寺診療所（西大寺新田町）	46-6347
		いずみクリニック（西大寺国見町一丁目）	52-2601
		鈴木内科クリニック（西大寺本町）	33-3786
		岩崎耳鼻咽喉科医院（西大寺南町）	46-3357
		門野医院（西大寺国見町二丁目）	48-9267
かなもり耳鼻咽喉科（西大寺東町二丁目）		36-0500	
きたまちクリニック（西大寺北町四丁目）		48-8255	
清水整形外科（宝来三丁目）		44-2247	
藤耳鼻咽喉科（西大寺本町）		33-0067	
伏見診療所（西大寺赤田町一丁目）		49-9981	
田村クリニック（西大寺小坊町）		41-2002	
中岡内科クリニック（西大寺東町二丁目）		32-3800	
西脇医院（菅原町）		44-8866	
泰医院（西大寺国見町二丁目）		45-0822	
椋棒医院（平松一丁目）		44-1735	
森田内科循環器科クリニック（宝来三丁目）		47-5177	
吉田病院（西大寺赤田町一丁目）		45-4601	
あやめ池	平野医院（西大寺東町二丁目）	33-3338	
	北村皮膚科医院（西大寺南町）	41-1112	
	西大寺セントラルクリニック（菅原町）	49-7523	
	大西内科医院（あやめ池南二丁目）	46-5381	
	酒井クリニック（あやめ池北三丁目）	47-2366	
	中川内科医院（あやめ池南二丁目）	48-1509	
	打田内科医院（あやめ池南一丁目）	43-0535	
	平岡整形外科（あやめ池北三丁目）	41-0641	
	やまぐちクリニック（あやめ池南一丁目）	52-6225	
	西尾外科医院（あやめ池南一丁目）	45-0002	
	平和会あやめ池診療所（あやめ池南六丁目）	45-0460	
	安田小児科医院（あやめ池南二丁目）	44-0385	
	岩佐クリニック（朝日町一丁目）	40-3331	
	衛藤医院（学園南一丁目）	43-2525	
	おがわ小児科診療所（鶴舞東町）	44-1155	
	小山医院（中山町西三丁目）	49-2205	
	辻本小児科医院（学園南一丁目）	49-0805	
	東井医院（鶴舞東町）	44-3030	
学園	中島クリニック（鶴舞東町）	47-3344	
	森田診療所（学園南一丁目）	45-0603	
	安達耳鼻咽喉科（鶴舞東町）	48-0377	
	阿部クリニック（学園南一丁目）	44-5155	
	学園前診療所（学園北一丁目）	43-2551	
	小馬診療所（学園南三丁目）	49-1287	

インフルエンザ予防接種取扱医療機関一覧(続き)

地区	医療機関名	電話番号
学園	田中医院(百楽園二丁目)	44-6669
	辻野医院(学園朝日町)	44-2435
	長崎医院(学園北一丁目)	45-4114
	仲宗根医院(学園北二丁目)	43-8686
	なかた整形外科(中山町西四丁目)	53-0051
	浜田クリニック(学園南一丁目)	45-9000
	ひかりクリニック(学園北一丁目)	51-0051
	牧野医院(学園北二丁目)	46-0453
	かわたクリニック(学園北一丁目)	53-1155
	松尾医院(学園大和町一丁目)	46-3381
	西奈良中央病院(百楽園五丁目)	43-3333
	森内科クリニック(学園北一丁目)	49-6663
	八木医院(百楽園一丁目)	45-0937
	山家小児科医院(学園北一丁目)	44-5378
	なにとろ耳鼻咽喉科(学園北一丁目)	40-1187
	きわもと泌尿器科クリニック(学園北一丁目)	52-7580
	登美ヶ丘	鍛冶田クリニック(北登美ヶ丘三丁目)
登美ヶ丘クリニック(中登美ヶ丘四丁目)		41-6556
中登美診療所(中登美ヶ丘一丁目)		45-7785
斎藤医院(中登美ヶ丘二丁目)		44-3656
花本診療所(西登美ヶ丘三丁目)		46-0731
堀池医院(西登美ヶ丘五丁目)		43-3359
前川医院(東登美ヶ丘一丁目)		46-2246
糸井医院(西登美ヶ丘一丁目)		45-5710
稲垣内科医院(西登美ヶ丘四丁目)		49-0777
河原医院(中登美ヶ丘二丁目)		44-1795
鈴木医院(登美ヶ丘三丁目)		46-2678
田守医院(登美ヶ丘四丁目)		51-0066
辻口医院(西登美ヶ丘二丁目)		53-1851
日吉耳鼻咽喉科クリニック(中登美ヶ丘三丁目)		52-3871
ファミリークリニック戸田(登美ヶ丘一丁目)		52-5500

地区	医療機関名	電話番号
登美ヶ丘	森内科クリニック(登美ヶ丘三丁目)	48-6433
	松下クリニック(登美ヶ丘二丁目)	48-6022
富雄	森川内科医院(登美ヶ丘一丁目)	45-4877
	平和会とみお診療所(三碓二丁目)	45-7480
	梅谷内科クリニック(富雄川西二丁目)	47-1151
	後島医院(藤ノ木台三丁目)	46-8666
	小木外科内科医院(三碓一丁目)	48-2811
	折橋診療所(鳥見町三丁目)	45-4777
	島田医院(富雄北一丁目)	44-8338
	富雄医院(富雄元町三丁目)	45-0178
	竹谷内科医院(富雄元町二丁目)	45-2011
	つるた内科(三碓三丁目)	51-3300
	永野クリニック(鳥見町二丁目)	45-3550
	前田小児科医院(富雄元町四丁目)	46-3113
	大倭病院(大倭町)	48-1515
	三木クリニック(帝塚山一丁目)	41-8833
	くさち耳鼻科(富雄元町二丁目)	45-8733
	竹林メンタルクリニック(富雄北二丁目)	40-0101
	富雄産婦人科(三松四丁目)	43-0381
	富雄セントラルクリニック(二名平野二丁目)	48-2525
	西奈良中央病院附属第一診療所(富雄元町二丁目)	45-0316
ひばりメディカルクリニック(三碓六丁目)	49-8700	
渡部医院(千代ヶ丘一丁目)	51-6565	
クレヨン小児科(三松一丁目)	52-5023	
村井整形外科(富雄北二丁目)	51-6788	
やすい小児科医院(富雄元町一丁目)	43-2587	
山田胃腸科肛門科(鳥見町一丁目)	47-3870	
貴ヶ丘クリニックヤドおかし整形外科(三碓三丁目)	51-5111	
神功	江崎内科外科医院(神功三丁目)	71-3336
	竹田クリニック(神功二丁目)	71-3755

地区	医療機関名	電話番号	
右京	後藤医院(右京三丁目)	71-1180	
	平和会ならやま診療所(右京三丁目)	71-1000	
	ひまわりクリニック(右京一丁目)	72-1583	
	田中小児科医院(右京四丁目)	71-6660	
	右京診療所(右京四丁目)	71-5338	
	高の原中央病院(右京一丁目)	71-1030	
	門野内科胃腸科医院(右京四丁目)	71-6885	
	西川耳鼻咽喉科医院(右京三丁目)	71-9470	
	朱雀	清水内科医院(朱雀四丁目)	71-3599
		谷口医院(朱雀五丁目)	71-8001
まえた医院(朱雀四丁目)		71-1221	
平城診療所(朱雀三丁目)		71-5315	
いがらし整形外科(朱雀三丁目)		71-5553	
松井内科クリニック(朱雀一丁目)		71-8088	
矢倉内科クリニック(朱雀三丁目)		72-1102	
しき地診療所(朱雀六丁目)		71-0034	
奈辰市		塩谷内科診療所(左京一丁目)	71-3950
		奈良東九条病院(東九条町)	61-1118
	保田クリニック(東九条町)	61-2235	
明治	伊藤医院(南永井町)	61-3677	
	谷掛整形外科診療所(神殿町)	62-7577	
	三谷医院(神殿町)	61-5057	
	つるはら耳鼻科(神殿町)	64-3033	
東市	薄葉医院(古市町)	61-2072	
	奈良春日病院(鹿野園町)	24-4771	
蒲解	吉川診療所(柴屋町)	61-7913	
	田原診療所(横田町)	81-0027	
田原	塩田医院(此瀬町)	81-0002	
	柳生診療所(邑地町)	94-0210	
柳井	安田医院(阪原町)	93-0444	

お酒と上手に付き合うために… **見直しましょう 飲酒習慣**

アルコール依存症は、アルコールを多飲する病気ではなく、飲む量がコントロールできなくなる病気です。

飲酒は日常生活では普通のことなので、本人や家族が依存症だと気づいたり認めることが難しく、適切な治療を受けていない人がほとんどです。アルコール関連問題は肝炎や糖尿病など内科的疾患を併せ持つため、実際に自分が依存症だと自覚せず内科医へ入退院を繰り返す人も多くいます。

さらに、依存症が進行すると本人の健康を害するだけでなく、家族や職場を巻き込んで様々なトラブルが起こります。

そのため、普段から適切な飲み方をする節酒を心がけたり、場合によっては完全にアルコールを断つことも必要です。

【問い合わせ】市保健所保健予防課へ。

こんなこと、ありませんか? 「アルコール問題チェック」

- ①酒を飲まないで寝つけない
- ②酔いつぶれるまで飲んでしまう
- ③飲みすぎて体を壊したことがある
- ④ほとんど毎日3合(大びんビール3本)以上飲んでいる
- ⑤飲酒が原因で周囲の人とトラブルになったことがある

適度な飲酒量を
守りましょう



自分にあった飲酒ルール
を作りましょう



お酒と
上手に付き合う
4つの方法



失敗例に学び、自
分の飲酒パターン
を見極めましょう



減酒(禁酒)宣言
して、周りからも
声をかけてもらい
ましょう

【アルコール関連問題懇談会市民大会】とき…10月3日(日)午後1時半～4時半 ▶ところ…生涯学習センター(杉ヶ町)
▶講師…医師の木塚秀人さん・植松直道さん、市断酒会会員など ▶申し込み…不要。当日直接会場へ ▶その他…アル
コール問題に関する個別相談あり、希望者は電話(☎23-6173)かファクシミリ(☎22-2869)で市保健所
保健予防課へ。

自転車の放置はやめましょう

街角や歩道に放置されている自転車やミニバイクは、まちの景観を悪くするだけでなく、通行の妨げとなり歩行者にとってたいへん危険です。

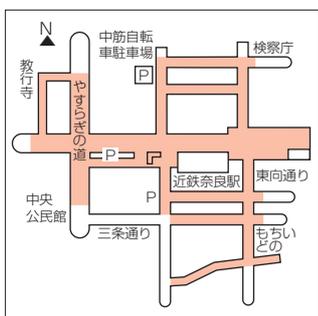
そこで、放置自転車などをなくすため、鉄道主要駅周辺に自転車等放置禁止区域を設けています。



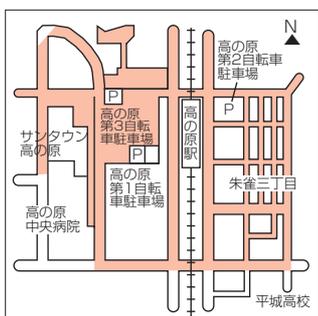
◇ 禁止区域に放置すると ◇

奈良市自転車等の安全利用に関する条例及び施行規則により、即時移動・保管の対象となります。移動作業時、施錠などを切断することがありますが補償はしません。また、引取りに際しては移動費・保管費が必要です。移動後60日を経過しても引取りのないものは処分します。自転車などの駐輪には駅周辺の自転車駐車場を利用してください。

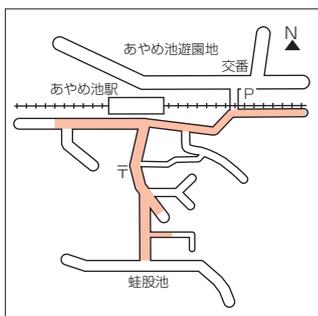
自転車等放置禁止区域



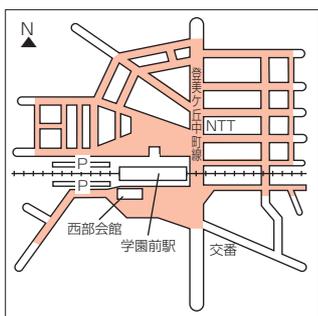
近鉄奈良駅周辺



近鉄高の原駅周辺



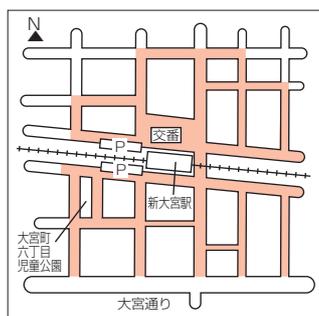
近鉄あやめ駅周辺



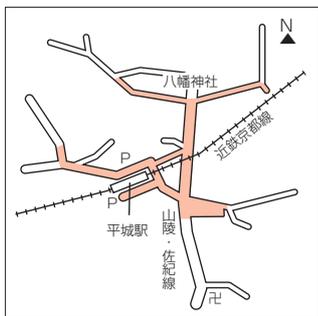
近鉄学園前駅周辺



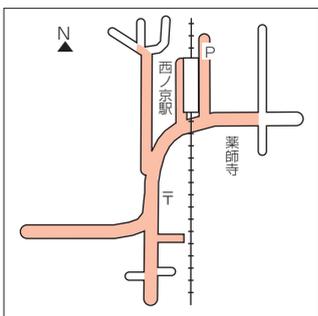
JR奈良駅周辺



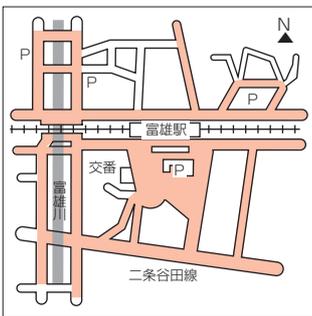
近鉄新大宮駅周辺



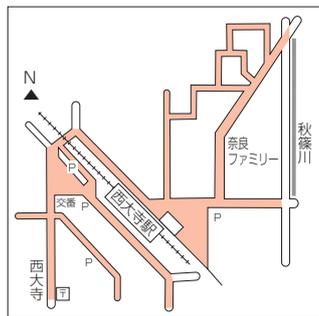
近鉄平城駅周辺



近鉄西ノ京駅周辺



近鉄富雄駅周辺



近鉄西大寺駅周辺

※  は自転車等放置禁止区域、Pは自転車駐車場です。

● 放置自転車等を返還します ●

【受付時間・場所】

月～金曜日と第2・4土曜日午前9時～午後4時半
(祝日と12月28日～1月4日は除く)

大安寺西二丁目288-1 ☎34-4546

【返還時に必要なもの】

鍵、印鑑、引取人の住所・氏名が確認できるもの

【移動費・保管費】

移動費2,000円、保管費1,000円(保管費は移動の日から14日以内は無料)。利用者などが移動日前に警察署に盗難の被害届を提出している場合は徴収しません。



自転車等保管施設

【問い合わせ】市役所交通政策課へ。

歴史の深さを

体感して

夏休み親子拓本教室

発掘調査の遺物整理作業の一つである拓本を体験し、奈良の歴史にふれてもらおうと、八月十九日・二十日の両日、埋蔵文化財調査センターで親子拓本教室を開きました。

当日は、センター内で遺物整理作業を見学した後、講座室で古代の瓦に関する説明を受け、拓本を体験しました。市内で実際に発掘された瓦に紙をのせ、スプレーで湿らせてから墨を含ませたタンポを当てて拓本を取るという作業を通じて、参加者は奈良の歴史の深さや重みを感じていました。



拓本に挑戦!

親子で

力を合わせて

夏休み親子・工作教室



力を合わせて何ができるかな?

木を使った様々な工作作りを親子で楽しんでもらおうと、八月二十二日に野外活動センターで夏休み親子・工作教室を行いました。

当日は、会場に並んだ見本や図鑑を参考に、数多く並んだ大小の木材やまつばっくりなどを組み合わせながら作品を作り上げました。少し不慣れな手つきながら、親子で力を合わせて工具を持ち、動物をあしらった置物や箱、文具立てなどを次々に完成させました。

もっとも、子どもより大人の方が工作に熱中していたようです。

入館者

十万人を達成

奈良市美術館

昨年十月二日に開館して十か月余り、同館の入館者数が八月二十二日に十万人を達成し、記念セレモニーを行いました。

十万人目となったのは、市内在住の加納麻子さん。八月十七日から二十六日にかけて開催中だった奈良百景展を見ようと、姉妹で来館されましたが「買い物途中に初めて立ち寄ったら十万人目だったので驚きました」と話してくれました。

今後もし引き続き、市民のみなさんの文化活動の拠点として利用してください。



左から99,999人目の加納優子さん・100,000人目の麻子さん姉妹、100,001人目の出口明男さん

古都奈良に広がる

踊りの熱気

バサラ祭り



三条通りでのパレード

「踊る・なら・そらっ!」を合言葉に、思い思いの衣装で奈良の街を踊り歩くバサラ祭り(主催…同祭実行委員会)が八月二十八日・二十九日の両日にわたって行われました。

期間中は、近鉄西大寺駅・奈良駅周辺で参加者による踊りが披露されたほか、二十九日には県庁前登大路園地に特設ステージを設けてコンテストも行われました。台風十六号の影響が心配されましたが天候にも恵まれ、熱くエネルギッシュな踊りが観客を魅了しました。

開かれた

学校づくりを

教育改革推進フォーラム

学校・地域・家庭が連携協力しながら教育改革を進める「開かれた学校づくりの推進」をメインテーマに、八月二十日なら一〇〇年会館大ホールで教育改革推進フォーラムを開きました。

会場では、「開かれた学校・信頼される学校の実現にむけて」をテーマに、九州大学大学院教授の八尾坂修さんによる基調提案がありました。また、学校評議員制や学校の自己評価について、各制度を導入した推進モデル校による取組報告や、絵本作家の川端誠さんによる講演「絵本とともに旅をして」もありました。



二名中学校による「学校の自己評価」取組報告

本に親しむ

豊かな生活を

北部図書館が開館



開館初日から多くの来館者で賑わいました

先般オープンした北部会館の四階に北部図書館が開館し、九月一日に開館式を行いました。

同館では、実用書を中心に一般図書二万冊と児童図書一万冊の計三万冊を所蔵しています。また、市内在住・在勤・在学者に貸出券を発行しますが、中央・西部図書館の貸出券も共通で利用できます。今後は、おはなし会等の催しも企画していきますので、市民のみなさんの情報センターとして活用してください。

備えあれば

憂いなし!

防災訓練



化学消防車による
消火訓練



避難住民への
応急手当訓練



車両からの救助訓練



市民のみな
さんによる
消火訓練

八月三十日から九月五日は「防災週間」。大規模な地震災害に備えるため、九月三日に市民や関係機関など約九百人が参加し、鴻ノ池運動公園で防災訓練を行いました。訓練は「マグニチュード七・二の地震が発生し、市の一部地域で震度七を記録。死傷者も多数出た」との想定で実施。訓練とは言い張りつめた緊張感の中、初期消火や救助救出、避難、救援物資搬送、水道・ガス・電気施設の復旧、ヘリコプターによる訓練などを行い、防災意識を高めました。

今月のこよみ

大和の歳事記 翁舞 (奈良豆比古神社)



奈良阪町にある翁講によって翁舞「三番叟」が演じられます。国の無形民俗文化財に指定されています。

● 10月の行事・市の催し ●

- 1日(金) 例祭の舞楽 (氷室神社)
- 2日(土) 塔影能 (興福寺)、鹿の角きり (鹿苑)、なら動物愛護フェスティバル (市保健所生活衛生課)、市美術家展 (～22日 奈良市美術館)
- 3日(日) 光明真言土砂加持法要 (・5日 西大寺)、鹿の角きり (鹿苑)、安倍なつみコンサート (なら100年会館)、ならまちわらべうた版画展 (～17日 ならまち振興財団)、10周年エントランスコンサート (音声館)
- 5日(火) 転害会 (手向山八幡宮・転害門・東大寺〈勸進所〉)、初心者のためのデジタルカメラ教室 (・19日ほか 写真美術館)
- 6日(水) 人権教育地区別研修会 (・8日ほか 社会教育課)
- 8日(金) 翁舞 (奈良豆比古神社)
- 9日(土) 天武忌〈万燈会〉(薬師寺)、秋期祭礼〈蛇祭り〉(～11日 倭文神社)、鹿の角きり (鹿苑)、市民文化フェスティバル (・10日 文化振興課)、関東女流かな五人展 (～来年1/16 杉岡華邨書道美術館)、展示作品解説 (写真美術館)
- 10日(日) 大茶盛 (西大寺)、秋祭り (長尾神社・南明寺)、大祭 (戸隠神社)、鹿の角きり (鹿苑)、市民スポーツのつどい (体育課)、なら・人権ふれあいカーニバル (人権啓発センター)
- 11日(祝) 人権を確かめあう日、秋祭り (九頭神社)、特別講演会「中村吉之介 風景写真を語る」(写真美術館)
- 13日(水) THE HIGH-LOWSコンサート (なら100年会館)
- 14日(木) クレメナ・アーチェヴァ フルトリサイタル (なら100年会館)
- 15日(金) 大仏さま秋の祭り (東大寺)、市庁舎ふれあいコンサート (文化振興課)
- 16日(土) 田楽横とび〈三角とび〉(丹生神社)、秋祭り〈大慈仙町〉(・17日 八坂神社)、あすならフェスティバル (・17日 男女共同参画課)、トスティ・アンサンブル・イン・なら、沢田研二コンサート (なら100年会館)、ならまち篝火コンサート (ならまち振興財団)
- 17日(日) 大般若転読会 (興福寺)、ならまちわらべうたフェスタ (ならまち振興財団)、お茶席 (名勝大乘院庭園文化館)、近畿少年剣道優勝大会 (体育課)
- 19日(火) 文化遺産国際シンポジウム (～23日 文化財課)、大乘院文化サロン (・21日 名勝大乘院庭園文化館)
- 20日(水) ならマイカーひとやすみデー、ポイ捨て防止街頭啓発 (環境保全課)、ならを元気にするセミナー (なら100年会館)
- 24日(日) エントランス小劇場 (音声館)
- 29日(金) 市ママさんコーラスフェスティバル (文化振興課)
- 30日(土) 新倉院展 (～11/15 奈良国立博物館)、発掘された日本列島 (～11/28 奈良市美術館)
- 31日(日) 青少年フェスティバル (社会教育課)、環境フェスティバル (企画総務課)、親子で防災体験 (防災センター)、世界音楽のかけ橋 (文化振興課)、子ども人形劇場 (なら100年会館)

◆ 奈良市美術館展示案内 ◆

〒630-8012 二条大路南一丁目3-1 イトーヨーカドー奈良店 5階
☎ 3 0 - 1 5 1 0

市美術家展ギャラリートーク ～市美術家協会会員による作品解説～

とき		部門 (講師)
10/3 (日)	午後1時	写真 (塚原紘)
	午後3時	日本画 (武市美知子)
10/10 (日)	午後1時	洋画 (辰巳文一、白石道夫)
	午後3時	書 (深井万象、新井蒼雨)
10/17 (日)	午後1時	彫刻 (小川清彦)
	午後3時	工芸 (黒川和江)

発掘された日本列島展

近年全国各地で注目を集めた発掘調査の成果を、旧石器時代から近代まで35遺跡約800点の遺物で紹介しします。

期間…10月30日(土)～11月28日(日)

▶開館時間…午前10時～午後7時 (入館は6時半まで) ▶休館日

…月曜日、11月4日・24日 ▶観

覧料…300円。高校生以下、市内在住の70歳以上と心身障がい者は無料。11月の毎週土曜日午後2時から埋蔵文化財調査センター職員による展示解説。



大安寺旧境内から出土した風鐸

地域展「出土遺物から見た奈良の歴史～奈良市指定の文化財」

期間…10月12日(火)～12月27日(月)午前9時～午後5時 (入館は4時半まで)。土・日曜日と祝日は休館 (10月30日～11月28日は開館) ▶ところ…埋蔵文化財調査センター (大安寺西二丁目) ▶問い合わせ…埋蔵文化財調査センター (☎ 3 3 - 1 8 2 1) へ。

青少年フェスティバル

～ 大きくはばだけ元気よく! ～



昨年のフェスティバルから



市内の青少年や青少年団体が一堂に集い、交流とふれあいを深めます。

【とき】10月31日(日)午前10時～午後2時

【ところ】平城宮跡朱雀門前広場。来場は公共交通機関を利用してください

【内容】アゴラ太鼓演奏、ジュニアフィットネス演技、一輪車演技、模擬店 (有料)、各種クラフトなどの体験コーナー、ビンゴゲームなど

【問い合わせ】市役所社会教育課へ。

10月は食生活改善普及月間 おいしい笑顔で 1日元気

市では、市民のみなさんが元気で健康に暮らせるために、生涯を通じた健康づくり計画「奈良市21健康づくり」を推進しています。

食生活は、子どもの健やかな心と身体の発達に欠かせません。また、生活習慣病を予防し、正しい食生活を積み重ねることで、生涯にわたり健康で楽しい食生活を送ることができます。毎日の食生活を振り返り、健康づくりに取り組みましょう。

【問い合わせ】市役所健康増進課へ。

子ども

1日3回決まった時間に主食・主菜・副菜のそろった食事をしましょう。



高齢者

- ◎バランスよく食べ、減塩を工夫しましょう。
- ◎自分の適正体重を知りましょう。
- ◎体のことを考えて食事を作りましょう。



成人

- ◎食生活の乱れが、肥満や生活習慣病につながることを知りましょう。
- ◎食生活や栄養バランスについて、正しい知識をもちましょう
- ◎自分の適正体重を知りましょう。

◆知って得する健康講座「食生活編」

たっぷり野菜を食べて生活習慣病予防 とき…10月28日(木)午前10時～正午 ▶ところ…保健センター ▶定員…50人 ▶申し込み…はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月21日までに市役所健康増進課へ。ファクシミリ (☎34-3145) も可。多い場合は抽選。

◆食生活改善普及月間啓発展示

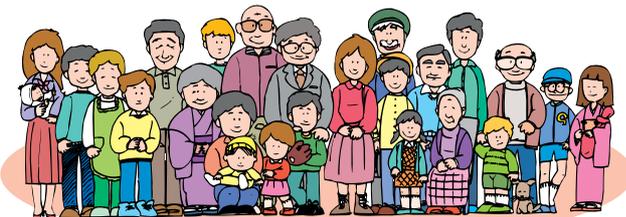
とき…10月12日(火)～29日(金)
▶ところ…市役所1階連絡通路
▶内容…食生活に関するパネル展示やパンフレットの配布など



10月は骨髄バンク推進月間 骨髄バンクはあなた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、骨髄移植で治すことができますが、骨髄液を提供してもらえない人が不足しているため、移植を受けられない患者が大勢います。

そのため、広く善意の骨髄提供をよびかける骨髄バンク事業が始まり、これまで3,000人以上の患者を救う実績をあげています。



〈骨髄移植を待つ患者はどのくらいいますか？〉

白血病などの病気は毎年約6,000人発病し、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つ人は、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(家族の同意が必要)。

〈登録手続き(予約制)〉

毎週月曜日午前9時～11時に市保健所で行っています。登録は8ccの採血で済みます。

あなたの贈った愛が誰かの生命となってふくらみます。骨髄バンクは、あなたの勇気と優しさを待っています。

【問い合わせ】市保健所保健予防課 (☎23-6173) へ。