

特集
pick up!

AY世代のがんと 向き合う・支える人々

もくじ contents

全市民対象分の応募を受付中&子育て世帯向けへの支給
奈良市生活応援プレミアム付商品券 p7

道路に関する市のお知らせを一挙に紹介
毎年8月は道路ふれあい月間 p10-11

夜明かりの灯る夏の奈良
夏夜のイベントを楽しもう p29

ならレポ!
& ならトピ p31

写真: 雨のち晴れ(平城宮跡) 撮影: のび治さん

生活 p12 健康 p13 子育て p14
シニア・しごと・募集 p16 催し p17
スポーツ・文化情報 p20
生涯学習 p24



AYA世代のがんと向き合う・支える人々

15～39歳の人々

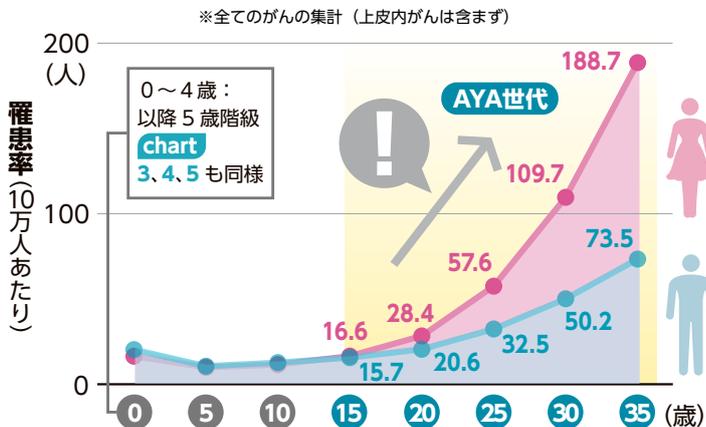
AYA世代から急増するがんの罹患率

AYA世代が罹患するがんの総数は全年代の2.5%程度で、比較的少ないとされています。しかし、AYA世代の病気による死亡原因の一番はがんによるものです。

chart 1によると、がんの罹患率はAYA世代に差し掛かったあたりから増加しています。特に女性は男性と比べても罹患率が急増していることが分かります。



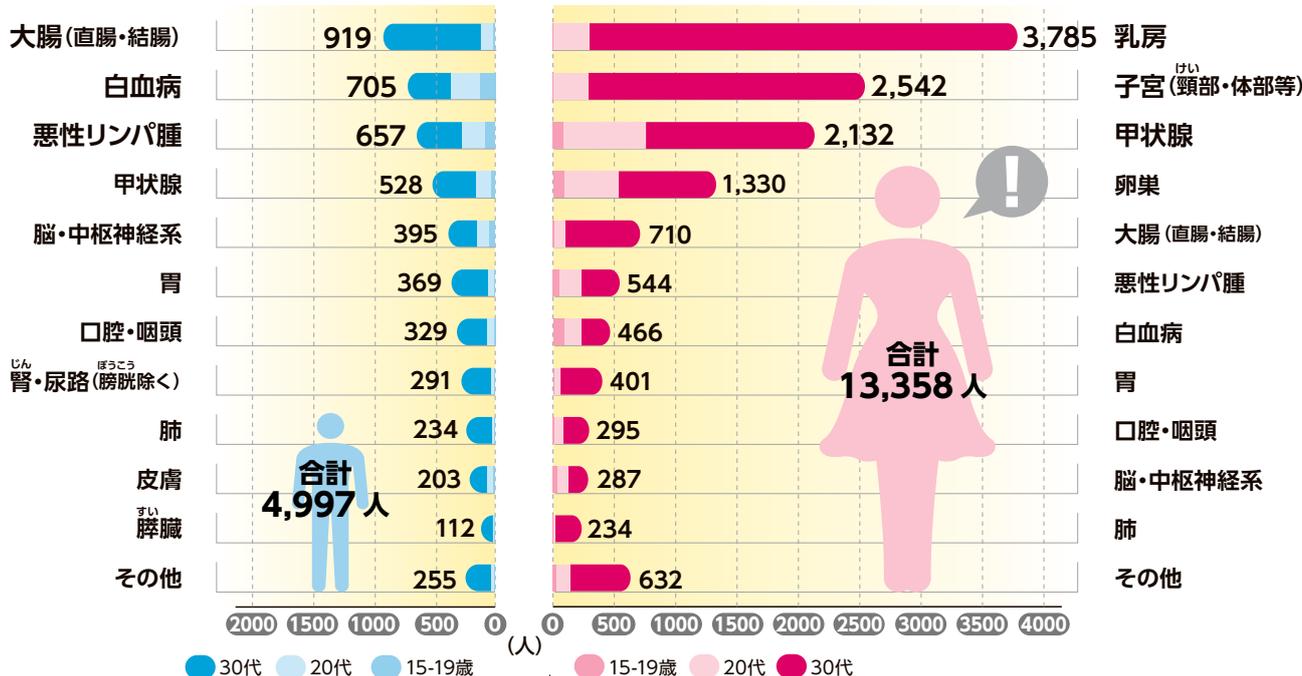
1 chart がんの年齢別・性別の罹患率 (2018年)



罹患率：ある集団で新たに診断されたがんの数を、その集団のその期間の人口で割った値
上記グラフは「2018年に新たに診断されたがんの数 / 2018年の人口 × 10万人」で算出

2 chart AYA世代の新規がん患者数とその種別 (2018年)

※全てのがんの集計 (上皮内がんは含まず)



男女で異なるがんの種類

chart 2によると、2018年のAYA世代の新規がん罹患患者数は約18,000人で、約7割が女性となっています。また、年代別に見ると30代の罹患が多く、全てのがんの合計のうち7～8割を占めています。

罹患するがんの種類を見ると、男性は大腸がん、白血病、悪性リンパ腫が多いのに対し、女性は乳がん、子宮 (頸部・体部等) がん、卵巣がん等、女性特有のがんへの罹患が顕著に見られます。



Chart1～4の典拠 / 国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録・全国がん患者モニタリング集計(MCIJ))

Chart5の典拠 / 奈良県市町村がん検診結果報告書(速報値)

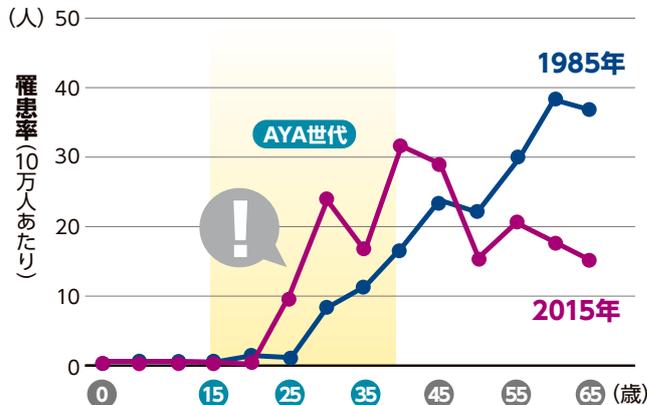
15～39歳にあたる人々の世代を **AYA** (Adolescent and Young Adult) と呼び、この世代のがん対策の必要性が、数年前から日本でも考えられるようになりました。学業や仕事、結婚、出産等、人生の節目となる時期が重なる世代。生きることへの悩みや不安を抱えながらも、前向きに治療を行っている人々や、それをさまざまな面で支える人々があります。今回は増える AYA 世代のがんの現状と、力強く生きる人々の声を特集します。

3 chart 乳がんの年齢別の罹患率



※両グラフは統計上、同じ前提で比較可能な最新(2015年)と最古(1985年)を使用

4 chart 子宮頸がんの年齢別の罹患率



罹患率：ある集団で新たに診断されたがんの数を、その集団のその期間の人口で割った値

以前よりも乳がんは増加、子宮頸がんは若年化

chart 3、4 によると、いずれのがんも AYA 世代から増加しています。乳がんでは **1985年と2015年とを比べると罹患率が倍以上に増えています**。これは食生活の欧米化等が一因と考えられています。

また、**子宮頸がんでも同じ期間で比較すると、そのピークが若年化していることがわかります**。性交渉の低年齢化により、ヒトパピローマウイルス (5p 参照) に感染する機会が増えたから等と言われています。

若い世代の受診率増に向けて

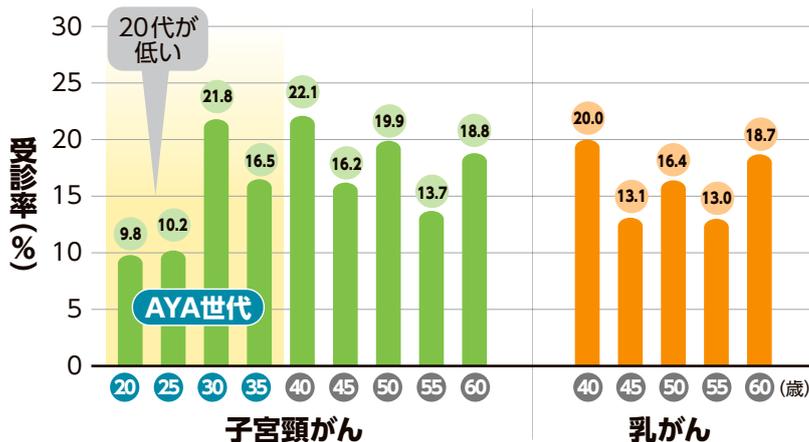
市では子宮頸がん検診を 20 歳以上を対象に実施しています。奈良市の AYA 世代のうち 20 歳以上の女性は約 34,000 人。このうち同検診の受診者数は約 5,000 人 (15%程度) でした。

また chart 5 によると、**AYA 世代の中でも、特に同検診の 20 代の受診率が低くなっています**。

市では、受診可能な検 (健) 診がひと目でわかる「けんしんパスポート」を送付する等、受診率を上げる取り組みを進めています。



5 chart 奈良市のがん検診の年齢別受診率 (令和3年度)



PICK UP !! 検(健)診を受けましょう

6 月下旬に各検 (健) 診の対象者にパスポートを配布しています。子宮頸がん・乳がん検診は 2 年に 1 度の検診です。今年度対象外で前年度未受診の人は、健康増進課へ申し出てください。また、この 2 つの検診の初回対象者※には、無料で受診できるクーポン券を同時期に配布しています。AYA 世代の対象は子宮頸がん検診のみですが、まずは自身の身体の状態を把握してみませんか。

※対象年度の 4 月 1 日現在で、子宮頸がんは 20 歳、乳がんは 40 歳の人



けんしんパスポートと子宮頸がん検診無料クーポン券

がんの影響を受ける人に

「夢」と寄り添いを

急にがんと告知されてしまったら…治療や生活、仕事等のさまざまな不安が生じます。それでも周りの支えを得て、がんと向き合ってきた人々がいます。自身の経験を生かし、支える側に立った人の活動を紹介します。

がんに影響を受ける全ての人が集い・憩い・相談できる「マギーズ東京」@Koji Fujii / TOREAL

自分の経験を誰かのために…

「仲間を集める」ことから広げた支援の輪

入社3年目の春、ステージⅢの乳がんを経験した鈴木美穂さん。自身の罹患時の体験を元に、現在全国で活発的な支援活動を行っています。鈴木さんの活動についてお話を聞きました。

鈴木 美穂さん

元日本テレビ記者・キャスター。2008年に乳がんに罹患。2009年に若年性がん患者団体「STAND UP!!」発足。2016年に、がん経験者や家族等が無料で相談できる「マギーズ東京」をオープン。「CancerX」共同発起人。



「同じ苦しみを抱える同世代」のためにできること

右胸のしこりに気付いた14年前の春、私と家族の生活は一変しました。医師から「悪いものが写っていました」と突然告知され、がん家系でもなく知識もない私たちは戸惑いました。少しでも一緒に過ごすため、母と入社直後の妹は仕事を辞め、父は海外赴任から日本で働くことになりました。家族を巻き込んだ申し訳なさと、「なんで私だけが…」という思いで、泣き暮らす毎日でした。

治療は右乳房の全摘手術、抗がん剤、放射線等のフルコース。大変な日々でしたが、「もし生きられたら、今の私と同じ苦しみを抱える人のためにできることがしたい。同世代でがんと向き合った人が、今どのような生き方をしているかを知りたい」と考えるようになりました。

がんを隠さなくても良い世界を作るために

治療後は、10～30代の同世代の仲間を求め、自作の乳がん患者向けのフリーペーパーを手に、イベントへの参加やSNSでがんを公開している若い人々に声をかけていきました。そんな時に「がん患者には夢がある」と発信していたがん経験者の松井基浩さんと出会い、若いがん患者向けのフリーペーパーを発行したいと持ちかけました。すぐに意気投合し、共同して「STAND UP!!」を立ち上げ、冊子の作成が始まりました。

当時はテレビの取材でも、がん経験者をモザイクで隠す時代。「がんを隠して生きなければならない世界を変えたい」と、実名・顔出しで体験談を書いてくださる10人の若いがん経験者を探しました。半年がかりでようやく発行し、全国の病院に設置を依頼しました。その後、思った以上の反響がありました。「次は私も体

験談を書きたい」という声もいただき、若い世代へのニーズを感じました。

がんに関わる全ての人のための場所

8年前、「STAND UP!!」の創設者として海外の国際会議に出席しました。活動を経て「がん経験者が安心していつでも相談に来られる場所を作りたい」という考えを伝えると、「あなたのやりたいことは、イギリスのマギーズセンターに近い」という話を複数の欧米人から聞きました。がん経験者とその家族・友人・同僚等、がんに影響を受けた人が気兼ねなく訪れ、医療の専門家が常駐し、寄附金で運営される居心地の良い場所。これこそ私がやりたかったことの一步先でした。

帰国後、日本でセンターを作りたいと発信されていた秋山正子さんとともに、1年半がかりで東京・豊洲に「マギーズ東京」を開所しました。がんで一寸先も見えないと嘆きながら来た人が、相談を打ち明け、これからのことを落ち着いて考え、前向きに変わっていく。そんな姿を見るたびに、人の持つ力に感動しています。

今では、治療以外の暮らしや仕事等の問題を、産官学民医の各団体の力をかけ合わせ、解決に取り組む団体「CancerX」も立ち上げました。がんを体験し、支える双方の立場からの発信を今後も続けていきたいと思っています。

鈴木さんから、AYA世代のがんと向き合うみなさんへ

真っ暗闇の中でたった一人きり、と思う日もあるかもしれませんが、仲間はいます。支えてくれる人もいます。そして、医療も目まぐるしく進歩しています。少しでも安心して生きていけるよう応援しています。いつでもご連絡ください。

「STAND UP!!」

今では会員数が1,000人を超える団体に。遠方からもオンラインでつながることができ、定期的に交流会を開催。冊子の内容はこちらから閲覧できます▶



「マギーズ東京」

対面相談が基本ですが、当面は電話やオンラインでも相談可。グループプログラムも開催(全て利用無料)。ホームページはこちら▶



奈良市で働く世代のがん患者と家族を支える「はーべすと」



辻本 由香さん

ファイナンシャルプランナー（FP）。自身の乳がんの経験から、仕事と治療の両立支援を行う「はーべすと」を立ち上げる。奈良県がん対策推進協議会委員として、患者の立場から地域に則した支援の形を提言している。

仕事と治療をどう両立するか、治療にどれくらいお金がかかるのか…。こういった生活や仕事の悩みを、がん経験者や支援者とともに、市内で気軽に話し合える場作りを行っている、辻本さんにお話を聞きました。

活動のきっかけ

私は43歳の時に乳がんで入院となったのですが、ここで出会った患者仲間が、お金や仕事のことで苦労する場面をたくさん目の当たりにしました。医療費を稼ぐために治療をしながらパートを始める方、会社の理解を得られず降格となった方等…。FPの私は、このような相談を聞くうちに、**病気に日頃から備えておく重要性**を広く伝えたいと思うようになりました。また、私が実際に参加した患者会は高齢の方が多く、若年層ゆえのつらさが理解してもらいにくかったので、**若い世代が気軽に集える場所を奈良に作りたい**、と活動を始めました。

仕事と治療を両立する難しさ

「会社に復帰＝元通りの仕事ができる」と認識され、そのギャップに思い悩んでしまうケースがあります。反対に、本人は体調が良く以前のように働きたいが、会社から無理をさせてはいけないと休暇を取るよう勧められたケースも見られます。仕事と治療を両立することの難しさがここにあります。

このような場合、「今できることと、今後治療のメド

がたったらできるようになることを、きちんと説明できるようにしましょう。」とアドバイスしています。それが難しければ、医師から書類を書いてもらったり、会社の人事の方等と一緒に病院に行って話を聞くこともできます。その他、市内の産業保健センター（労働者の健康管理を管轄する）には、両立支援の促進員がいるので、間に入ってもらう仕組みもあります。

辻本さんから、AYA世代のがんと向き合うみなさんへ

治療の他にもさまざまな支援があること、悩みを共有できる・つながれる場所が身近にあることを、若いみなさんもぜひ知ってほしいです。誰にも言えない悩みこそ誰かを頼るべきこと。若いうちは備えができていなくて当然です。今、がんで悩みを抱えている方がいれば、まずは医療従事者等に相談してみてください。私自身がそうであったように、誰かとつながること、道は必ず開けていくと信じています。

「はーべすと」について
くわしくはこちら▶

（お問い合わせフォームあり）



●県のがん情報提供ポータルサイト「がんネットなら」には、患者会やがん支援等の関連団体の一覧を掲載しています

子宮頸がん予防ワクチン（HPV：ヒトパピローマウイルス）を受けましょう

性的接触のある女性の50%以上が、生涯で一度は感染するとされるHPV。感染により子宮頸がんや肛門がん、膣がん等につながるとされています。このウイルスへの感染を防ぐため、小学校6年生～高校1年生に相当する女性を対象に接種されるワクチンです。



■ キャッチアップ接種を行っています

【対象】 平成9～17年度生まれ
(1997年4月2日～2006年4月1日生まれ)

対象者には順次、個別の通知を送付しています（通知が届かなくても接種可）。

接種は全部で3回。過去1～2回の接種歴があり、長期にわたって中断していた人も対象です（残りの回数のみ接種）。市内の登録医療機関で予約の上、接種ができます（市外で接種する場合は健康増進課へ）

- 【持物】**
1. 母子健康手帳
 2. 健康保険証等の本人確認ができる書類
 3. 過去にHPVワクチンを受けたことがある人は、接種歴が分かるもの

■ 積極的な接種の勧奨を再開しています

これまでは、ワクチン接種後に持続する痛み等が報告され、副反応に関する適切な情報提供が難しいことから、積極的な接種の勧奨を差し控えていました。昨年、専門家の会議で安全性に問題が見られず、ワクチンの有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められたため、国で積極的な接種の勧奨が始まりました。

■ 自費で任意接種を受けた人へ

接種の勧奨を控えていた時期に、定期接種の年齢を過ぎて、自費で接種を受けた人に対して、費用の償還払いを秋頃実施予定です。

くわしくは市ホームページへ▶



【問合せ】健康増進課（☎0742-34-5129）



新型コロナワクチン 追加(4回目)接種について

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

午前9時～午後5時

(土・日曜日、祝日を除く。)
土曜日は8月27日まで開設

※7月12日現在の情報です

対象 3回目接種から少なくとも5か月以上経過した、以下に該当する人

- ① 60歳以上の人
- ② 18歳以上60歳未満で基礎疾患のある人、その他重症化リスクが高いと医師が認める人

接種券について

✓ 接種券の発送対象者等については、しみんだより7月号か市ホームページを確認してください。



くわしくはこちら▶

✓ 接種対象に該当すると思われるが接種券が届かない人は、申し出により接種券の発行申請を受け付けます(接種可否は医師の判断に従ってください)。

申請方法

- ① e 古都なら (奈良電子自治体共同運営ポータルサイト) で電子申請▶
- ② 新型コロナウイルスワクチン接種推進課窓口で申請：3回目接種が確認できる「予防接種済証」等の写しを持参してください。
- ③ 送付で申請：申請書と3回目接種が確認できる「予防接種済証」等の写しを下記送付先まで送付してください。申請書は市ホームページでダウンロード可。
- ④ 電話で申請：上記コールセンターへ電話してください。



接種場所

各医療機関による接種を実施しています。
(集団接種会場は8月6日(土)まで)



予約方法

- ① インターネット予約▶
- ② 電話予約：
上記コールセンターへ電話してください。
※引き続き、初回接種(1・2回目接種)、3回目接種も実施しています



【申請書の送付先・問合せ】 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番1号はぐくみセンター3階) ※電話での問合せは上記コールセンターへ

後期高齢者の方へ 医療保険料を減免できます

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入の減少が見込まれる被保険者は、医療保険料の減免を受けられる場合があります。下の表に基づき、福祉医療課窓口で申請してください。

【減免対象となる保険料】
納期限の設定が、令和4年4月1日～令和5年3月31日の同一世帯の被保険者の保険料

対象となる条件等		減免額
世帯内で主に生計を支える人が新型コロナウイルス感染症にかかり死亡または、重篤な傷病を負った場合		対象の保険料の全額
新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯内で主に生計を支える人の収入の減少が見込まれ、右の条件すべてにあてはまる場合	$\frac{\text{今年の収入の減少見込額} \times}{\text{前年の収入額}} = 10 \text{ 分の } 3 \text{ 以上 (年金収入のみは対象外)}$ ※営業等・農業・不動産・給与・山林収入のいずれかが対象。 保険金、損害賠償等で補填される額は除く	対象の保険料 × 前年の所得の合計額に応じた減免割合
	前年の総所得金額等 - 前年の所得額 (下線部の業種) = 400万円以下	
	前年の総所得金額等が 1,000万円以下	

【問合せ】 福祉医療課 (☎ 0742-34-4754)



奈良市生活応援プレミアム付商品券を発行・支給します

新型コロナウイルス感染症の長期化と、食費等の物価高騰が見られる今、家計の支援のため、市在住の全世帯を対象に奈良市生活応援プレミアム付商品券を発行します。また、市在住の子育て世帯を対象に奈良市生活応援プレミアム商品券を順次発送します。

商品券の有効期限
来年2月15日(水)まで

①全市民対象（応募・購入分）



申込フォームでの応募期間：8月13日(土)まで

13,000円分の商品券1セット(1,000円×13枚)を10,000円で購入できます。応募締切後に抽選し、当選者に購入引換券を送付します。

※先着順ではありません。購入は1世帯5セットまで。当選者は指定の引換場所で購入できます。引換場所の指定は不可

【応募方法】専用サイトの申込フォームか、はがきに世帯主名(ふりがな)、住所、電話番号、購入希望セット数を記入の上、8月10日(水)(消印有効)までに下記送付先へ※持参不可。はがき、切手代は応募者負担

【はがき送付先】

奈良市生活応援プレミアム付商品券事務局 宛
〒630-8241 高天町 38-3 近鉄高天ビル3階

②子育て世帯対象（支給分）



対象世帯のうち、

今年度の子育て世帯生活支援特別給付金(低所得の子育て世帯対象の給付金)の受給世帯に30,000円分を、
その他世帯に10,000円分を支給

それぞれ
児童一人
あたりの金額

8月初旬から簡易書留で順次発送します。

【対象】令和4年3月31日時点で18歳未満の子(特別児童扶養手当を受給する20歳未満の障害児)を養育する子育て世帯(以後、令和4年12月31日までに出生・転入の届出がされた児童も対象)

※原則として申請不要(一部申請が必要となる場合があります)。くわしくは、市ホームページで確認するか子ども育成課(☎0742-34-5042)へ



③取扱店舗を募集します

(専用サイトに店舗名を掲載)

【取扱店舗の申込方法】専用サイトの登録申込フォームより申請

※必ず募集要項を読んでから申請してください

※大型店・量販店・チェーン店・系列店等、市内に複数の店舗を持っている場合は、店舗ごとに申請が必要です



専用サイト
申込等は
こちら

問合せ

市生活応援プレミアム付商品券コールセンター ☎0120-426-066

※平日の午前9時～午後5時(9月30日まで土・日曜日、祝日も開設。12月29日～来年1月3日は休み)

【本事業に関する問合せ】①③産業政策課(☎0742-34-4741) ②子ども育成課(☎0742-34-5042)

奈良市子ども食堂立ち上げ支援 やってみよう!「子ども食堂」

子ども食堂の立ち上げを検討している人や興味がある人向けに、体験を通じてその方法を学べる講座です。子どもを真ん中に置いた地域づくりの場を、一緒に作ってみませんか?

第1弾

講座：「子ども食堂ってなあに」
8月19日(金)午前9時半～11時半

【ところ】中部公民館(上三条町)

【講師】県社会福祉協議会地域福祉課長の
岡本晴子さん

第2弾

体験：シカ食堂による調理～会食
「わくわく体験 子ども食堂」

8月27日(土)午前10時～午後3時

【ところ】市ボランティアセンター(法蓮町)

【費用】300円(子ども・学生は無料)



くわしくは
こちら

申込

電話かEメールに、氏名、電話番号、Eメールアドレスを書いて、フードバンク奈良(☎0742-81-3666 Eメール：narashi.foodbank@gmail.com)へ

問合せ

子ども育成課(☎0742-34-5042)

講座

健康講座

「フレイル対策で寝たきり予防」

年齢による体力低下を防ぐための運動と食事のアドバイスを行います。



- とき** 9～11月の第1・3金曜日
午後1時20分～2時40分。6回
- ところ** 市総合医療検査センター（柏木町）
- 定員** 65～80歳の人12人。要支援・要介護認定を受けている人は不可

- 費用** 6,000円
- 申込** はがき、FAXに講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、8月19日までに募集要項・申込書を請求。同センターホームページからダウンロード可。多い場合は抽選

同センターホームページはこちら▶



- 問合せ** 同センター（☎0742-33-7876、
☎0742-33-5800）

特定健康診査の
受診期間は来年2月末まで

生活習慣病の早期発見や予防のために、特定健康診査を実施しています。年1回のチャンスをぜひ活用しましょう。



- 対象** 国民健康保険加入の40～74歳の人
- 持物** 受診券、質問票、被保険者証
- 申込** 電話で県内実施医療機関へ

以下の市立診療所でも実施しています

診療所	電話番号
興東診療所（大柳生町）	☎0742-93-0130
田原診療所（横田町）	☎0742-81-0027
月ヶ瀬診療所（月ヶ瀬尾山）	☎0743-92-0030
都祁診療所（都祁白石町）	☎0743-82-1411
柳生診療所（邑地町）	☎0742-94-0210

- 問合せ** 国保年金課（☎0742-34-4736）

講座

運動習慣づくり推進員
ボランティア養成講座



運動実技や講義、グループワークを通じて、筋力トレーニングやウォーキングを、地域で広げる推進員（運推さん）を養成します。

とき (午後1時半～4時)	内容
9月30日(金)	運動と健康のいい関係
10月7日(金)	筋力トレーニング・ストレッチで身体づくり
10月20日(木)	【現地実習】みんなで歩こう(20日ならウォーク参加)
11月中	【現地実習】運推さんの活動を知ろう(高齢者対象の地域活動の見学)
11月18日(金)	よく分かる運動の伝え方のコツ
12月2日(金)	今日からあなたも運推さん

- ところ** はぐくみセンター 8階
- 対象** 原則全回参加できる人。修了後は市運動習慣づくり推進員協議会に所属・活動できる人30人。多い場合は抽選
- 申込** 電話で9月15日までに健康増進課（☎0742-34-5129）へ

講習

いざという時に備えて
応急手当定期講習



心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の使い方、上級救命講習では傷病者の管理法や搬送方法等を学べます。

講習内容	〈午前の部〉 午前9時～	〈午後の部〉 午後1時半～
成人への 手当 (180分)	8月24日(水)・27日(土)、9月3日(土)・7日(水)・11日(日)	8月20日(土)・28日(日)、9月4日(日)・16日(金)・17日(土)
乳幼児への 手当 (180分)	8月20日(土)・21日(日)・28日(日)、9月4日(日)・15日(木)・17日(土)	8月20日(土)・28日(日)、9月4日(日)・16日(金)・17日(土)
救命入門 コース (90分)	8月21日(日) 9月10日(土)	
上級救命 講習(8時間)	9月2日(金)午前9時～午後5時	

- ところ** 防災センター（八条五丁目）
- 定員** 救命入門コース：小学校高学年以上
上記以外のコース：中学生以上
各10人程度
- 申込** 電話で各開催日の1週間前までに同センターへ
- 問合せ** 同センター（☎0742-35-1106）

くわしくは
こちら



国民年金のお知らせ

令和4年度 国民年金保険料免除・納付猶予の申請受付

国民年金第1号被保険者（自営業者、農林漁業者等）のうち、保険料納付が難しく、前年の所得が一定基準以下の人には、免除・納付猶予制度（納付猶予は50歳未満のみ）があります。

保険料を納めないまましていると、万一、障害を負った時や死亡時等に障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

【対象期間】

令和4年7月～令和5年6月

【必要なもの】

- 国民年金保険料免除・納付猶予申請書（申請者の基礎年金番号を忘れずに書いてください）
- 雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証の写し（令和3年1月以降に離職した人のみ）

新型コロナウイルス感染症の影響で減収となった人へ

新型コロナウイルス感染症の影響で減収となり保険料納付が困難な人は、所得の申立書を付けることで特例による免除・納付猶予申請をすることができます。

【対象者】①②をいずれも満たす人

- ①令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したこと
- ②令和3年1月以降の所得等の状況から見て、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除等に該当する水準になることが見込まれること

【対象期間】

令和4年7月～令和5年6月

※令和4年6月以前の期間については、申請月の2年1か月前までの期間で、手続きが済んでいない人は申請を受付しています（基礎年金番号を用意の上、事前に国保年金課へ電話してください）

【必要なもの】

- 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- 所得申立書（臨時特例用）

【受付場所】国保年金課、各出張所・行政センター（窓口での混雑を防ぐため、できる限り国保年金課国民年金係宛てに送付で提出してください）

【審査・承認】申請者・配偶者・世帯主（納付猶予の場合は除く）の令和3年中の所得をもとに審査し、結果は日本年金機構から2～3か月後に送付されます

※申請書は、市ホームページからダウンロード可。送付で申請書の取り寄せを希望する人は、同課へ問合せください



◀通常の免除・納付猶予はこちら

新型コロナウイルスによる免除・猶予はこちら▶



国民健康保険と職場の健康保険に重複加入している人へ

国民健康保険の脱退届出が必要です

【送付による届出方法】住所・氏名・電話番号・「国民健康保険の脱退手続き」を依頼する旨を記入したメモ書きと、該当者全員分の職場の健康保険証のコピー・国民健康保険証を同封して国保年金課（国民健康保険）へ

【窓口での届出先】同課、各出張所・行政センター



●LINEでも手続きができます



左の二次元コードから友達登録をお願いします。

国民年金保険料免除・納付猶予制度に関して、

くわしくは奈良年金事務所（☎0742-35-1371）か日本年金機構ホームページへ

【問合せ・提出先】

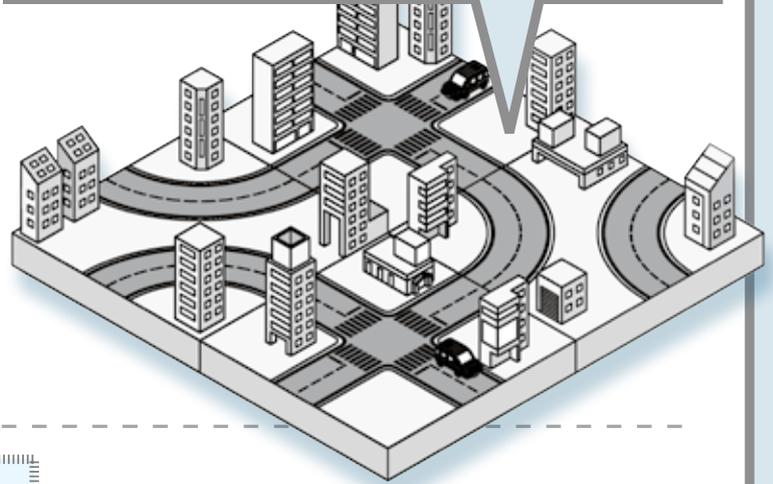
国保年金課（〒630-8580 二条大路南一丁目1番1号）

国民年金について：☎0742-34-4737 / 国民健康保険について：☎0742-34-4991

日本年金機構
ホームページ
はこちら▶



毎年8月は 「道路ふれあい月間」 です



道路は私たちの生活に欠かすことのできないものですが、あまりにも身近な存在のため、その大切さが見過ごされがちです。道路の意義とその重要性を市民のみなさんに再認識してもらうため、平成13年から8月1日～31日の期間を「道路ふれあい月間」としています。

(令和4年度「道路ふれあい月間」標語)

朗らかに『お先にどうぞ』が言えた朝

道路・河川に 張り出した枝を 切り取りましょう

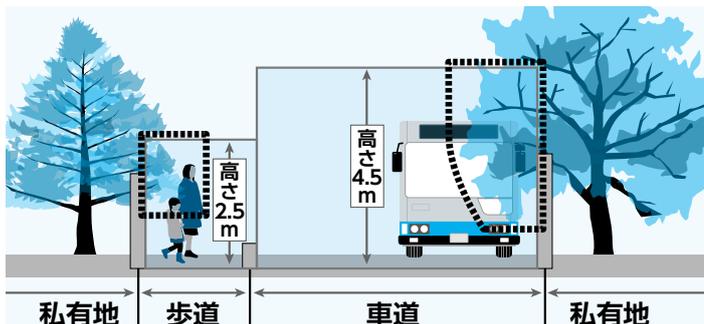


【問合せ】 土木管理課
(☎ 0742-34-4893)

市道や市が管理する河川で、隣接する土地（個人宅や山林）から枝等が張り出していることがあります。このような道路では、通行できる道幅が狭まり危険が生じるだけでなく、風雨により折れて道路上に堆積し、通行を阻害する恐れがあります。また、河川では堆積した落ち葉や枯れ葉、枝等が河川のはん濫を引き起こす恐れがあります。これらが原因で、車両や歩行者等の第三者に事故や被害が発生した時には、所有者が賠償責任を負わなければならないこともあります。

安全を確保するための道路空間の範囲

道路利用者の安全な通行を確保するため、電柱・信号機・樹木等が道路上に入ってはいけない空間を定めています（建築限界）。車道の上空4.5m・歩道の上空2.5mの範囲内に樹木等が張り出していると、建築限界を侵している可能性があります。



こんなとき、土地の所有者は伐採・枝払いを

- ▶道路、歩道へ樹木が張り出している時
- ▶竹木等の繁茂や枯れ木、折れ枝、落ち葉、枯れ葉等により、通行や水の流れへの障害がある時、またはその恐れがある時

※私有地から張り出している枝や葉は、市で勝手に切れません

作業時の注意事項

- ①電線や電話線がある場所での作業は、危険を伴う場合があります。事前に最寄りの関西電力やNTTの営業所に相談してください。
- ②通行車両・自転車・歩行者の安全確保と、樹木からの転落防止等に努めてください。

緊急の場合

枝折れのため事故の発生が予測される等、緊急の必要がある場合は、道路管理者が沿道の樹木を伐採・除去することがあります。

※伐採・除去に係る費用を請求する場合があります

許可・届出・申請の有無等／問合せ

- ①自然公園区域内の場合：自然公園法施行規則第12条に該当しない時は許可申請が必要

【問合せ】 県景観・自然環境課
(☎ 0742-27-7479)

- ②森林法第5条による地域森林計画対象森林である場合：森林法第10条の8第1項に該当しない時は届出の提出が必要

【問合せ】 農政課 (☎ 0742-34-5142)

- ③保安林の場合：事前相談要

【問合せ】 県森林資源生産課
(☎ 0742-27-7473)

奈良市 道路損傷等 通報システム

市道等の穴ぼこや、街路灯の不点灯を
スマートフォンで通報

市民のみなさんが、市地図情報公開サイトからこのシステムにアクセスし、写真と場所を投稿することで、市に通知が届き、道路の補修等に迅速に対応することができます。

① サイトにアクセス



② 投稿内容の入力



③ 内容確認・投稿



市地図情報公開サイトはこちら



「私道整備なんでも相談 窓口」を開設しています



補助制度

改善方法

私道整備に関するさまざまな困りごとを聞き、補助制度活用や改善方法を分かりやすく案内する、私道整備の相談窓口を設置しています。市ホームページの予約フォームから、相談日時を予約してください。後ほど担当者より日程調整等の連絡をします。電話や窓口でも随時受付しています。

予約フォームはこちら▶



【問合せ】 道路維持課 (☎ 0742-34-5387)

※平日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)

PICK UP!

6月12日から 都市計画道路 六条奈良阪線の供用を開始しました (アンダーパス区間)

供用開始に伴い、車両や歩行者等の通行形状が変更になっています。

アンダーパス区間:

南京終町一丁目
～
南京終町



【問合せ】 道路建設課 (☎ 0742-34-5461)

9月1日から 事業者のみなさんへ 土木管理課の窓口対応 時間を変更します



来課者の利便性と業務効率を向上するため、窓口(電話を含む)での各申請・相談等の時間を午前9時～午後3時(正午～午後1時を除く)に変更します。また、業務の相談も予約制とします。

※一般のみなさんの相談等は、従来どおりの業務時間に対応します。くわしくは市ホームページに掲載

くわしくはこちら▶



【問合せ】 土木管理課 (☎ 0742-34-4893)

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

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

市民のうごき

7月1日現在、()内は前月比

【総人口】352,375人 (▲128人)

男性：164,907人 (▲83人)

女性：187,468人 (▲45人)

【世帯数】166,703世帯 (+10世帯)

申込先は区、締切日は区、問合せ先は区と表記しています

生活

- ◆ごみ収集について
- ◆収集場所付近に駐車しないでください
- ◆折りたたみ式ネットボックスは、収集後速やかに片付けてください
- ◆8月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	10日・24日の水曜日
B・E	の地域	水曜日
C・H	火・金曜日	3日・17日・31日の水曜日
D・G	の地域	

※8月11日(祝)も通常どおりごみ収集を行います
※A～Dは市、E～Hは市

清美公社か武田環境・大和清掃共同企業体の収集区域です。一部地域では収集の曜日が違うので市ホームページ等で確認要

◆ごみ収集課(☎71・3012)、市清美公社(☎33・8782)、共同企業体(☎63・2552)

◆令和4年1月から履物・かばん類は「燃やせるごみ」に変更しています

◆廃棄物対策課(☎71・3001)

マイナンバーカードに関するお知らせ

◆最大2万円分のマイナンバーカードがもらえます
来月2月末までマイナンバーカード新規取得者を対象に次のキャンペーンを実施しています①カードの取得と2万円までのチャージかお買い物(最大5千円分)

②健康保険証としての利用申込(7500円分) ③公金受取口座の登録(7500円分)

◆出前申請を行います
とき：①8月20日(土)・21日(日) ②9月3日(土)・4日(日) 午前10時半～午後4時半

◆良登美ヶ丘(生駒市) ②イ

ごみ減量コラム vol.36

紙パック 飲み終わったら リサイクル

市では、牛乳や果物ジュース等が入っている飲料用の紙パックを、びん・缶・ペットボトルと同じ「再生資源」として回収しています。回収した紙パックはトイレットペーパー等にリサイクルされますが、1000mlの紙パック6枚で1ロール分が作られています。

しかし、2020年度の飲料用紙パック回収率は38.8%※と、決して高い数値とは言えません。せっかくの再生資源をごみとして出してしまうのはとてももったいないです。紙パックは洗ったり開いたり、少し手間がかかりますが、再生資源としての回収率向上に向けて、みなさんの協力をお願いします。

※全国牛乳容器環境協議会の発表より

今月のごみ量レポート

令和4年度の可燃ごみ総搬入量(6月末時点):
18,630.2トン (前年度同月比: -1.8%)
さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

区廃棄物対策課 (☎71-3001)

オンモール大和郡山(大和郡山市)・高の原(京都府木津川市)

◆マイナンバーカードセンター(☎34・1233)、市民課(☎34・5326)

相談ダイヤル(☎93・3150) ▼とき：月～土曜日 午前10時～正午、午後1時～4時 ※祝日を除く。緊急時は警察へ

◆サニタリーボックスを設置
市庁舎1階の男性トイレに、尿漏れパッド等処理するボックスを設置しました 区資産管理課(☎34・4724)

◆緊急告知ラジオの購入費を補助(100台分)
費用：8800円(税込) ※4千円を補助。一年度で

市DV相談ダイヤル(市配 偶者暴力相談支援センター)

◆空き家に関するお知らせ
1人5台まで。在勤・在学も可 区ならどっとFM(☎24・8415)

◆特定空家等の除却費用の補助
対象物件：市で特定空家等と判断された空家等 ▼補助金額：除却費の2分の1(上限30万円) ※申請前に必ず相談要

◆奈良市空き家相談窓口
相談窓口：空き家コンシェルジュ(市委託事業者) ☎0744・35・6211
区住宅課(☎34・5175)



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

マンシヨン管理組合等へアンケート調査を実施します

8月中旬～9月頃に、市マンシヨン管理適正化推進計画を策定するため、アンケート調査を行います※くわしくは市ホームページへ 関住宅課（☎ 34・5175）

令和3年度の情報公開制度等の運用状況

① 行政文書の開示請求等に対する処理の状況（表上）
 ② 個人情報の開示請求に対する処理の状況（表下）

	開示	部分開示	不開示	拒否	不存在	却下	取下げ等	合計
請求	20	90	4	8	25	1	59	207
申し出	0	1	0	0	0	0	0	1
合計	20	91	4	8	25	1	59	208

書面請求					口頭請求
開示	部分開示	不開示	取下げ等	合計	
74	46	5	43	168	669
訂正請求は 4 件。利用停止請求は 1 件					

③ 特定個人情報に対する処理の状況

特定個人情報に対する開示請求、訂正請求及び利用停止請求（目的外利用、外部提供、消去等）はなし
 関総務課（☎ 34・1377）

世界の平和を願って

◆ 平和の鐘をつき鳴らします
 広島・長崎に原爆が投下された日時に、市庁舎塔屋の平和の鐘をつき鳴らす他、市内の寺院へ撞鐘をお願いしています。市役所では1分間の黙とうを行います。家庭や職場等でも黙とうをお願いします

とき：広島原爆被爆の日… 8月6日(土)午前8時15分、長崎原爆被爆の日… 8月9日(火)午前11時2分 関共生社会推進課（☎ 34・4733）

健康

保健予防課（☎ 93・8397）、保健衛生課（☎ 93・8395）へのかけ間違いに注意してください

糖尿病相談窓口

とき… 8月15日(月)・22日(月)・29日(月)、9月5日(月)午後1時～2時半（1人約60分） ▼と

ころ… はぐくみセンター3階 ▼内容：管理栄養士等による相談と生活指導※医師の診察はなし ▼対象… 血糖値が高め、肥満で糖尿病が心配な人等のうち、通院していない人 ▼持物… あれば健診結果 関電話で健康増進課（☎ 34・5129）へ

歩数計アプリで20日ならウォーク100歩

歩数計アプリ「リンククロスアルク」に参加中で、8月20日の歩数が8千歩以上の人に、通常のポイントに加えて5ポイントを付与します
 対象：20歳以上の人。在勤も可 関同アプリ事業への参加は、スマートフォンで市ポイント運営事務局ホームページへ※アプリのダウンロードと登録情報の入力要 関同事務局（☎ 34・8111）

8月は食品衛生月間です

◆ カンピロバクターや腸管出血性大腸菌(O157等)による食中毒が発生しています
 次に注意してください ① 生肉や加熱不十分な食肉料理は食べない ② 焼肉やバーベキュー等は生焼けのまま食べ

ず、内部まで十分に加熱（焼く箸と食べる箸も区別） ③ 肉の調理後は調理器具を消毒してから次に使用する

◆ 食中毒予防の3原則

① つけない… 手洗いはこまめに、調理器具はよく洗浄
 ② 増やさない… 調理はすばやく、室温に長時間放置しない（冷蔵保存）
 ③ 殺菌する… 食品の中心部は75℃で1分以上加熱 関保健衛生課（☎ 93・8395）

指定難病特定医療受給者証の更新手続きは8月中旬

来年1月1日から新しい

受給者証の交付を希望する人は、8月31日までに手続きしてください
 対象：有効期間が9月30日か12月31日までの同受給者証の交付を受け、個別通知を受けた人 関個別通知の添付書類を添えて郵送で保健予防課へ 関保健予防課（☎ 93・8397）

臨床心理士によるこの健康相談

とき… 8月22日(月)午後1時半～4時半※予約要 関電話で保健予防課（☎ 93・8397）へ

手話コラム vol.34

手話は言語です ～「自己紹介」編～

手話は耳の不自由な人にとって大切な言葉です。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。

今月は 50 音の「わ行」の指文字を紹介します。



※相手から見た指の形

覚えてみよう！「息子・娘」

息子：右手親指を立てて、腹から降ろしながら斜め前へ出す



出典：全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習事典」

娘：右手小指を立てて、腹から降ろしながら斜め前へ出す



関障がい福祉課（☎ 34-4593 FAX 34-5080）

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

乳幼児の健診

子育て

健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診 (令和4年5月生まれ)	満4か月になった日から 6か月 になる前日までに受診	市内指定医療機関 ※当面の間、受診期間は 2か月
10か月児健診 (令和3年11月生まれ)	満10か月になった日から 1歳 になる前日までに受診	市内指定医療機関 ※一時的に内科健診と歯科健診との2医療機関での受診
1歳7か月児健診	対象者に個別に通知	市内指定医療機関 ※一時的に内科健診と歯科健診との2医療機関での受診
3歳6か月児健診		

持物：問診票、母子健康手帳
※問診票は8月下旬に送付。8月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ 問同課(☎34・1078)

予防接種予診票綴りを7月下旬に発送しています(令和4年6月生まれ)

予診票綴り、母子健康手帳と健康保険証等の持参で接種可。転入等で綴りがない場合は健康増進課へ 問同課(☎34・5129)

日本脳炎予防接種開始(令和元年8月生まれ)

接種対象期間：3〜7歳6か月になる前日 ▼接種方法：初回接種は1〜4週間の間隔を空け、追加接種は2回目から1年後に実施 ▼持物：予診票綴り、母子健康手帳、本人確認書類 ※市に住民登録がない人は接種不可 申市ホームページ掲載の予防接種登録医療機関へ 問健康増進課(☎34・5129)

妊産婦乳幼児健康相談

はぐくみセンター3階
電話：来所相談(保健師・助産師)
とき：平日の午前8時半〜午後5時15分。助産師は午前9時〜午後3時※予約要

西部会館2階相談室(学園南三丁目)

来所相談(助産師)
とき：平日の午前10時〜午後2時(受付は午後1時半まで) ※保健師の場合あり。

持物：母子健康手帳・バスタオル
申前日の午後2時までに母子保健課(☎34・1978)へ

奈良の食コラム Vol.29

小ぶりだけどピリリと辛い!? 大和伝統野菜 小しょうが



市内で生産される小しょうがは、小ぶりで薄いピンク色の外見と、強い辛味、しっかりとした

香りが特徴です。8月中旬から9月の暑い時期に旬を迎え、新しょうがとして収穫されます。

食欲が低下するこの時期に、栄養たっぷりの地元伝統的な野菜を食卓に取り入れてみませんか?

農家さんの声

実がやわらかく筋が少ないので、生のままみそをつけて食べてもおいしい。小しょうがならではの味わい方です。

小しょうがを細かく短冊切りにして、しょうゆ・みりん等で炊き込みご飯を作ると絶品。小しょうがの辛味であっさりとしているので、何杯でも食べられます。

市内の直売所情報 (入荷状況は各店舗に問合せ)



市東部地域直売所情報 (P5・6)

JAならけん「まほろばキッチン」▶



問農政課(☎34-5142)

都祁保健センター

電話：来所相談(保健師)
とき：平日の午前8時半〜午後5時15分
巡回相談(保健師)

とせ	ところ
9月9日(金) 午前10時〜 正午	月ヶ瀬福祉センター (月ヶ瀬尾山)

持物：母子健康手帳
問都祁保健センター(☎0743・0341)

月ヶ瀬健康相談室
電話：来所相談(保健師)

とき：平日の午前9時〜午後4時半※予約要
問月ヶ瀬健康相談室(☎0743)

妊産婦・乳幼児のための各種教室等のお知らせ

各教室等の開催日時は、市ホームページで確認してください。子どもの離乳食やむし歯予防は、市動画チャンネル「健康情報」を、赤ちゃんの沐浴や抱っここの仕方等は、「はじめてのママパパサロン」のホームページの実践動画を参考にしてください 問母子保健課(☎34・1978)

ファミリー・サポート・センター説明会

とき：①8月23日(火)②9月3日(土)午前10時〜11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼対象：依頼会員への登録希望者 ▼持物：顔写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、身分証明書 ①8月22日②9月1日 申電話でファミリー・サポート・センター(☎34・3305)へ

夏期休業中の学校園閉鎖

とき：8月12日(金)〜16日

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

がん検診（9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。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 **8月1日～19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
9/5(月)	北部出張所	9:15～9:45	各 8 人
		9:45～10:15	
9/6(火) 9/16(金) 9/20(火) 9/26(月)	はぐくみセンター	8:45～9:15	17 人
		9:30～10:00	16 人
		9:15～9:45	14 人
		9:45～10:15	13 人
9/12(月)	西部生涯スポーツセンター クラブハウス	9:15～9:45	14 人
		9:45～10:15	13 人
9/21(水)	西部図書館	9:45～10:15	各 10 人
		10:15～10:45	
9/27(火)	登美ヶ丘公民館	9:30～10:00	各 13 人
		10:00～10:30	
9/28(水)	コープおしくま	9:15～9:45	14 人
		9:45～10:15	13 人
9/30(金)	富雄南公民館	9:15～9:45	14 人
		9:45～10:15	13 人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
9/12(月)	はぐくみセンター	14:00～14:30	各 30 人
		14:30～15:00	
9/16(金)	コープおしくま	14:00～14:30	各 20 人
		14:30～15:00	

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（結核の判定も含まれます）
【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・今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）、今年度に市の肺がん低線量 CT 検診を受診した人（胃がん検診は可）は対象外
【その他】 授乳中の方は申込時に申出要。検診は年度中 1 回限り。当日の体調や問診により、検診を受けられない場合あり
☎健康増進課（☎ 34-5129 FAX 34-3145）

障害児歯科検診
とき：8月21日(日)午前9時15分～正午 **と**ころ：みどりの家歯科診療所（左京五丁目）
持物：歯科手帳（再診のみ）、タオル※ブラッシング指導なし **申**電話で7月25日～8月10日に障がい福祉課（☎ 34・4593）へ※来課も可

▼対象：市立幼稚園（一時預かり実施園を除く）、小中学校、一条高等学校 **園**幼稚園・保育総務課（☎ 34・5493）幼稚園以外：教職員課（☎ 34・5299）

特認校（田原小・中学校）就学希望の児童生徒を募集（来年4月就学）
 通学区域に関係なく、他校区からでも就学できます※区域により制度を利用できない場合があります
とき：見学期間…9月12日(月)～11月18日(金) 就学申込…9月13日(火)～11月30日(水)（土・日曜日、祝日は除く）
資格：市在住の児童生徒と保護者。保護者の責任と負担で原則卒業まで児童生徒を通学させられる人 **定**員：各学年、若干名。多い場合は抽選 **見**

学希望者は、8月22日～11月11日に学校教育課（☎ 34・4763）へ。オープンスクールの日程等、くわしくは市ホームページへ

児童扶養手当・特別児童扶養手当の更新手続き
受給資格の継続確認
更新期間：児童扶養手当…8月1日～31日、特別児童扶養手当…8月12日～9月12日※全額支給停止の人も手続き要。特別児童扶養手当は2年連続所得制限超過の人に限り手続き不要

減額措置解除は8月中旬に必ず手続きを
 児童扶養手当の受給開始から5年経過等で、手当の減額措置の解除の対象者には別途通知します。遅れると手当が半額になる場合があります **園**子ども育成課（☎ 34・5042）

子どもに関する各種相談
養育費等に関する相談
とき：8月27日(土)、9月10日(土)・21日(水)・29日(木)午後1時～2時・3時
ひとり親家庭等の弁護士による法律相談

減額措置解除は8月中旬に必ず手続きを
とき：8月20日(土)・25日(木)、9月17日(土)午後1時半・2時・2時半・3時・3時半・4時
【ところ】 県母子家庭等就業自立支援センター（スマイルセンター）（西木辻町）
【対象】 市在住の母子・父子家庭、離婚前の人等
【その他】 同一案件の相談は原則一回限り
申その月の相談は毎月1日（日曜日、祝日の場合は翌平日）から実施日までに同センター（☎ 24・7624）へ **園**子ども育成課（☎ 34・5042）

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

ひとり親家庭等日常生活支援事業の登録申請開始

ひとり親家庭等が自立に必要な技能習得や、就業・疾病等で一時的に支援が必要な場合に、保育サービスや家事援助を行います

登録期間：8月～来年7月
※事前登録要。登録は1年ごとに更新。継続利用の場合も申請要 ▼費用：支援内容と世帯所得の状況により、1時間あたり上限3000円がかかる場合あり 園子ども育成課 (☎34・5042)

さとおやミニ講座「里親会

とき：8月19日(金)午前10時～10時半 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼内容：里親同士の支え合いや養育研修について ▼定員：12人 申電話で市子どもセンター (☎93・6595) へ※随時相談も受付中

シニア

後期高齢者医療保険料の納期(第2期)は8月15日(月)～31日(水)です

岡福祉医療課(☎34・4754)

結核住民検診

とき：8月20日(土)午前10時 ▼ところ：市総合医療検査センター(柏木町) ※来館時はマスク着用要 ▼定員：65歳以上の人8人 申8月1日～19日に電話で保健予防課 (☎93・8397) へ

西福祉センター

〒631-0024百葉園一丁目9-13 ☎41・3151 FAX41・3150

暮らしのお困り事相談

とき：9月9日(金)午後1時半～3時 ▼内容：行政書士による遺言・相続等の無料相談会 ▼対象：60歳以上の人とその家族 申当日までに電話か直接同センターへ

南福祉センター

〒630-0443南永井町45-1 ☎62・3730 FAX62・3780

栄養健康講座「食の力は生きる力」^{20P}(長)

とき：8月26日(金)午後2時～3時半 ▼講師：健康管理士の樋口善輝さん ▼定員：60歳以上の人30人 申8月16日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

特殊詐欺編

「名義貸トラブル詐欺」

STOP! 未払いの料金がある等、架空の事実を口実に防犯コラム

④ お金をだまし取る手口です。

◆80代女性、タエ子さん(仮名)のケース

自宅に、住宅建設会社を名乗る男から電話がありました。

犯人A



Z市に住む方が、弊社の介護施設に入所を希望されています。ただ入所条件が奈良市内の居住者であり、入所できません。あなたのお名前を貸していただけませんか。

人助けになるなら名義を貸そうと承諾しました。後日、介護施設の職員を名乗る男から電話が。

犯人B



他人に名前を貸すことは犯罪で捕まります。捕まりたくなかったら、示談金500万円が必要です。

タエ子さんは、捕まって子供に迷惑をかけたくないと思ひ、指示された住所に500万円を宅配便で送ってしまいました。

防犯のポイント

- 電話でお金の話が出たら、すぐに信頼できる親族・友人に相談しましょう。
- 多額の現金はタンス預金にせず、金融機関に預けましょう。
- 常に留守番電話機能を設定するか、特殊詐欺防止対策電話の設置を検討しましょう。

電話相談窓口：奈良県警察対策本部 (# 9110)

岡危機管理課 (☎34-4930)

◆はじめてでも簡単！ステ

ンシルDEこものづくり

とき：8月27日(土)午後2時～4時 ▼講師：工房遊我の寺田久恵さん ▼定員：60歳以上の人、小学生以下の子どもと保護者20人 ▼費用：200円 申8月20日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、

◆栄養講座「自律神経を整えて血流改善」^{20P}(長)

とき：8月23日(火)午後1時半～3時 ▼講師：健康アドバイザーの藪野輝さん ▼定員：60歳以上の人29人 ▼申込：8月13日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

北福祉センター

〒631-0805右京一丁目1-4 ☎71・3501 FAX71・3548

ついでに

市立小中学校の講師登録者を募集します

募集

市営住宅等入居者募集

◆募集住宅(定期)
※原則募集戸数は各住宅につき1戸。募集住宅は変動する場合あり

申市ホームページから「奈良市公立学校履歴書兼講師登録票」をダウンロードし、教職員課へ送付か持参※経験不問。教員免許要 岡同課(☎34・5299)

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前 8 時半～午後 6 時、土・日・祝日：午前 9 時～午後 5 時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター 2 階）▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

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

一般向：第2号（東之阪）、第4号（般若寺）、第14号（南紀寺）、第2号コミュニティ住宅（梅園）

子育て世帯向：第2号（東之阪）、第5号（大安寺）、第18号（五条山）、第20号（松陽台）、第1号コミュニティ住宅（JR奈良駅前）
母子・父子世帯向：第14号（南紀寺）

高齢者向：第4号（般若寺）
住宅課、各出張所・行政センター、市民サービスセンターで8月1日～15日に配布する申込書に必要事項を書いて、8月15日必着で同課へ送付か持参。8月22日に公開抽選

◆募集住宅（随時）
定期募集と別に入居者を募集している場合あり※くわしくは市ホームページへ
住宅課窓口のみで受付。入居者が決まり次第終了
問 同課（☎ 34・5174）

レシピフォトコンテスト「誰でもできる夏野菜一品料理」写真とレシピを募集

8月29日までに市ポイント運営事務局ホームページから応募。在勤・在学も可※同ホームページでの市民投票あり。くわしくは市

ホームページに掲載 健康増進課（☎ 34・5129）

「HUGO2（はぐはぐ）祭り2022」のボランティア募集

とき：12月4日（日） ▼募集内容：イベント運営 ①親子缶バッチづくり（4組程度）②パンフレット製本（10人）③受付・案内（多数）ステージ④司会（2人）⑤音響（2人）YouTube Live ⑥司会（4人）⑦リポーター（2人）⑧カメラ（4人）⑨PC操作補助（2人）①～③は1時間、④～⑨は応相談。①②はイベント開催日前の活動、④～⑨はボランティア毎に事前説明会あり 申 ボランティアインフォメーションセンターホームページ内の申込フォームかFAX、Eメールに氏名（ふりがな）、住所、日中連絡先、Eメールアドレス、希望する活動種類（⑤⑨の場合は経験有無）を書いて8月31日午後5時までに同センター（〒630-8122三条本町13-1 ☎ 34・2336 Eメール：volunt-info@city.nara.jp）へ。持参も可。多い場合は抽選 問 同センター（☎ 93・8435）

催し

世界遺産の夜 元興寺寄席

とき：9月16日（金）～18日（日）午後6時半～8時 ▼ところ：元興寺（中院町） ▼出演者：16日：笑福亭純瓶さん・笑福亭生喬さん（落語）、旭堂小南陵さん（講話）、17日：笑福亭生寿さん・桂三度さん（落語）、旭堂南龍さん（講話） 18日：真山隼人さん・沢村さくらさん（浪曲）、露の紫さん・露の瑞さん（落語） ▼定員：70人 ▼費用：中学生以上1500円、子ども千円 ※小学2年生以下入場不可 ▼その他：寄席の参加者は極楽堂の特別拝観可（午後5時半～6時15分） 申 8月19日～9月14日に市ホームページから電子申請か、電話で奈良町にぎわい課（☎ 24・8936）へ

奈良町にぎわいの家

家等それぞれのテーマで発表し、その内容を8月31日から市ホームページに公開します ※8月9日（火）午後1時から奈良公園バスターミナルで公開発表会を開催。くわしくは市ホームページへ 問 奈良町にぎわい課（☎ 24・8936）

夏休み子ども企画「町家でネイチャーゲーム」

とき：8月13日（土）午前11時～午後0時半 ▼講師：ネイチャーゲームインストラクターの山本素世さん

夏休み子ども企画「影絵人形を作って遊ぼう」

とき：8月20日（土）午前10時～正午 ▼講師：同館スタッフ ▼定員：6人 ▼費用：100円

「蔵に残されていた写真ニュース」展

とき：8月6日（土）～28日（日）午前9時～午後5時 ▼内容：戦争中の日本が垣間見える写真のパネル展示

クイズで学ぶ二十四節気と俳句講座

とき：9月3日（土）午前11時～正午 ▼講師：文化創造アルカ代表の倉橋みどりさん ▼定員：10人 申 電話かEメール（nigwanote@gmail.com）に ②④の別、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、参加人数を書いて、各開催日の1週間前までに同館へ。多い場合は抽選

史料保存館

〒630-8337 脇戸町1-1 ☎ 27・0169

特別陳列 ならまち歳時記 奈良奉行と万燈籠

とき：8月2日（火）～28日（日）

芭蕉の句と大和名所

とき：8月30日（火）～9月25日（日）

館蔵史料特別公開 戦時下の奈良町

とき：8月2日（火）～28日（日）

奈良名所風物画

とき：8月30日（火）～9月25日（日） ▼内容：昭和初期の奈良の観光地を描いた水彩画を紹介

月曜日（祝日を除く）、8月12日（金）、9月20日（火）は休館

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

**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1-1-5
☎71-24444

パソコン初級教室

①ワード実務②エクセル実務
とき：①9月13日～11月1日の原則毎週火曜日②9月16日～10月28日の原則毎週金曜日 午後6時半～8時半。各6回 ▼定員：基本的人文書か表の作成ができる人各15人 ▼費用：各8千円

韓国語教室

①入門②初級③初級Ⅱ④講読
とき：①②③9月8日～11月17日の原則毎週木曜日④午後6時半～7時半②午後7時40分～8時40分③午後7時～8時④9月9日～12月2日の原則毎週金曜日午後6時半～7時半。各10回 ▼定員：①30時間学習者②40時間学習者③韓国語検定5級レベル④韓国語検定3級以上レベル①②③各15人④10人 ▼費用：①②1万2782円③1万3310円④1万2千円

フラワーアレンジメント教室

とき：9月11日～10月9日の毎週日曜日 午前10時～正午。5回 ▼定員：15人 ▼費用：1万5500円

メディカルアロマセラピー入門講座

とき：9月14日(水)午後1時15分～4時15分 ▼定員：15人 ▼費用：3800円

ハーバリウム1日教室

とき：9月14日(水)午前10時～正午 ▼定員：15人 ▼費用：3700円

おもてなしの英語初級教室

とき：9月7日～11月16日の原則毎週水曜日 午後7時～8時。10回 ▼定員：15人 ▼費用：1万2千円

荖テラリウム体験教室

とき：9月13日(火)午前10時半～午後0時半 ▼定員：15人 ▼費用：4850円。締切後の辞退負担あり

往復はがき、Eメール (Yoku@wellby-nara.or.jp) に教室名(○の別)、郵便番号、住所、氏名、性別、電話番号、勤務先を書いて、8月16日必着で同センターへ。各教室に1人1通限り※在勤も可。多い場合は抽選。申込フォームから申請も可。事前にパソコンからのメールの受信設定要

奈良町からくりおもちゃ館

〒630-8338 陰陽町7 ☎26-5656

◆からくりおもちゃ製作体験講座「すりこぎとんぼ」を作るよ

とき：8月21日(日)午前10時～正午 ▼定員：小学生以上12人※低学年は保護者同伴

要 ▼費用：600円 申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小・中学生は学年も)、電話番号を書いて8月10日必着で同館へ。1枚に2人まで可。多い場合は抽選。同館ホームページからの申込も可

男女共同参画センター「あすなら」

〒630-8245 西之阪町12 ☎81-3100 FAX 25-06600

ワークショップ「頭と心の整理術」

とき：9月2日(金)・16日(金) 午後1時半～3時半 ▼講師：思考整理アドバイザーの野中ナオミさん ▼定員：女性10人。在勤・在学も可 ▼費用：千円(各回500円) 8月23日

自衛術講座

とき：9月3日(土)午後2時～4時 ▼講師：近畿自衛術友の会の継国加代子さん ▼定員：女性15人。在勤・在学も可 ▼費用：500円 8月22日

女性のための「ワード基礎講座」

とき：9月6日～27日の火曜日 午前9時半～正午。4

ナラ スター プロジェクト [NARA STAR PROJECT] 第6期生を募集します

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



公式ホームページはこちら

【定員】5人程度(選考あり)
申 公式ホームページで電子申請

産業政策課 (☎34-4741)

回 ▼講師：キャリアコンサルティンクから派遣 ▼定員：女性10人。在勤・在学も可 ▼費用：4900円(初回1900円、2回目以降各千円) 8月25日

とき：9月10日(土)午後1時半～3時15分 ▼講師：一級建築士の西田多美子さん ▼定員：50人。在勤・在学も可 8月25日

申 電話かFAXに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、託児(1歳～就学前)希望者は幼児の名前(ふりがな)・年齢を書いて、各締切日までに同センターへ

なら工芸館

〒630-8346 阿字万字町1-1 ☎27-00033

夏季制作体験 一刀彫の絵付け(マグネット作り)

とき：8月11日(祝)・13日(土)・14日(日)午後1時～3時(1

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1

市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時

はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1



生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

時間半) ▼定員：各5人
◆夏季制作体験 秋篠手織り
(テーブルセンター作り)
 とき：8月20日(土)・21日(日)午後1時～2時半・4時(1時間) ▼定員：各3人
【費用】 千円
☎ 電話で同館へ

ポランティアセンター
 〒 630-8113 法蓮町1702-1
 ☎ 26-2270 FAX 26-20003

◆ボフかふえ9月50泊
 とき：9月10日(土)午前10時～正午 ▼内容：脳を活性化する回想法 ▼定員：20人 **☎** 電話かFAX、Eメール (narawc@citrus.ocn.ne.jp) に件名「ボフかふえ9月」、氏名、電話番号を書いて9月2日までに同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

青少年野外活動センター
 〒 630-1241 阪原町25-1
 ☎ FAX 93-0029

①森のムツレ教室 ②ストロイバレ ③フリールフサレ「フアイナルパーティー」
 とき：9月18日(日)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼対象：①0歳～

年長園児親子20組②小学1～3年生25人③小学4～6年生20人 **☎** 同センターホームページから電子申請

総合福祉センター体育館
 〒 631-0801 左京五丁目3-1
 ☎ 71-0775 FAX 71-0773

親子体操教室
 とき：9月3日～来年3月18日の土曜日①午後1時40分～3時②午後3時15分～4時半。各20回 ▼定員：小学生以上の知的障害児・者とその家族、①②各25組

陸上教室
 とき：9月3日～来年3月18日の土曜日 午前10時半～正午。10回程度 ▼定員：中学生以上の知的障害児・者50人

ストレッチ体操
 とき：9月6日～来年3月7日の火曜日 午前10時半～11時半。7回 ▼定員：18歳以上の障害者と健常者50人

☎ 同館に備え付けの用紙、往復はがき、FAXに教室名(○の別)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、障害の有無・種別・等級、未成年者(高校生以下)は保護者氏名を書いて、8月20日必着で同館へ。多い場合は抽選

西部生涯スポーツセンターからのお知らせ

問同センター (☎ 52-0100)

◆一般利用時間の変更 (通常の利用時間：日曜日…午前10時～午後8時)

室内温水プールの利用について、9月4日(日)・18日(日)は午後2時からの利用に変更します

◆スポーツ教室 (各12回)

時間…①午前9時50分～10時50分②午前10時半～11時半

③午前11時～正午④午後1時半～2時半⑤午後2時40分～3時40分

教室名	コース(曜日)・とき	定員・費用
水中健康運動(ウォーキング)	月曜日コース④：9月5日～12月5日 火曜日コース②④：9月6日～12月6日 金曜日コース④：9月9日～12月9日	10,800円 成人各25人
たのしいフロアウォーキング(かんたん有酸素プログラム)	水曜日コース③⑤：9月7日～12月7日	7,200円 成人各30人
やさしいストレッチング(肩こり・腰痛予防プログラム)	水曜日コース①④：9月7日～12月7日 金曜日コース④⑤：9月9日～12月9日	6,000円 成人各25人
ダンベル&健康運動(体幹トレーニングプログラム)	月曜日コース③④：9月5日～12月5日 火曜日コース①③④：9月6日～12月6日 金曜日コース①③：9月9日～12月9日	7,200円 成人女性各20人
たのしいエアロビクス	月曜日コース：9月5日～12月5日 午前10時～10時50分	7,200円 成人20人

◆屋内温水プール 水泳教室(各12回) ※一人で着替えられる園児・小学生に限る 費用…14,400円

教室名・定員	コース(曜日)・とき(工事により日程変更の場合あり)	時間
園児・小学生 平成29年4月1日までに生まれた4歳～小学2年生各25人※	月曜日：9月5日～12月5日 火曜日：9月6日～12月6日 水曜日：9月7日～12月7日 金曜日：9月9日～12月9日	午後4時～5時
小学生 小学3～6年生 各25人	月曜日：9月5日～12月5日 火曜日：9月6日～12月6日 金曜日：9月9日～12月9日	午後5時～6時
小・中学生 小学3年生～中学3年生 25人	水曜日：9月7日～12月7日	午後5時～6時
18歳以上 各20人	月曜日：9月5日～12月5日 金曜日：9月9日～12月9日	午後3時～4時
18歳以上 入門 20人	水曜日：9月7日～12月7日	午前11時～正午
18歳以上 上級 20人		午前10時～11時

☎ 往復はがき、Eメールにクラス(第2希望まで)、曜日、住所、氏名(ふりがな)、年齢、園・学校名、学年、電話番号を書いて、8月11日必着で同センター(〒631-0052 中町4860 ☎ 52-0100 Eメール：seibu-school@gaea.ocn.ne.jp)へ。返信用はがき持参で直接来館も可(園児・小学生の新規は直接来館のみ可)。多い場合は抽選

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

総合福祉センター

〒631-0801 左京五丁目3-1
☎71-0770 FAX71-0773

◆視覚障がい者サポーターボランティア入門講座 **50P** (1回ごと)
とき：9月1日～来年1月26日の毎週木曜日 午前10時10分～午後0時10分※11月3日(祝)・24日(木)、12月29日(木)を除く。10月14日(金)、12月9日(金)、来年1月13日(金)開催の視覚障がい者サロンに出席要 ▼定員：20人。在勤・在学も可 ▼費用：770円

■往復はがきに住所、氏名、年齢、電話：FAX番号、市在勤・在学者はその旨を書いて8月25日必着で同センターへ。多い場合は抽選

スポーツ

秋季市民硬式テニススクール

とき：9月11日(日)・18日(日)・19日(祝)・23日(祝)の午前9時～正午 ▼ところ：柏木テニスコート(柏木町) ▼定員：小学4年生以上60人。在勤、在学も可。経験不問 ▼費用：一般4千円、小学生、

高校生2千円 ④Eメールに住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、経験年数(所属クラブ)、学校名を書いて、8月26日までに市テニス協会(nara-school.mail@gmail.com)へ ⑤同会の島田さん(☎080-2532-8415)

スポーツ教室(陸上)

南部生涯スポーツセンター やさしいヨガ教室(和室) とき：9月9日からの金曜日(原則月3回) 午前10時～11時9分 ▼定員：成人女性10人 ▼費用：1万円(保険料含む)

バスケットボールスクール奈良校(体育館) ①ジュニアクラス(小学1～3年生) ②ステップクラス(小学4～7年生) とき：9月7日～来年3月末の毎週水曜日①午後5時～6時②午後6時15分～7時45分 ▼講師：バンビシヤス奈良コーチ ▼定員：各20人 ▼費用：5500円(月額) ※別途安全保険料千円要

バドミントンスクール

とき：9月7日～来年3月末の毎週水曜日(原則月3回) 午後1時～3時 ▼定員：成人女性15人 ▼費用：4500円(月額)

ロートアリーナ奈良

青少年陸上教室 とき：9月10日からの土曜日 午後2時～3時半。10回 ▼定員：小学生120人 ▼費用：5千円(10回分) ※別途安全保険料千円要

柏木球技場 サッカースクール①年長～小学2年生クラス②小学3～6年生クラス とき：9月7日～来年3月末の毎週水曜日①午後4時～4時50分②午後5時～6時 ▼講師：奈良クラブ選手 ▼定員：各20人 ▼費用：6千円(月4回) ※別途安全保険料千円要

■往復はがき、Eメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年、生年月日と保護者氏名)、性別、電話番号を書いて、8月14日必着でロートアリーナ奈良(〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1 Eメール：konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp)へ。多い場合は抽選 ④ロートアリーナ奈良(☎22-0001)

スポーツ教室

ロートアリーナ奈良

ソフトテニス教室 とき：9月6日～11月22日の火曜日 午前9時半～11時半 ▼定員：60人 ▼費用：5500円

バドミントン教室(昼の部) とき：9月6日～11月22日の火曜日 午後1時半～3時半 ▼定員：60人 ▼費用：5千円

バドミントン教室(小学生の部) とき：9月6日～11月22日の火曜日 午後4時半～6時 ▼定員：60人 ▼費用：5千円

バドミントン教室(夜の部) とき：9月6日～11月22日の火曜日 午後6時半～8時半 ▼定員：中学生以上30人 ▼費用：7千円

ロート第二アリーナ奈良

健康体操教室(音楽でリズム体操) とき：9月6日～11月22日の火曜日 午前10時～11時半 ▼定員：70人 ▼費用：4千円

卓球教室

とき：9月8日～11月17日の木曜日 午前9時半～11時半 ▼定員：50人 ▼費用：4500円

【その他】体育館シューズを必ず使用。用具のある人は持参 ④往復はがき、Eメールに教室名(部名)、住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は生年月日・学年と保護者氏名)、性別、電話番号を書いて、8月15日必着でロートアリーナ奈良(〒630-8108 法蓮佐保山四丁目1-3 Eメール：konoike-school@lovocn.ne.jp)へ。直接来館も可。多い場合は抽選 ④ロートアリーナ奈良(☎24-1501)

学童水泳記録会

とき：9月4日(日)午前9時～ ▼ところ：西部生涯スポーツセンター屋内温水プール(中町) ▼参加資格：小

学生。在学も可※学校長か保護者の承認要 ▼種目：自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ(各25m・50m・100m)。一人2種目まで。男女共通 ▼費用：300円 ④往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、性別、年齢、電話番号、出場種目、エントリータイム、保護者氏名(押印要)を書いて8月15日必着で市水泳連盟の上阪さん(〒631-0044 藤ノ木台一丁目8-28-307 ☎090-8369-1151)へ。くわしくは市ホームページへ

文化情報

【チケット情報】窓口のみの扱い：④奈良市美術館 ④北部会館市民文化ホール ④ならまちセンター ④音声館 ④学園前ホール ▼インターネットでの扱い：④SCチケット eイープラス ④楽天チケット ④LINEチケット ▼販売：④なら一〇〇年会館・販売初日は電話(☎34-0111)とWeb(nara.100.Online.Ticket)のみ ④友の会特典あり ④チケットぴあ ④ローソンチケット

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1

市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時

はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階）▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

ト ▶ CNプレイガイド
【各館の休館日】特に記載がない場合は、8月8日(月)・12日(金)・15日(月)・22日(月)・29日(月)、9月5日(月)

市庁舎ふれあいコンサート

とき：8月19日(金)午後0時20分～0時50分(入場自由) ▼ところ：市庁舎玄関ホール ▼出演：市国際音楽交流協議会(ならイメック) 会員のPUAPUA 圃文化振興課(☎34・4942)

なら・あーと・スペース

①日向明峰創作押絵展②子供絵画作品展
とき：①8月8日(月)～12日(金)②8月22日(月)～26日(金) 午前9時～午後5時 ▼ところ：市庁舎玄関ホール 圃文化振興課(☎34・4942)

音声館

〒630・8335 鳴川町32-1 ☎27・7700

◆スタインウェイピアノを弾いてみよう①高校生以上
下②一般

とき：①8月17日(水)～19日(金)午前9時半～午後4時
②9月16日(金)～19日(祝)午前

9時半～午後8時(各1枠60分) ▼定員：①各日6組
②各日10組※1組各日2枠まで ▼費用：1人1時間千円(①入室は家族のみ②1組5人まで) 圃電話で①8月3日午前9時②8月10日午前9時から同館へ。定員に達し次第終了

夏休み企画～奈良の民話 大紙芝居～

とき：8月21日(日)午前11時半、午後2時 ▼出演：劇団「良弁杉」 ▼定員：20人 ▼費用：3000円※小学生以下無料

創作ミュージカル「二月堂良弁杉」出演者募集

対象：来年2月12日(日)公演に出演できる小学生以上の人 ▼費用：3千円 圃電話かEメール(gekidan_roubensugi@yahoo.co.jp)に名前・年齢・連絡先を書いて、9月19日までに同館へ

入江泰吉記念奈良市写真美術展

〒630・8301 高畑町600-1 ☎22・9811
◆太田順一写真展「ものごとたり ものの語りに目をそばだてる」

◆没後30年入江泰吉「大和路1945～1970」展
【とき】8月27日(土)～11月6日(日)
◆太田順一写真展・ギャラリートーク(観覧券要)
とき：8月27日(土)午後2時 ▼出演：写真家の太田順一さん、同館アドバイザーの百々俊二さん

杉岡華邨書道美術館

〒630・8337 船戸町3 ☎24・4111
◆書道文化講座「華邨の書業とその思い」
とき：8月20日(土)午後2時 ▼講師：同館館長の高木厚人さん他 圃往復はがき、FAX、Eメール(shodou@m3.kcn.ne.jp)に住所、氏名、電話番号を書いて、8月12日必着で同館へ。多い場合は抽選

没後10年 私を選ぶ杉岡華邨展」作品解説会(入場自由)

とき：8月27日(土)午後2時
◆筆書き体験コーナー
とき：7月22日(金)～8月31日(水)午前9時～午後5時
【費用】一般3000円、団体

(20人以上)2400円。16歳未満、高校生、市在住の70歳以上の人、障害者(手帳要)と介護者は無料

名勝大乗院庭園文化館

〒630・8301 高畑町1083-1 ☎24・0808 FAX 24・0807
◆パネルで見る「華邨の心の書の世界」(入場自由)
とき：8月2日(火)～28日(日) 午前9時～午後5時

入江泰吉旧居

〒630・8208 水門町49-2 ☎FAX 27・1689
◆入江泰吉旧居で、はじめの一句
とき：8月14日(日)午後2時～4時 ▼講師：俳人協会幹事の倉橋みどりさん ▼定員：成人10人 ▼費用：千円 圃電話で8月4日午前9時半から同館へ。定員に達し次第終了

入江泰吉を語り継ぐいちからわかるいりえたいきち

とき：8月21日(日)午後2時～3時 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：5000円 圃電話かFAX、Eメール

ル(iritaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp)に講座名、住所、氏名、年齢、連絡先を書いて、8月13日までに同館へ。多い場合は抽選
【入館料】2000円(別途要)

学園前ホール

〒631・0034 学園南三丁目1-5 西部会館3階 ☎51・20001
◆がくコン 奈良フィルハーモニー・ファミリーコンサート
とき：8月21日(日)午後1時半(開場午後1時) ▼曲目：となりのトトロ、さんぽ他 ▼費用：千円※高校生以下無料 ▼チケット：学

Hi-PHODライブ「Step In The Arena vol.2」

とき：8月28日(日)午後2時半(開場午後2時) ▼費用：5000円 ▼チケット：学発売中

善意銀行 5月分(敬称略)

●一般
小山富士夫(大安寺町) 8,888円
老人クラブ 椿寿会(ちんじゅかい) 6,289円
圃社会福祉協議会 (☎93-3100)

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

奈良市美術館

〒630-8012 二条大路南一丁目3-1
ミ・ナール5階 ☎30・1510
FAX 35・7160

◆「第41回奈良市美術家展」
ポランテア募集(受付・監視等)

とき：9月23日(祝)～10月10日(祝)の活動可能な日①午前10時～午後1時半②午後1時半～5時半 ▼対象：18歳以上の人 甲同館ホームページ内の専用申込フォームか、**百美北**等に備え付けの応募用紙に必要事項を書いて、9月3日必着で同館へ。FAXも可

◆市民実技講座「篆刻制作講習会」

とき：9月17日(土)午後1時半～4時半 ▼ところ：中部公民館(上三条町) ▼講師：市美術家協会の喜多芳邑さん ▼定員：高校生以上15人 ▼費用：2千円 ▼持物：小筆2本(赤用・黒用)、鏡、下敷き、硯 甲同館ホームページ内の専用申込フォームか往復はがきに講座名、住所、参加者全員の名前・年齢・電話番号を書いて、9月2日必着で同館へ。多い場合は抽選

北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎71・5747

◆高の原カルチャーサロン
「近代奈良の残像―文学と地理学から―」

とき：①9月3日(土)②9月10日(土)③9月17日(土)午前10時～11時半 ▼内容：①映画の都・奈良 あやめ池撮影所をめぐって②田山花袋の歩いた奈良 奈良公園を中心に③「土地のほひ」と陸地測量部の地図 ▼講師：①奈良大学文学部教授の木田隆文さん②同教授の光石亜由美さん③同教授の土平博さん ▼定員：各100人 甲往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、8月23日必着で同ホールへ。持参も可※返信はがき(63円)の持参要。一枚に一人限り、一枚で全講座受講可。多い場合は抽選。未就学児入場不可

ならまちセンター

〒630-8362 東寺林町38 ☎27・1151

◆ベーゼンドルフアーフルコンサートピアノ試弾会

とき：8月26日(金)・27日(土)

午前10時～午後8時(1枠60分) ▼費用：1人1時間2千円(1組5人まで) 甲電話で8月5日午前10時から同館へ。定員に達し次第終了

◆MY Eye!中学生三人展
「奇想・自然体・超現実」

とき：8月10日(水)～21日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)

◆小町座の世界演劇衣装展
とき：8月25日(木)～9月11日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1 ☎34・0100 (火曜日休館)

◆桂米朝一門会

とき：10月16日(日)午後2時 ▼費用：全席指定3500円(当日5000円増) ※未就学児入場不可。返チケット：**白出** 8月27日(土)午前9時発売開始

◆電大の着席にて御座候 其の式

とき：10月29日(土)午後5時 ▼費用：全席指定5千円 ※6歳以上有料。未就学児入場不可。返チケット：**白出** 8月21日(日)午前9時発売開始

◆8月15日(月)は臨時休館

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せください

■奈良西養護学校の教育相談と体験学習

①小学部②中学部③高等部 ※すべて事前に問合せの上予約要

教育相談…とき：①7月下旬～11月(次年度就学児のみ)②8～11月③5～11月 甲①電話で同校へ、②在籍校を通じて申込

体験学習…とき：①9月以降個別(電話申込後、調整)②9月22日(木)、10月14日(金)・20日(木)・21日(金)※小学6年生のみ③入学相談後、調整(中学3年生のみ) 甲②在席校を通じて9月8日までに申込

【対象】知的障害のある子ども、保護者、教職員、保育士、施設関係者 甲同校(☎45・1421)

■10月のハロートレーニング(公的職業訓練)受講生募集

募集期間：8月1日(月)～26日(金) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科：①CAD/NC技術科②電気設備技術

科③住環境コーディネーター科(①②は企業実習付) ▼訓練期間：10月3日～来年3月31日 ▼定員：①②各6人程度、③16人 ▼費用：要 甲同センター(☎0744・22・5226)

■出張ハローワークひとり親全力サポートキャンペーン
とき：8月1日(月)～31日(水)午前9時～午後4時半 ▼ところ：なら福祉・就労支援センター(市庁舎2階) 甲同センター(☎34・4800)

■オストメイトの人への個別相談会

とき・ところ：8月16日(火)午前9時～正午・県文化会館(登大路町)、8月27日(土)午前9時～正午・県社会福祉総合センター(橿原市) 甲日本オストミー協会奈良県支部(☎090・21110・5032)

■大阪大学法律相談部 夏季移動法律相談

とき：8月20日(土)午前10時～午後4時半 ▼ところ：北部会館(右京一丁目) 甲電話で8月1日から19日正午までに同部(☎080・6159・3486)へ

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター ▶ ☎ 36-4894 平日：午前8時半～午後6時、土・日・祝日：午前9時～午後5時
はぐくみセンター・中央保健センター（はぐくみセンター2階） ▶ 〒 630-8122 三条本町13-1

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

■シルバー人材センター入会説明会(60歳以上対象)

とき・ところ：①8月23日(火)・西部公民館(学園南三丁目) ②24日(水)・中部公民館(上三条町) ③25日(木)・北部会館(右京一丁目) ④26日(金)・県人権センター(大安寺一丁目) 午前9時半～11時半 申電話で同人材センター(☎50・4004)へ

■産経国際書展 関西展

とき：8月24日(水)～28日(日) ▼ところ：京都市京セラ美術館 産経国際書会の糸雅人さん(☎03・3275・8902)

■都市計画公園の変更案(県決定)の縦覧 大淵池公園

とき：8月23日(火)～9月6日(火) ▼ところ：県公園緑地課、市都市計画課(県ホームページからも可) 申意見の要旨、理由、住所、氏名を書いて知事あてに9月6日必着で県公園緑地課(〒630-8501登大路町30 ☎27・8066)へ

■まほろばざーる2022・人生の先輩は何を語る?

とき：8月28日(日)午前11時～午後4時 ▼ところ：県コンベンションセンター(三条大路一丁目) 閩奈良青年会議所(☎26・0112)

劇団青年座公演「明日一九四五年八月八日・長崎」
とき：8月28日(日)午後5時～29日(月)午後2時 ▼ところ：榎原文化会館(榎原市) ▼費用：要 締8月20日 閩奈良演劇鑑賞会(☎49・0448)

■放送大学10月入学生募集

出願期限：第1回…8月31日(水) 第2回…9月13日(火) 閩同大学奈良学習センター(☎20・7870)

■けいはんな学研都市7大学連携「市民公開講座2022」(オンライン開催)

とき：9月2日(金)午後1時～5時20分・9日(金)午後1時～3時45分・16日(金)午後1時～5時15分 ▼定員：各300人 閩関西文化学術研究都市推進機構(knh-shiminkouza@kri.or.jp)

■なら・観光ボランティアアイドルの会

①創立25周年記念企画「もっと知りたい大安寺」
とき：9月3日(土)午前9時～11時 ▼ところ：JR奈良駅西口集合 ▼定員：40人 ▼費用：要 締8月27日

■「ならきたまち歴史巡り」

とき：9月3日～11月27日の毎週土・日曜日午前9時～11時 ▼ところ：市総合観光案内所(三条本町) 閩同会(☎27・9889)

■第11回なら奈良まつり～LOVE&PEACE～

とき：9月3日正午～午後8時 ▼ところ：平城宮跡朱雀門ひろば(二条大路南四丁目) 閩商工会議所青年部(☎26・6222)

■平城宮いざない館歴史講座「飛鳥・藤原京の発掘・保存・活用」

とき：9月10日(土)午前10時半～正午 ▼ところ：同館(二条大路南三丁目) ▼定員：100人 ▼費用：要 閩平城宮跡管理センター(☎36・8780)

■くらしとお金のFP教室(会場・オンライン同時開催)

とき：9月10日(土)・11日(日) 午前10時～11時半 ▼ところ：日本FP協会奈良支部事務所(本子守町) ▼定員：各16人 申Eメールで8月30日までに同会奈良支部(nara_hb@jafp.or.jp)へ

■人生100年時代をいきいき過ごす集い

とき：9月11日(日)午後1時～4時半 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼定員：20人 申電話で8月31日までに県健康生きがいづくり協議会(☎090・4033・4111)へ

■SHOW-COMPANY ミニージャカルファンタジー「聖徳太子」

とき：10月9日(日)午後2時～5時半 ▼ところ：なら一〇〇年会館(三条宮前町) ▼費用：要 申電話でチケット販売カフェティ(☎0120・240・540)へ

■POAYパンコン教室「ワイド中級」講座

とき：10月13日からの毎週木曜日 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼定員：12人 ▼費用：要 申電話で9月30日午後5時までに奈良シニアIT振興会の松本さん(☎090・5891・0032)へ

■農業使用時の注意事項

学校、公園、住宅地に隣接する場所では、飛散の防止と周辺住民への事前周知を徹底してください 閩県農業水産振興課(☎27・7442)

■中小企業退職金共済(中退共)制度の案内

中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、家族従業員やパートタイマーも加入できます 閩中退共本部(☎03・6907・1234)

自分に合った通知が受け取れる LINE セグメント配信

市公式 LINE では、年齢・性別・住んでいる地域と配信を希望する市の情報を設定すると、あなたに合った情報の配信を通知でお知らせします。

受信設定からアンケートに答えるだけで登録できます 友だち登録はこちら▶

閩秘書広報課 (☎ 34-4710)




開催日は原則を掲載、()内は回数
 ◎定員 ¥費用(材料費、交通費は自己負担)

公民館の情報を掲載しています。
 電話番号の市外局番の表記がないものは、0742です。

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
 ☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・都祁ブルーベリー	ブルーベリー狩りとジャム作りを体験する 8/20 10:00～12:00 ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥1,000円 場所:上深川農園(上深川町)※現地集合・解散	8/12

富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
 ☎・FAX 48-3066

講座名	開催日・内容	締切
70歳からのスマホデビュー!	貸出のスマートフォンで基本操作を学ぶ 9/2 13:30～15:30 ◎スマートフォン未所有の70歳以上10人	8/24

登美ヶ丘公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
大和からの歴史地理探訪	京田辺のマンボと一休さんの里を知る 講師:奈良大学の土博さん 9/18 講義 10:00～12:00、 10/9 現地 9:30～12:45(2) ◎成人35人(在勤・在学も可) ¥1,400円	9/7

登美ヶ丘南公民館

〒631-0013 中山町西2丁目 921-1
 ☎・FAX 47-6375

講座名	開催日・内容	締切
さわってみよう! スマートフォン	貸出のスマートフォンで基本操作を学ぶ 8/30 13:00～15:00 ◎スマートフォン未所有のおおむね65歳以上12人(在勤も可)	8/20

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
 ☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
なんばDEマジック	手品に挑戦 講師:南部マジッククラブ 8/27 10:00～12:00 ◎小学生15人(在学も可)	8/18

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町 3684
 ☎・FAX 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
はじめてのウクレレ	ハワイの代表的な曲「アロハ・オエ」を演奏 9/2からの第1・3金曜 10:00～12:00(6) ◎成人10人(在勤・在学も可) *託児可	8/20

*託児…6か月～就園前。事前申込が必要

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目 9-1
 ☎・FAX 71-9677

講座名	開催日・内容	締切
関西弁と奈良のこぼれ	奈良の方言の分布や成り立ちを読み解く 講師:同志社女子大学教授の中井精一さん 9/13 10:00～12:00 ◎成人35人(在勤・在学も可)	8/31
生命をつなぐ 月経のはなし	助産師から生理や家庭での性教育について聞く 9/17 10:00～12:00 ◎おおむね小学4～6年生と保護者10組、家庭教育に関心のある人も可	9/1

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・FAX 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
ウクレレに挑戦!	譜面の読み方や楽器の弾き方等を学ぶ 9/16、9/30、10/7、10/21、11/4 14:00～15:30(5) ◎成人12人(在勤・在学も可)	8/31

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目 86-1
 ☎・FAX 62-2253

講座名	開催日・内容	締切
親子でふれあうヨガ時間	体ほぐしからヨガのポーズまでを楽しむ 9/11からの毎週日曜日 14:00～15:00(4) ◎小学生と保護者10組	8/31

興東公民館

〒630-1242 大柳生町 3633
 ☎・FAX 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
興東の自然を撮ろう	須川ダム周辺を巡り、初秋の風景を撮影する 9/15、9/29 10:00～12:00(2) ◎成人10人(在勤・在学も可)	8/31

生涯学習センター

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

講座名	開催日・内容	締切
防災講演会	災害を経験して得た教訓についての講演 9/4 10:00～11:30 ◎成人20人	8/25
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 9/8、9/15、9/22 10:00～12:00(3) ◎パソコン初心者のおおむね60歳以上18人(在勤・在学も可) ¥300円	

*パソコンはWindows10、Office2016対応

西部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
吉祥花文字を描いて開運招福!	彩り豊かな花文字の絵柄の意味を学び創作 9/17、9/24、10/1 ①午前の部 10:30～12:00(3) ②午後の部 13:30～15:00(3) ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥各1,500円 *①午前の部のみ託児可	9/8

*託児…6か月～就学前。事前申込が必要

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎・FAX 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
月に一度の心と体のエクササイズ	楽しく体を動かして健康維持を図る 8/30、9/27、10/25 13:30～15:00(3) ◎成人女性15人(在勤・在学も可)	8/19

中部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
夏休み子ども映画まつり	8/12 13:00～15:30 ◎幼児～小学生と保護者 入場自由 ¥工作・遊びコーナーは各100円	申込不要
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 8/27 井ノ上妙康さん、9/24 花山院弘匡さん、 10/22 南城守さん 10:00～12:00(3) ◎成人150人 ¥2,400円	8/18

長 このマークがある講座は長寿健康ポイント対象事業です。70歳以上の人にポイントを付与します。

ポ このマークがある講座はポイント対象事業です。年齢に関係なく、ポイントを付与します。

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・ℹ 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
わくわく☆木工サタデー	建築士と一緒に木でスライド本棚を作ろう 8/27 9:30～11:30 ◎小学生6人(在学も可) ¥1,500円	8/16
若草歴史講座	正倉院と森鴎外の関係について学ぶ 9/8 10:00～11:30 ◎成人30人	8/24
かな書道を愉しむ	基本から学び、書に親しんで、楽しく仲間づくり 9/9からの第2金曜 13:30～15:15(5) ◎成人10人 ¥200円 ※初心者向け	
チャレンジ体と心を元気に健康太極拳	自主グループ体験で太極拳の基本を学ぶ 9/10、9/17、9/24 14:00～15:00(3) 50P ◎成人10人	8/30

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



都跡公民館

〒630-8032 五条町 204-1
☎・ℹ 34-5954

講座名	開催日・内容	締切
夜の学び～世にも奇妙な『日本霊異記』～	『日本霊異記』を読み解く 講師：薬師寺の高次喜勝さん 9/16、10/21 18:30～20:00(2) ◎おおむね18歳～65歳30人(在勤・在学も可)	8/23
de愛♪みあとサロン	民話のおはなし会とオカリナコンサート 9/10 13:30～15:00 ◎入場自由	申込不要

三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
☎・ℹ 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
女性にフォーカス! 防災講座	女性に焦点をあてた防災講演会と意見交流会 講師：子育てママのつながるBOSAIの川崎あきさん 9/3 10:00～11:30 ◎16歳以上30人(在勤・在学も可)	8/25
思い出シネマカフェ	洋画「麗しのサブリナ」の上映と交流 8/27 13:30～15:30 ◎60歳以上 入場自由	申込不要



奈良ひとまち大学

<http://nhmu.jp>

【第445回】

「きたまちという」ってなに?
～奈良きたまちの魅力とまちづくり～

【と き】 8月21日(日)午後1時半～3時半
【ところ】 若草公民館(川上町) 【定員】 40人
【費用】 1,000円

【第446回】

ダム好き、集まれ!
～もっと知りたい、須川ダム～

【と き】 8月27日(土)午前10時～11時半
【ところ】 須川ダム(須川町) 【定員】 10人

【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、8月12日必着で奈良ひとまち大学事務局へ。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】 同大学事務局(市生涯学習財団内) 〒630-8357 杉ヶ町 23 ☎ 26-5600

参加者募集

— 動き出すSDGs 2050 —
持続可能な地域を
一緒につくるワークショップ

環境を良くするために何か始めたい人、社会に対し何か主体的に関わっていきたい人。2050年の奈良を一緒に創りましょう。あなたのやりたいことは、なんですか?

【全3回スケジュール】(各日午後1時～5時)

と き	講 師
8月27日(土)	三田愛さん(株式会社リクルート ジャーナルリサーチセンター研究員)
9月10日(土)	安居昭博さん(サーキュラーエコノミー研究家)
10月22日(土)	松本梓さん(チアフル株式会社、「jiwajiwa」) / 保科政秀さん(有限会社ポニーの里ファーム)

◎内容：講師の講演とワークショップ

◎定員：高校生以上の人30人

SDGsとは…?

この先の世界がどんな人にとってより良くなるために、世界全員で協力して解決したい目標(持続可能な消費・生産や、災害に強いまち、女性も活躍できる社会等)のこと。

◎ところ：
創業支援施設
BONCHI(橋本町)▶



◎申込：Eメールに氏名、年齢、電話番号、Eメールアドレス、職業、あなたのやりたいこと・興味関心のあること(200文字以下)、参加不可日がある人はその日程を書いて、8月15日までに環境政策課(Eメール：kankyoseisaku@city.nara.lg.jp)へ。持参、送付も可。市ホームページの申込フォーム提出も可。多い場合は抽選

◎問合せ：環境政策課(☎ 34-4591)

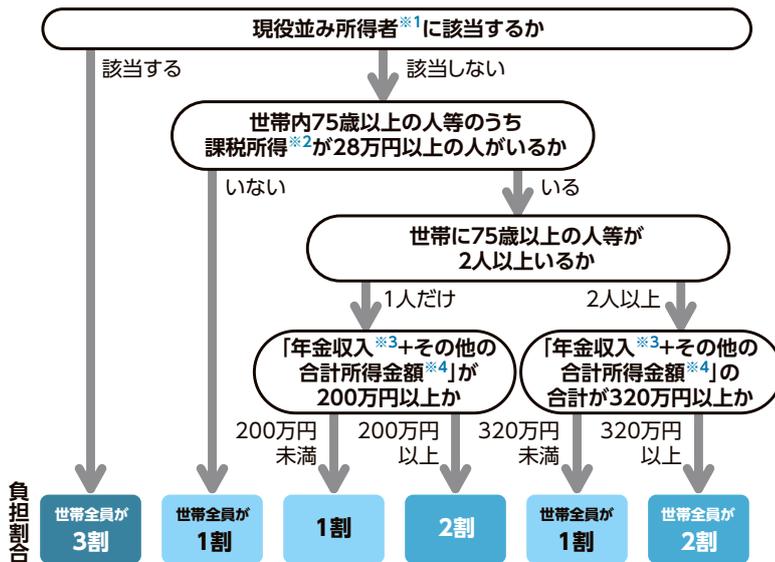
後期高齢者医療制度のお知らせ

一定以上の所得のある人の医療費の窓口負担割合が変わります



10月1日から、75歳以上の人等※で一定以上の所得がある人は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。負担割合は、9月下旬に届く被保険者証で確認してください（住民税非課税世帯の人は、1割負担）。

※ 一定の障害のある65～74歳の人で、申請により広域連合の認定を受けた人を含む



- ※1 課税所得145万円以上で、医療費の窓口負担割合が3割の人（一定の基準・要件を満たす場合、窓口負担割合が1割か2割になるケースあり）
- ※2 課税所得とは、住民税納税通知書の「課税標準」の額です。課税標準の額は、前年の収入から、給与所得控除や公的年金等控除、所得控除（基礎控除や社会保険料控除）等を差し引いた後の金額です
- ※3 年金収入には遺族年金や障害年金は含みません
- ※4 その他の合計所得金額とは、事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額のことです

令和4年度の 後期高齢者医療被保険者証は 2回交付します

10月1日の後期高齢者医療制度改定に伴い、下記に注意してください。

- 令和4年**
 - 8月1日**
1回目の被保険者証の交付
8月1日～9月30日まで使えます。10月1日から再度被保険者証が変わりますので、この日以降は使用しないでください。
 - 10月1日**
2回目の被保険者証の交付
10月1日～来年7月31日まで使えます。9月下旬に簡易書留で送付します。
- 令和5年**
 - 7月31日**

●被保険者証の有効期限に注意

病院や薬局等で提示する時は「有効期限」を必ず確認しましょう。



【問合せ】福祉医療課（☎0742-34-4754）

奈良市基幹相談支援センターを開設しました

市では、障害のある人とその家族の「分かりやすい相談窓口がほしい」といった声をもとに、地域の相談支援の拠点を開設しました。誰でも、どんなことでも一緒に考えます。まずは気軽に相談してください。



どんなことができるの？



- 障害手帳の有無に関わらず、気軽に相談ができます。
- 日常生活で困ったことや誰に聞けばいいのか分からないこと、福祉サービスの利用等の総合的な相談を専門の相談員が対応します。
- 相談内容に応じて、相談支援事業所等の関係機関につなぎ、解決に向けた支援を行います。
- 地域や関係機関と連携し、障害のある人を地域全体で支える地域づくりに取り組みます。

【とき】午前8時半～午後5時15分

※土・日曜日、祝日、年末年始は除く

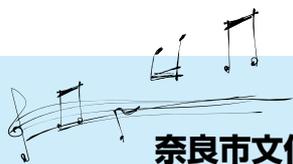
【ところ】

市庁舎北棟1階 障がい福祉課内

【相談方法】電話か来所。来所相談を希望する人は、事前に電話予約すればスムーズに対応します。

【問合せ】同センター

（☎0742-93-3438）



～輝く出会い 音・人・水～

奈良市文化祭 なら市民フェスティバル 2022 出演者募集

日頃の練習の成果を憧れのステージで披露しましょう。初心者も歓迎しています。

とき	ところ	内容 (全て一般・子ども枠あり)
11月13日(日)	なら100年会館 中ホール (三条宮前町)	①音楽部門 生演奏(ピアノ、管弦打楽器、声楽、合唱、邦楽他)
11月19日(土)		②舞踊民舞部門 日舞、新舞踊、民舞、民謡他
11月20日(日)		④自由部門 ①～③に該当しないもの
		③ダンス部門 フラメンコ、フラダンス、創作ダンス他
		⑤本選

【定員】①②各30組程度
③④各20組程度

【演奏時間・出演料(1組)】

4人以下:5分2曲以内・8,000円

人数不問:10分3曲以内・15,000円

【参加資格】市在住・在勤・在学の人(団体は、代表者と3分の2以上の参加者が該当すること)

※各部門の最優秀部門賞選出者は、11月20日の⑤本選に出演し、市長賞、運営委員会会長賞等を授与します(開始時刻は後日発表)

【申込方法】はがきに、団体名、代表者の氏名(個人の場合は出場者氏名)・住所・電話・FAX番号、①～④の別、発表内容(楽器名、演目、演奏時間)、出演人数を書いて、8月20日までになら100年会館(〒630-8121 三条宮前町7-1 ☎0742-34-0100)へ。多い場合は抽選。当落にかかわらず結果を通知

◆タウンコンサート 協力団体と過去入賞者によるプレイベントを行います。

シルキア奈良(三条本町) カレンダーコンサート	9月9日(金)・10月14日(金) 午後0時半～1時
秋篠マンドーロビー コンサート(秋篠音楽堂 西大寺東町二丁目)	9月12日(月)・10月17日(月) 午後2時～3時(午後1時整理券配布)

秋篠音楽堂ロビー (西大寺東町二丁目)	9月30日(金)午後2時～3時
ミ・ナール(二条大路南一丁目)	10月8日(土)正午～午後1時
喜光寺(菅原町)	10月10日(祝)午後2時～3時

※出演者は調整中です

【問合せ】市民フェスティバル運営委員会事務局(奈良交通 経営戦略室内 ☎0742-20-3043)

反田さんからのピアノを みてみよう！ひいてみよう！

8月19日(金)

ジャパン・ナショナル・オーケストラの代表者、ピアニスト反田恭平さんから、なら100年会館中ホール楽屋にアップライトピアノが寄贈されました。夏休み企画として、ピアノの見学会・試弾会を行います。

【ところ】なら100年会館 中ホール楽屋1(三条宮前町)

※集合場所は同館西側の楽屋入口

1 ひいてみよう！パート(試弾会) 申込要

【時間枠】午前9時15分～11時15分/午後1時～3時の間で1グループ20分間

【対象】平成16年4月2日以降生まれの人(高校生以下)

※午前・午後のみ選択可能。時間指定は不可

※1グループの定員は1～5人(同伴者含む)。保護者同伴可。小学生以下は保護者同伴要

【応募方法】市ホームページの申込フォームか、はがき、FAX、Eメールに代表者の住所・氏名・連絡先(電話番号・Eメールアドレス)、試弾者の年齢、参加人数、希望の時間枠(午前・午後)を書いて、8月15日までに下記申込先へ。多い場合は抽選。抽選結果は8月17日までに応募者へ連絡

2 みてみよう！パート(見学会) 申込不要

【時間枠】午後3時～4時45分(時間内に来場した人から順番に入室)

※見学のみ、試弾不可。写真撮影可

【申込先・問合せ】文化振興課(〒630-8580 二条大路南一丁目1番1号 ☎0742-34-4942 FAX 0742-34-4728
Eメール:bunkashinko@city.nara.lg.jp)



集合場所はこちら▼



申込フォームは
こちら▶



柳生・大柳生・東里地区で

移動販売を 開始しました

6月28日から、

近商ストア（とくし丸）と
ならコープによる移動販売が、
新たに東部3地域で始まりました。

東部地域での移動販売は田原・月ヶ瀬地区に
次ぎ、計5地区で行うことになりました。
東部でのお買い物が便利になります。

取扱品目 生鮮食品、おそうざい、日用品等

※実施店舗で取り扱っている商品は、注文があれば
持参可能

<訪問スケジュール>

とき	ところ	実施事業者
月・木曜日	東里地区	近商ストア (とくし丸)
火・金曜日	大柳生地区	
水曜日	柳生地区	ならコープ
金曜日		

各移動販売場所については、
市地図情報公開サイトで
確認できます▶



実施店舗 スーパーマーケット KINSHO 高の原店
(右京一丁目 サンタウンプラザすずらん館内)、
コープ朱雀 (朱雀六丁目)

【問合せ】産業政策課 (☎ 0742-34-4741)

東部地域には地元で親しまれ、レストランシェフも足しげく通い、
リピーターが多い農産物直売所があります。

今回は市街地で旬の農産物に出会えるマルシェを開催します。

ところ ならまちセンター (東寺林町)

※近鉄奈良駅から南東へ徒歩約10分
ならまちセンター内の「CAFE
いにしえ」で、各直売所の野
菜を使った期間限定コラボメ
ニューを提供予定

※雨天決行、荒天中止。売れ行きにより終了時間は前後します

レジ袋は1枚5円です。
マイバック持参
で参加してください



市東部地区の新鮮野菜 / 2022

Tobu 高原マルシェ

各日 午前10時
～午後2時頃



◀くわしくはこちら

とき (全5回)	出展直売所	販売品 (◎:イチオシ商品)
8月19日(金)	湖畔の里 つきがせ	ぶどう (シャインマスカット・巨峰等)、夏野菜、梅干し、 乾燥しいたけ、大和茶、茶素麺等 ◎月ヶ瀬茶スイーツ (焼ドーナツ、アイスカヌレ等)
8月26日(金)	月ヶ瀬温泉 ふれあい市場	夏野菜、ニンニク (ジャンボも有)、かきもち、大和茶、 コンニャク、梅干し、生姜漬け等 ◎つきたて草もち
9月2日(金)	田原やま里市場	トウモロコシ、カボチャ、枝豆、インゲン豆、大和茶、甘酒、 蜂蜜、エゴマ油、赤飯等 ◎朝採れ夏野菜 (トマト、きゅうり、なすび等)
9月9日(金)	つげの畑 高原屋	原木しいたけ、新米、きたあかり、なすび、すだち、 かきもち、草もち、こだわり卵等 ◎ぶどう (ピオーネ、巨峰等)
9月16日(金)	阪原直売所 コスモス	手作り生芋コンニャク、トマト、きゅうり、なすび、かぼちゃ等 ◎つきたて草もち

※スタッフは検温や健康チェックシートの記入、消毒、マスク着用を
実施し、新型コロナウイルス感染拡大防止に努めます

【問合せ】東部出張所 (☎ 0742-93-0001)

なら燈花会 8月5日(金)～14日(日)

午後6時半～9時

1999年に誕生した「なら燈花会」。夏の風物詩が、3年ぶりに奈良公園に帰ってきます。奈良に集う人々の祈りをろうそくの灯りで照らし出します。

※雨天・強風時、中止の場合あり



くわしくはこちら

◎一客一燈(ろうそくの点灯体験)

||受付|| 午後6時半～8時半

※混雑、天候等により点灯できない場合あり

||ところ|| 浮雲園地会場

||費用|| 500円

||問合せ|| なら燈花会の会事務局(☎0742-21-7515 ※平日の午前10時～午後4時、FAX 0742-21-7520)、当日の開催・中止情報:ナビダイヤル(☎0570-077-515)

※市駐車場案内システムで、周辺駐車場情報をリアルタイムで確認できます。交通規制は交通状況により変更する場合があります



ぐれーとさまあーふえすた☆

ならまち遊歩 8月20日(土)～28日(日)

ちょうちん点灯時間:午後6時半～9時

猿沢池のちょうちんを見ながら、池の側の案内所でパンフレットを手に入れて、いざ、ならまちへ。

◎イベント参加店舗の独自サービスが受けられる「ならまち楽座」

◎「ならまち遊歩クイズラリー」

◎奈良まほろばソムリエと行く



「ナイトツアー(予約要)」

くわしくは同イベントホームページに掲載

||問合せ|| ならまち遊歩実行委員会(☎0742-93-5250 ※平日の午前10時～午後4時)



天平たなばた祭り 8月19日(金)～21日(日)

午後4時～9時

夜の平城宮跡を光と灯りで彩ります。魅力あふれる夜の平城宮跡へぜひ訪れてみてください。

※荒天中止・入場無料

||ところ|| 平城宮跡朱雀門ひろば(二条大路三丁目)

◎天平七夕行列:燈花会や、ライトアップした笹飾りの中を行列が練り歩きます

◎飲食ブース ◎地元の小学生によるアート展示

くわしくは同イベントホームページに掲載▶



||問合せ|| 平城京天平祭実行委員会(☎0742-25-0707)





教育センター キッズ学びのフロア

講座名	とき	申込締切
プラネタリウム「ニジロと季節の星座たち」 【定員】各回 20 席	8月の毎週土・日曜日①午前 10 時半～10 時 50 分 ②午後 1 時 40 分～2 時 10 分	当日受付
プラネタリウム 夏休み投影「星の一生」 【定員】各回 20 席 ※動画のみ	8月の水・金曜日（8月 26 日、31 日は除く） ①午前 10 時半～11 時②午後 1 時 40 分～2 時 10 分	
夏休み映画上映「ハローキティのかぐや姫／アヒルのペックのシン ドパッドの冒険」【定員】各回 100 席	8月 21 日（日） ①午前 11 時～正午②午後 1 時～2 時	
ロボット教室「はじめてのプログラミング～ロボットで宇宙旅行～」 【対象】小学 4 年生～6 年生 【定員】各回子ども 8 人	9月 4 日（日） ①午前 10 時～11 時半②午後 1 時半～3 時	8月 15 日
天文教室「天体観察会～望遠鏡で月と土星をみよう～」 【対象】小学 1 年生以上 【定員】8 組 【場所】なら 100 年会館駐車場（予定）	9月 7 日（水） 午後 7 時～8 時半	
科学実験教室「ミラクル!カガク! ～糸電話で音の伝わり方をしらべよう～」【定員】各回 8 組	9月 11 日（日） ①午前 11 時～11 時 40 分②午後 2 時 20 分～3 時	8月 22 日
宇宙教室「バルーンロケットを飛ばそう」 【対象】小学 1 年生以上 【定員】各回 8 組	9月 17 日（土） ①午前 10 時～11 時半②午後 1 時半～3 時	8月 29 日
ロボット教室（中級）「コースを作って走らせよう」※2日とも同じ内容 【教材】アーテックロボ 【定員】各回子ども 12 人	9月 18 日（日）・19 日（祝） 午後 1 時半～3 時	
ものづくり体験教室「奈良筆づくり」【定員】6 組 【費用】1,000 円	9月 19 日（祝） 午前 10 時～11 時半	
ものづくり体験教室「木片であそぼう!」【定員】各回 6 組	9月 23 日（祝） ①午前 10 時～11 時半②午後 1 時半～3 時	9月 5 日
科学実験教室「銀鏡反応のふしぎ」【定員】8 組	9月 24 日（土） 午前 10 時～11 時半	

【定員】6 組：子ども 6～10 人程度、
8 組：子ども 8～12 人程度。保護者同伴要
【申込】市ホームページから Web 申込。
多い場合は抽選。申込ページはこちら→



【その他】当日受付は開始 20 分前から。定員に達し次第終了、
新型コロナウイルス感染状況により、定員制限を緩和する場合
あり。検温、マスク着用、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不可）。上記以外の講座も開催することあ
り。最新情報は市ホームページが直接問合せください。

【問合せ】キッズ学びのフロア（教育支援・相談課内 ☎ 0742-36-0401）

こどものおやつを 見直してみませんか

●食事と同じくらい大切な役割を持つ「おやつ」

栄養面

食事ではとれないエネルギーや栄養素、水分を補います。

精神面

食事と違う、食べる楽しさが味わえます。活発なこどもの休憩時間や気分転換になります。

しつけ

手洗いやあいさつ、食卓で食べる等、食事マナーを身につけられます。

●おやつ選びのポイント

ポイント① 量

次の食事に影響しない量に。目安は 200kcal 程度（1 日に必要なエネルギー量の 15～20%）

ポイント② 時間・回数

目安は 1 日 1～2 回。次の食事まで 2～3 時間空くように

ポイント③ 飲み物

水やお茶、牛乳がおすすめ。ジュースや乳酸菌飲料は糖分が多く、エネルギーのとりすぎやむし歯の原因になります

ポイント④ 市販のお菓子

塩味や甘味、香辛料の強いお菓子は避ける。エネルギーを多く含むものもあるので、栄養成分表示を見て量を決める

コロナ禍でうち時間が長くなり、外遊びの減少やだらだら食べ等によって生活習慣が悪化し、**幼児の肥満が増加傾向**にあります。幼児期に肥満になると、学童期・思春期・成人期の肥満につながります。将来、生活習慣病にならないためにも、まずはおやつを見直してみましょう。



豆知識

おやつに含まれるエネルギー

フライドポテトSサイズ……………約170kcal
シュークリーム1個(79g)……………約165kcal
ミルクチョコレート6かけ(20g)・約110kcal
プリン1個(68g)……………約80kcal
りんごジュース1個(125ml)……………約55kcal
スナック菓子小袋(8g)……………約45kcal
1口ゼリー1個(15g)……………約15kcal

※「日本食品標準成分表2020（八訂）準拠」より引用

くわしくは市ホームページへ▶

【問合せ】母子保健課
(☎ 0742-34-1978)



Nara Report ならレポ! 知っていますか? こんな奈良

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

今回のテーマ

全国のスイカの祖! 「大和スイカ」

奈良漬でもおなじみのスイカ
昭和初期は都跡や富雄の畑でも栽培!?



イラスト: ヨシノマホ
生まれ育った奈良を愛する奈良クリエイター

直売所に並ぶスイカの品種名もおもしろい名前が▲

夏の風物詩、スイカ。カットして食べるだけでなく、奈良漬にも6cmほどの小さなスイカが使われます。今全国に広まっているスイカの種は、実は奈良の「大和スイカ」が起源! 奈良では江戸時代末期から栽培が本格化しました。大正時代には県が品種改良事業に乗り出し、市内でも栽培が拡大。昭和に入っても、都跡・富雄地区にスイカ畑があったというお話もあります。現在、昼夜の寒暖差が大きい大和高原は、甘くておいしいスイカが採れる名産地として知られています。市内でも月ヶ瀬・石打地区で栽培が続いており、小玉、大玉、黄色い果肉の品種等が、月ヶ瀬の直売所に並ぶ日も。シーズンは例年8月20日頃まで。よく冷えた奈良産のスイカで涼をとってみませんか?



SNS (Instagram・Twitter) で、あなただけが知っている、「実は…?」な奈良を「#奈良市のあれこれ」で投稿!



TOPICS! ならトピ

みなさんから応募のあったまちの情報を紹介

市内の風景、お子さんの写真等… **自慢の写真を投稿しませんか?**
内容について確認する場合がありますので、連絡のつく電話番号を必ず記載してください。【問合せ】秘書広報課 (☎0742-34-4710)



応募はこちら

市民応募のお子さん写真 // エンジェルスマイル



いっせい
都生くん(1歳4か月)



りょうくん(11か月)



せいたくん(4か月)



くるすくん(4か月)



すずかちゃん(8か月)



太智くん(1歳)



翔くん(3か月)



夢乃ちゃん(生後7日)



なほちゃん(8か月)

新設中学校で新任教員研修 今後の授業づくりに生かす

一条高等学校・附属中学校で、市内の小・中学校に配属された新任教員の研修を行いました。同校では、これからの社会に適應するための国際競争力を持った人材を生み出す教育に取り組んでいます。新任教員の資質向上につなげるため、この日は12人の新任教員らが、2教科を授業参観しました。

中学校社会科の授業では、「赤道付近の気候はなぜ熱帯（高温・多雨）になるのか」についての学習でした。高校化学の教員をゲストに招きメカニズムの説明を受ける等、教科横断的な視点を取り入れた特色ある展開でした。生徒たちが主体的に考え説明する場面もありました。新任教員らは熱心にその様子を観察し、今後の授業づくりに生かしたいと意気込んでいました。



〔写真〕 メモをとりながら授業参観する新任教員ら

子どもたちの気持ち新たに 小中一貫校誕生

6月25日、ならやま小中学校の開校記念式典を行いました。ならやま小中学校は、右京小学校と神功小学校、さらに平城西中学校と一緒になつてできた小中一貫校です。

式典には、校章をデザインした菅野薫さんと校歌を作詞した宮崎宣男さんもオンラインで参加し、2人は仲川市長から感謝状が贈られました。菅野さんは「校章のデザインには、仲良く学校生活を送ってほしいという想いを込めた。」と話し、また宮崎さんは「みんなで協力して素敵な学校を創ってほしい。」と語りました。

オンラインの準備や各教室の参加者への配信も児童生徒たちで行う等、子どもたちが主体的に活動する、これからの学校にふさわしい式典となりました。



〔写真〕 タブレットを使って配信する生徒

フードロスの削減で 広がる思いやりの輪

市庁舎1階の子ども育成課前でフードドライブを開催しました。これは食品ロス削減のために行っており、家庭で余った食品を寄附してもらい、ひとり親家庭等に配布している事業です。

今年度の第一弾では、米やレトルト・インスタント食品、調味料等さまざまな食品が集まりました。担当者は「最近ではフードドライブ以外にも、フードバンクセンターに直接食品を持ち込む人が増えていてうれしい。」と話していました。

また、持ち込まれる食品が増える一方で、配布世帯も増加しており「今後はより手軽に持ち込んでもらえるよう、フードドライブ等で持ち込み窓口を増やしていきたい。」と熱く語りました。

同センターの開所日は毎週火・木・金
曜日の午前10時～午後4時
☎0742・81・3666



〔写真上〕 同センターのみなさん

〔写真下〕 今回集まった食品

平城・相楽ニュータウンが

まちびらき50周年を迎えます



今から50年前の1972年11月25日、
近鉄高の原駅を中心とした地に
「平城・相楽ニュータウン」が産声をあげました。

奈良県側の平城ニュータウンと
京都府側の相楽ニュータウンから

成り立っていますが、計画当初から一体的な
開発を前提とし、このまちに住む
住民にも府県境は意識されずに

1つのまちとして発展してきました。



このたび、まちびらき50周年を迎えるにあたり、
さらなるまちの発展を目指して、
さまざまな楽しいイベントを行います。

今後予定するイベント

- 記念式典：11月26日(土)
- 記念イベント：近鉄高の原駅付近
11月26日(土)～27日(日)
- 50周年記念ウォーク：
9月10日(土) ※雨天時は11日(日)へ順延
- 歩行者専用道路愛称募集(奈良市側)：
9月1日(木)～30日(金)

写真、スケッチ展等、来年以降もさまざまなイベントを
企画予定※くわしくは後日公表。上記は変更になる場合あり

くわしくは本記念事業の
公式ホームページへ▶



平城相楽 50

検索

この街の 愛称を募集します

50周年を記念して、住民のみなさんに親
しまれる新たな街の愛称を募集します。結果
発表は、11月26日(土)の記念式典で行います。



【応募方法】専用の応募用紙に必要事項を書いて、
7月20日～8月31日に下記応募先へ提出、
または公式ホームページから応募してください。

▲
応募は
こちら

【応募先】サンプラザずらん館(まちの情報カウ
ンター・インフォメーション)(右京一丁目)、北部出張所(右
京一丁目)、平城西公民館(神功四丁目)、平城東公民館
(朱雀六丁目)、木津川市西部出張所(イオンモール高の原
2階)、イオンモール高の原3階インフォメーション等

※応募は1人1案。審査は実行委員会で決定

問合せ

平城・相楽ニュータウン
まちびらき50周年記念事業実行委員会
(関西文化学術研究都市センター内 ☎0742-93-3571)

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



リニア通信



令和4年度リニア中央新幹線建設 促進期成同盟会総会が開催されました

6月3日、東京都でリニア中央新幹線建設促進期成同盟会総会が開催されました。同会はリニア中央新幹線の早期実現に向け発足し、奈良県を含む、沿線9都府県で構成されています。対面での総会は3年ぶりの実施となりました。

総会では名古屋・大阪間について、ルート・駅の位置の早期公表や、環境影響評価を速やかに進めること等が書かれた決議書と要望書が採択され、総会後に国土交通省等に提出されました。

今後もしリニアに関する動きから、目が離せません。



▲同会の会長 大村愛知県知事のあいさつ

【問合せ】観光戦略課（☎0742-34-5607）



8月の主な行事・市の催し

- 5日(金) なら燈花会（～14日 浮雲園地他）
- 6日(土) 平和の鐘の撞鐘とうしやう（広島原爆被爆の日）
（市役所、市内各寺院）
- 7日(日) 大仏さまお身拭い（東大寺大仏殿）
- 9日(火) 平和の鐘の撞鐘（長崎原爆被爆の日）
（市役所、市内各寺院）
- 11日(祝) 人権を確かめあう日
- 13日(土) 孟蘭盆会うらぼんえ（～15日 薬師寺食堂じきどう）
- 14日(日) 中元万燈籠まんとうろう（～15日 春日大社）
- 15日(月) 万灯供養会（東大寺大仏殿）※灯籠設置なし
奈良大文字送り火（高円山）
- 17日(水) 子ども安全の日
- 19日(金) 天平たなばた祭り～平城京天平祭・夏～
（～21日 平城宮跡）
- 20日(土) 20日ならウォークの日
ならマイカーひとやすみデー
- 23日(火) 地藏会万灯供養じぞうえまんとうくよう（～24日 元興寺）
- 27日(土) バサラ祭り（東大寺・春日大社）
※無観客開催、YouTube配信あり

※緑字は寺社年中行事

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

市民のみなさんを対象に設けた臨時の「市民こころの相談ホットライン」にも、連日多数の方から電話が寄せられ、いかに多くの方が不安を感じているかが分かります。臨時のホットラインは既に終了していますが、引き続き精神保健福祉相談の中で対応いたしますので、ご希望の方は保健所までご相談ください。

仲ツげん



市長コラム

Vol. 120

去る7月8日、市内の街頭演説会場にて安倍晋三元首相が凶弾に倒れました。た。当時私は公務ではなく政務の一環として現場に居合わせ、結果的に一部始終を目撃することとなりました。平和な日本の、そのまた平和な奈良の街でこのような凄惨な事件が起きたことが、今もなお信じ難い思いです。改めて心よりご冥福をお祈り申し上げます。私自身も至近距離に居ましたので、発砲の大きな破裂音に驚き身を屈かがめていなければ、被害に遭っていたかも知れません。しばらくは大きな音に敏感になったり、緊急車両の近づく音に心拍数が上がる日々が続きました。