



特集 pickup!

古墳・ハニワ製作集団のふるさと 赤田横穴墓群 その謎を解く。

あこだ おうけつぼぐん



₺ く じ contents

写真:古墳〜飛鳥時代の墓・赤田横穴墓群(西大寺赤田町)。右奥に垂仁天皇陵を望む

新しい4年が始まりました **仲川市長 就任のご挨拶** p2 ならトピ p31

ワクチン接種の予約方法等について

新型コロナワクチン接種関連情報 p 6-7

さらに魅力的で使いやすい施設へ

3つの産業施設が新しくなりました p 28-29

生活 p12 健康 p13 子育て p15 シニア p17 しごと・催し p18 スポーツ p21 文化情報 p22 生涯学習 p24

仲川市政、新しい 4年が始まりました



12日の当選証書授与式と合わせて初登庁しました。7月31日から仲川 **7月11日に行われた奈良市長選挙で仲川げん市長が当選し、翌日7月** 市政の四期目が始まりました。

就任のご挨拶

題である新型コロナウイルス感染症への対応や、ワクチン接種事業等をご評 だくこととなりました。これまでの三期12年間の取り組み、そして喫緊の課 このたび、多くのみなさまのご支援を賜り、引き続き市政を担わせていた

子どもセンターや新斎苑の来春の開設に向けて一歩前進することができまし アフターコロナを見据えて新しい技術を活用しながら、安心して暮らせる未 全域が重要な時期になります。国際文化観光都市である奈良市においても、 モノ・文化が行き交う「2025年大阪・関西万博」が開催される等、関西 全力で守りながら、スピード感を持って累積する課題解消に取り組んでまい まだ多くあります。今後は引き続きコロナ対策を優先に、市民の命と生活を た。一方で、前述の新型コロナウイルスへの対応だけでなく、新クリーンセ 決に取り組んでまいりました。市民のみなさまのご理解とご協力により、来 ンターの建設や依然厳しい財政状況の健全化等、これから解消すべき課題は 庁を不要とする行政手続きの簡略化や、市庁舎耐震化の完了、そして(仮称) 今後の4年間は、世界中の最先端技術と英知が結集し、さまざまな人・企業・ 平成21年の市長就任以来、長年先送りされていたさまざまな行政課題の解

の引き続きのお力添えをお願い申し上げます。 来志向のまちを目指して誠心誠意努力してまいりますので、市民のみなさま 仲ツげん

古墳・ハニワ製作集団のふるさと

あこだおうけつぼぐん

を解く

(6世紀・下は元の姿の頭の部分が欠けた人物埴輪

近鉄大和西大寺駅から西北へ約 1.2km。ここに古墳時代から飛鳥時代に造られた 「赤田横穴墓群」があります。今年、市では当遺跡の調査を実施し、全24基と いう大規模な横穴墓群の全貌が明らかになりました。その中でミステリアスな発 見がありました。それは全国的に見ても珍しい、墓を守るように置かれた2つの 欠けたハニワ(埴輪)です。今回は最新の調査成果を紹介するとともに、この不 思議な墓に葬られた人物像に迫ります。



▲上下が欠けた 朝顔形埴輪 (6世紀)

横穴墓(おうけつぼ)とは…

丘陵や山の斜面を掘り込んで造られ た横穴式の墓で、6~7世紀頃の限ら れた地域に複数造られるのが特徴。市 内では北西部で多く見られ、赤田横穴 墓群はその代表的遺跡。埋葬者の身分 は、前方後円墳等に葬られた地域首長 等に比べると低かったと推測される。



▲それぞれの横穴墓の中には、 陶棺や木棺が置かれた

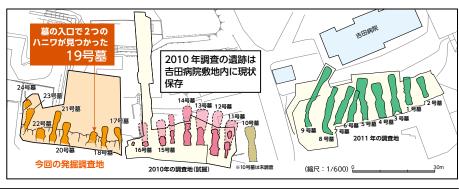
発掘調査の概要

大和中央道建設に伴い、今年3月8日から 発掘調査を実施しています。これまでの調査 で既に横穴墓を16基確認し、粘土を焼いて 作られた陶棺が数多く出土。6世紀後半~7 世紀中頃に作られたことが判明しています。

今回の調査では、新たに横穴墓が8基見 つかり、全24基・東西約150mにも及ぶ ことが分かりました。また、さまざまな形 の陶棺や木棺と、土器や鉄製の刀子・鏃等



の副葬品が出土したほか、19号墓から頭の部分が欠けた人物埴輪と、 **上下が欠けた朝顔形埴輪**が墓を守るように置かれているのが見つかり ました。19号墓は比較的新しい7世紀中頃の墓。ハニワ生産が終了し ていた時期の墓にハニワを立てる例は、かなり珍しいと言えます。



発掘調査によって浮かび上がる被葬者の謎。その真相に迫ります。



つの鍵からひも解く

されたか。





▲ ズラリ 24 基。大きな集団の墓か?

かなり大きな集団が、古墳時代から飛鳥時代にかけて利用していた可能 性あり。同時期の前方後円墳等に埋葬されている人物とは違い、王や地 域首長といった集団ではなさそうですが…

墳

$oldsymbol{2}$ 。墓の近くに大きなハニワ工房&住居跡発見!

横穴墓群から南東へ約 1.9kmの菅原東遺跡に、古墳に並べるハニワの工房と、 工人の住まいの跡が。ハニワ製作集団と横穴墓、地域的に関係がありそうです。

3. 日本書紀に、菅原・秋篠地域でハニワ誕生の物語が

古墳時代、佐紀古墳群の造営に伴って、このエリアでハニワが誕生…?日本書紀 には、ハニワ製作集団の祖先「野党宿禰」にまつわる伝承が記録されています。



▲ 21 号墓から出土した陶棺

赤田横穴墓群から出た陶棺… 4. 作り方はハニワそっくり

菅原東遺跡のハニワ工房で、なぜか陶棺の破 片が発見されました。ハニワを作る窯で、赤 円横穴墓群の陶棺もセットで作っていたよう です。陶棺とハニワは作り方がよく似ており、 同じ工人が作っていたようです。



5. 昔のハニワをわざわざ置いた人々

飛鳥時代、彼らは昔作られたハニワを、墓前 に立てました。このハニワ、古墳時代の菅原・ 秋篠の工人が作った可能性があります。

欠けていたのは、古いものを再利用したためか▶

誰が埋葬されたか? ※……………… 市埋蔵文化財調査センター所長に聞く

という集団でしょ 師氏 こいり来回こと 菅原・秋篠の地に、王族の古墳に並べ るハニワを作っていた工人集団・土師 氏がいたと記されています。菅原東遺 跡のハニワ工房は土師氏のものと見ら れます。ハニワと陶棺の作り方が似て いることや距離の近さからも、土師氏 代々の墓の可能性が高いでしょう。

■不思議な2つのハニワの秘密

古墳時代も終わり、ハニワ生産も終わ りますが、土師氏はこの地域に住み、 横穴墓群に埋葬され続けました。不思 議な2つのハニワは、ハニワ生産が終 わった飛鳥時代の墓に置かれました。

おそらく先祖との繋がりを求めて、先 祖が昔作ったものを近隣の古墳から調 達し、置いたのでしょう。

■菅原氏・秋篠氏へ転身した土師氏

その後土師氏は、菅原・秋篠氏と姓を 変え、官僚や天皇側近の学者になり、 すがわらのみちざねを輩出するまでに **原道具** なります。平城京 の時代が終わり、京都に都が移った平 安時代になっても、赤田横穴墓群には 墓参りが行われた形跡があります。 佐紀古墳群の造営時から菅原に居つい た土師氏は、職や姓を変えた後でも、

├├ とこの地を大切にしていた **し** のでしょう。



▲菅原東遺跡(現在は公園として整備)

関連年表

4世紀(301年~)

日葉酢媛陵(佐紀古墳群)、垂仁天 皇陵等の巨大古墳が造られる

土師氏の前身集団が市内に住み、ハ ニワ作りを始めたとされる(中頃)

5世紀(401年~)

佐紀古墳群の造営が終わり、ハニワ づくり集団を再編成。土師氏が誕生。 ハニワを広域に供給する(末頃)

6世紀(501年~)

赤田横穴墓群が造られ始める

陶棺の生産を開始 (中頃)

ハニワの生産終了 (末頃)

7世紀(601年~)

赤田横穴墓群の造営終了

赤田横穴墓に昔作ったハニワを持 ち込み、墓前に立てる(中頃)

8世紀(701年~)

平城京遷都 (710年)

「古事記」成立(712年)

[日本書紀 | 成立 (720年) 良

時 土師氏が「菅原」(781年)、「秋篠」 (782年) にそれぞれ改姓

平安京遷都 (794年)

9世紀(801年~)

菅原道真が右大臣に (899年)



これまでの調査で赤田横穴墓群から発掘された出土品の数々。全国的に珍しい陶棺が多く見つかっています。

全国初・縦型の円筒形陶棺

一旦別の場所で土葬した後、骨だけを取り出して縦型の陶棺に納骨したか。全国でも初めての出土例。





一族が墓に参った証・平安時代の遺物

9世紀後半の土師器皿・須恵器壺。平安時代に、土師氏一族ゆかりの者が、横穴墓群に墓参りをしたとも考えられる。



はじしつきっこうがたとうかん 土師質亀甲形陶棺

市北西部発祥のデザインで、ここを中心に京 都府南部から滋賀県南部にかけて出土。近畿 地方で最も多く出土する陶棺のタイプ。



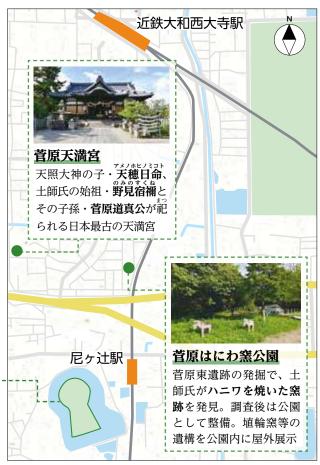
周辺に残る 土師氏ゆかりの地

近鉄大和西大寺駅の南側から尼ヶ辻駅周辺には、土師氏ゆかりの地が点在しています。土師氏の生きた時代に思いをはせながら、秋の散策スポットとして巡ってみてください。



宝ラらいやま **宝来山古墳(垂仁天皇陵)**~土師氏の姓を与えた王の墓~

4世紀後半頃の前方後円墳。全長 227m (全国 20 位)。日本書紀には、垂仁天皇の妻・日葉酢媛命の墓を造る際、天皇に仕えていたのまかのまくね。野見宿禰が、殉死ではなく人型の埴輪を古墳に置くことを進言し、その功績から土師の姓が与えられたという伝承が記されています。



もっと知りたい 奈良市の古墳



市埋蔵文化財調査センター で発掘調査の成果を展示

今回紹介した出土品の一部は、特別展示「帯解の古墳時代とワニ氏」 (9月6日~11月5日、19ページ参照)終了後に、同センター(大安寺西二丁目281)で常設展示。

土師氏一族が活躍した 佐紀古墳群を動画で紹介

ウワナベ古墳の発掘調査の様子とともに、佐紀陵山古墳 (日葉酢媛陵)をはじめとする 佐紀古墳群を、奈良市動画チャンネルで公開しています。



こちらから 視聴できます▶



新型コロナワクチン接種の予約方法

ワクチンの供給に合わせて、市では集団接種と各医療機関での個別接種 を下記の方法で順次行っています。接種クーポン券は既に全ての市民の みなさんに送付しています。



今後の集団接種スケジュール

9月以降はワクチンの供給が一定量見込めるため、市役所正庁での接種に加えて、ミ・ナーラ会場も再開する予定です。

時間帯等、くわしくは決まり次第、市 ホームページでお知らせします。

予約ができる会場等の情報は こちらのページから 確認できます▶



予約方法

1かかりつけ医で個別接種の予約

かかりつけ医が接種を実施している場合 は予約できます。次回の通院時に確認し てください。

各医療機関 の接種状況 はこちら▶



②電話で集団接種の予約

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

0120-340-112 ※かけ間違いに注意してください (日曜日・祝日を除く午前9時~午後7時)

③市のインターネット予約ページで予約

集団接種・個別接種(市の予約ページで受付可能な医療機関のみ)が予約できます。

予約ページ はこちら▶



予約ページのフローと注意事項 ※予約は1回目のみ必要です

- ❶接種券番号と生年月日を入力し、認証
- **②接種を希望する会場・日を選択**
- ●会場から選択
- ●期間・日付から選択

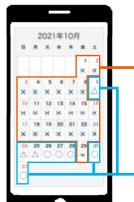


※会場一覧の初期画面では、全ての会場が表示されています。希望日や会場等で条件を 絞ると、現在予約可能な会場(医療機関) のみが表示されます

!予約時の注意!

各医療機関では、検索日の2週間以上先の予約を公開していません。希望する会場がある場合は、検索日の2週間後までを設定してください。

❸接種希望日を選択



会場情報、希望日時が選択できます。 予約カレンダー内の「○」「△」の日 が予約可能です。

予約を受け付けていない日・ 予約定員に達した日

×、空欄(記号の表記がない日)は予 約できません。日を置いて予約するか、 会場の変更等を検討してください。

予約ができる日

○:空き有り △:残りわずか

○希望時間を選択

残枠数とともに、接種可能な時間帯のみが表示されます。表示のない時間帯は予約が埋まっています。



⑤予約完了

左の画面が出れば、1回目の予約は完了です。2回目の予約は自動的に予約されるため、今後の操作は不要です(1回目の接種済を確認後、自動で予約します)



6

大規模接種の予約も始まっています

接種クーポン券が届き次第、奈良県や自衛隊が運 営する会場で1回目の接種予約ができます。市や かかりつけ医のほかに、こちらの接種も検討して ください。

◆奈良県 広域ワクチン接種

県内在住者対象の予約が始まっています。くわしく は県ホームページで確認してください。9月以降の 接種会場は以下の3施設が予定されています (ファイザー社製ワクチンを接種)

会場

市内 県文化会館(登大路町 6-2)

県橿原文化会館(橿原市北八木町3丁目65-5) 市外 県産業会館(大和高田市幸町 2-33)

◯インター ネットで予約





奈良県広域ワクチン接種 コールセンター

230742-90-0050 (毎日午前9時~午後5時)

(24 時間受付)

※1回目・2回目とも上記で予約が必要です

二重予約は厳禁!ワクチンが無駄になります

既に市の集団接種、個別接種を予約した場合は大規 模接種を予約しないでください。万一予約した場合 は、**どちらか一方の予約を必ず取り消し**てください

◆自衛隊 大阪大規模接種センター(大阪センター)

18歳以上の人が対象の予約が始まっています。8月で 予約受付を締め切っている場合があるので、随時同セ ンターのホームページで確認してください

(武田/モデルナ社製ワクチンを接種)

会場

大阪府立国際会議場 グランキューブ大阪 (大阪市北区中之島 5-3-51) 京阪中之島線「中之島駅」2番出口から徒歩1分

○インターネット、 ○電話で予約 LINE で予約



自衛隊 大阪大規模接種センター 専用 お問い合わせ・予約窓口

☎0570-080-770 (毎日午前7時~午後9時)

(24 時間受付)

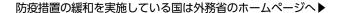
※2回目の日時は1回目接種時に、会場でお知らせします

書類の 送付で

ワクチンパスポートを申請できます

既に接種済みの人のうち、接種証明書の提示で防疫措置が緩和さ れる国へ渡航予定の人を対象に、ワクチンパスポート(新型コロ ナウイルスワクチン接種証明書)を交付します。

※海外渡航が対象です。国内では、接種クーポン券添 付の接種済証か接種記録書で証明が可能です







申請・交付は原則書類を送付

右の書類を、新型コロナウイルス ワクチン接種推進課まで送付して ください。申請方法等、くわしく は市ホームページで確認してくだ さい。

市ホームページ「ワクチン パスポート」のページへ。 申請書類のダウンロードは こちら▶



必須の書類

①申請書●

②海外渡航時に有効なパスポートの写し (旅券番号・ローマ字氏名が確認できる写し)

③接種券の写し(接種券番号・履歴が確認できる写し)

4本人確認書類の写し(運転免許証、健康保険証等)

⑤返信用封筒●

返送先の住所 と本人の氏名 を明記。

市ホームペー

ジからダウン

ロード可

切手を貼付

※旅券に旧姓が記載されている場合は、追加書類が必要になります

【6~7ページの問合せ・ワクチンパスポート申請書送付先】

新型コロナウイルスワクチン接種推進課(〒 630-8122 三条本町 13-1 😿 0120-340-112)



防災に関するお知らせ



市が発令する避難情報の名称を、以下の表のとおり変更しています。

※令和3年5月に災害対策基本法が改正され、これまでの避難勧告は廃止されました



避難指示で 必ず避難を

すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。「緊急安全確保」の発令を待ってはいけません

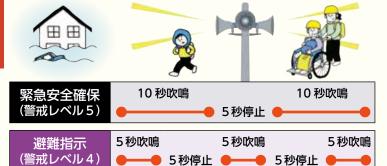
避難に時間のかかる 高齢者や**障害のある** 人は、危険な場所か ら避難しましょう

	警戒レベル	避難情報等	住民の行動
•	5	緊急安全確保	命の危険、直ちに安全確保
	~~~~	~~~~~~ 警戒レベル 4 ま	でに必ず避難 ~~~~~~
	4	避難指示	危険な場所から全員避難
•	3	高齢者等避難	危険な場所から高齢者等は避難
	2	大雨·洪水·高潮注意報(気象庁)	自らの避難手順を確認
	1	早期注意情報(気象庁)	災害への心構えを高める

### **防災スピーカーのサイレンパターン**

市では、緊急情報を即時にお知らせするため、 防災スピーカーの放送の冒頭に、**避難情報等の** パターンごとに定めたサイレン音を放送します。

【問合せ】危機管理課(☎34-4930)





### 9月10日~16日は自殺予防週間

あなたのこころは 元気ですか?

奈良市自殺対策ロゴマーク

昨年の市内の自殺者数は 58人、全国でも 11 年 ぶりに自殺者が増加しました。特に女性や若い人で増加しており、また、新型コロナウイルス感染拡大を背景に経済的な苦境に立たされたことや、孤立に陥る人が増えたことも要因だと考えられます。

自殺は、個人ではなく社会全体の問題です。さまざまな要因が重なり「追い込まれた末の死」という認識をみんなが共有し、一人一人が自分の問題として取り組む必要があります。

### 防ぐ

悩みを相談できる 場所があります

その他の相談 窓口はこちら▶



臨床心理士による 9月13日(月)・27日(月) 午後1時半~4時半(予約要) こころの健康相談 (保健予防課 ☎93-8397) ※家族も面接相談可 奈良いのちの電話協会 24 時間年中無休 **(23** 35-1000) 自死遺族の悩みを相談 1年週火曜日 ①よりそいの会あかり 午前10時~午後4時 (**2** 35-7200) 2 毎週木曜日 ②グリーフスペースなら 午後1時半~4時半 (**2** 93-8397)

### 気づく

あなた自身や周りの人に、こんな症状は 出ていませんか?

- □ ほとんど1日中ずっと気分が沈んでいる
- □ 何に対しても興味がわかず、楽しめない
- □ 食欲が低下、または体重の増減が激しい
- □ 寝付けない、夜中や早朝に目が覚める
- ┌─ 動作や話し方が遅い。
- igstriap  またはいらいらしたり、落ち着きが無い
- □ 疲れを感じたり、気力がわかない
- │ │ 自分に価値が無い、申し訳ないと感じる
- □ 仕事や家事に集中したり、決断することができない
- □ この世から消えてしまいたいと思うことがある
- → 2 つ以上に当てはまり、その状態が 2 週間以上続いている 人は注意が必要です

(参考:厚生労働省ホームページ「こころの耳より」)

こころの体温計を試してみませんか?



**◀**心のストレスを チェックできます



【問合せ】保健予防課(☎93-8397) ※かけ間違いに注意してください

### この秋は環境に ついて学ぼう

猛暑の日が長く続き、大雨で水害が発生する等、各地で地球温暖 化によるさまざまな影響が出ています。地球温暖化を防ぐために、 世界中で 2030 年までに CO2 の大幅削減を目指して取り組んでい ます。たくさんの環境イベントが開かれる秋。身近なところから 環境に優しい取り組みを考えてみませんか。

### モビリティウィーク 9月16日~22日 &カーフリーデーなら 9月22日

~今日は、クルマをおいてでかける日~



ヨーロッパで始まった、**移動を通じて持続可能な社会** を考える環境交通週間、モビリティウィーク&カーフ リーデー。車に頼らない快適で持続可能なまちづくり を考え、行動する日を市内で実施します。

### **COOL CHOICE** 啓発活動

COOL CHOICE キャラバン隊 による脱炭素社会を目指すため



の啓発、クイズ、展示、自転車発電体験、自転車& 歩く地図の配布等を行います

【とき】9月20日(祝)午前11時~午後3時予定 【ところ】JR 奈良駅東口駅前広場

### オンライン講演会 ~次世代交通で移動が変わる~

新しい移動手段やシェアリング等、奈良にふさわし い移動について語ります

【とき】9月22日(水)午後6時半~8時

【定員】100人

【申込】同実行委員会ホームページから電子申請か、

Eメールに氏名、電話番号、Eメール アドレスを書いて、9月14日までに 環境政策課へ。多い場合は抽選



### とびだせECOキッズ!

自然の中で季節の野菜を育て、食べる体験を通して、 食と環境、身の回りと地球環境のつながりを感じてみ ませんか

【とき・テーマ】

第1回:10月10日(日) 「食」のおはなしと種まき 第2回:11月14日(日)

[気候]のおはなしと草とりとソーラークッカー体験 第3回:12月12日(日) 「給食」のおはなしと収穫

いずれも午前 10 時~正午

【ところ】県農民連北和センター(北之庄町)

【定員】原則全ての講座に参加できる小学生以上の親 子、10組20人程度。

【費用】材料費等の実費が必要な場合あり

【申込】電話かEメールで、住所、子どもの氏名・学 年、保護者氏名、電話番号、Eメールアドレスを書い て、9月24日までに環境政策課へ。市ホームページ の応募フォームからも可。多い場合は抽選

### 出前講座 COOL CHOICEセミナ

省エネのコツや地球にやさしい電気の選び方、食品口 ス対策、使い捨てプラスチックの削減、市環境ポイン

ト交付事業の紹介等、地球温暖 化防止のために家庭でできるこ とを専門家が出向いて話します

【実施期間】来年1月31日まで「

【対象】市在住の10人以上の参加が見込まれる団体。 在勤・在学も可

【申込】電話で開催希望日の3週間前までに環境政策 課へ

### 森林体験講座



竹林整備体験、竹を使ったクラフトづくり、 栗拾い等を体験できます。

【とき】10月2日(土) 午後1時半~3時半 【ところ】元明天皇陵西側(奈良阪町) 【費用】1人100円(保険料)

【定員】保護者を含む小学生以上 30人。多い場合は抽選

【申込】電話で9月17日までに 市地球温暖化対策地域協議会事 務局(環境政策課内)へ

【問合せ】環境政策課(☎ 34-4591 ☑ kankyoseisaku@city.nara.lg.jp)



### ななまるカード_{*を}使ってみませんか?

※平成27年1月までの名称は「奈良市優待乗車証」

いろいろな優待が受けられるので、ぜひ申請のうえ活用してください。

【問合せ】長寿福祉課(☎34-5439)

### ∖ななまるカード 3 つのメリット/

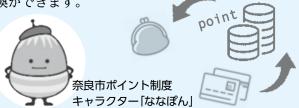
### ① 奈良交通バス優待

市内の全路線が **1 回につき 100 円で乗車**できます。 現金をカードにチャージ (入金) し、そのカードをバス 乗降口の読取機にかざすことで 100 円が引き落とされます。

- ◎乗り換えの場合は、その都度 100 円が必要。高速バス、リムジンバス、定期観光バス、深夜急行バスは除く
- ◎市境を越える場合でも、市内の停留所で乗車か降車すれば、 100円で乗車可
- ◎奈良交通の案内所かチャージ機、バス車内でチャージができます。利用前に必ずチャージしてください

### ② 「奈良市ポイント」のカードとして使用可

市の指定する**健康促進事業やボランティア活動、スポーツ観戦、ポイント加盟店での買い物でポイントが貯められます**。貯まったポイントはいろいろな特典に 交換ができます。



### ③ 指定する市内の社寺・文化施設に入場優待

各社寺の厚意で、カードの提示により以下の 施設で無料・割引入場ができます。

### [優待施設一覧]

無料入場:東大寺(大仏殿・法華堂・東大寺ミュージアム ※戒壇堂は保存修理等のため拝観停止中)、西大寺(本堂)、 薬師寺、興福寺(国宝館・東金堂)、大安寺、唐招提寺、秋篠寺、 新薬師寺、元興寺極楽坊、喜光寺、春日大社(国宝殿※萬 葉植物園は今年度中は優待対象外)

**割引入場**:依水園、般若寺、不退寺、白毫寺、海龍王寺、法華寺、霊山寺、大和文華館、松伯美術館

### 入場優待の注意事項



- ▶優待を受けられるのは**本人のみ**です
- ▶優待は**常設展のみ**です。**特別展で優待は受けられません**。改修等で休館の場合もあるので注意してください。各施設の行事開催時は施設の方針に準じます(優待がない場合もあります)
- ▶ななまるカードによる優遇措置の他に、独自に高齢者の無料入場を実施している施設(市写真美術館、県立美術館等)があります。利用の際は各施設に確認してください

申込 70歳になる前月に、同課から申請の案内を送付するので、申請する場合は同封の申請書を返送してください。70歳以上で未交付の人は、電話で長寿福祉課(☎34-5439)へ申請してください。カードは送付します。(注)ななまるカードは他の人への譲渡、貸与ができません。不正に使用した場合、カードを返却してもらいます



### 再発行と返却について

長寿福祉課か各出張所・行政センター・連絡所で 手続きをしてください。

### 【紛失・破損したとき】

実費相当額1,000円で再発行できます(外見がきれいでも内部が破損した場合は自己負担になります)。 再交付を受けるまで、市役所での申請の場合は約2週間、各出張所等の場合は約3週間かかります。その間は通常料金での乗車になるので注意してください。

### 【市外への転出等により資格が無くなったとき】

カードを返却してください。カードを使用しなくなった時や、紛失したカードが見つかった場合も必ず返却してください。チャージした残額がある場合は、奈良交通案内所窓口で払い戻しを受け、その窓口で返却ができます(手数料 210 円要)。

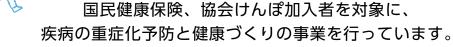
※カードは、転出・死亡等による資格喪失の3か月 後に利用停止します



### ヘルスアップ事業 を実施しています



市医師会のページへ



### ■ 専門職が、6か月間あなたに合ったサポートを行います

### < 糖尿病性腎症重症化予防事業 >

昨年度に特定健康診査を受診した人のうち、今 後糖尿病が重症化し、腎機能が悪化する可能性の ある人を対象に、食事や運動等の生活習慣を 6 か 月間トータルサポートします。対象者(検査の数値

等、一定の条件あり)には9月以降、かかりつけ医 **を通じて案内します**ので、参加希望の際はかかり つけ医に相談してください。

### 保健指導の流れ

面談・検査

面談・電話・Eメール等でサポート (オンラインでも対応可)

食事や運動等、一人一人に合わせた 保健指導を行います



### 初回

生活の様子を聞き取りし、 できそうなこと (目標)を 一緒に考えます

無理なく目標が実行できるよう サポートします。 牛活で気になること等を 気軽に相談してください

継続支援

最終(6か月後) 半年間の振り返りを 行います

### 2 喫煙等から生じる肺の疾患を、早期に見つけましょう

### <COPD 早期発見啓発事業>

COPD (慢性閉塞性肺疾患)とは、**喫煙習慣等が**となった人に、予防・早期発見・治療のための情報 **る病気**です。昨年度の特定健康診査を受診して対象 月頃には講演会も予定しています。

**原因で肺に炎症が起こり、息が吐き出しにくくな** 等を記載したお知らせを 11 月頃に送付します。12

【問合せ】医療政策課 (☎ 93-8392)、全国健康保険協会 (協会けんぽ) 奈良支部 (☎ 30-3700 ※音声案内 2)

### フレイル対策教室 「運動と食事で 寝たきり予防 |

外出自粛等で運動不足を感じている高齢者を 対象に、年齢による体力低下を防ぐための 運動 (実技) と食事のアドバイスを行います。

※要支援、要介護認定を受けている人は利用 できません

【とき】10月1日 (金、11月5日 (金、12月3日 (金、12月3日 (金、10月1日 (金、11月5日 (金、12月3日 (金、10月1日 (金、11月5日 (金、12月3日 (金、11月1日 (金、11日 (金、11月日 (金、11日 (金、11日 (金、11月日 (金、11日 ( 【ところ】 市総合医療検査センター メディカルなら (柏木町)

【定員】65~80歳までの12人

【費用】3,000円(全3回分)

【申込】はがき、FAX に教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、9月 15 日ま でに募集要項・申込書を同センター(〒630-8031 柏木町519-5 ☎33-7876 ₩ 33-5800) に請求。同センターホームページからもダウンロード可。多い場 合は抽選





記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。

※A~Dは市の収集区域、E

前

に問合せ先まで確認してください

◆9月	の収集日	· 区域
区域	燃やせる	燃やせない
A F	月·木曜日	1 日 15 日 ·
B E	の地域	29日の水曜日
C H	火·金曜日	8 日 · 22 日 の
D G	の地域	水曜日

### 申込先は申、 市民のうごき 8月1日現在、()内は前月比

【総人口】 353,829 人 (▲ 160 人) 男性:165,779人(▲102人)

女性:188,050人(▲58人)

【世帯数】 165.867 世帯 (▲7世帯)

で確認要

す。一部地域では収集の曜日

大和清掃共同企業体の区域で

Hは市清美公社か武田環境

が違うので市ホームページ等

合せ先は固と表記しています 締切日は締 問

### 市民課の土曜臨時開 庁

田環境・大和清掃共同企業体 清美公社 (☎33・8782)、武

63·2552

明 9 カードの交付・申請・電子証 月25日出午前9時~午後1 書の更新 業務内容…マイナンバー 固同課 34·5326 ▼臨時開庁日…

ごみ収集について

生

活

### ビニ交付を一部停止します 9月18日 土 ~ 20日祝はコン

発行できないもの:

: 住民票

の

印鑑登録証明書の交付 (世帯全員・一部)

に連絡を

収集ボックスの設置は事前

する前に必ず連絡してくださ

費用は利用者で負担して

で、ボックスを購入・設置

ください

が円滑に行えないものがある

形状等によっては、

作

(抄) 本 部事項証明)の交付、 の交付、戸籍附票(全部・一 発行できるもの:戸籍謄 34 4 7 3 0 証明書の交付 (全部·一部事項証明 課税 (非

> 9月18日出~20日祝は市民 サービスセンターが休所

より、 きなくなりますので休所しま 住民票システムの入替 **固**同センター 住民票関連の事務がで 36 5

### ターでオー マイナンバ マイナンバーカードの申 ーンを開催中 ・プン記念キャン Ī カー ٣ セン

で500円分の商品券か図書 カードをプレゼント。 くわし

のない要請が増えると車両

しています。

しかし、

ジにも掲載 問消防局救急

つでも出場できる体制で待機

同センター くは市ホームページ 階 とき…10月31日印まで 34 · 1 2 3 3 (ならファミリ 圕

9月9日 週間です 月5日~ 11 は救急の日・ 日は救急 医療 9

故、怪我等をした人のため、 ある資源です。急病や交通 教急車の適正 いします 救急車・救急医療は 利 用 を 限 お

朝 8 平日:午後6時~ 8000か 20・811 未満) 24時間対応②こども 車を呼ぶか迷った時は①県救 急安心センター(☎♯71 着が遅れてしまいます。 の早期処置が必要な人への到 末年始: 19か**2**0744・20・0119) 総務省消防庁ホームペー 土曜日:午後1時 時、 救急電話相談 心筋梗塞や脳卒中 午前8時~ 日曜日・祝日 ,翌朝8 翌 **2** # 15歳 朝 5 9 8 年 翌

### ごみ減量コラム vol.25

23日祝も通常

### エコの傘を広げよう

**過**収集課 どおり収集 ※9月20日祝·

(271・3012)、市

雨の日や日差しの強い日に活躍する 傘。折りたたみ式や日傘、ビニール傘、 カラフルな傘等、用途や気分によって複数のもの を使い分ける等、生活に欠かせないものです。そ の分、廃棄量も非常に多く、処分時には主な構成 素材のプラスチックや金属等が環境へ大きな負荷 をかけています。

かつて江戸時代の人々は、傘の骨組みに油紙を 張って使用していました。もし破れても油紙を新し く張り替えることにより、何度も利用できたので す。さらに、はがした油紙は食品等を包むのに利 用していたとか。まさにエコのお手本ですね。

現代では難しい方法ですが、お気に入りの傘を できるだけ長く使用することや傘のシェアサービ スの利用等により、廃棄量を減らすことができま す。普段使う傘について改めて考え、雨の日を楽 しく、そして地球にやさしい生活を目指してみませ んか。

### 今月のごみ量レポート

令和3年度の可燃ごみ総搬入量(7月末時点): 25,438.5 トン〈前年度同月比:+0.6%〉 さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

問廃棄物対策課(☎71-3001)

〒 630-8122

### 市・県民税(第3期 の納期

です。 は40日前までに手続き要 限の1か月前、 日月※納税は口座振替が便利 納期…10月15日金~11 金融機関の窓口で納期 34·4727) ゆうちょ銀行

### い避難訓練の中止 総合防災訓練・市民いっせ

拡大のため、 市内全域で実施を予定して 930 せ た総合防災訓練・市民いっ い避難訓練は 固危機管理課 型コロナウイルス感 9月5日()に 中止しま 34 •

# 関西停電情報アプリ

ださい なるので、ぜひ活用してく え、電話がつながりにくく 電力会社への問合せが増 旧見通し等の情報を発信 アプリです。 関西電力送配電提供の 固危機管理課 停電発生時は す

西 全域 の停電情報 Þ

域での重点 車・原付車の交通事故防止 質・危険な運転の根絶⑤二輪 遵守の徹底④飲酒運転等の悪 転車の安全確保と交通ルール の事故防止と歩行者等の保護 安全の確保②夕暮れ時と夜間 者をはじめとする、歩行者の 安全運転意識の向上③自

### ▼9月30日は交通事故死ゼロ を目指す日

加入しましょう 備え損害賠償責任保険等に 自転車の運転者は事故

交通安全運動市民決起大会 〈期間中の主な行事〉 般参加なし (関係者のみ 秋の

**固**危機管理課(☎3·4930)

### います フードドライブを実施して

通じて、それを必要として 持ち寄り、 る人や子ども食堂、 家庭で余っている フードバンクを 食品 施

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

生

活

健

康

# 秋の交通安全県民運動

全

**|交通事故のないやすらぎ** 交通マナーを高めよう~ の大和路づくり~大和の とき…9月21日火~30日 ▼内容…①子どもと高齢

### 検査を受けましょう は か ŋ (計量器) の定期

明に使用するはかりは、2年 を受けることが、計量法で義 務付けられています に1度の定期検査(手数料要) 商店や事業所等で取引や証

くわしくは、対象者への通知 連絡所の集合検査はなし。 年度は各小学校・出張所 を除く地域 量検査所(市庁舎内)※今 象…市内の月ヶ瀬・都祁地域 34 · 4 7 4 1 とき…10月上旬から ▼ところ…市計 固産業政策課 対

の月曜日

品表示があるもの(アルコー 限が1か月以上あるもの、 の、未開封のもの、 子ども育成課 (☎3・5042) ル類や手作り品を除く) 品の条件…常温保存できるも カ富雄南店(石木町) ▼食 **ろ**…KOHYO JR奈良店 (三条本町一丁目)、マル 翌日曜日の7日間 とき…毎月第3週 賞味期 食

名、連絡先を併記した市長を具体的に書いて、住所、氏を具体的に書いて、住所、氏計画課 ▼意見書の提出方計画課 ▼意見書の提出方 法…意見の要旨とその理計画課 ▼意見書の提出 …9月3日金~17日金の執 日を除く) ▼ところ…都市 務時間内(土・日曜日、 よび法蓮町の各一部 日必着で都市計 宛ての文書1通を、9月17 丁目、七条一丁目、疋田町お 恋の窪一丁目、 四条大路三・四 語課へ 西大寺竜 ▼期間 祝

ポートします

スタッフが健康づくりを

管

理を頑張りたい人に専

体重を減らした

健 門康

### 都市計画 の縦覧

変更案の所在地:押 34 · 4 7 4 8

### 市 DV 相談ダイヤル

### **2** 93-3150

(市配偶者暴力相談支援センター)

〈受付〉月~土曜日の午前10時~正午、午後1時 ~4時※祝日を除く。緊急時は警察へ 〈対象〉市在住の人

配偶者と一緒にいると不安、緊張してつらい… そう感じるのは、DV かもしれません。 人で悩まず、まずは相談してください。

# 生産緑地地区の変更

SmaNARA 健康6か月チャ

8395) へのかけ間違い

に注意してください

97)、保健衛生課

93 •

保健予防課

93

. 8 3

0 1 提 に記入の上、 血 0) ロード可 市ホームページからもダウン 返送で500ポイントを付 ポイント、6か月後の か月分の記録提出で10 出 振り返りを行い、 圧等の記録を規定の用 内容…参加時に生活習 市庁舎健康増進課分室。 ▼配布場所…健康増進 健康増進ポイントを 固同課 健康増進課 34 5 体重 へ紙

ームページはこちら▼

健 康

# 記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合がありま す o 前 問合せ先まで確認してください

### 糖尿病相談窓口 糖値 が高め、

実施します 等が相談を受け、 病が心配な人に、 生活指導を 肥満で糖尿 管理栄養士

**物**…あ 話で健康増 ぐくみセンター3階 の診察はなし ▼ところ…は めれば健 進 診結 課 果 34 申電 持

1 2 9

2時半(1人約6分)※医師 10

### 結核住民検診

近 周囲への感染拡大も 年、 で、 ス 市 線 年に一 では高齢者の 検 査 を受 度は胸 早期 け ま 発

エック 見は本人の重症化だけでな

半 ~ 合医療検査 とき…9月18日出午前 10時半 センター ▼ところ…市 (柏木 9 総 嵵

町)※来館時はマスク着

**▼定員**…65歳以上の人14 ※来館時はマスク着用

核が増えています。

しょう

とき…9月13 月4日/月午後 日 (月) î 27

時・ 限5万円 告示されている不育症検査 けられます 月末までに受けた検査に対す (流産検体を用いた染色体検 既往がある人 ▼助成…上 り、2回以上の流産・死産 対象検査…先進医療として ▼対象…市に住民票が 申4月から来年3

で問合せてください ホームページを参照か同 を添付し、年度末までに母子 る助成は、申請書に必要書類 **25** 34 健課へ。 . 1 9 7 8 要書類 等は 問 同 課

### 指定難病 受給者証の更新手続き (特定疾患) 矢 療

ださい 30日休までに手続きをしてく 交付を希望する人は、9月 来年からの新しい受給者証

~ 3 時 25分

▼ところ…市医

とき…9月2日 金午後2時

0)

· 9 月 る人で、 受給者証の交付を受けて 指定難病 象… 申 30 個別 ·有効期 日か12月31日まで 個別 (特定疾患) 通 知 通 間 0) 知 が 内容を を受け ?令和3 医

3 9 7

で保健予防

課

93

0)

たい療

その他…手話通訳が必要 統括部長の喜多恒和さん 申 9 月 1

日~17日に

電

年

対

# 不育症検査費用助成事業

検査を受けた人は、 認した保険医療機関で対象の 不育症と診断され、 助成を受 国が承

検診、生活保護世 大腸がん・肝炎ウイル 保護世帯者健康診査(登録) 胃がんリスク検診、 脇内科医院 71·3336) 一 (辞退) (神功3-7 に帯者健 生活

子宮体がんの順に怖い!」 卵巣がん・子宮頸がん・ 「婦人科がんの お

ター長 師会館 県西和 ター ンター (メディカルなら) 医療センター産婦人科 ·産婦人科統括部 (市総合医療検査セン 周 講師…県総合医療セ (産期母子医療セン 東

て、 97) へ送付 確 認 保健予防課 į 添付 書 93 83 1類を 付 け

周

昌

### 各種健診実施医療機関の登 辞退のお知らせ

大腸がん・肝炎ウイルス・

山 本内科医院 三条通ガーデンハイツ (三条本町9

# 9月24日~

その咳は、 長引く咳は赤信号。 結核かもしれません 2週間以上

30日

固保健予防課 (**2** 93-8397)

※かけ間違いに 注意してください

### ◆結核予防のために、知っておきたい3つのこと

### ①風邪に似た症状が 2 週間以上続く時は受診を

結核の5大症状は「せき・たん・血たん・発熱・胸痛」です。 2週間以上症状が続く場合は、すぐに医療機関を受診して検査を受けましょう。

### ②受けていますか?年に一度の胸のエックス線検査

早期発見のため、年に1度は胸のエックス線検査を受けましょう。 職場検診や人間ドッグの他、65歳以上の人は結核住民検診も利用できます。 (くわしくは同ページに掲載)

### ③健康的な生活習慣を

結核に感染しても、体の抵抗力が強ければ、発病を防ぐことができます。 普段から健康的な生活を心がけ、発病させない体をつくりましょう。

結核は、日本においていまだ主要な感染症のひとつです。 市内でも昨年46人の新しい結核患者が発見されました。 自分と身近な人を守るため、結核について知り予防しましょう。

合は、FAXで9月14

日まで

問

市

総

合

医療検査

**7** 

載

の

1

ベント等が延期・変更・中止となる場合がありま

**す**。

事前に問合せ先まで確認してください

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

がん検診(10月)

申込は電話かFAXで健康増進課へ。市ホームペー ジからも可。月ヶ瀬公民館実施分の申込は、電話 で月ヶ瀬健康相談室へ。生活保護世帯・市区町村 民税非課税世帯の人は無料。申込時に申出要

◆ 胃・肺セットがん検診

申込受付期間は9月1日~17日

※市ホームページの電子申請は **10 日**まで

とき	ところ	受付時間	定員
6日(水)	<b>正</b> ₩	9:45 ~ 10:10	Ø 10 l
0 0 (3)	西部図書館	10:20 ~ 10:45	各10人
8 日金 15 日金	はぐくみセンター	8:45 ~ 9:15	17人
28 日休	10 ( (0) 00 )	9:30 ~ 10:00	16人
11 円(円)		9:15 ~ 9:40	401
11 日(月)	北部出張所	9:50 ~ 10:15	各8人
12 17(4)	宫 州 八 只 始	9:15 ~ 9:40	14人
13 日(水)	富雄公民館	9:50 ~ 10:15	13人
20 日(水)	ならまちセンター	9:15 ~ 9:40	14人
20 000	<b>なりまりセンター</b>	9:50 ~ 10:15	13人
21 日(木)	再行がよいた	9:30 ~ 9:55	各10人
21 0(1)	西福祉センター	10:05 ~ 10:30	各10人
22 日金	西部生涯 スポーツセンター	9:15 ~ 9:40	14人
	クラブハウス	9:50 ~ 10:15	13人
26 日(火)	月ヶ瀬公民館	8:30 ~ 10:30	各 30 人
27 日(水)	月ケ隅公氏貼	(時間指定あり)	日 50 八
29 日金	コープおしくま	9:15 ~ 9:40	14人
<u> </u>		9:50 ~ 10:15	13人

### ◆ 肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
<b>4 □(□)</b>	コープおしくま	14:00 ~ 14:30	各 20 人
4日(月)	ユーノおしくま 	14:30 ~ 15:00	台20八
11 日(月)	はぐくみセンター	14:00 ~ 14:30	各 30 人
11 口(月)	はくくのセンター	14:30 ~ 15:00	日30八

胃がん検診…胃部エックス線検査(当日バリウム を飲みます) 肺がん検診…胸部エックス線検査 (結核の判定も含みます)

【費用】 1,500円(胃のみ 1,000円、肺のみ 500円)。 肺がん検診の問診の結果、喀痰検査実施の場合は 600円の加算(別途送付費用が必要な場合あり)

【対象】 40 歳以上の人。ただし、妊娠中、胃・肺・ 腸等の病気で現在治療中か過去に手術を受けた 人、バリウムによる過敏症や誤えんをしたことが ある人 (肺がん検診は可)、前年度に市の胃がん 内視鏡検診を受診した人(肺がん検診は可)は対 象外

【その他】授乳中の人は申込時に申出要。検診は年 度中1回限り。当日の体調や問診により、検診を 受けられない場合あり

**間健康増進課 (☎ 34-5129 M 34-3145)** 

月ヶ瀬健康相談室(☎ 0743-92-0480)

ジ H 期間限定配信  $\mathcal{O}$ 会ホームページへ 実施予定。くわしくは市医師 熱がある場合や体調不良 00) へ※37度5分以上の 人、マスクを着用していない 33 7 8 7 6 に市総合医療検査センター 人は参加不可※ライブ配信も 1間)。 過去の健康講座を期 1 内の「市民健康 録 定で配信 4 ジから閲覧可 月以降に開催 画 [映像を YouTube 市医師会ホ (各動画 FAX 33 . 5 8 ホームペ した講 約 間 1 60 で 座 限 の 発

ウ 業(歩数計アプリ「リンク オークを開催型 歩数計アプリで健康づくり 数 ムページはこちら▼ 計 アプリで

ます※事業への参加はスマー 以上の人に、通常のポイント トフォンでの事前登録要 に加えて5ポイントを付与し クロスアルク」)に参加 対象…20歳以上の市在住 9月20日の歩数が8千歩

|センター の参加は 在勤 市ポイント  $\Delta$ の人 ージへ※アプリのダウ は、 スマートフォンで 申同アプリ 営事務局ホー 事業

ンロードと登録情報の入力 歩数計アプリ登録は 間同事務局(☎34・81

20 ポ

 $\exists$ な 5



間の 方法 ます は2回目から1年後に行 6か月になる前 接種対象期間:3~ 0) 間隔 できる書類※市に住 母子健康手帳、 消えない筆記具で記 初回接種は ▼持物…予診票綴 をあ け、 日 追加 1~4週 本人確 接 7 接 ŋ 種

成30年9月生ま 日本脳炎予防接種開始 子育て

う。 加接種1 ください 第1期 予診票綴りを確認し 回)を受けましょ (初回接種2回、 追 て

月下旬に 予防 (令和3年7月生まれ) 接種予診票綴 発送してい り ます を 8

5 1 2 9 予防. 約 申市 固健康増進課 接種登録医 ホ 1 Ĺ ペ |療機関 1 · ジ 掲 載

並

予の

可登

録

が

な

11

人

は

接

種

不

がない場合は健康増進課 と健康保険証等を持参すれば 種可。 ・5129) へ※黒 予診票綴り、 転入等で予診票綴り 母子健康手帳 の

ところ

市内指定医療機関

※当面の間、

受診期間は2か月

市内指定医療機関

※新型コロナウイルス感

染拡大防止のため、

### 乳幼児の健診

### 的に内科健診と歯科健診 について相談できます

助産師) はぐくみセンター3階 話·来所相談(保健 師

とき…平日の午前8時半~

時~午後3時)※予約要 ・後5時15分(助産師は午前 西部会館2階相談室 **学** 

来所相談 園南三丁目 (助産師

後2時(午後1時半まで受付) ※保健師の場合あり とき…平日の午前10時~午

とき

満4か月になった日から

6か月になる前日までに受診

満10か月になった日から

1歳になる前日までに受診

令和3年10月1日~11月30

日に受診してください

タオル (持物) 母子健康手帳 バ

都祁保健センター |母子保健課 (☎34・1978)

午後5時15分 電話•来所相談(保健師 とき…平日の午前8時半

健診名 (対象)

4か月児健診

(令和3年6月生まれ)

10か月児健診

(令和2年12月生まれ)

1歳7か月児健診

(令和2年2~4月生まれ)

3歳6か月児健診

(平成30年3~5月生まれ)

巡回相談(保健師

た

め

**ത** 

物塗布

むし歯予

防

のためのフッ化

9日出午前10時~

11

時

**ころ**…はぐくみセンター2

▼対象…依頼会員への登

11 午 21 時 前 日 半 10 火 とき 時 どんごが丘 稚場園(日 コミュニティ広 (旧田原幼 横田町

9月

**持物**…母子健康手 帳 0743

帳※問 付。 等で届

診

票は9月

下旬に送

9 月

1日以降の転入者

か

ない

人は母子保

健

持物

::問診票、

母子健

康手

月ヶ瀬健康相談室

電話•来所相談(保健師)

後4時半※予約要 とき…平日の午前9時~午

妊産婦乳幼児健康相談

乳幼児の発達

育等

**固**月ケ瀬健康相談室

0743

娠

中

0)

生

活、

母 発

乳

育

**25** 34

· 1 9 7 8)

掲載の実践

動画を参考にし

行いたい人が会員

(依頼・

助援

子育て支援アド

バ

1

ザ

両方)として登録

育児の援助を受けたい

人と

ンター

ファミリ

サポ

۴

話でファミリー・サポー

ŀ

19月2日210月7日

センター

妊産 画チャンネル~健康情報~ やむし歯予防は「奈良市動 てください。 92 各種教室等のお知らせ 仕方等は、 次の . 0 4 8 0 市 赤ちゃんの沐浴や抱っこ 婦 ホームページで確認し 各教室等の開催 乳幼児の 子どもの離乳食 市ホームページ

日

時 7

**閻**母子保健課 (☎34·1978)

2.5㎝) 2枚、身分証明書

録には、 録希望者

顔写真(縦3㎝

× 横

▼その他…会員登

40歳からのママ育サロン マタニティ歯っぴいチェック はじめてのママパパサロン

てください 1歳0か月児歯ぴか教室 5か月児ぱくぱく教室

稲穂揺れる田んぼから 奈良の食 コラム

### 奈良の新米、始まっています

実りの秋がやってきます。私 たち日本人の食生活に欠かせな いお米も収穫の最盛期を迎え、 奈良では8月下旬頃から新米の シーズンがスタート。慣れ親し



んだお米について、改めて農家さんに聞きました。

多くの奈良の農家が おいしい米づくりに励 んでいます。小粒で良 質な食味が特徴のヒノ ヒカリをはじめ、山間 部では**ひとめぼれ、あ** きたこまち、きぬひか り等も生産しています。

炊飯時には必ず**冷水**や氷 水を使います。浸水に時間を かけるともちもちの食感に、 じっくりと沸騰させると旨味 と甘みもアップ。その年の気 候で米の質も変わります。炊 き方を変えて自分好みにする のも楽しいです。

直売所等で玄米を買って **自分で精米**すれば、どこよ りも新鮮な新米が味わえる ので、ぜひ地元のお米を食 べてみてください。

農家さんの声

### 奈良のお米はここで購入できます

-市東部地域直売所情報

JAならけん 「まほろばキッチン」

問農政課 (☎ 34-5142)

# け合いを行う組織です

とき…19月21日火210

説明会(予約要)

月

(月) 養成講座 とき…10 月22 日

午前 10時半 Ś 午 後 (金) 4 25 時 H

子 育

て

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。

事前に問合せ先まで確認してください

子 育 て 記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。

シニア

事前に問合せ先まで確認してください

話・FAX番号を書いて、10に住所、氏名、年齢、性別、電 申はがき、FAX、Eメール た」 他 阪町) ▼内容…養育費の取 時半~3時半 セミナー ぐくみセンター内 援センター「そらいろ」(は 月20日までに地域子育て支 家庭、寡婦の人 申しんぐる 務所弁護士の乘井弥生さ 講師…大阪女性共同法律事 得等について知る・学ぶ 男女共同参画センター(西之 へひ mu@grace.ocn.ne.jp) < 9 0 2 9 子の集う場で活動できる人 子育て支援に関心があり、 容…フェリアンの津村薫さ まざあず・ふぉーらむ・関西 ん ▼対象…母子家庭、父子 ん「より良い支援のありか ぐくみセンター8階 へ。くわしくは市ホームペー 離婚後のお悩み解消とり親家庭のみなさん 百 とき…9月11日出午後 参 加 ▼対象…市在住 Eメール: soraji 要 ところ… ▼ところ… **FAX** 93 • で 内

西 9・月 を臨時開館します 月 北20 日敬老の日に 南福祉セ ンター 東

福祉センター(四41・31 ター (24・3151)、 代 71・3 5 0 1 ) 、南福祉センター 51)、北福祉センター 日になります わりに9月2日祝が休館 お風呂は利用可(予約要)。 間東福祉セン **T** 西

納期(第3期)は9月15日後期高齢者医療保険料の 圓福祉医療課(☎3・4754) 水~30日木です

シニア

高齢者対象 (介護保険以外 のサービス)

### 地域での自立生活を支えるサービスを実施しています

住んでいる地域で、できる限り自立した生活を続けたい人に、以下を実施しています。 申居住地の地域包括支援センターか長寿福祉課(☎ 34-5439)へ(問合せも可)

	事業	内容	対象者
	配食	栄養バランスの取れた昼食か夕食を自宅に届けます。栄養	65 歳以上の <b>単身世帯等</b> で、
	サービス	状態の改善とともに、安否確認を行います	心身の障害や傷病等のために
	事業	【費用】普通食 1 食 450 円以下(特別食は別途料金あり)	食事の調達が困難な在宅の人※
	訪問理美容	年6回まで自宅へ理美容師が訪問し、頭髪の刈り込みと顔	65 歳以上で、心身の障害や
	サービス	そりをします(顔そりは理容のみ。申込時期によって利用	傷病等により、理美容所に
	事業	券の発行枚数が異なる)【費用】1 回 2,000 円	出向くことが困難な人※
		   紙おむつ等の現物支給をします(偶数月に 2 か月分まとめ	次の全てに該当する人
	在宅	て配達。申請月により初回のみ1か月分となる場合あり)。	(入院・入所中は利用不可)
在	要介護者	おむつの種類はカタログから選べます	① 市内で在宅 ②要介護認定が「要
宅			介護 4・5」 ③本人市民税非課税と
		【費用】 支給限度額 (1 か月 3,500 円) を超えた分は自己負担	同居者全員が市民税所得割非課税
	緊急時在宅高齢者	緊急通報機器とペンダント型送信機のセットを設置します。	
		機器を通じて、医療関係者が常駐するコールセンターと健	
		康相談ができます。緊急時には消防局や協力員に通報がで	65 歳以上の <b>単身世帯等</b> で、
		きます(利用には、原則近隣3人の協力員が必要)	心臓病等の身体上の疾患のため、
	支援事業	【費用】月額 500 円	日常生活を営む上で
	\	(生活保護受給者は、申請時に「生活保護受給証明書」の提出	常時注意が必要な在宅の人
		で上記を免除。同居者が仕事等により、昼間に虚弱な高齢者	
		のみとなる場合は、全額自己負担で利用可能)	
亲	護老人ホーム	おおむね 65 歳以上で、特に身体的な介護が必要な状態では	ないが、
食	護をスポーム への入所	環境・経済上の理由で、自宅等での生活が困難な人が、行政	<b>対措置で入所する施設です。</b>
	.027(17)	家庭の収入の程度により、費用負担が必要です。	

※介護予防プランかケアプランでサービス利用が必要とされる人が対象

# ませんか

1) ル、防災・防犯、子供の見守 火〜金曜日の午前9時半〜 センター内 クラブ連合会事務局 活動(環境美化・リサイク 人暮らしの見守り、近隣同 (支え合い・交流等)、 味 ウォーキング等)、 作品展等)、友愛活動 ▼費用…会費あり (趣 ▼対象…60歳以上 味の教室、 24 · 3 1 5 1 カラ 地 の 域

### 万年青年クラブで活動 内容…健康づくり



とその家族

▼対象…6歳以上の

·出演…演劇サーク

ĺ

### 奈良市職員(高校・消防職・障害者対象)、 市立一条高等学校教員を募集しています

採用試験案内を熟読して手続きをしてください。くわしくは市ホームページに掲載しています。

### 奈良市職員

演劇

公演

「マダム

力

ル

ラールの銃」

とき…10月2日出午

後

〒631 - 0024 百楽園

-丁目9-13

**FAX** 41

3150

西福祉センター

各職種・区分で受験資格、提出書類等が異な ります。

対象…一般事務職 (高校*)・土木職 (高校*)・ 建築職(高校*)・消防職(高校・短大・大学)・ 一般事務職 (障害者対象: 高校・短大・大学) ※現在高校3年生で来年3月卒業見込みの人

▶受験手続…申込書類を締切日必着で市職員任 用試験委員会へ送付。持参不可 ▶試験案内・ 申込書…同委員会、各出張所・行政センターで 配布(市ホームページからもダウンロード可)

問同委員会(人事課内 ☎34-4821)

### 市立一条高等学校教員

同校をさらに魅力ある学校とするため、特色 ある教育活動を主導的に担うことができる教員 を募集します。教科で受験資格、試験内容等 が異なります。 募集教科・採用予定人数… 国語1人、地歷公民2人、音楽1人(年齡制限 ▶採用予定時期…令和4年4月1日 等あり) **▶申込受付期間**…8月 27 日~9月 21 日 験手続…申込書類を締切日必着で教職員課へ ▶試験案内·申込書···市ホ 送付。持参不可 ームページからダウンロード

**問**教職員課(☎34-5299)

止時 フォト大会 奈良きたまちスケ 半~ とき…9月20日 午後 4

### (対面開催)

②つし2階アート企画 vol.24 5日巛午前9時~午後5時

とき…9月9日休~

10

### 保育の仕事をはじめてみませんか ~現場保育士の声を聞いてみよう~



とき…10月5日火・6日水午前 9 時半~ 10 時半 ▶ところ…市庁 舎中央棟3階 ▶内容…保育士の 仕事内容や園生活の紹介とビデオ ▶対象…保育士等の資格を っているが現在職についていな

い人や保育士の仕事に興味のある 人、学生。各回5人程度 申電話か FAX に件名、参加希望日、住所、氏 名、電話番号を書いて、9月30日 までに保育総務課 (☎ 34-5493 34-4752) ^

催

時。 (祝) 雨 午

### ところ…奈良きたま ッ チ 天 前 中 9

**④にぎわい邦楽コンサー** 

時~8時 ③夜の町家 松本一哉さん ~3時半 プニングトーク&ライブ 楽しむしつらえや、 とき…9月25日出午後2時 松本一哉展「pulse」オー とき…9月25日出午後 CD聴き比べ等 ▼内容…町家の夜9月25日出午後6 ▼出演…音楽家の 月

☆ 〒 20630 - 18333 9 1 7 5 5 ①御霊神社秋の例大祭パ 展 「お祭りの記憶 ネ

**奈良町にぎわい** 

の

がき、 sketch@kitamachi.info) 〒 チ 630 & 話番号を書いて、 23 1 9 2 8 - 8284半田横町37 フォ F A X ト Eメー 大 Eメー 2

小学生以下無料 20人) ▼**費用**… 番きたまち案内所「スケッ 合) 氏名(ふりがな)、 ケッチ30 ▼費用::50 (県文化会館 定員…おおむ 旧鍋屋交(がな)、電 申往復 フォト Ŏ 入 ルに 円 ね П は 50 前

シ

ァ

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合がありま

し ご

र्वुं ॰

前に問合せ先まで確認してください

催

座敷で聴く地歌の魅力」

ー・中央保健センター はぐくみセンタ

> 500円 川将山さん他 ▼定員…25 出演…菊聖公一さん、長谷 ンサートを町家で楽しむ▼ 絃、筝、尺八による地歌のコ 2時~3時半 ▼内容…三 人 ▼費用…2千円 とき…10月9日出午 (当日2 後

の別、 oie@gmail.com) い、 申電話かEメール 書いて、1 週間前までに同 な)、電話番号、 へ。多い場合は抽選 住所、氏名(ふりが 参加人数を (nigiwain 24

### 史料保存館

☎ 〒 27630 • 0 8337 1 脇戸町 1-企画展示

とき…9月7日火~10月31 h 御霊神社とその祭り 奈良町の氏神さ

ら約30分の展示解説 田※10月2日出午後1時半か て関係史料を紹介 ・御霊神社と秋の祭礼につい

館史料によるタイムトラベ

ル奈良町

30分の史料解説 ▼ところ時~4時※午後2時から約 屋町) …奈良町にぎわいの家(中新 とき…9月12日 (日午後2 内容…企画展示に

> 用・検温要、連絡先提供あり 解説※当日会場でマスク着 合わせて、展示史料について ◆特別陳列「ならまち歳時

鹿の角きり」

を展示 を描いた案内書や絵はがき 時期にあわせて、行事の様子 日(土) とき…9月28日火~10月16 ▼内容…鹿の角きりの

◆館蔵史料特別公開 所図会 **|大和名** 

所を紹介 誌で奈良町を中心に当時の名 日出 ▼内容…江戸時代の地 とき…9月28日火~10月16

イドの会が案内します ◆解説付きガイドツアー なら・観光ボランティアガ 巡る芭蕉と奈良町・東大 寺-和州奈良之図で歩く』 「もっと知りたい〝句碑で

苑入口~若草山山麓~東大寺 話 事業名、住所、氏名、年齢、電 人 ▼費用…200円 解説)~称念寺~猿沢池~鹿 ス…ならまちセンター前広場 発令の場合は中止) ▼コー 時~4時。雨天決行(警報 (集合) ~ 史料保存館 (展示 番号を9月17日までに同 (解散) ▼定員…30

会(27・9889)へ ◆月曜日、9月21日火・24日

# 埋蔵文化財調査センタ

〒33 630 - 8135大安寺西二丁目281

令和3年度秋季特別展 解の古墳時代とワニ氏 帯

二氏と帯解との関わりに迫る とされ、多くの古墳がある帯 内容…ワニ氏が居住していた かった資料を一挙公開し、ワ 解地域。これまで公開されな 日逾午前9時~午後5時 とき…9月6日月~11月5



土・日曜日、祝日は休館

とき…9月25日出午後1

〒630 - 8332元興寺町44 ☎2・4820 ならまち格子の家 11 月3日祝は開館

# 奈良の民話を楽しもう

…ならまち格子の家 時45分・3時半 とき…9月11日出午後2 ▼ところ **▼** 出

> …各10人 7 7 0 0 团 「良弁杉」 固音声館 **2**7 ▼定員

### 青少年野外活動 センター

〒MX 630 93 -・1241 0 原原町 2 町 9 25 1

20人 **国**同センターホーム 年生25人、小学4~6年生 時~午後3時。雨天決行、 ページから電子申請 年長園児2組②小学1~3 天中止 ▼対象…①○歳~ **①森のムッレ教室「ムッレ** きほん」②森の冒険教室 とき…10月24日 (1)年前 「秋一番の野外生活」

### ションセンター ボランティアインフォメー

型講座:20人。在勤、在学も 時~3時半 ▼定員…集合 YouTube Live で配信します ☆ボ※ポイントは集合型のみ ボランティア入門講座~白 とき…9月25日出午後2 分のためと人のため~(隼 合型講座&オンライン講座 集合型講座の様子を オンライン講座:制限

荒 10 の ライン受講希望の記載要。 ターへ※講座名の後にオン に集合型講座と同内容を書 オンライン講座:Eメール ターへ。多い場合は抽選。 18日午後5時までに同セン な)、電話番号を書いて9月 座名、住所、氏名(ふりが かFAX、Eメール (voluntinfo@city.nara.lg.jp)に講 て同時刻までに同セン 電

# 総合福祉センター

後日受講招待メールを送信

## きこえの相談会

内容: を書いて、9月25日までに 話・FAX番号、 と相談 ▼定員…各20人※ 後1時10分~3時10 AXに事業名、住所、氏名、電 在勤・在学も可・中電話かF 10分~午後0時10分、 とき…10月2日出 補聴器についての話 希望時間 午前 分 午 10

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

催

選し、漏れた人のみ連絡 の旨を明記。多い場合は抽 要約筆記が必要な場合はそ 同センターへ※手話通訳

10月25日月、11月1日月

4日末は休館

防災センター

男女共

同

参

画 セ

ンタ

あすなら

成人への手当講習18分

手当講習18分(普通救命講習 通救命講習Ⅰ)②乳幼児への ③救命入門コース90分

時間 〈午前の部〉 〈午後の部〉

午前9時~

午後1時半~

月 12

10 月 月·

9月14日伙

### 女性のための ビュー応援講座 事務職デ

師…キャリアコンサルティン 書類の作成技術の習得 ▼講 在学も可 力ができる女性10人。在勤 グから派遣 ル・ワードの基礎、実用的な の毎週月曜日、午前10時~正 とき…10月18日~11 全 5 回 初回は2800円 (テキ **申**電話かFAXに講座 電話番号、託児(1歳 ▼費用::6800 ▼定員…文字入 ▼内容…エクセ 月 15

3 25 日 日 (日) (土)

9 月

16

10 (未)

10 月 9 日出

2 日 (土) 19 9 日月(日) 12

10 (水) 日· ^(日) 9

日 (土) 。 6 日

(日) (日) 18 · 、日 7 10 (土) 日 月 · (木) 3 26 日 日

前 スト代含む)、以後回ごとに 1 就学前)希望者は幼児の名 (ふりがな)・年齢を書い 住所、氏名(ふりがな)・ 10月7日までに同セ へ。多い場合は抽選

時

▼ところ…黒髪山キャ

24

日田午前

10

時

5

午

後

3

話番

号、

保護者氏名を

書

て、

①9月16日②10月14日必

プフィールド

(奈良

阪

着で同塾へ。

多い場合は抽

くろかみやま自然熟

上 ▼定員…各10人 **国**電学生以上③小学校高学年以

落ち葉とどんぐりのクラフ

植村牧場等の見学②芋掘り・

▼内容…①ハイキング・

選。兄弟姉妹で申込の場合は

地域教育課(☎34·5471

枚の往復はがきで可

講師…ボーイスカウト指導 ト・料理(焼き芋・豚汁)

奈良まほろばネイチャー

使用法等 :外式除細

▼対象…12中

内

**.**容…心肺蘇生法、

自 D

...動

動器(AE

(日) 18 9

日

(出) (出) 19 9 · 、日月 10 10 (日) 12 日月 · 日 (日) 2 25 (日) 日日 ·

日月(出)11

日(土) 26

話で各開催日

1の1週

間

前

でに同センター

くわしくはこちら▼

〒30 - 81佐保台西町139

学生各30人 ▼費用…千円

(教材費、保険料、

食材費等

2021ファンドレイジン

グセミナー「今こそ資金調 達を確かなものに‼財政基

は

が

き、

F

A X

Eメール

ようとしている人30

講座月、住所、

申往復はがきに講座

な)、

性別、

学年、 氏名

盤を強化し、安定した事業

に

l 講座名

Ê

メ

ールは件名

**|**2021ファンド

(naravc@citrus.ocn.ne.jp)

ゲームの会他

▼定員…小

☆ 〒26630 ・28113 27011 MM 1726 2011

ボランティアセンター

自然と遊ぶ・自然に学ぶ 1 掘りホイ!」 とき…19月26日 「歴史を訪ねて」② (日) (2) 華 10

> 手話 コラム vol.23

### 手話は言語です ~「感情•感覚」編~

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

### ◆通話を可能にする「電話リレーサービス」

聴覚障害者等の連絡手段は、これまで FAX や E メールが主であり、即時の連絡には向いていません でした。また、問合せ先が電話のみの場合、周囲の 人に頼る必要がありました。

現在、それを解消するサービスが始まっています。 電話オペレーターが手話・文字と音声を通訳するこ とで、聴覚等に障害のある人とそれ以外の人を双方 向につなぐことができます(日本財団電話リレー サービスが、国の委託事業として実施)。これにより、 聴覚障害等があっても、いつでも通話が可能になり ます。ぜひ連絡手段の1つとして活用してください。 ※利用には事前登録が必要です

間障がい福祉課(☎34-4593 🖼34-5080)

覚えてみよう! 「涼しい・秋」

掌であおぐ動作を繰り返す

「わたしたちの手話学習事典 I」

出典:全日本ろうあ連盟

指を広げた両手を顔に近づけ、

ティアグループ等の市民公 流等を行う 学ぶとともに、 家からさまざまな事例を通 で活動するNPO・ボラン して資金調達のノウハウを 活動団体や活動を開始 半~4時 とき…10月2日出 • ▼ 参加団体の交 定員…市内 内容…専 し

の継続を」がず

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

催

3時212日印午後2時

▼

とき…①9月11日出午後

対戦相手…①滋賀レイクス

ター

ズ②トライフープ岡 ところ …ロート

ア

MARA CLUB

山

ナ奈良(法蓮佐保山

スポーツ

れた人のみ連絡

ターへ。多い場合は抽選し、漏

て、

に件名(ボラかふぇ10月)、住

氏名、電話番号を書い 10月1日までに同セン

(naravc@citrus.ocn.ne.jp)

時~正午

▼定員…20人

とき…10月9日出午前 喫しよう!~」∞ポ

電話か F A X 、 E メ ー

ル 申 10

バンビシャス奈良

Ĺ

(プレシーズン)

多い場合は抽選し、当選者 21日必着で同センターへ。 開始する旨を書いて、9月 ば必須)、所属団体か活動を ジングセミナー申込」)、 のみ通知 AX番号、Eメール(あれ 所、氏名、 ◆ボラかふぇ10月「農業ボラ 年齢、 電話・ F 載 10 8 0 0  $\Delta$ 1

時~午後5時



ンティアって何?~自然の

中でボランティア活動を満

奈良クラブJFL ホ 厶

時 日 蓮佐保山四丁目) ▼チケッ …ロートフィールド奈良(法 ナイテッドFC **▼ところ** ロックSC②東京武蔵野ユ 3 ト…同クラブ公式ホーム の午前9時~午後6時) 時210月2日出午後1 とき…19月12日田午後 93 3 8 1 5 ▼対戦相手…①ホンダ 火~金曜

### 武道・ 坐禅教室

自

▼チケット…同チー

公式ホー

ムページに掲

圓同チーム (☎20・1

火~金

曜日の午前

### ロート奈良武道場

1 小学生 基本の部

用…9千円 火・金曜日 とき…10月1日からの毎週月 ▼定員…小学生30人 午後5時半~6時 ▼費

③親子体験の部 級以上) ▼費用…1万円 火・木・金曜日 ②小学生 上級の部 **とき**…10月1日からの毎週月 **▼定員**…小学生20人(3 午後5時半~

4 中学生以上の部 費用…2千円 者15組(子どものみの参加可) 時半 ▼定員…5~6歳児と保護 10 月

券300円 者20人 ▼費用…4千円、 時 ▼定員…中学生以上の経験 火・木・金曜日 午後7時~8 とき…10月1日からの毎週月・ 当日

なぎなた教室

年長以上20人 ▼費用…5千円 下は木・土曜日のみ) ▼定員… 日 日 曜 日 午前10時~正午、木曜 とき…10月2日からの毎週 午後1時~3時(高校生以 午後4時半~6時半、土曜

曜日 …高校生以上10人 やり教室(宝蔵院流) とき…10月2日からの毎週土 午前10時~正午 ▼費用…6 ▼定員

曜日 午前7時~8時半 ▼定 員…高校生以上10人 ▼費用…

曜日 午後1時半~3時 員…小学生20人 ▼費用…45 木曜日 とき…10月2日からの毎週火 午後5時~6時半、 **▼**定 土

費用…3千円 3・4木曜日 者15組(子どものみの参加可) 時半 ▼定員…5~6歳児と保護 2親子体験の部 とき…10月7日からの第2・ 午後3時半~4

木曜日 員…中学生以上20人 曜日 午後2時半~4時 ▼定 4 5 0 0 円 ③中学生以上の部 とき…10月2日からの毎週火・ 午後6時~7時半、土 ▼費用…

日 ▼費用…4千円 ▼定員…18歳以上の女性

弓道教室 高校生以上の部 ロート奈良弓道場

費用…3千円 曜日 午後5時~7時 …高校生以上の初心者20人 とき…10月2日からの毎週土 ▼定員 •

**【その他】**費用は3か ĺÒ 〜12月分)※剣道・弓道 月 分

### 坐禅教室

に教室名、

住所、氏名(ふり

即往復はがき、 Eメール

室

途

傷

害

保 険

# ロート奈良第二武道場

柔道教室 ①小学生の部

合財団

(〒63-8108法蓮佐保山

書いて、9月12日必着で市総 学年も)、性別、電話番号を がな)、年齢(学生は学校名・

四丁目6-3

ロート奈良第

一武道場内

Eメール: bud

00円

o-school@joy.ocn.ne.jp)

直接来館も可(返信用は

がき持参)。

多い場合は抽 なぎなた、や

固剣道、

第二武道場(☎27・6163)

武道場 (**26**·1060)、柔

坐禅教室:ロート奈良

弓道教室:ロート奈良

4女性の部

1 午前10時~11時半(月2とき…10月5日からの火曜

善 銀 行 6月分 敬称略

匿名 一般 池組京都支店 クレヨン160箱 命奈良営業所 5万円 匿名 20 万円 電子レ おやさ ▼富国生 鴻 11

石町) 【指定】 10万円 畑達 人 (都祁 白

ジ 1 台

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

催

スポーツ

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

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

月です 27日月、10月4日月・11日 11日 11日 11日 11日 ス 楽 ない場合は、9月6日月・ 999) 回 ローソンチケッ SCチケット e イープラ 般予約☎705・08・9999) あ(音声予約☎0570・02・9 利用不可 の携帯電話・PHSからの 扱いは午前9時から。一部 友の会特典あり※電話での ine Ticket」でも購入可 0111)° [nara 100 Onl 予約のみ(電話予約 ☎34・ なら一〇〇年会館:一般販 ンターネットでの扱い: ならまちセンター 扱い…関 【各館の休館日】特に記載が 売日は電話予約および Web INEチケット・▼販売…官 北部会館市民文化ホール 【チケット情報】窓口のみの プ CNプレイガイド (一 楽天チケット | 学園前ホール 奈良市美術館 ぴチケットぴ マイ 音声 友 L Š な 齢、生年月日、電話番号を に住所、氏名(ふりがな)、年 warabeuta@yahoo.co.jp

# 名勝大乗院庭園文化館

ならまちセンター

▶名勝旧大乗院庭園 の夕べ とき…9月8日水~28日火 埋もれた古の庭(入場自由) 観月

特別公開 容…中秋の名月に庭園を夜間 半~8時半。小雨決行 ▼内 (入園料 とき…9月21日火午後5時 **▼費用**…300円

### 音声館

0 円 日現在) 親子5組 11時半。全15回 ▼定員: 期:10~3月) 1・2・3 ならまちわらべうた教室 とき…木曜日の午前9時半 歳児クラス(親子) 車Eメール (onjokan ▼費用…1万50 (対象年齢は4月2

発掘された庭園 一つちに 〒63-832東寺林町38

等さまざまなジャンルを演 音楽を中心に定番のジャズ 時半~8時 バンドジャズオーケスト ▼費用…500円 ▼出演…NMGビッグ

# 杉岡華邨書道美術館

とき…9月18日出午後2 作品解説会 華邨の心と書の世界」 展

筆書き体験コーナー

体験 ける紙を使い、 内容…墨を使わずに水で書 印午前9時~午後5時 ▼ とき…9月18日出~26 手軽に書道 日

1月10日祝 ▼**内容**· 書家群像」展 「奈良教育大学で学んだ ▼内容…多く S 来 年

は電話で前日までに同館

月曜日と9月2日火・2日

の書家を輩出した奈良教育

書いて9月25日必着で同館

へ※体験(費用500円

金は休館。 20日祝は開館

**27** 

1 5 1

タ2021(ならまち篝火ならまちわらべうたフェス コンサート) とき…10月8日金午後 ▼内容:映 画

未満、高校生、市在住の70 (20人以上) 240円。16歳 (費用) 一般300円、団体 抽選

望者のみ

17人※写真講習会参加者で希

民館 (上三条町)

▼定員…

4 時

**▼ところ**…中部公

と介護者は無料 9月2日火~10月1日金は 作品入替えのため臨時休館

### 奈良市美術館

35 . 7 1 6 0 〒63-80二条大路南一丁目3-1 ミ・ナーラ5階 ☎30・1510

午後3時。 とき…10月17日(1)午前10時 市民実技講座「写真講習会 小雨決行

大学の出身で、現在活躍中

書道文化講座「奈良教 書の専門家を紹介する 大学と書教育について」

ne.jp)に住所、氏名、年齢、電 さん 必着で同館へ。多い場合は 話番号を書いて、9月24日 メール (shodou@m3. kcn. 良教育大学書道科の変遷等 の中村象谷さん・福光幽石 ん、岐阜女子大学名誉教授 大学名誉教授の松本宏揮さ を講演 とき…10月3日田午後 書道教育や作品制作、奈 ▼内容…同展開催に 申往復はがき、 ▼講師::奈良教育

場合は抽選

作品制作指導会

とき…10月30日出午後2時

10月8日必着で同館へ。

ncmoa.art) に講座名、住所、氏

年齢、電話番号を書いて

はがき、Eメール(kouza®

人 **▼費用…**3千円

申往復

さん **▼定員**…高校生以上40

ん、後藤親郎さん、吉川直哉

美術家協会の大西としやさ

等の風景を撮影

▼講師:市

内容…滝坂の道で石仏と紅葉

(飛鳥中学校前集合)

歳以上の人、障害者(手帳要)

入江泰吉旧居

### 27 1 6 8 9

9月7日午前9時半から同館 料別途200円) ···10人 ▼費用···千円 (入館 味線の鶴澤清介さん ▼定員 本について ▼講師…文楽三 時~2時 へ。定員に達し次第終了 入江泰吉を語り継ぐ とき…9月25日出午後 ▼内容…文楽の基 印電話で

文化情報

ころ…飛鳥中学校~滝

玉

県

寸 体

記載のイベント等が延期・変更・中止となる場合があります。

事前に問合せ先まで確認してください

国・県・団体

三条本町 13-1

### 体に問合せてください 内容・申込・ 費用等は

団

### 不動産無料相談会

会 (☎47・86・4285) へ 県不動産コンサルティング協 -部公民館 (上三条町) 5 とき…9月12日间午前 午後 (4時 ▼ところ… 10

### (60歳以上対象) 人材センター入会

民館 金・県人権センター 寺一丁目) 午前9時半~ 町) ②17日金・北部会館 日 半 (水・中部公民館(上三条 上き・ところ…①9月15 一丁目) ③22日水・西部公 (学園南三丁目) <mark>④</mark> 24 日 · (大安 11

# **田**電話で同人材セン

ター 50·4004) **<** 

# ボランティアガイド養成講

時 4 会 公民館(上三条町) 光ボランティアガイド (**2**7·9889) 時 ▼ところ…中 固なら・ 後 部 1

とき…9月19日间午

座説明会

平城宮跡歴史文化講座

平

城京に終わりを告げた天皇

たち とき…9月26日印午後1時 光仁天皇 ▼ところ…平城宮

### 半~3時 90 人 ▼ 資料館 (佐紀町) 費用…要 **申** 9 月 ▼定員

:福島県の県庁所在地

福島県の経済県都

ーシルバ 説明会

### 近 時 5 合 6962 · 0225) ^ 半~正 文化探訪 奈良再発見・歴史と自然ー なぎの米田さん(☎ 鉄奈良駅前 とき…9月 ならまち」 ▼定員…20人 申9月21日までにな 午 26 日 (日) 界隈の歴史 行 ▼ ところ:: 基 宝広場集 ▼ 費 用 午前 06

等の配布ボランティア )慢性腎臓病県民公開講座 )臓器提供意思表示カード

4 9 2

(2) (1)

県腎友会 (☎55・2554) 2時~11時45分②10月3日 )県文化会館(登大路町)② 鉄奈良駅前行基広場 とき・・・ ①9月26日 旧午前

(日) 10

### お詫びと訂

し訂正します いて、左記の通りお詫び島県郡山市の紹介文につに誤りがありました。福に誤りがありました。福 で、 8月号掲載 奈良がもっと好 0) 特 き

### 市茶華道展覧会

ター1階 とき…9月19日 (**2**46 · 8585) ▼ところ…はぐくみセ **固**岡本石峰 (日) 20 日

### 平城宮いざない館 「奈良時代の色料」

定員…100人 半~正午 とき…10月9日出午前 (二条大路南三丁目) <u>間</u> 平 36 8 7 8 0 城 宮 ▼ところ… 跡 管理 ▼費用: セ 亩

時

館

### 奈良フィルハーモニー 合唱団定期演奏会 混声

(学園南三丁目) さん とき…10月30日出午後 固同合唱団 ▼ところ:: 事務 2 7 ·西部会 ▼費用: 湯の 0 5 館 2

時

3 ネットワーク(☎34・771 15日までに平城宮跡サポート

# 史

長引くコロナ禍で、さまざまな事情により生理用品を 準備できない家庭を支援するため、生理用品を無償で 配布します。ぜひ利用してください。

### 生理用品を 無償で配布しています

声に出さなくても大丈夫です。以下の方法で伝えてください。 配布の際に、名前や住所等の個人情報を聞くことはありません。

取 方法 ①窓口で今月号のこのページを提示

②窓口でポスターを映した携帯電話画面を提示

③各所に設置されているカードを提示(写真参照)

※1人1パックまで(なくなり次第終了)

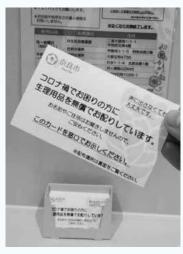
共生社会推進課(市庁舎北棟4階)、男女共同参画センター(西之阪町) 西部出張所 (学園南三丁目)、北部出張所 (右京一丁目)

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(都祁白石町)

いずれも平日の午前8時半~午後5時15分。 ※男女共同参画センターのみ土曜日も配布

【問合せ】共生社会推進課(☎ 34-4733)、男女共同参画センター(☎ 81-3100)



### 西部公民館

///////

〒 631-0034 学園南三丁目 1-5 **☎** 44-0101 ⋅ **№** 44-0103

講座名	開催日・内容	締切
がくえんまえ サロン・ プレミアム	魂を揺さぶる津軽三味線の演奏 9/30 13:30 ~ 15:00 ◎ 65歳以上 150人 場所: 学園前ホール (学園南三丁目)	9/18

### ■用原公民館

〒 630-2175 茗荷町 1078-1 ☎ · FAX 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
田原やま里	太安万侶の墓と地区内の名所を巡る 10/2 9:00 ~ 12:10 ◎成人 20 人(在勤・在学も可)	9/24

### ■柳生公民館

〒 630-1237 柳生町 340

**☎**⋅ **M** 94-0504

講座名	開催日・内容	締切	
押し花 アート	押し花を材料に、しおりや色紙に絵を描く 10/2 からの隔週土曜 10:00 ~ 11:30 (5) ◎成人 10 人(在勤・在学も可) ¥1,000 円	9/25	
芳徳禅寺で 座禅体験!	座禅体験を通して、柳生の新たな魅力を知る 10/9 10:30 ~ 12:00 ◎成人 10 人(在勤・在学も可)	9/30	

### ■登美ヶ丘公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
大和の 歴史地理 探訪	奈良市と大和郡山市の市境にみる地割と景観 講師:奈良大学の土平博さん 9/26 講義 10:00 ~ 12:00、10/10 現地 9:30 ~ 12:45(2) ◎成人 35 人(在勤・在学も可) ¥900 円	9/16

### 興東公民館

〒 630-1242 大柳生町 3633 **☎・**₩ 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
円成寺を 訪ねる	円成寺の自然に触れ、住職に寺の歴史について聞く 9/25 10:00 ~ 12:00 ◎成人 15 人(在勤・在学も可) ¥500 円 場所:円成寺(忍辱山町)※現地集合・解散	
興東の 自然を撮ろう	円成寺の周辺を巡り、自然や景色を撮影する 10/21、11/4 10:00 ~ 12:00(2) ◎成人 10 人 (在勤・在学も可)	10/7

### ■平城公民館

〒 631-0811 秋篠町 1468 ☎· FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
探検! 奈良の世界 遺産〜平城 宮跡編〜	平城宮跡についての座学と現地学習 9/24、10/22、11/19 13:30 ~ 15:00(3) ○成人 50人(在勤・在学も可)	9/15
シニア 映画会	映画「クレイマー、クレイマー」の上映 10/6 13:30 ~ 15:30 ◎ 60 歳以上 (在勤も可)、入場自由 ※内容変更の場合あり	申込不要

### ■中部公民館

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

### 全2回 最高の人生の見つけ方 ~生前整理でスッキリと~

ついつい後回しにしてしまう、 たくさんの思い出の品や写真の整 理。働く世代の皆さんも一歩立ち 止まって、自分や家族の身の回り のことを見つめ直してみませんか?



整理術やマイ情報カードの書き 方、軽やかな暮らしの作り方につ いて学びます

とき…9月30日休、10月7日休 10:30~12:00

▶講師…生前整理アドバイザーの北谷有美さん 員…成人 40 人 (在勤も可) ▶締切…9月 17 日必着

講座名	開催日・内容	締切
歴史文化 連続講座 「奈良へ」	西山厚さんとゲスト講師による講演と対談 9/25 中野聖子さん、10/23 高次喜勝さん、 11/27 倉本明佳さん、12/25 岡本彰夫さん 10:00 ~ 12:00 (4) ◎成人 150 人 ¥3,000 円	9/15
東洋絵画・ 書跡の保存 修理について	立命文華会共催講座 講師:国宝修理裝潢師連盟代表理事の山本 記子さん 9/18 13:30 ~ 15:00 ◎成人 ¥500円	申込不要
友好都市 慶州を 知ろう!	韓国出身の講師に慶州の歴史や文化、料理 を学ぶ 10/9 10:00~11:30、 10/30 10:00~12:30(2) ◎成人12人(在勤も可) ¥1,000円	9/28

### ■生涯学習センター

〒 630-8357 杉ヶ町 23 ₱ 26_8811 • FAV 26_8813

	<b>2</b> 26-8811⋅₩ 26	0-0015
講座名	開催日・内容	締切
古典文学講座	万葉集を読む 講師: 同志社大学嘱託講師の中川明日佳さん 9/24 からの第 4 金曜 14:00 ~ 15:30 (3) ◎成人 50 人 ¥300 円 ※今年度既受講者不可	9/15
うれし楽し DIY	フラワースタンド作り 10/8、10/15 10:00 ~ 12:00 (2) ◎成人 10 人(在勤も可) ¥1,500 円	9/28
超入門! かんたん パソコン講座	パソコンの仕組みや基本操作を学ぶ 10/21 からの毎週木曜 10:00 ~ 12:00(3) ◎パソコン初心者の成人 12 人(在勤・在学も可) ¥300円	10/5
ママの リラックス 時間	陶芸・ヨガ・お菓子作りの体験 10/21、11/25、12/16 10:00~11:30(3) ◎子育て中の母親 12 人(在勤も可) ¥1,500円 *託児可	10/6

*託児…6か月~就園前。事前申込が必要 *パソコン講座は Windows10、Office2016 対応



### **奈良ひとまち大学**

http://nhmu.jp



奈良は日本の漆器発祥の地!? ·華麗なる奈良漆器の

世界へようこそ~

【と き】10月2日出午後2時~4時

【ところ】西部公民館(学園南三丁目)

【定 員】12人

【費 用】3,000円



若宮さんのこと、知っていますか ~式年造替を迎える

春日大社の摂社って?~

【と き】10月3日(1)午後1時~3時半

【ところ】春日大社(春日野町)

【定 員】20人

【費 用】2,500円

【申込】往復はがきに授業名、住所、氏名(ふり がな)、年齢、電話番号を書いて、9月15日必着 で同大学事務局へ。1枚に1人1授業限り。同大 学ホームページからも可。多い場合は抽選

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



### おいしいパンやお菓子の 販売をはじめました

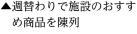


市庁舎内のコンビニエンスストア(デイリー ヤマザキ奈良市役所店) に授産品コーナーが登 場しました。市内の障害者就労施設で作られた お菓子やパン等を販売しています。

障害で一般的な就労が難しい人も、地域の一 員として授産品を製作・販売することで、収入 を得ています。授産品の趣旨を理解し、ぜひ一 度商品を手に取ってみてください。

【営業時間】午前8時~午後6時(平日のみ)







▲人気の冷やしクリーム パン等も販売※日替 わり品

【問合せ】障がい福祉課(☎ 34-4593)

### 京西公民館

〒 630-8044 六条西一丁目 3-43-2

☎· FAX 44-2669

講座名	開催日・内容	締切
生き方を 学ぶ漢詩	漢詩を読み、人としての生き方を考える 10/23、12/18、来年1/22、2/26、3/19 14:00 ~ 15:30 (5) ◎ 18 歳以上 20 人	10/14

### 飛鳥公民館

〒 630-8306 紀寺町 984

☎· **E** 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
さんぽ〜地蔵	地蔵マップをもとに飛鳥地域をガイドと歩く 10/8 10:00 ~ 12:00 ◎成人 20 人 ¥200 円	9/28

### 都跡公民館

〒 630-8032 五条町 204-1 ☎·₩34-5954

講座名	開催日・内容		
de 愛♪ みあと サロン	9/18 13:30 ~ 15:00 ジャズバンドと短琴 のコンサート 16:00 ~ 17:30 尺八と大正琴のお月見コン サート ◎入場自由	申込不要	
回想法で こころ ほっこり	脳を活性化し、認知症予防に役立てる 10/8 からの第 2・4 金曜 13:30~15:00(4) ◎ 65 歳以上 12 人(在勤も可)	9/24	

### ■登美ヶ丘南公民館

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

講座名	開催日・内容		締切
はじめての スマート フォン	N. I. 10   /+-#43 =#\	Si POP 長	10/5

### 月ヶ瀬公民館

〒 630-2302 月ヶ瀬尾山 2815 ☎·₩0743-92-0346

講座名	開催日・内容		
プチ田舎 暮らし・ 月ヶ瀬 -茶ソムリエ 体験-	テロワール(土壌)によって変わるお茶の味 の違いを学ぶ 10/23 10:30 ~ 12:30 ◎成人 10 人(在勤・在学も可) ¥100 円	10/12	

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

生涯学習財団ホームページ▶



は、「託児希望」と記入

# 9月20日~26日は

国民の間に広く動物の愛護と適正な飼養についての理 解と関心を深めるため、動物愛護管理法でこの期間を 動物愛護週間と定めています。

### 犬・猫の飼い主になりませんか?

保健所で保護された犬・猫の新しい飼い主を募集して います。特に猫は保護される数が多く、常に譲渡先を 探しています。

譲渡の際にはワクチン接種やマイクロチップの装着、 散歩等の社会化訓練を行っています。愛情 をたっぷり注ぎ、最期まで飼うことができ る人は、ぜひ連絡してください。



奈良市では、市民や民間事業者、動物愛護団体等のみ なさんの協力を継続して得ながら、保護犬・猫の譲渡 活動等に取り組んでいます。昨年度も、一昨年度に続 き殺処分ゼロ(自然死・安楽死を除く)を達成しました

人と動物が幸せに暮らすために、 以下のことに注意しましょう

### 「最期まで責任を持って」

- ・飼育環境を整え、健康状態に注意しましょう
- ・動物をよく理解し、責任と愛情を持って飼育しましょう

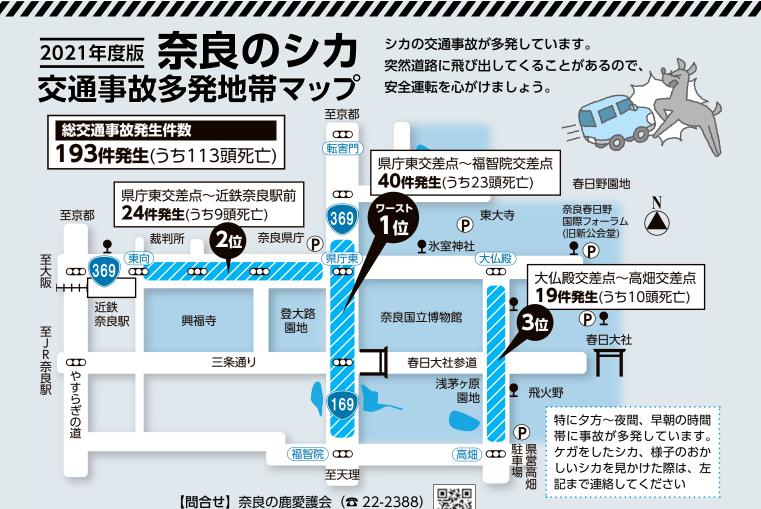
### 「飼い主と飼い犬・猫がわかるように」

- ・犬を飼ったら登録が必要です。鑑札は首輪に着けましょう
- ・名札をつけたりマイクロチップを装着しましょう
- ・万一迷子になったら保健所と最寄りの警察署に 連絡をしてください

### 「地域の生活環境に配慮を」

- ・犬の放し飼いは禁止されています
- ・飼い主はフンを必ず持ち帰りましょう
- ・猫は屋内飼育をしましょう
- ・野良猫に無責任にエサを与えないでください

【問合せ】保健衛生課(☎93-8395) ※かけ間違いに注意してください



同会のホームページはこちら▶



### 教育センター キッズ学びのフロア

これまでの申込方法から変更点があります。下記をよく読んで申込んでください

教 室 名	日付	時間	申込締切
プラネタリウム「ニジーロと <b>季節の星座たち</b> 」 【定員】各回12席	9月の毎週土・日曜日、 祝日〈4日(土)・5日 (日)・20日(祝)を除く〉	①午前11時~11時20分 ②午後1時半~2時	当日受付
ナイトプラネタリウム「季節の星空散歩〜天体めぐり〜」 【定員】12席、大人だけの参加可 ※Web 申込可	9月24日(金)	午後6時半~7時10分	9月10日
映画上映「かえるの冒険/あるおかあさんの物語/火うちばこと兵隊さん」 【定員】40席	9月26日(日)	午後1時~1時半	当日受付
ロボット教室(初級)「ロボットを動かしてシュートをきめよう」 【使用教材】レゴWeDo ※ロボットの持ち帰りはできません。4日とも同じ内容	10月2日(土)・ 10日(日)・17日(日)・ 23日(土)	午前10時~11時半	9月17日
<b>科学実験教室「ミラクる!カガクる!ビー玉万華鏡を作ろう」</b> ※2日とも同じ内容	10月3日(日)・9日(土)	午前10時~10時40分	
天体観察「上弦の月と木星・土星をみよう」 ※悪天候時は中止 【対象】小学1年生以上 【ところ】なら100年会館南側駐車場(予定)	10月13日(水)	午後6時~7時半	9月24日
<b>ものづくり体験教室「絵の具であそぼう!」</b> [対象]3~6歳	10月16日(土)	午前10時~11時半	10月1日

【定員】表に記載のないものは6組(子ども6~10人程度・保護者同伴) 【申込】往復はがきに教室名、希望日 (第1~第4希望)、子どもの氏名 (ふ りがな)・学校園名・学年、保護者か引率者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号・ ナイトプラネタリウムは参加者全員の人数を書いて、各締切日必着で同セン ター キッズ学びのフロア (〒630-8122 三条本町 13-1 ☎ 36-0401) へ。 1枚に1講座限り。兄弟・姉妹で併記可。多い場合は抽選。9月24日(金) のナイトプラネタリウムのみ Web 申込可。 くわしくは市ホームページへ

【その他】当日受付は開始20分前から。定員に達 し次第終了。来館前の検温、来館時のマスク着用と 健康チェックに協力してください。健康状態によって は参加できないことあり。中止または延期となる場 合は、申込はがきの返信面でお知らせします。最新 情報は市ホームページか直接問合せてください



### 食事をおいしく、 バランスよく



### **1.毎日野菜を+1**(プラス1皿)

- 野菜たっぷりのスープやみそ汁を1日1杯で、野菜+1
- 今の食事にトマト1/2 個分の野菜を増やすと、野菜+1
- 冷凍野菜や市販カット野菜、乾物野菜があれば、 1皿分の野菜料理がすぐ用意できて、野菜+1

### 2.おいしく減塩1日マイナス 2g



- 1日1回スープ・みそ汁を野菜たっぷりに すると、**食塩マイナス1g**
- メイン料理 (主菜) はしっかり味付け、小皿料理 (副菜) は薄めの味付けでメリハリをつけると、食塩マイナス1g

### 3.1日1杯のミルクを (特に20~30代の人に)



カルシウムやたんぱく質がバランスよく含まれる 牛乳・乳製品をとって、将来の健康づくりに

- 定期的に自分を知るために、健(検)診で自分の からだの状態を知っておくことが大切です。
- 毎日の健康を守るため、大事な人や未来 を守るために、健(検)診を受けましょう。



9月3日(金)~17日(金) はぐくみセンター1階 ウェルカムホール ※9月3日(金)までは市役所1階連絡通路でも実施

親子でできる! 栄養(食) de 防災

災害時でも、バランスの良 い食事をとり、健康管理に 気を付けましょう。市ホー

ムページでは、「災害時にも活用できるレシピ」や「赤・黄・ 緑!3色バランスの良い食事」を公開中です。

### 【災害時に役立つ食品】

この3色がそろえばバランスの良い食事に

赤 体を作る たんぱく質

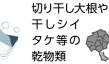
エネルギーのもと になる炭水化物

体の調子を整える ビタミン・ミネラル

ツナ缶やサバ 缶、大



レトルトご飯や カップラー



【問合せ】健康増進課(☎34-5129)

### 1 創業支援施設 BONCHI (〒 630-8217 橋本町 3-1 ☎ 27-1111)

施設名	利用時間
<b>1 階スペース</b> (オープンフロア、キッズスペース、 Bookstore、ANY Coffee Brew Bar、なら Bonbon)	午前10時~午後6時
2 階コワーキングスペース・ 4 階コワーキングスペース 「TEN」	午前10時~午後9時

### 新プロジェクトが次々と―



各階に趣の異なる空間を備える BONCHI。 次の時代の"はたらく"を提案していくプロジェクト "BONCHI WORKS" を立ち上げます。 また、BONCHI を拠点に、市内の魅力あふれる近隣スペースと提携するサービス"BONCHI WORKS Neighbors" を開始します。



### 2 勤労者総合福祉センター(サン・アクティブ奈良)

(〒630-8106 佐保台西町115 ☎71-2444 風 71-9155)

名称	利用時間 (2時間制)	利用料金 (2時間) [10月から変更あり]
<b>ワークスペース</b> 可動式のパーテーション等により、 在宅よりも集中できる貸しスペース。 各座席には電源や照明器具を配置し、 Wi-Fi 通信環境を完備	午前9時~ 午前11時~ 午後1時~	300 円 (個別ブース利用時は 400 円)
<b>多目的スペース</b> 前面には大きな鏡、背面には 着替え等を収納できる棚を設置。 ヨガやピラティス、体操教室等に 利用できるスペース	午後3時~ 午後5時~ 午後7時~	午後 5 時まで:1,000 円 午後 5 時から:2,000 円

**コミュニティラウンジ:**施設を利用する全ての人の憩いの場。

コピー機や自動販売機、掲示板等も設置

### 3 なら工藝館

(〒 630-8346 阿字万字町 1-1 ☎ 27-0033 MM 27-9922)

常設展示室・個展展示コーナー 「ギャラリー阿字万字 (あぜまめ)」 ・販売コーナー・研修室

午前10時~午後6時(入館は午後5時半まで)

### 工芸を身近に―

工芸の展示・販売だけでなく、制 作体験も実施しています。

また、市動画チャンネル でも奈良の伝統工芸を紹 介しています



### 10 月以降は 各種教室が目白押しです

【各種教室の申込】往復はがき、FAX、E メール (yoyaku@wellby-nara.or.jp) に教室名 ( $\bigcirc$ 数字の別)、住所、氏名、性別、電話番号、FAX 申込は FAX 番号、勤務先を書いて、9月 15 日必着で同センターへ。 1 枚に一人 1 教室限り。多い場合は抽選

		1,X_1,X_7 0 0 .	-20 El 101 HVZ
講座名	とき	定員※ 1	費用
<b>パソコン入門教室</b> <b>①</b> ワード <b>②</b> エクセル	<ul><li>10月9日~11月20日の原則毎週土曜日</li><li>210月10日~11月21日の原則毎週日曜日午後1時~3時(各6回)</li></ul>	初心者各 15 人	各 8,000 円
ヨガ教室	10 月 14 日〜来年 1 月 6 日の原則毎週木曜日 午前 9 時 15 分〜 10 時半。10 回		6,500円
<b>陶芸教室</b> 陶芸の基礎。湯呑み・皿等を作陶	10月13日~12月22日の原則毎週水曜日 午後1時半~4時。8回 (12月1日似のみ午前10時半~午後5時)		13,000円
<b>書道教室</b> 漢字・かなの基本。漢字…千字文の楷書、 かな…俳句、年賀状、実用書の練習	10月19日~来年3月15日の 原則毎月第1・3火曜日 午前10時~正午。10回	15人	4,000円
<b>実用ペン字教室</b> 平がなの基本。手紙、名前等から、 漢字とかなの調和を学ぶ	10月21日~来年3月17日の 原則毎月第1・3木曜日 午前10時~正午。10回		4,000円
<b>フラダンス教室</b> <b>①</b> 未経験者・初心者対象 <b>②</b> kaholo と kao のベーシックができる人	10月15日~12月17日の毎週金曜日 ①午後1時半~2時45分 ②午後3時15分~4時半。10回	各16人	<b>1</b> 7,200 円 <b>2</b> 7,000 円
<b>社交ダンスレッスン※ 2</b> 講師 2 名でテーマを設けた 団体レッスン(1時間)・フリー指導(30分)	10月24日(印)、11月3日(祝・14日(印)、12月5日(印・12日(印)、 来年1月10日(祝・23日(印)、2月11日(祝・27日(印)、3月13日(印) 午後1時15分~2時45分。10回	ステップでは物 足りない経験者 15 人	15,000円
社交ダンス教室※ 2 ●入門教室 (ルンバとワルツ)  ②初級教室 (ルンバとタンゴ)	10月24日(日)·30日(土)、11月3日(税)·7日(日)·14日(日)· 20日(土)·27日(土)、12月5日(日)·12日(日)·18日(土) 1年前9時半~10時半2午前10時40分~正午。10回	各 24 人	15,000円 26,000円

※ 1…全て在勤の人も可能 ※ 2…ダンスシューズを用意してください(室内用スニーカーも可)







### 300 産業施設が 新しく なりました

しごとに関わる3つの施設を新し く改装し、この夏リニューアルオー プンしました。これまでよりも使い やすく、魅力的な施設に生まれ変 わっています。ぜひ、一度足を運ん でみてください。

【問合せ】産業政策課(☎ 34-4741)







### 1 創業支援施設 BONCHI

外出自粛で在宅ワークが増える等、社会 の"はたらく"ことの変化に対応するため、 BONCHIの4階を新たなコワーキング スペース「TEN」としてリニューアル。

### 2 勤労者総合福祉センター

利用者の多様なテレワークを考慮した ワークスペース、快適な多目的スペース 等を新たに整備しました。以前よりも明 るく使いやすい施設になりました。

### 3 なら工藝館

感染防止に配慮しつつ、より奈良の工芸 の魅力を発信できるよう外装と展示・販 売コーナー等を改修しました。



第5回 世界糖尿病デー フォトコンテスト

### 奈良の町で見つけた

### 育にまつわる風景 9/26回 を募集します

今や全世界の4億6,300万人が発症し、年間 500万人が関連する病気で亡くなっている糖尿病。 2006年には、国連が11月14日を「世界糖尿病デー」 と指定しました。それに伴い、予防と治療に対する 啓発を行うため、シンボルカラー「青」を用いたラ イトアップ等が世界各地で実施されています。

市でもこの内容にちなみ、毎年青をテーマにし たフォトコンテストを開催しています。受賞者に は賞状と賞に応じた奈良市ポイントを贈呈するの で、ぜひ応募してください。

【応募資格】市在住・在学・在勤の人

【審査方法】入江泰吉記念奈良市写真美術館の

兼古健悟さんによる審査・市民投票

【応募方法】市ポイント運営事務局ホームページ から応募

【問合せ】健康増進課(☎34-5129)

くわしくはこちら▶





大賞



奈良公園バースデー花火」 ※撮影者は匿名希望

昨年度の受賞作品 (第4回フォトコンテスト) 受賞作品は市ホームペー ジや SNS、パネル展等で 使用する場合があります。

> 過去の作品は 🔡 こちらから▶





(ゆきやんさん)



銅賞

 $\overline{11}\overline{/7}$ 

### 昨年度に出展された作品







11月13日出~21日印開催 市障がい者・児作品展

【資格】市在住の障害のある人。在勤・在学も可

【部門】写真、絵画、書道、手工芸。過去1年以内に完成した作 品で1部門1点まで。複数部門への応募可

### 【作品規格】

写真: 六ツ切り以上、半切以内

絵画:画用紙四ツ切り以内(デジタルアート含む)

書道:縦書きは半切以内、横書きは半切2分の1以内(裏打ち、表 装の規定なし)

手工芸:陶芸の立体作品は幅·奥行き(直径)・高さ30cm以内、平 面作品は縦 30cm・横 80cm以内。陶芸以外の立体作品は幅・奥 行き(直径)・高さ50cm以内、平面作品は縦・横100cm以内(織 物等の折りたためるものは右記サイズ内で展示。被服作品除く)

※全部門、額装は前面にガラスの使用不可(アクリル板は可)。 合同作品の規格は相談要

【搬入】 市総合福祉センターに備え付けの申込書を添えて、10月 24日~11月7日午前9時~午後8時半に同センターへ (水曜日は午前9時~午後4時半、休館日は19ページ参照)

【問合せ】市総合福祉センター(☎ 71-0770 ඣ 71-0773)

KOTO HOGU NARA 祝 - 芝生広場で焚き火を囲みながら語り合いませんか?

### ラーニング・プログラム https://kotohogunara.jp/ グリーン・マウンテン・カレッジ

薪ストーブを囲みながらさまざまな人の話を聞き、**参加者同士も語り合う対話型ア**ー トプログラム。今年は「手」をテーマに3人のゲストを迎え、本プログラム校長の小山 田徹さん (美術家 / 京都市立芸術大学教授) が聞き手となり、語り合います。

【ところ】ならまちセンター 芝生広場 (東寺林町)



### _{第1回}「手を伸ばす |

【とき】10月2日(土)午後6時~8時

【講師】井上絵美さん

(キャリアカウンセラー/奈良若者サポートステーション)

### 第2回 | 手をあげる

【とき】12月4日(土)午後6時~8時

【講師】西川勝さん(臨床哲学プレイヤー)

### 第3回「手を絡める |

【とき】12月18日出午後6時~8時

【講師】砂連尾理さん(ダンサー・振付家)

②衣笠名津美(写真下)

【問合せ】市アートプロジェクト実行委員会事務局(文化振興課内 ☎ 34-4942)

最新情報等 くわしくはこちら▶



### npics:ならトピ

みなさんから応募のあったまちの情報を紹介





「ヒガンバナと布目川」 【撮影】渡邉 寛さん

∖市内の風景、お子さんの写真等…/ 自慢の写真を投稿しませんか?



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

【問合せ】秘書広報課(☎34-4710)

### 市民応募のお子さん写真



ともひとくん(7か月)



みくらくん(11か月)



にいなちゃん(4か月)



せいすけくん (1歳9か月)



たお **汰音くん(1歳10か月**)



柊月くん(5か月)

### サッカー代表チームが来寧 ようこそ!東京五 一輪豪女子

じています。奈良の街はとても美し く、人々は親切です」とコメントし たびにとても歓迎されていると感 は「私たちは日本が大好きで、来る 本大会までの調整を行いました。 トフィールド奈良を練習会場として、 ルダス)の事前キャンプを実施。ロー 女子サッカー代表チーム(愛称マチ 活動の一環として、オーストラリア ク・パラリンピックのホストタウン がりから、東京2020オリンピッ ストラリア・キャンベラ市とのつな 7月9日から9日間、 マチルダスのサマンサ・カー主将 市は、オー

後もチームの活躍を奈良から応援 ず、結果は4位となりましたが、今 しています。 大会では惜しくもメダルに届 か

す



ちわ」を記念品として渡した

写真) オーストラリア女子サッカー代表チー ムの集合写真。感染対策で、直接・対面等の 交流は行わず、選手には伝統工芸品「奈良う

写真) 保護者はスマートフォン等を 使って、園からのお知らせを確認で きる

### 保育システム運用開始 保護者の負担が軽減

会の削減にもつながります。 育士の負担軽減が期待されます。 ら運用を開始しました。導入によっ 連絡等を配信でき、園内での接触機 に感染した際、 た、園関係者が新型コロナウイルス ようになり、利便性の向上と保育教 トフォンアプリ等の使用で行える で交わしていたやりとりが、スマー 「コドモン」を導入し、7月1日か 市立認定こども園・保育園・幼稚 の38園で、 園と保護者がこれまで手書き等 保育ICTシステム 保護者へ一斉に緊急 ま

用を段階的に開始していく予定で 出退勤管理、園児の登降園管理の運 のみでしたが、9月以降は職員の 8月までは園からのお知らせ 配

を有効に活用するため、引き続き取 〜組みを進めていきます 市では、これからも保育システム

う広く啓発を行っていきます。 平和の大切さを改めて認識できるよ ル展 (例年8月上旬頃) を開催する等、 もに、平和への願いを込めました。 くなった人たちの冥福を祈るとと 撞鐘。1分間の黙祷後、 たが、 舎の平和祈念碑前で献花をしまし してもらえるよう、新たな試みとし 者が献花をし、 奈良ユネスコ協会、市遺族会の代表 した。そのほか、非核平和啓発パネ また、平和について考える契機に 撞鐘の様子の動画配信を始めま 今年は庁舎屋上で平和の鐘を 参加者らは原爆で亡 仲川市長と



写真) 当日の様子。撞鐘の様子や 当時の戦争体験談の紙芝居を奈良 市動画チャンネルで配信中

### 世界平和 り響く 「平和の鐘 願

た。 教会でも釣鐘の撞鐘が行われまし を祈念して「平和の鐘」を撞き鳴ら 日と9日に、世界の恒久平和の実現 されて76年目です。市では、 しました。 今年は、 広島と長崎に原爆が投下 同時に、市内5の各寺院・ 8月6

昨年は市庁舎耐震工事のため、





### ロート奈良 鴻ノ池パーク (法蓮佐保山四丁目)

- 近鉄奈良駅から徒歩15分
- 近鉄・JR「奈良駅」下車、「南加茂台5丁 目行」か「加茂駅行・高の原駅行」バスで 「市営球場」にて下車
- ※駐車場に限りがあるので、車の乗り合い か公共交通機関を利用してください

【対象者】県内在住の5歳以上の人 【参加方法】市ホームページの申込フォームに 必要事項を書いて、9月15日までに申込(チ ラシ裏面の申込用紙も可)。参加確定通知が届 いた人のみ参加可(落選の場合は通知なし)。

体験時間は30分×3競技。スポー ツテスト参加者はスポーツ体験の 参加不可。 申込はこちら▶



**スポーツ体験 各コース定員 30人**(スポーツテストのみ150人)※コース編成が変更となる場合あり

午前の部 午前10時~午後0時10分			<b>午後の部</b> 午後1時~3時10分		
■スポーツテスト (種目数未定) か以下の種目			■以下の種目		
<b>A</b> なぎなた ▼ 弓道 ▼ ホッケー	<b>B</b> ソフトバレー ライフル射撃 ▼ バドミントン		<b>】</b> 少林寺拳法 ▼ ラグビー ▼ レクリエーション		L ボッチャ 軟式野球 ▼ テニス
D ライフル射撃 サッカー ▼ ソフトボール	<b>E</b> 弓道 ▼ グラウンド・ゴルフ ▼ サッカー	<b>F</b> サッカー バドミントン ▼ なぎなた	M 柔道 ▼ 陸上競技 ▼ 軟式野球	N ラグビー テニス ▼ 陸上競技	○ 陸上競技 ボッチャ ▼ 少林寺拳法
<b>G</b> ホッケー ▼ ソフトバレー ▼ 弓道	<b>H</b> グラウンド・ゴルフ ▼ ホッケー ▼ ライフル射撃	ソフトボール ▼ なぎなた ▼ ソフトバレー	<b>P</b> レクリエーション ▼ バスケットボール ▼ ラグビー	<b>Q</b> テニス レクリエーション ▼ 柔道	<b>R</b> 軟式野球 ▼ 少林寺拳法 バスケットボール

### 抽選会 ※後日実施

- ★当日参加者(体験受付者)が抽選会に参加可
- ★抽選は後日事務局で実施し、当選者へ景品を送付
- ★当選者発表は市ホームページに掲載予定



### 参加者全員に50ポイント付与

「交通系ICカード」か「ななまる カード」を必ず持参してください



新型コロナウイルス感染拡大防止対策に協力をお願いします。来場時は必ずマスクを着用してください

【問合せ】スポーツ振興課(☎34-5376 FAX 34-4765 当日の連絡先☎070-1350-8992)

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

### リニア新駅を奈良市に

リニア コラム vol.15

### 新たな価値が生まれる場 「郊外型候補地」の魅力とは?

郊外型候補地周辺にある関西文化学術

研究都市や、ならやま研究パークには、最先端の 科学技術を有する多くの研究施設・大学施設・文 化施設等が集積しています。

この郊外型候補地にリニア中間駅が設置されると、東の「筑波研究学園都市」(茨城県)や沿線の研究機関等とのアクセスが一段と向上します。その結果、知的対流が形成・拡大し、高度な価値創造につながる可能性を秘めています。



【問合せ】観光戦略課(☎34-5607)

### 9月の主な行事・市の催し

1日水 防災の日

市立幼稚園・こども園・高等学校始業式

5日田 救急医療週間 (~11日)

9日休 救急の日

10日金 下水道の日

11 日土 人権を確かめあう日

16日休 モビリティウィーク (~22日)

17日金 子ども安全の日

十七夜盆踊り(東大寺二月堂)

※万灯籠・盆踊りは中止

20 日祝 20 日ならウォーク

ならマイカーひとやすみデー 動物愛護週間 (~ 26 日)

志貴親王御忌(白毫寺)

**21日火** 秋の交通安全県民運動 (~30日)

観月讃仏会(唐招提寺)

結核予防週間(~30日)

※緑字は寺社年中行事

22日休 カーフリーデーなら

24 日金

30日休 交通事故死ゼロを目指す日

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

### 市政情報をラジオで配信中《ならどっとFM78.4MHz》

### ◆奈良市からのお知らせ

※毎日3回目の放送は新型コロナウイルス感染症関連情報を配信しています

### 【放送時間】各回1分

平日:午前8時10分·11時半、

午後6時10分

土・日曜日:午前8時45分、午後

0時7分・6時半

◆奈良市防災防犯 インフォメーション

### 【放送時間】5分番組

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

0時10分・2時10分・6時35分

### ◆知っとこ防災防犯情報 【放送時間】20 分番組

金曜日:午後6時20分

土・日曜日:午後6時40分(再放送)



