



特集
pick up!

「未来投資型予算」を編成 令和5年度 奈良市の予算

も く じ contents

今後のワクチン接種と5類感染症への移行に伴う変更点
新型コロナウイルス感染症関連情報 p6-7

最大20,000円分のポイントが受け取れる
マイナポイントの申込期限は9月末まで p9

高齢者・乳幼児のみなさんへ
予防接種を受けましょう p26-27 ならトピ p31

写真：市子どもセンターで遊ぶ子どもたち

生活 p10 健康・子育て p12

シニア p15 募集・催し p16

スポーツ・文化情報 p19

生涯学習 p24



奈良市の予算

総額 2,601億1,870万円 4.4%増 □内は対前年度比

特別会計 特定の事業を行う6会計 (国民健康保険、介護保険等) **823億3,450万円** 2.0%増

公営企業会計 本市が経営する企業の3会計 (水道、下水道、市立病院) **278億420万円** 6.7%減

一般会計 福祉、教育、道路維持等を進める基本的会計 **1,499億8,000万円** 8.2%増

<主な歳入の説明>

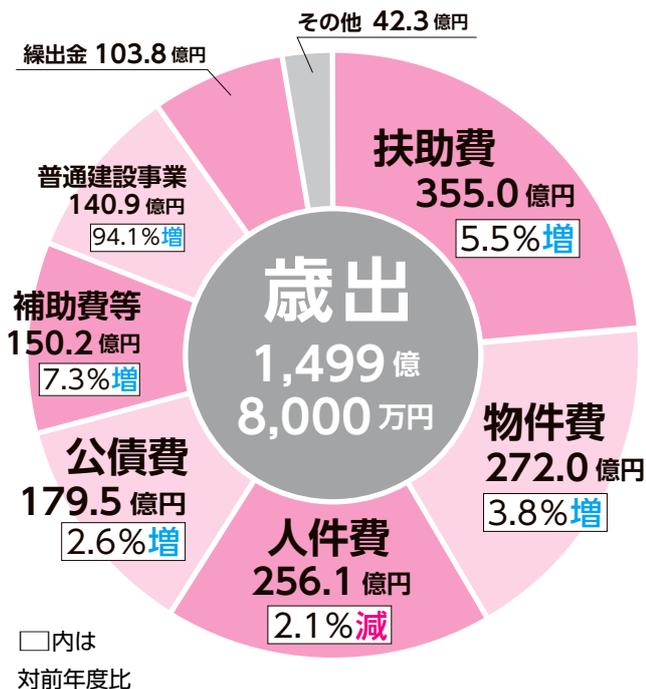
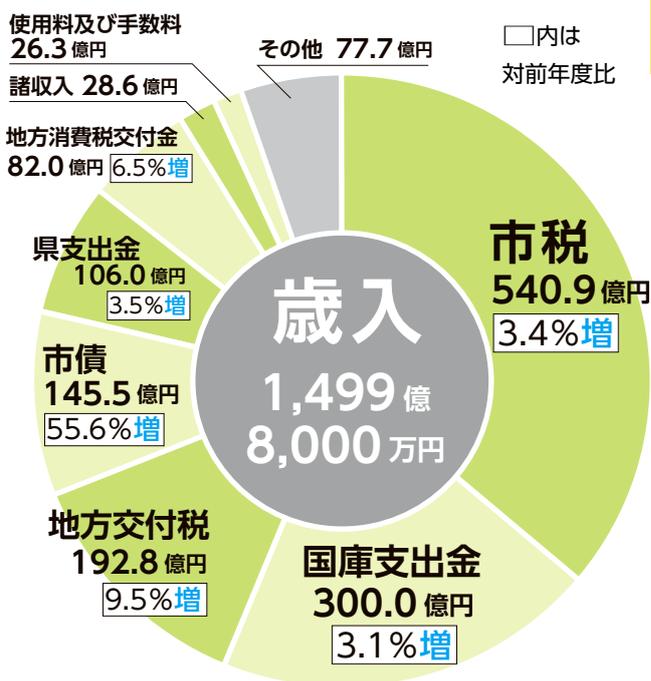
- 市税** 市民のみなさんが納める
市民税や固定資産税等

- 国庫支出金** 国から特定の使い道のために
交付されるお金

- 地方交付税** 財政状況等に応じ、国から
地方自治体に交付されるお金

- 市債** 国や金融機関等から
借り入れるお金

- 県支出金** 県から配分されるお金



<主な歳出の説明>

- 扶助費** 生活保護や障害者支援等、
福祉にかかる経費

- 物件費** 光熱水費や委託料、
その他の事務費等

- 人件費** 市職員の給料や退職手当等

- 公債費** 借金の返済

- 補助費等** 公的団体への
補助金や負担金等

- 普通建設事業** 道路、学校の建設等
施設整備にかかる経費

今年度は「未来投資型予算」として、過去最大の当初予算を編成しました。特に未来を担う子育て世代や若者への支援を行ってまいります。また、新しい創造や変革により、社会課題を解決しながら、魅力的なまちを目指してまいります。【問合せ】財政課 (☎0742・34・4720)

1 子どもの成長を 応援するまち



■ 第2子の保育料無償化…1億5,140万円

担 保育所・幼稚園課

多子世帯の経済的な負担軽減のため、第2子の保育料を無償化します。



■ 子ども医療費助成の拡大…1億500万円 担 子ども育成課

4月診療分から新たに高校生世代（18歳になる年度末まで）を対象とします。また、6月診療分から「現物給付方式※」を、中学生まで拡大します。

※医療費の窓口負担が、一部負担金のみとなる方式

■ 個々の状況に即した学びの場の確保 担 教育支援・相談課

▶ 公設フリースクールHOPあやめ池開校…3,127万円

「HOP 青山」に続き、2つ目の公設フリースクールを市西部地域に開設。全ての子どもたちの可能性を引き出し、一人一人の学びの質を高めます。



既に開設した「HOP 青山」

▶ 校内フリースクールモデル実施…560万円

不登校の児童生徒が、個々に合わせた時間に登校し、自分のペースで過ごす居場所「校内フリースクール」を、市立学校2校で試験的に実施します。

▶ 通級指導教室の充実…1,357万円

通級指導教室※を拡充し、在籍する学校で通級指導を受けることができる体制を整備します。

※通常の学級に在籍し、特別な支援が必要な児童生徒の通う教室

■ 学校へのオーケストラ部の創設

…793万円 担 学校教育課

市立中学校1校をモデル校としてオーケストラ部を創設し、子どもたちの豊かな感性や創造性を音楽によって育てていきます。

ジャパン・ナショナル・オーケストラ

市は同団と協定を結び、文化芸術活動の機会を広げ、「地域の成長と人材の育成」の好循環を目指しています。



■ ヤングケアラーへの支援・対応…886万円

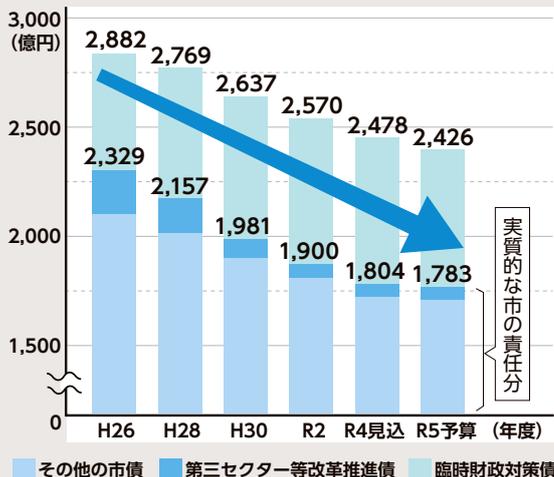
担 子育て相談課、子ども支援課

家事や家族の世話を日常的に行っている18歳未満の児童生徒の負担を軽減し、支援につなげる体制を整えます。

■ 出産・子育て応援事業…2億6,778万円

担 母子保健課

出産・育児等に関する面談や情報提供を通じ、妊婦等を必要な支援につなぐ伴走型の相談支援を行います。また、妊娠や出生届出時に、経済的な支援（妊娠時5万円、出生時5万円）を行います。



市債（借金）残高の 着実な減少に努めています

過去の施設整備等に伴う市債が多く残っていますが、残高は着実に減少しています。後年度に地方交付税として国から措置される臨時財政対策債を除いた「**実質的な市の借金**」は、10年間で**546億円の減**となる見込みです。

市債には、施設の建設費用等を世代間で公平に負担してもらうもののほか、第三セクター等の負債を将来世代に先送りしないよう清算するための**第三セクター等改革推進債**、国の財源不足による地方交付税の不足分をいったん地方公共団体が肩代わりする**臨時財政対策債**があります。

2

学生・若者が活躍するまち



■ 学術機関との連携による

地域産業の活性化…916万円 担 産業政策課

▶ 共同研究・共同開発補助金

工学系の教育機関と市内の中小企業が、共同で研究開発を行う場合等に活用できる補助制度を創設します。

▶ 学生向け創業の機運醸成・就職支援

市内でビジネス等にチャレンジできる環境整備や、学生と企業の出会いの場を作ることで、学生の市内での就労を進めます。



■ 産地学官連携プラットフォームへの参画…4,219万円 担 総合政策課

民間企業・大学等と一体となって、地域課題の解決を図る仕組みを構築し、学生や若者も参画・交流できる拠点づくりを行います。プラットフォームの設立・運営支援（500万円）のほか、市有地の活用に向けた発掘調査等（3,719万円）を行います。

■ 奈良工芸後継者の育成…911万円 担 産業政策課

工芸作家を志す人や伝統工芸に関心を持つ学生等の発掘と、研修期間中・独立後の支援等を通じ、市の伝統工芸の後継者不足を解消します。

3 脱炭素社会の実現と人にやさしいまち

■ 脱炭素化事業…3億6,954万円 担 環境政策課

再生可能エネルギーの導入等により脱炭素化を進めます。大阪・関西万博の観光需要を見据え、「ゼロカーボンツーリズム」の実現を目指します。（国の補助金を活用）

▶ 民間宿泊施設等への太陽光発電設置補助

…1億5,902万円

▶ EVバスの導入促進

…6,800万円

▶ 公共施設への太陽光発電設置…1億1,538万円

▶ 本庁舎 ZEB※化設計…2,714万円

※ネット・ゼロ・エネルギー・ビルの略。断熱化等で省エネルギーを実現し、太陽光発電等によりエネルギーを創り出す建物



■ 富雄駅北側周辺の道路安全対策

…3,000万円 担 道路建設課

駅北側周辺の道路に対し、安全対策の計画を策定します。



交通量が多く、幅員の狭い近鉄富雄駅北側の道路

■ 鉄道駅のバリアフリー化等整備補助

…1億2,075万円 担 交通バリアフリー推進課

市内鉄道駅5駅にバリアフリー化・ユニバーサルデザイン化等の整備費用を、鉄道事業者に補助します。

■ 踏切周辺の点字ブロックの整備…1,150万円

担 交通バリアフリー推進課

新大宮第1号踏切と周辺の点字ブロック等を整備し、踏切事故を防止します。

■ 民生委員協力員制度…115万円

担 福祉政策課

民生委員・児童委員の負担の軽減や、新たな地域福祉の担い手を掘り起こすため、その活動をサポートする「民生委員協力員」を試行的に配置します。

4 DXで暮らしをアップデートするまち

※ DX…デジタル技術を活用し、サービスの提供等でより良く変革させていく取り組みのこと

■ デジタル市役所の実現…4,310万円 担 DX推進課

市ホームページに、自分に必要な行政情報を自動的にお知らせするサービスと、届出の申請状況を見える化する機能を導入します。また、各課を巡らなくても必要な手続きができるよう、市役所内にリモートディスプレイを設置します。



■ 市民向けスマートフォン教室の開催

…250万円 担 DX推進課
デジタル化への不安解消や、身近なデジタル活用について学べる講習会を実施します。

■ 入江泰吉作品のデジタル化…2,633万円 担 文化振興課

入江泰吉記念写真美術館の作品をデジタル化します。また、Web上の仮想空間に創設した「メタバース美術館」で、いつでもどこでも鑑賞ができるような取り組みを行います。



5 新しい価値を生み出すまち

■ 持続可能な地域社会構築事業 "Local Coop"…6,000万円

担 月ヶ瀬行政センター地域振興課
市東部地域の少子高齢化・人口減少等の課題を、新しい「共助型サービス」の実証実験を行いながら、解決できる仕組みを構築します。

全国初の「共助型買物サービス」の実証実験 (3月実施)



奈良中央郵便局から、郵便物とともにイオンネットスーパーの食品等を、山間部の地域交流拠点(集会所等)へ配送。商品の届いた拠点では、地域の交流も生まれます。



■ 富雄丸山古墳の調査と周辺整備…6,649万円 担 文化財課

中町「道の駅」オープンに合わせ、周辺の歩道整備や案内板を設置します。また、国内最大の蛇行剣と国内初出土の盾形銅鏡の展示公開の準備や、引き続き発掘調査を行います。



蛇行剣(左)と盾形銅鏡(右)

■ 八条・大安寺周辺地区のまちづくり…2億3,324万円

担 新駅まちづくり推進課
令和10年度の設置を目指しているJR新駅。京奈和自動車道大和北道路「奈良インターチェンジ(仮称)」から、市内中心部・南部への動線となる西九条佐保線等の整備を行います。

万博連携事業

国内外から多くの来訪が期待される2025年大阪・関西万博。市でも万博という機会を活用し、経済の活性化や地域の課題解決につなげます。

■ 国際発信事業(仮称: はじまりの奈良2025)…4,000万円 担 観光戦略課

■ 万博連携事業 担 総合政策課

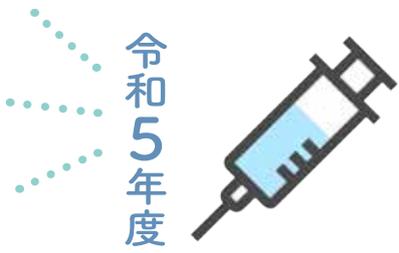
▶ 万博を生かした活性化の取り組み…2,208万円

▶ 地域課題解決共創推進プロジェクト…3,234万円(企業版ふるさと納税を活用)



▲大阪・関西万博連携キックオフシンポジウム(2月開催)





新型コロナワクチンの接種について

今後の新型コロナワクチンの接種が、3月8日の国の分科会で示されました。
 接種の時期、スケジュール、接種対象等は以下のとおりです。

年齢	接種条件	令和4年 秋開始接種 (オミクロン株 対応ワクチン)	令和5年 春開始接種 (オミクロン株 対応ワクチン)	令和5年 秋開始接種
		5月7日まで	5月8日から	9月以降
12歳以上	① 65歳以上の人 ② 基礎疾患のある人※1 ③ 医療従事者等※2	接種対象	接種対象	接種対象
	上記以外 (健康な65歳未満)の人		接種対象外	
5～11歳	④ 基礎疾患のある人※1 上記以外 (健康な5～11歳)の人	接種対象	接種対象	接種対象
			接種対象外※3	

- ※1…その他重症化リスクが高いと医師が認める人を含む。くわしくは市ホームページへ
- ※2…重症化リスクが高い人が集まる場所で、サービス提供する医療機関、高齢者・障害者施設等の従事者を含む
- ※3…オミクロン株対応ワクチン未接種者は継続して接種できます



市ホームページ
 で最新の接種情
 報を掲載してい
 ます

奈良市の令和5年春 開始接種 (接種券の発送・予約方法) について

発送対象者

オミクロン株対応ワクチンを1回接種済で、

- ◎ 60歳以上の人
- ◎ 5～59歳の人で、4回目接種時に基礎疾患がある・医療従事者であると申請したこと等が市で確認できる人

※ 60～64歳の人は②③に該当する場合のみ接種可

発送時期

- 5月22日(月)より順次発送予定
- ◆ 前回の接種から3か月を経過していない人は、経過した時期か、間もなく3か月经過する時期に発送します
- ◆ ②③④の人で接種券が届かない場合、「e 古都なら」(奈良電子自治体共同運営ポータルサイト)で電子申請し発行できます。その他、下記コールセンターに電話、窓口、送付でも申請を受け付けます

予約方法 (各医療機関での個別接種)

5月25日(木)午前11時から予約受付を開始します。ただし、予約殺到による混雑を避けるため、年齢別に予約開始時期を設けています(5～11歳の方は下記にかかわらず予約・接種可)。

※ 今年度は集団接種の予定はありません

対象者	85歳以上・ 基礎疾患のある人・ 医療従事者	80～84歳	75～79歳	70～74歳	65～69歳
予約開始日	5月25日(木)	5月29日(月)	6月1日(木)	6月5日(月)	6月8日(木)

接種開始日

- かかりつけ医で予約した人…6月1日(木)
- 市コールセンター・インターネット予約した人…6月8日(木)
- ※ 使用ワクチンは、オミクロン株対応ワクチン

インターネット 予約受付



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

午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)
 ※ かけ間違いに注意

最新情報は、しみんだよりや市ホームページ等で引き続きお知らせします。

◆乳幼児（6か月～4歳）への接種
◆5歳以上の初回（1・2回目）接種も継続して接種できます



予約方法は医療機関か市インターネット、市コールセンターの3つです。各医療機関により異なるので市ホームページを確認してください。

☑️接種後に副反応かな？と思ったら

接種後の副反応の疑いがある症状に対し、県で相談窓口を設置しています。

県新型コロナワクチン
副反応コールセンター
0120-919-003
FAX 0742-36-6105

🏥健康被害救済給付制度について

極めてまれですが、副反応による健康被害（病気・障害が残る等）が生じることがあるため、救済制度が設けられています。健康被害が、接種を受けたことによるものと厚生労働大臣が認定した時は、予防接種法に基づく救済（医療費・障害年金等の給付）を受けられます。申請先は、接種時に住民票を登録していた市町村です。状況等によって異なるため、まずは市のコールセンターに電話し、「新型コロナワクチン健康被害救済制度について相談希望」と伝えてください。

新型コロナウイルス感染症は 5月8日から5類感染症に移行します

令和5年4月7日時点の内容です。今後、変更になる可能性があります

国の方針として、「新型インフルエンザ等感染症（2類相当）」から「5類感染症」への移行が決定されました。5月8日の移行後からは、新型コロナウイルスに関する対応が変わります。

■5月7日で終了する事業は以下の4つです

①市陽性者登録センター	自己検査等、医療機関からの届出がない陽性者が登録するシステム
②パルスオキシメーターの貸出	自宅療養・待機者を対象に、血中の酸素飽和度を測定する機器の貸出
③日々の感染者数の発表	市内の新規感染者数を市ホームページで発表しているもの
④モニタリング指標の発表	県内の病床使用率や市の直近1週間の新規陽性者数を、市ホームページで発表しているもの

発熱外来も一部診療を終了します

市立休日夜間応急診療所の発熱外来は5月8日以降、平日昼間の診療（予約制）を終了します（土・日曜日、祝日診療は当面継続）。



体調が悪くなったら…

発熱等の症状がある場合は、まずは身近な医療機関を受診しましょう。もし医療機関がない場合は「新型コロナ健康相談窓口」に相談してください。

新型コロナ健康相談窓口
☎️ 0742-95-5888
24時間対応

【問合せ】医療政策課（☎️0742-93-8392）

新型コロナウイルス感染症に関する最新情報は市ホームページへ
<https://www.city.nara.lg.jp/site/coronavirus>

奈良市 コロナ情報 検索



障害者に関する シンボルマークを学びましょう

シンボルマークには、国際的に定められたものや法律に基づくもの、障害者団体が提唱しているものがあります。これらのマークを見かけた際には協力をお願いします。

くわしくはこちら▶



ハート・プラス マーク

内部障害・内臓疾患等、身体内部に障害がある人を表すマークです。

近くでの携帯電話の使用を控えてほしい、障害者用駐車スペースに停めたい等を希望している場合があります。

所管 ハート・プラスの会



耳マーク

聞こえが不自由なことを表すマークです。聴覚障害者は障害そのものが見た目には分かりにくいいため、コミュニケーション方法への配慮をお願いします。

所管 全日本難聴者・中途失聴者団体連合会



ほじょ犬マーク

身体障害者補助犬同伴の啓発のためのマークです。

現在は公共施設や公共交通機関はもちろん、デパートやホテル等の民間施設でも補助犬の同伴ができます。

所管 厚生労働省 障害保健福祉部 企画課自立支援振興室



オストメイト マーク

オストメイトとは、がん等で人工肛門・人口膀胱^{ぼうこう}を造設し、排せつ機能に障害のある人のことをいいます。このマークはオストメイトであること、オストメイト対応トイレがあることを表します。

所管 日本オストミー協会



ヘルプマーク

義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病の人等、外見では分からないが援助や配慮を必要としている人が表示します。

所管 県障害福祉課

障がい福祉課、市総合福祉センター、各出張所・行政センター、はぐくみセンター(保健予防課・母子保健課・健康増進課)でも配布



障害者のための 国際シンボル マーク

障害のある人が利用できる建物・施設であることを表す世界共通のシンボルマークです。特に車椅子を利用する障害者に限定し使用されるものではありません。

所管 日本障害者リハビリテーション協会



身体障害者標識、聴覚障害者標識

肢体不自由・聴覚障害を理由に、条件付の免許を持つ人が運転する車に表示するマークです。このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。

所管 警察庁交通局、都道府県警察本部交通部、警察署交通課



盲人のための 国際シンボルマーク

世界盲人連合会で1984年に制定された盲人のための世界共通のマークです。視覚障害者の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器等に付けられており、信号機や国際点字郵便・書籍等で見かけます。

所管 日本盲人福祉委員会

【問合せ】障がい福祉課 (☎ 0742-34-4593)

※マークについては、各所管団体に問合せてください

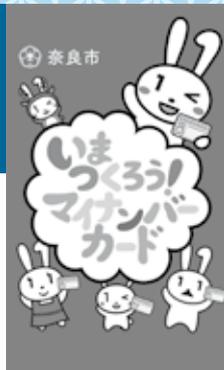
マイナポイントの申込期限は、 9月末までです

2月末までにマイナンバーカードを申請した人は、最大 20,000 円分のマイナポイントが受け取れます(申込期限が9月末まで延長されました)。

- ①選んだ決済サービスを使って、買い物やチャージ
 - ▶最大 5,000 円相当のポイント
- ②健康保険証としての利用申込
 - ▶7,500 円相当のポイント
- ③公金受取口座※の登録完了
 - ▶7,500 円相当のポイント

がもらえます。

※預貯金口座の情報とマイナンバーをマイナポータルにあらかじめ登録します。申請時の添付書類を省略できる、行政の給付事務が簡素化される等の利点があります



スマートフォン・パソコンとカードリーダーで、簡単に申し込みできます。

ただし、下のような「キャッシュレス決済サービス」が必要です。

- ・○○ Pay (二次元コードでの決済)
- ・交通系の IC カード (電子マネー)
- ・クレジットカード 等

申込時に必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・利用者証明用電子証明書のパスワード (申請時か受取時に設定した数字 4 桁のパスワード)

<公金受取口座を登録する場合>

- ・本人名義の通帳やキャッシュカード
- ・決済サービス ID・セキュリティコード

申込方法が分からない。そんな時は…?

1人で申込方法が分からない等の人のために、次の場所で支援を行っています。

- ・マイナンバーカードセンター
- ・市庁舎マイナポイント特設ブース (中央棟 1階)
- ・西部出張所住民課 (西部会館 2階)
- ・北部出張所 (北部会館 1階)
- ・東部出張所
- ・月ヶ瀬・都祁行政センター

※受付時間は市ホームページで確認してください

※必ず本人が来所してください。代理人 (法定代理人を除く) は不可



【問合せ】 市民課 (☎ 0742-34-4730) / 市民課マイナンバー係 (☎ 0742-34-5326)
マイナンバーカードセンター (☎ 0742-34-1233)

市役所の組織が変わりました

組織の新設

4月から複数の組織を新設しています。主な新設部署を紹介します。

新組織名	場所	主な業務内容
1 秘書広報課 移住定住促進係	市庁舎 中央棟 5階	・移住・定住に係る施策と各種事業に関する事 ・移住・定住に係る市の PR に関する事 ・移住・定住相談に関する事
2 総合政策課 学生のまち支援係		・産地学官連携に関する事 ・学生の支援に関する事
3 教育 支援・ 相談課	はぐくみ センター 7階	・不登校児童生徒の教育相談と支援に関する事 ・公設フリースクール等の運営管理に関する事
4 特別 支援係		・特別な支援を必要とする幼児・児童・生徒の教育相談と支援に関する事 ・通級指導教室に関する事

執務室の移転

移転のあった主な部署を紹介します。

組織名	移転先
男女共同参画室	市庁舎北棟 4階 (共生社会推進課内)
文化財課	市庁舎北棟 2階

【問合せ】

1 2について：人事課 (☎ 0742-34-4821)

3 4について：

教育政策課 (☎ 0742-34-5386)

令和 5 年度の組織図は
市ホームページに掲載しています▶



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

4月1日現在、()内は前月比

.....

【総人口】 350,318人 (▲449人)

男性： 163,760人 (▲258人)

女性： 186,558人 (▲191人)

【世帯数】 166,927世帯 (+317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

- ◆ **収集場所付近に駐車をしなくてください**
- ◆ **収集ボックスの新規購入・買い替えは事前連絡を**
- ◆ **5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
B・E	の地域	水曜日
C・H	火・金曜日	3日・17日
D・G	の地域	31日の水曜日

※5月3日(祝)～5日(祝)も通常通り収集。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ホームページ等で確認要

区 収集課 (☎71・3012)
市 清美公社 (☎33・8782)、同共同企業体 (☎63・2552)

市・県民税(第1期・全期分)の納期

納期：6月15日(木)～30日(金)
 ※納税は口座振替(金融機関の窓口で納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要)、スマートフォンアプリを利用した納付が便利です **区** 納税課 (☎34・4727)

アプリ利用の納付はこちら▼



令和5年度(令和4年分)課税(非課税)・所得証明書の発行

発行予定日・対象：5月12日(金)・給与所得者等で勤務先から市・県民税の全額が差し引かれる人 6月1日(木)・①納税通知書で市・県民税を納付する個人事業者等 ②年金から市・県民税を差

ごみ減量コラム vol.44

発掘しよう。冷蔵庫に眠る食材

買い物から帰ってきて冷蔵庫を見ると、すでに同じ食材が入っていて、結局賞味期限内に食べきれず、捨ててしまったという経験はありませんか？

日本では、年間2,372万トンの食品が廃棄され、うち522万トンが「食品ロス」にあたります。食品ロスというと、まず食べ残し等の直接廃棄をイメージする人が多いのですが、家庭内の食品ロス発生源の1つが冷蔵庫です。定期的に冷蔵庫の中を確認する習慣をつけることで、廃棄する食品が減り、節約にもつながります。このコラムを読んだあなた、まずは冷蔵庫の中をチェックしてみてください。



今月のごみ量レポート

令和4年度のごみ総搬入量(3月末時点)：
73,585.7トン (前年度同月比：-1.3%)
 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)

し引かれる人③給与所得者等に扶養されている人 ▼

交付場所：市民税課、各出張所・行政センター、東寺林連絡所 ▼**その他：**課税(非課税) 証明書のコンビニエンスストア・オンライン申請での発行は、すべて6月1日から令和5年度のものに切り替わります **区** 市民税課 (☎34・4958)

軽自動車税(種別割)の障害者減免の申請は5月31日(水)まで

身体障害者手帳等を持っている人が所有する軽自動車

自動車税(種別割)・軽自動車税(種別割)の納期限は5月31日(水)です

毎年4月1日現在の所有者に課税されます。コンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリ、地方税

お支払サイトでも納付可。必ず納期限までに納付してください **区** 自動車税課 (☎0743・510081)、軽自動車税課 (☎34・4958)、納付は納税課 (☎34・4727)

地方税お支払サイト▼





緊急告知ラジオの購入費を補助

気象警報や避難情報等の緊急放送が自動で流れるラジオ（9350円）の購入費を補助します（予算に達し次第終了。在勤・在学も可）。
補助額：4600円（申請要。1年度で1人5台まで）
 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿ ㏀ ㏁ ㏂ ㏃ ㏄ ㏅ ㏆ ㏇ ㏈ ㏉ ㏊ ㏋ ㏌ ㏍ ㏎ ㏏ ㏐ ㏑ ㏒ ㏓ ㏔ ㏕ ㏖ ㏗ ㏘ ㏙ ㏚ ㏛ ㏜ ㏝ ㏞ ㏟ ㏠ ㏡ ㏢ ㏣ ㏤ ㏥ ㏦ ㏧ ㏨ ㏩ ㏪ ㏫ ㏬ ㏭ ㏮ ㏯ ㏰ ㏱ ㏲ ㏳ ㏴ ㏵ ㏶ ㏷ ㏸ ㏹ ㏺ ㏻ ㏼ ㏽ ㏾ ㏿ 㐀 㐁 㐂 㐃 㐄 㐅 㐆 㐇 㐈 㐉 㐊 㐋 㐌 㐍 㐎 㐏 㐐 㐑 㐒 㐓 㐔 㐕 㐖 㐗 㐘 㐙 㐚 㐛 㐜 㐝 㐞 㐟 㐠 㐡 㐢 㐣 㐤 㐥 㐦 㐧 㐨 㐩 㐪 㐫 㐬 㐭 㐮 㐯 㐰 㐱 㐲 㐳 㐴 㐵 㐶 㐷 㐸 㐹 㐺 㐻 㐼 㐽 㐾 㐿 㑀 㑁 㑂 㑃 㑄 㑅 㑆 㑇 㑈 㑉 㑊 㑋 㑌 㑍 㑎 㑏 㑐 㑑 㑒 㑓 㑔 㑕 㑖 㑗 㑘 㑙 㑚 㑛 㑜 㑝 㑞 㑟 㑠 㑡 㑢 㑣 㑤 㑥 㑦 㑧 㑨 㑩 㑪 㑫 㑬 㑭 㑮 㑯 㑰 㑱 㑲 㑳 㑴 㑵 㑶 㑷 㑸 㑹 㑺 㑻 㑼 㑽 㑾 㑿 㒀 㒁 㒂 㒃 㒄 㒅 㒆 㒇 㒈 㒉 㒊 㒋 㒌 㒍 㒎 㒏 㒐 㒑 㒒 㒓 㒔 㒕 㒖 㒗 㒘 㒙 㒚 㒛 㒜 㒝 㒞 㒟 㒠 㒡 㒢 㒣 㒤 㒥 㒦 㒧 㒨 㒩 㒪 㒫 㒬 㒭 㒮 㒯 㒰 㒱 㒲 㒳 㒴 㒵 㒶 㒷 㒸 㒹 㒺 㒻 㒼 㒽 㒾 㒿 㓀 㓁 㓂 㓃 㓄 㓅 㓆 㓇 㓈 㓉 㓊 㓋 㓌 㓍 㓎 㓏 㓐 㓑 㓒 㓓 㓔 㓕 㓖 㓗 㓘 㓙 㓚 㓛 㓜 㓝 㓞 㓟 㓠 㓡 㓢 㓣 㓤 㓥 㓦 㓧 㓨 㓩 㓪 㓫 㓬 㓭 㓮 㓯 㓰 㓱 㓲 㓳 㓴 㓵 㓶 㓷 㓸 㓹 㓺 㓻 㓼 㓽 㓾 㓿 㔀 㔁 㔂 㔃 㔄 㔅 㔆 㔇 㔈 㔉 㔊 㔋 㔌 㔍 㔎 㔏 㔐 㔑 㔒 㔓 㔔 㔕 㔖 㔗 㔘 㔙 㔚 㔛 㔜 㔝 㔞 㔟 㔠 㔡 㔢 㔣 㔤 㔥 㔦 㔧 㔨 㔩 㔪 㔫 㔬 㔭 㔮 㔯 㔰 㔱 㔲 㔳 㔴 㔵 㔶 㔷 㔸 㔹 㔺 㔻 㔼 㔽 㔾 㔿 㕀 㕁 㕂 㕃 㕄 㕅 㕆 㕇 㕈 㕉 㕊 㕋 㕌 㕍 㕎 㕏 㕐 㕑 㕒 㕓 㕔 㕕 㕖 㕗 㕘 㕙 㕚 㕛 㕜 㕝 㕞 㕟 㕠 㕡 㕢 㕣 㕤 㕥 㕦 㕧 㕨 㕩 㕪 㕫 㕬 㕭 㕮 㕯 㕰 㕱 㕲 㕳 㕴 㕵 㕶 㕷 㕸 㕹 㕺 㕻 㕼 㕽 㕾 㕿 㖀 㖁 㖂 㖃 㖄 㖅 㖆 㖇 㖈 㖉 㖊 㖋 㖌 㖍 㖎 㖏 㖐 㖑 㖒 㖓 㖔 㖕 㖖 㖗 㖘 㖙 㖚 㖛 㖜 㖝 㖞 㖟 㖠 㖡 㖢 㖣 㖤 㖥 㖦 㖧 㖨 㖩 㖪 㖫 㖬 㖭 㖮 㖯 㖰 㖱 㖲 㖳 㖴 㖵 㖶 㖷 㖸 㖹 㖺 㖻 㖼 㖽 㖾 㖿 㗀 㗁 㗂 㗃 㗄 㗅 㗆 㗇 㗈 㗉 㗊 㗋 㗌 㗍 㗎 㗏 㗐 㗑 㗒 㗓 㗔 㗕 㗖 㗗 㗘 㗙 㗚 㗛 㗜 㗝 㗞 㗟 㗠 㗡 㗢 㗣 㗤 㗥 㗦 㗧 㗨 㗩 㗪 㗫 㗬 㗭 㗮 㗯 㗰 㗱 㗲 㗳 㗴 㗵 㗶 㗷 㗸 㗹 㗺 㗻 㗼 㗽 㗾 㗿 㘀 㘁 㘂 㘃 㘄 㘅 㘆 㘇 㘈 㘉 㘊 㘋 㘌 㘍 㘎 㘏 㘐 㘑 㘒 㘓 㘔 㘕 㘖 㘗 㘘 㘙 㘚 㘛 㘜 㘝 㘞 㘟 㘠 㘡 㘢 㘣 㘤 㘥 㘦 㘧 㘨 㘩 㘪 㘫 㘬 㘭 㘮 㘯 㘰 㘱 㘲 㘳 㘴 㘵 㘶 㘷 㘸 㘹 㘺 㘻 㘼 㘽 㘾 㘿 㙀 㙁 㙂 㙃 㙄 㙅 㙆 㙇 㙈 㙉 㙊 㙋 㙌 㙍 㙎 㙏 㙐 㙑 㙒 㙓 㙔 㙕 㙖 㙗 㙘 㙙 㙚 㙛 㙜 㙝 㙞 㙟 㙠 㙡 㙢 㙣 㙤 㙥 㙦 㙧 㙨 㙩 㙪 㙫 㙬 㙭 㙮 㙯 㙰 㙱 㙲 㙳 㙴 㙵 㙶 㙷 㙸 㙹 㙺 㙻 㙼 㙽 㙾 㙿 㚀 㚁 㚂 㚃 㚄 㚅 㚆 㚇 㚈 㚉 㚊 㚋 㚌 㚍 㚎 㚏 㚐 㚑 㚒 㚓 㚔 㚕 㚖 㚗 㚘 㚙 㚚 㚛 㚜 㚝 㚞 㚟 㚠 㚡 㚢 㚣 㚤 㚥 㚦 㚧 㚨 㚩 㚪 㚫 㚬 㚭 㚮 㚯 㚰 㚱 㚲 㚳 㚴 㚵 㚶 㚷 㚸 㚹 㚺 㚻 㚼 㚽 㚾 㚿 㜀 㜁 㜂 㜃 㜄 㜅 㜆 㜇 㜈 㜉 㜊 㜋 㜌 㜍 㜎 㜏 㜐 㜑 㜒 㜓 㜔 㜕 㜖 㜗 㜘 㜙 㜚 㜛 㜜 㜝 㜞 㜟 㜠 㜡 㜢 㜣 㜤 㜥 㜦 㜧 㜨 㜩 㜪 㜫 㜬 㜭 㜮 㜯 㜰 㜱 㜲 㜳 㜴 㜵 㜶 㜷 㜸 㜹 㜺 㜻 㜼 㜽 㜾 㜿 㝀 㝁 㝂 㝃 㝄 㝅 㝆 㝇 㝈 㝉 㝊 㝋 㝌 㝍 㝎 㝏 㝐 㝑 㝒 㝓 㝔 㝕 㝖 㝗 㝘 㝙 㝚 㝛 㝜 㝝 㝞 㝟 㝠 㝡 㝢 㝣 㝤 㝥 㝦 㝧 㝨 㝩 㝪 㝫 㝬 㝭 㝮 㝯 㝰 㝱 㝲 㝳 㝴 㝵 㝶 㝷 㝸 㝹 㝺 㝻 㝼 㝽 㝾 㝿 㞀 㞁 㞂 㞃 㞄 㞅 㞆 㞇 㞈 㞉 㞊 㞋 㞌 㞍 㞎 㞏 㞐 㞑 㞒 㞓 㞔 㞕 㞖 㞗 㞘 㞙 㞚 㞛 㞜 㞝 㞞 㞟 㞠 㞡 㞢 㞣 㞤 㞥 㞦 㞧 㞨 㞩 㞪 㞫 㞬 㞭 㞮 㞯 㞰 㞱 㞲 㞳 㞴 㞵 㞶 㞷 㞸 㞹 㞺 㞻 㞼 㞽 㞾 㞿 㟀 㟁 㟂 㟃 㟄 㟅 㟆 㟇 㟈 㟉 㟊 㟋 㟌 㟍 㟎 㟏 㟐 㟑 㟒 㟓 㟔 㟕 㟖 㟗 㟘 㟙 㟚 㟛 㟜 㟝 㟞 㟟 㟠 㟡 㟢 㟣 㟤 㟥 㟦 㟧 㟨 㟩 㟪 㟫 㟬 㟭 㟮 㟯 㟰 㟱 㟲 㟳 㟴 㟵 㟶 㟷 㟸 㟹 㟺 㟻 㟼 㟽 㟾 㟿 㠀 㠁 㠂 㠃 㠄 㠅 㠆 㠇 㠈 㠉 㠊 㠋 㠌 㠍 㠎 㠏 㠐 㠑 㠒 㠓 㠔 㠕 㠖 㠗 㠘 㠙 㠚 㠛 㠜 㠝 㠞 㠟 㠠 㠡 㠢 㠣 㠤 㠥 㠦 㠧 㠨 㠩 㠪 㠫 㠬 㠭 㠮 㠯 㠰 㠱 㠲 㠳 㠴 㠵 㠶 㠷 㠸 㠹 㠺 㠻 㠼 㠽 㠾 㠿 㡀 㡁 㡂 㡃 㡄 㡅 㡆 㡇 㡈 㡉 㡊 㡋 㡌 㡍 㡎 㡏 㡐 㡑 㡒 㡓 㡔 㡕 㡖 㡗 㡘 㡙 㡚 㡛 㡜 㡝 㡞 㡟 㡠 㡡 㡢 㡣 㡤 㡥 㡦 㡧 㡨 㡩 㡪 㡫 㡬 㡭 㡮 㡯 㡰 㡱 㡲 㡳 㡴 㡵 㡶 㡷 㡸 㡹 㡺 㡻 㡼 㡽 㡾 㡿 㢀 㢁 㢂 㢃 㢄 㢅 㢆 㢇 㢈 㢉 㢊 㢋 㢌 㢍 㢎 㢏 㢐 㢑 㢒 㢓 㢔 㢕 㢖 㢗 㢘 㢙 㢚 㢛 㢜 㢝 㢞 㢟 㢠 㢡 㢢 㢣 㢤 㢥 㢦 㢧 㢨 㢩 㢪 㢫 㢬 㢭 㢮 㢯 㢰 㢱 㢲 㢳 㢴 㢵 㢶 㢷 㢸 㢹 㢺 㢻 㢼 㢽 㢾 㢿 㣀 㣁 㣂 㣃 㣄 㣅 㣆 㣇 㣈 㣉 㣊 㣋 㣌 㣍 㣎 㣏 㣐 㣑 㣒 㣓 㣔 㣕 㣖 㣗 㣘 㣙 㣚 㣛 㣜 㣝 㣞 㣟 㣠 㣡 㣢 㣣 㣤 㣥 㣦 㣧 㣨 㣩 㣪 㣫 㣬 㣭 㣮 㣯 㣰 㣱 㣲 㣳 㣴 㣵 㣶 㣷 㣸 㣹 㣺 㣻 㣼 㣽 㣾 㣿 㤀 㤁 㤂 㤃 㤄 㤅 㤆 㤇 㤈 㤉 㤊 㤋 㤌 㤍 㤎 㤏 㤐 㤑 㤒 㤓 㤔 㤕 㤖 㤗 㤘 㤙 㤚 㤛 㤜 㤝 㤞 㤟 㤠 㤡 㤢 㤣 㤤 㤥 㤦 㤧 㤨 㤩 㤪 㤫 㤬 㤭 㤮 㤯 㤰 㤱 㤲 㤳 㤴 㤵 㤶 㤷 㤸 㤹 㤺 㤻 㤼 㤽 㤾 㤿 㥀 㥁 㥂 㥃 㥄 㥅 㥆 㥇 㥈 㥉 㥊 㥋 㥌 㥍 㥎 㥏 㥐 㥑 㥒 㥓 㥔 㥕 㥖 㥗 㥘 㥙 㥚 㥛 㥜 㥝 㥞 㥟 㥠 㥡 㥢 㥣 㥤 㥥 㥦 㥧 㥨 㥩 㥪 㥫 㥬 㥭 㥮 㥯 㥰 㥱 㥲 㥳 㥴 㥵 㥶 㥷 㥸 㥹 㥺 㥻 㥼 㥽 㥾 㥿 㦀 㦁 㦂 㦃 㦄 㦅 㦆 㦇 㦈 㦉 㦊 㦋 㦌 㦍 㦎 㦏 㦐 㦑 㦒 㦓 㦔 㦕 㦖 㦗 㦘 㦙 㦚 㦛 㦜 㦝 㦞 㦟 㦠 㦡 㦢 㦣 㦤 㦥 㦦 㦧 㦨 㦩 㦪 㦫 㦬 㦭 㦮 㦯 㦰 㦱 㦲 㦳 㦴 㦵 㦶 㦷 㦸 㦹 㦺 㦻 㦼 㦽 㦾 㦿 㧀 㧁 㧂 㧃 㧄 㧅 㧆 㧇 㧈 㧉 㧊 㧋 㧌 㧍 㧎 㧏 㧐 㧑 㧒 㧓 㧔 㧕 㧖 㧗 㧘 㧙 㧚 㧛 㧜 㧝 㧞 㧟 㧠 㧡 㧢 㧣 㧤 㧥 㧦 㧧 㧨 㧩 㧪 㧫 㧬 㧭 㧮 㧯 㧰 㧱 㧲 㧳 㧴 㧵 㧶 㧷 㧸 㧹 㧺 㧻 㧼 㧽 㧾 㧿 㨀 㨁 㨂 㨃 㨄 㨅 㨆 㨇 㨈 㨉 㨊 㨋 㨌 㨍 㨎 㨏 㨐 㨑 㨒 㨓 㨔 㨕 㨖 㨗 㨘 㨙 㨚 㨛 㨜 㨝 㨞 㨟 㨠 㨡 㨢 㨣 㨤 㨥 㨦 㨧 㨨 㨩 㨪 㨫 㨬 㨭 㨮 㨯 㨰 㨱 㨲 㨳 㨴 㨵 㨶 㨷 㨸 㨹 㨺 㨻 㨼 㨽 㨾 㨿 㩀 㩁 㩂 㩃 㩄 㩅 㩆 㩇 㩈 㩉 㩊 㩋 㩌 㩍 㩎 㩏 㩐 㩑 㩒 㩓 㩔 㩕 㩖 㩗 㩘 㩙 㩚 㩛 㩜 㩝 㩞 㩟 㩠 㩡 㩢 㩣 㩤 㩥 㩦 㩧 㩨 㩩 㩪 㩫 㩬 㩭 㩮 㩯 㩰 㩱 㩲 㩳 㩴 㩵 㩶 㩷 㩸 㩹 㩺 㩻 㩼 㩽 㩾 㩿 㪀 㪁 㪂 㪃 㪄 㪅 㪆 㪇 㪈 㪉 㪊 㪋 㪌 㪍 㪎 㪏 㪐 㪑 㪒 㪓 㪔 㪕 㪖 㪗 㪘 㪙 㪚 㪛 㪜 㪝 㪞 㪟 㪠 㪡 㪢 㪣 㪤 㪥 㪦 㪧 㪨 㪩 㪪 㪫 㪬 㪭 㪮 㪯 㪰 㪱 㪲 㪳 㪴 㪵 㪶 㪷 㪸 㪹 㪺 㪻 㪼 㪽 㪾 㪿 㫀 㫁 㫂 㫃 㫄 㫅 㫆 㫇 㫈 㫉 㫊 㫋 㫌 㫍 㫎 㫏 㫐 㫑 㫒 㫓 㫔 㫕 㫖 㫗 㫘 㫙 㫚 㫛 㫜 㫝 㫞 㫟 㫠 㫡 㫢 㫣 㫤 㫥 㫦 㫧 㫨 㫩 㫪 㫫 㫬 㫭 㫮 㫯 㫰 㫱 㫲 㫳 㫴 㫵 㫶 㫷 㫸 㫹 㫺 㫻 㫼 㫽 㫾 㫿 㬀 㬁 㬂 㬃 㬄 㬅 㬆 㬇 㬈 㬉 㬊 㬋 㬌 㬍 㬎 㬏 㬐 㬑 㬒 㬓 㬔 㬕 㬖 㬗 㬘 㬙 㬚 㬛 㬜 㬝 㬞 㬟 㬠 㬡 㬢 㬣 㬤 㬥 㬦 㬧 㬨 㬩 㬪 㬫 㬬 㬭 㬮 㬯 㬰 㬱 㬲 㬳 㬴 㬵 㬶 㬷 㬸 㬹 㬺 㬻 㬼 㬽 㬾 㬿 㭀 㭁 㭂 㭃 㭄 㭅 㭆 㭇 㭈 㭉 㭊 㭋 㭌 㭍 㭎 㭏 㭐 㭑 㭒 㭓 㭔 㭕 㭖 㭗 㭘 㭙 㭚 㭛 㭜 㭝 㭞 㭟 㭠 㭡 㭢 㭣 㭤 㭥 㭦 㭧 㭨 㭩 㭪 㭫 㭬 㭭 㭮 㭯 㭰 㭱 㭲 㭳 㭴 㭵 㭶 㭷 㭸 㭹 㭺 㭻 㭼 㭽 㭾 㭿 㮀 㮁 㮂 㮃 㮄 㮅 㮆 㮇 㮈 㮉 㮊 㮋 㮌 㮍 㮎 㮏 㮐 㮑 㮒 㮓 㮔 㮕 㮖 㮗 㮘 㮙 㮚 㮛 㮜 㮝 㮞 㮟 㮠 㮡 㮢 㮣 㮤 㮥 㮦 㮧 㮨 㮩 㮪 㮫 㮬 㮭 㮮 㮯 㮰 㮱 㮲 㮳 㮴 㮵 㮶 㮷 㮸 㮹 㮺 㮻 㮼 㮽 㮾 㮿 㯀 㯁 㯂 㯃 㯄 㯅 㯆 㯇 㯈 㯉 㯊 㯋 㯌 㯍 㯎 㯏 㯐 㯑 㯒 㯓 㯔 㯕 㯖 㯗 㯘 㯙 㯚 㯛 㯜 㯝 㯞 㯟 㯠 㯡 㯢 㯣 㯤 㯥 㯦 㯧 㯨 㯩 㯪 㯫 㯬 㯭 㯮 㯯 㯰 㯱 㯲 㯳 㯴 㯵 㯶 㯷 㯸 㯹 㯺 㯻 㯼 㯽 㯾 㯿 㰀 㰁 㰂 㰃 㰄 㰅 㰆 㰇 㰈 㰉 㰊 㰋 㰌 㰍 㰎 㰏 㰐 㰑 㰒 㰓 㰔 㰕 㰖 㰗 㰘 㰙 㰚 㰛 㰜 㰝 㰞 㰟 㰠 㰡 㰢 㰣 㰤 㰥 㰦 㰧 㰨 㰩 㰪 㰫 㰬 㰭 㰮 㰯 㰰 㰱 㰲 㰳 㰴 㰵 㰶 㰷 㰸 㰹 㰺 㰻 㰼 㰽 㰾 㰿 㱀 㱁 㱂 㱃 㱄 㱅 㱆 㱇 㱈 㱉 㱊 㱋 㱌 㱍 㱎 㱏 㱐 㱑 㱒 㱓 㱔 㱕 㱖 㱗 㱘 㱙 㱚 㱛 㱜 㱝 㱞 㱟 㱠 㱡 㱢 㱣 㱤 㱥 㱦 㱧 㱨 㱩 㱪 㱫 㱬 㱭 㱮 㱯 㱰 㱱 㱲 㱳 㱴 㱵 㱶 㱷 㱸 㱹 㱺 㱻 㱼 㱽 㱾 㱿 㲀 㲁 㲂 㲃 㲄 㲅 㲆 㲇 㲈 㲉 㲊 㲋 㲌 㲍 㲎 㲏 㲐 㲑 㲒 㲓 㲔 㲕 㲖 㲗 㲘 㲙 㲚 㲛 㲜 㲝 㲞 㲟 㲠 㲡 㲢 㲣 㲤 㲥 㲦 㲧 㲨 㲩 㲪 㲫 㲬 㲭 㲮 㲯 㲰 㲱 㲲 㲳 㲴 㲵 㲶 㲷 㲸 㲹 㲺 㲻 㲼 㲽 㲾 㲿 㳀 㳁 㳂 㳃 㳄 㳅 㳆 㳇 㳈 㳉 㳊 㳋 㳌 㳍 㳎 㳏 㳐 㳑 㳒 㳓 㳔 㳕 㳖 㳗 㳘 㳙 㳚 㳛 㳜 㳝 㳞 㳟 㳠 㳡 㳢 㳣 㳤 㳥 㳦 㳧 㳨 㳩 㳪 㳫 㳬 㳭 㳮 㳯 㳰 㳱 㳲 㳳 㳴 㳵 㳶 㳷 㳸 㳹 㳺 㳻 㳼 㳽 㳾 㳿 㴀 㴁 㴂 㴃 㴄 㴅 㴆 㴇 㴈 㴉 㴊 㴋 㴌 㴍 㴎 㴏 㴐 㴑 㴒 㴓 㴔 㴕 㴖 㴗 㴘 㴙 㴚 㴛 㴜 㴝 㴞 㴟 㴠 㴡 㴢 㴣 㴤 㴥 㴦 㴧 㴨 㴩 㴪 㴫 㴬 㴭 㴮 㴯 㴰 㴱 㴲 㴳 㴴 㴵 㴶 㴷 㴸 㴹 㴺 㴻 㴼 㴽 㴾 㴿 㵀 㵁 㵂 㵃 㵄 㵅 㵆 㵇 㵈 㵉 㵊 㵋 㵌 㵍 㵎 㵏 㵐 㵑 㵒 㵓 㵔 㵕 㵖 㵗 㵘 㵙 㵚 㵛 㵜 㵝 㵞 㵟 㵠 㵡 㵢 㵣 㵤 㵥 㵦 㵧 㵨 㵩 㵪 㵫 㵬 㵭 㵮 㵯 㵰 㵱 㵲 㵳 㵴 㵵 㵶 㵷 㵸 㵹 㵺 㵻 㵼 㵽 㵾 㵿 㶀 㶁 㶂 㶃 㶄 㶅 㶆 㶇 㶈 㶉 㶊 㶋 㶌 㶍 㶎 㶏 㶐 㶑 㶒 㶓 㶔 㶕 㶖 㶗 㶘 㶙 㶚 㶛 㶜 㶝 㶞 㶟 㶠 㶡 㶢 㶣 㶤 㶥 㶦 㶧 㶨 㶩 㶪 㶫 㶬 㶭 㶮 㶯 㶰 㶱 㶲 㶳 㶴 㶵 㶶 㶷 㶸 㶹 㶺 㶻 㶼 㶽 㶾 㶿 㷀 㷁 㷂 㷃 㷄 㷅 㷆 㷇 㷈 㷉 㷊 㷋 㷌 㷍 㷎 㷏 㷐 㷑 㷒 㷓 㷔 㷕 㷖 㷗 㷘 㷙 㷚 㷛 㷜 㷝 㷞 㷟 㷠 㷡 㷢 㷣 㷤 㷥 㷦 㷧 㷨 㷩 㷪 㷫 㷬 㷭 㷮 㷯 㷰 㷱 㷲 㷳 㷴 㷵 㷶 㷷 㷸 㷹 㷺 㷻 㷼 㷽 㷾 㷿 㸀 㸁 㸂 㸃 㸄 㸅 㸆 㸇 㸈 㸉 㸊 㸋 㸌 㸍 㸎 㸏 㸐 㸑 㸒 㸓 㸔 㸕 㸖 㸗 㸘 㸙 㸚 㸛 㸜 㸝 㸞 㸟 㸠 㸡 㸢 㸣 㸤 㸥 㸦 㸧 㸨 㸩 㸪 㸫 㸬 㸭 㸮 㸯 㸰 㸱 㸲 㸳 㸴 㸵 㸶 㸷 㸸 㸹 㸺 㸻 㸼 㸽 㸾 㸿 㹀 㹁 㹂 㹃 㹄 㹅 㹆 㹇 㹈 㹉 㹊 㹋 㹌 㹍 㹎 㹏 㹐 㹑 㹒 㹓 㹔 㹕 㹖 㹗 㹘 㹙 㹚 㹛 㹜 㹝 㹞 㹟 㹠 㹡 㹢 㹣 㹤 㹥 㹦 㹧 㹨 㹩 㹪 㹫 㹬 㹭 㹮 㹯 㹰 㹱 㹲 㹳 㹴 㹵 㹶 㹷 㹸 㹹 㹺 㹻 㹼 㹽 㹾 㹿 㺀 㺁 㺂 㺃 㺄 㺅 㺆 㺇 㺈 㺉 㺊 㺋 㺌 㺍 㺎 㺏 㺐 㺑 㺒 㺓 㺔 㺕 㺖 㺗 㺘 㺙 㺚 㺛 㺜 㺝 㺞 㺟 㺠 㺡 㺢 㺣 㺤 㺥 㺦 㺧 㺨 㺩 㺪 㺫 㺬 㺭 㺮 㺯 㺰 㺱 㺲 㺳 㺴 㺵 㺶 㺷 㺸 㺹 㺺 㺻 㺼 㺽 㺾 㺿 㻀 㻁 㻂 㻃 㻄 㻅 㻆 㻇 㻈 㻉 㻊 㻋 㻌 㻍 㻎 㻏 㻐 㻑 㻒 㻓 㻔 㻕 㻖 㻗 㻘 㻙 㻚 㻛 㻜 㻝 㻞 㻟 㻠 㻡 㻢 㻣 㻤 㻥 㻦 㻧 㻨 㻩 㻪 㻫 㻬 㻭 㻮 㻯 㻰 㻱 㻲 㻳 㻴 㻵 㻶 㻷 㻸 㻹 㻺 㻻 㻼 㻽 㻾 㻿 㼀 㼁 㼂 㼃 㼄 㼅 㼆 㼇 㼈 㼉 㼊 㼋 㼌 㼍 㼎 㼏 㼐 㼑 㼒 㼓 㼔 㼕 㼖 㼗 㼘 㼙 㼚 㼛 㼜 㼝 㼞 㼟 㼠 㼡 㼢 㼣 㼤 㼥 㼦 㼧 㼨 㼩 㼪 㼫 㼬 㼭 㼮 㼯 㼰 㼱 㼲 㼳 㼴 㼵 㼶 㼷 㼸 㼹 㼺 㼻 㼼 㼽 㼾 㼿 㽀 㽁 㽂 㽃 㽄 㽅 㽆 㽇 㽈 㽉 㽊 㽋 㽌 㽍 㽎 㽏 㽐 㽑 㽒 㽓 㽔 㽕 㽖 㽗 㽘 㽙 㽚 㽛 㽜 㽝 㽞 㽟 㽠 㽡 㽢 㽣 㽤 㽥 㽦 㽧 㽨 㽩 㽪 㽫 㽬 㽭 㽮 㽯 㽰 㽱 㽲 㽳 㽴 㽵 㽶 㽷 㽸 㽹 㽺 㽻 㽼 㽽 㽾 㽿 㿀 㿁 㿂 㿃 㿄 㿅 㿆 㿇 㿈 㿉 㿊 㿋 㿌 㿍 㿎 㿏 㿐 㿑 㿒

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

「奈良市マンシヨン管理適正化推進計画」を策定

市内のマンシヨンを多様な関係主体と連携し、今後の市の施策と管理適正化に向けた取り組みを推進する計画を策定しました。管理計画認定制度の申請方法等は決まり次第、市ホームページに掲載 図住宅課(☎34・5175)

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：5月15日(月)・22日(月)・29日(月)、6月5日(月)午前10時半・午後1時(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 申電話で健康増進課(☎34・5129)へ

20日ならウォーク

◆あやめ池から蛙股池を巡り西大寺へ50P とき：5月20日(土)午前9時半～正午※雨天中止。開催確認は市ホームページか健康増進課(Twitter)等へ ▼コース：近鉄菖蒲池駅(いりどりの森公園)集合→蛙股池→西大寺新池→西大寺東門前公園解散(約6.3km) ▼費用：100円 申はがき、FAXに事業名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、5月16日までに同課(☎34・3145)へ。市ホームページからの電子申請も可。当日申込不可 図同課(☎34・5129)

集団リハビリ教室

とき：6月から来年3月末までの水曜日 午後2時～4時(午後1時受付・体調確認)。30回 ▼ところ：市総合医療検査センター(メデイカルなら) (柏木町) ▼定員：脳卒中の後遺症等で身体機能に障害がある人5人 ▼費用：1回500円 申はがき、FAXに教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、5月12日まで

で同センター(〒630-8031 柏木町519番地の5) ☎33・7876 FAX33・5800)へ募集要項・申込書を請求。多い場合は抽選

健康講座「誤嚥にご縁のない楽しい老後を」

とき：5月31日(水)午後2時～3時25分 ▼ところ：市医師会館(柏木町・メデイカルなら東隣) ▼講師：市立奈良病院耳鼻咽喉科部長の岡本英之さん ▼その他：37.5℃以上の発熱・体調不良の人は参加不可。Web配信も予定。くわしくは市医師会ホームページへ 図メデイカルなら(☎33・7876)

子育て

予防接種予診票綴りを4月下旬に発送しています(令和5年3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う場合は健康増進課へ 同課(☎34・5129)



くわしくはこちら▼

支えてくれる人や場所があります。一人で悩まず、相談してみませんか？

図 保健予防課 (☎ 93-8397)

※かけ間違いに注意してください

5月は入学・入社や異動等の環境の変化によって、気分が落ち込みやすいと言われています。まずは、悩みをお話してみませんか。

◆ストレス度や落ち込み度に気づく

ためしてみませんか？

こころの体温計

ストレス度、落ちこみ度をチェック →

パソコンやスマートフォンから手軽にチェックできます。

◆ストレスの対処法を見つける

ストレスが長期化して、「うつ」の状態に近づかないためにも、自分のできる範囲での対処が大切です。あなたに合ったストレス対処法を見つけましょう。

◆自分の悩みにあった相談先を見つける

女性・子育て・学校・経済面等の問題で困っている人に、いろんな相談先を市ホームページで紹介しています。

くわしくはこちら▶

◆臨床心理士等によるこころの健康相談

▶ Zoom やメールによるオンライン相談

【とき】 午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日を含む)。24時間受付可

▶ 対面での相談(事前予約要)

【とき】 第2・4月曜日の午後1時～4時半



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

がん検診（6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**5月1日～19日**

とき	ところ	受付時間	定員
6/7(水) 6/14(水) 6/20(火) 6/23(金)	はぐくみセンター	8:45～9:45	各33人
6/9(金)	西部生涯スポーツセンター クラブハウス	9:15～10:15	27人
6/12(月) 6/19(月)	北部出張所	9:15～9:45 9:45～10:15	各10人
6/13(火)	登美ヶ丘公民館	9:30～10:30	26人
6/21(水)	コープおしくま	9:15～10:15	27人
6/22(木)	西福祉センター	9:30～10:30	20人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
6/9(金)	はぐくみセンター	14:00～15:00	60人

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）

日本脳炎予防接種開始（令和2年5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、健康保険証等 ※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予約 健康増進課（☎ 34・5129）

ファミリー・サポートセンター

育児の援助を受けたい人
 へ行いたい人が会員（依頼・援助・両方）として登録し、助け合いを行います

◆説明会（予約要）

とき：①5月23日(火)②6月3日(土)午前10時～11時 ▼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 ①5月22日②5月1日

◆スキルアップ講座（予約要）

とき：5月19日(金)午前10時～11時 ▼対象：援助会員・両方会員 ⑤5月25日【土曜】はぐくみセンター2階
 申電話でファミリー・サポート・センター（☎ 34・3305）へ
子育てサークルを支援します
 乳幼児（保育所や幼稚園等に在籍中の子を除く）と保護者が集まり、子育てに関する学習や情報交換、季節の行事等を行う子育てサークルに、活動経費の一部を補助します（条件あり）
補助額：補助対象経費の2分の1（千円未満切り捨て。限度額3万円。食糧費・プレゼント代等を除く） 申電話で5月31日までに子ども育成課（☎ 34・5042）へ※サークルを探す人に情報を紹介するための子育てサークル登録票も提出要（補助申請なしでも登録可）

くわしくはこちら▼



40歳からのママ育サロン

とき：5月26日(金)午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼内容：助産師と「お産について話そう」、保健師・助産師からの講話、母親同士の交流・個別相談 ▼定員：40歳以上の初妊産婦で、妊婦は開催日に妊娠32週未満、産婦は子どもが1歳未満の人15人 ▼持物：母子健康手帳、赤ちゃんに必要な物 申電話で5月19日までに母子保健課（☎ 34・1978）へ

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

健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診 (令和5年2月生まれ)	満4か月になった日から 5か月になる前日まで	市内指定 医療機関
10か月児健診 (令和4年8月生まれ)	満10か月になった日から 11か月になる前日まで	
1歳7か月児健診 (令和3年10月生まれ)	6月1日(木)・8日(木) ・15日(木)・29日(木)※予約制	中央保健 センター (はぐくみセ ンター2階)
3歳6か月児健診 (令和元年11月生まれ)	6月6日(火)・13日(火) ・20日(火)・27日(火)※予約制	

妊産婦乳幼児健康相談

持物：問診票、母子健康手帳※問診票は5月中旬に送付。5月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ 園同課 ☎34・1978

はぐくみセンター3階

電話・来所相談(保健師・助産師) 予約要

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

西部会館2階相談室(学

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

園南三丁目
来所相談(助産師) 予約要
とき：月・水・金曜日の午前10時～午後2時(受付は午後1時半まで)。祝日は除く※保健師の場合あり
【持物】 母子健康手帳・パスポート
☎電話で母子保健課 ☎34・1978へ

都祁保健センター

電話・来所相談(保健師・栄養士)
とき：平日の午前8時半～午後5時15分

巡回相談(保健師)

とき	ところ
5月12日(金) 午前10時～正午	月ヶ瀬福祉センター(月ヶ瀬尾山)
5月16日(火) 午前10時～11時半	田原どんごが丘コミユニティ広場(旧田原幼稚園 横田町)
5月18日(木) 午前9時半～11時	柳生こども園(柳生下町)

持物：母子健康手帳

園都祁保健センター ☎0743・82・0341

月ヶ瀬健康相談室

電話・来所相談(保健師・栄養士) 予約要
とき：平日の午前9時～午後4時半

西部会館2階相談室(学

園月ヶ瀬健康相談室 ☎0743・92・0480

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給額を改定

4月分から次のように変わります※所得制限あり

児童扶養手当(月額)	児童1人の場合	全部支給：44,140円	
		一部：10,410円～44,130円	
児童2人目の加算額	児童2人目の加算額	全部支給：10,420円	
		一部：5,210円～10,410円	
児童3人目以降の加算額(一人につき)	児童3人目以降の加算額(一人につき)	全部支給：6,250円	
		一部：3,130円～6,240円	
特別児童扶養手当(月額)	1級	53,700円	
	2級	35,760円	

園子ども育成課 ☎34・5042

乳幼児のための各種教室・歯科健診

5か月児ばくばく教室(離乳食)
とき：5月17日(水)午前10時～11時15分 ▼ところ：園

西部会館2階相談室(学

はぐくみセンター2階 ▼内容：栄養士による離乳食の話、保健師による子育ての話 ▼定員：令和4年12月生まれの子(第1子)と保護者32組 ▼持物：母子健康手帳、4か月児健診の問診票に同封の離乳食リーフレット等 ☎電話で母子保健課 ☎34・1978へ

令和3年5月生まれの子のむし歯予防のフッ化物塗布
とき：5月19日(金)①午前9時半～10時②午前10時～10時半③午前10時半～11時④午前11時～11時半 ▼ところ：中央保健センター(はぐくみセンター2階) ▼内容：歯科健診、歯みがき指導、フッ化物塗布 ▼定員：各25人 ▼持物：母子健康手帳、毛先が広がっていない歯ブラシ、タオル ☎電話で5月17日までに母子保健課 ☎34・1978へ

小・中学生の子ども医療費等の新資格証の発送について

6月1日から、小・中学生の子ども医療費等は、窓口での医療費の立て替え払いなしに、一部負担金の支

払いのみで受診できるようになります(県内・資格証提示の場合に限る)。それに伴い、対象者に新たな資格証(黄緑色)を発送します。現在の資格証は6月1日以降使用できなくなります。破棄するか、同封の返信用封筒等で返送してください

対象医療制度：①子ども医療費助成制度②ひとり親家庭等医療費助成制度③心身障害者医療費助成制度 ▼送付時期：5月下旬 園③について：福祉医療課 ☎34・4754 その他について：子ども育成課 ☎34・5042

妊婦のための教室・歯科健診

はじめてのママパソコン
とき：①6月9日(金)②7月7日(金)午前10時～正午

内容：保健師・助産師による赤ちゃんや育児についての話、妊婦同士の交流

定員：開催日に妊娠22週未満の初妊婦16人

持物：母子健康手帳 園①

6月2日②30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

◆マタニティー歯つびい チエック

とき：①5月25日(木)②6月15日(木)午前9時半～11時半
 ▼内容：歯科健診、歯みがき指導、フッ化物塗布（希望者のみ）▼定員：開催日におおむね妊娠16週以降32週未満の人28人▼持物：母子健康手帳、タオル
 ①5月18日②6月8日
 【申し込み】はぐくみセンター2階
 ①電話で各締切日までに母子保健課（☎34・1978）へ

シニア

結核住民検診

市の結核患者の8割以上が70歳以上の人です。年に一度は胸部エックス線検査を受けましょう
 とき：5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10人
 ①電話で5月1日～19日に保健予防課（☎93・8397）へ

各福祉センターシルバークーラスががやき

6月～来々年2月（8月は休止）
 東福祉センター（法蓮町）
 とき：第3金曜日の午前10時～11時半
 西福祉センター（百楽園一丁目）
 とき：第1金曜日の午前10時～11時
 北福祉センター（右京一丁目）
 とき：第1金曜日の午後1時半～3時
 南福祉センター（南永井町）
 とき：第3金曜日の午後1時半～3時

内容：コーラスを通じた健康づくり ▼定員：各40人 ▼費用：4千円（8回分）
 ①電話で5月20日までに希望する福祉センターへ。直接来館も可。1人1施設の申込に限る。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡
 ①東福祉センター（☎24・3151）、西福祉センター（☎41・3151）、北福祉センター（☎71・3501）、南福祉センター（☎62・3730）

南福祉センター

〒630-8443 南永井町45-1
 ☎62・3730 FAX62・3780

◆楽しく健活セミナー「ヨログルトのひみつ」^{20P}長

とき：5月31日(水)午後2時～3時 ▼講師：明治の食育担当で管理栄養士の高井紀子さん ▼定員：60歳以上の人30人
 ①5月17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
 ◆暮らしの相談会
 とき：5月23日(火)午後2時～3時 ▼内容：ケアマネジャー、行政書士等による介護保険サービスや成年後見制度に関する相談等（約30分）
 ※希望者のみ個別相談あり
 ▼対象：60歳以上の人とその家族、子育て世帯
 ①当日までに電話か直接同センターへ

東福祉センター

〒630-8113 法蓮町1702-1
 ☎24・3151 FAX27・9028

◆栄養講座「恐いぞ！腸内腐敗高齢者の便秘改善」^{20P}長

とき：5月26日(金)午後1時半～3時 ▼講師：健腸アドバイザーの數字輝さん
 ▼定員：60歳以上の人35人
 ①5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、漏れた人のみ連絡



特殊詐欺編

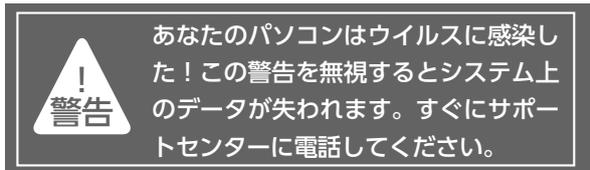
「サポート詐欺」

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

パソコンの使用中、突如不安をおおるような警告画面を表示させ、サポートセンターに電話を促し、金銭をだまし取る詐欺の一つです。幅広い年代で被害者が急増しています。

60代男性、よし夫さん(仮名)のケース

深夜、使っていたパソコンからけたたましい警告音が鳴り、モニターに以下のような警告画面がたくさん表示されました。



マウスもキーボードも全く動かず、困って表示された番号に電話をすると…

ソフトウェア会社を名乗る犯人
 これは悪性のウイルスで、すぐに処置が必要です。こちらから遠隔操作で修復します。料金は25,000円ですので、電子マネーのカードを買って、その番号を教えてください。
 購入後にカードの番号を伝えると、さらに遠隔操作のソフトを入れるよう指示されました。その通りにしたところ、後日犯人からパソコン内をのぞかれ、勝手に操作されてしまい、よし夫さんはWeb上の口座の200万円をだまし取られてしまいました。

防犯のポイント 総合セキュリティ対策用ソフトを準備する／警告メッセージは無視し、表示される電話番号に電話しない／公式のサポート窓口で相談する／警告音はブラウザを閉じる・強制終了で消去可
 修理代金を支払ってしまった。おかしいと思った時は… 電話相談窓口：奈良県警察本部（#9110）

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。

募集

市営住宅等入居者募集

◆募集住宅(定期)

※記載のない場合、募集戸数は各住宅につき1戸。募集住宅は変動する場合があります
 一般向：第2号(東之阪) 2戸、第19号(梅園)、第1号
 コミュニティ(丁R奈良駅前)
 子育て世帯向：第2号(東之阪)、第4号(般若寺)、第9号(紀寺)、第14号(南紀寺)、第1号コミュニティ(丁R奈良駅前)
 多子世帯向：第12号(横井)
 住宅課、各出張所・行政センター、市民サービスセンターで5月1日～15日に配布する申込書に必要事項を書いて、5月15日必着で同課へ送付か持参。5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があります※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)

催し

菊づくり講習会

とき・ところ：5月19日(金) 中部公民館(上三条町)、20日(土) 西部公民館(学園南三丁目) 午後1時半～3時
 ▼内容：大菊の栽培法や仕立て等 ▼定員：20人 ▼費用：テキスト・苗菊の希望者のみ実費 申電話で5月12日までに観光戦略課(☎34・4739)へ。多い場合は抽選

応急手当定期講習

①成人への手当180分(普Ⅰ)

午前の部 午前9時～
 5月20日(土)・28日(日)、
 6月3日(土)・11日(日)・17日(土)
 午後の部 午後1時半～
 5月21日(日)・27日(土)、
 6月4日(日)・10日(土)

②乳幼児への手当180分(普Ⅲ)

午前の部 午前9時～
 5月21日(日)・27日(土)、
 6月4日(日)・10日(土)
 午後の部 午後1時半～
 5月28日(日)、
 6月11日(日)・17日(土)

③救命入門コース90分

午後の部 午後1時半～
 5月20日(土)、6月3日(土)

④上級救命講習(8時間)

午前9時～
 5月30日(火)

ところ：消防局第2庁舎(八条五丁目) ▼内容：心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用法等
 ④は普通救命講習と傷病者の管理法や搬送方法等 ▼
 定員：①②④中学生以上③小学校高学年以上の人各20人程度 申電話で各開催日の10日前までに消防局救急課(☎35・1106)へ

NARA HITOMACHI UNIVERSITY 奈良ひとまち大学
<http://nhmu.jp>

【第467回】 春日山原始林で野鳥ウォッチ
 ～森林浴とさえずりを楽しもう～

【とき】 5月28日(日)午前9時～正午
 【ところ】 春日山原始林周辺
 【定員】 10人

【第468回】 生まれ育った奈良について
 ～喫茶と文化人と高畑町と～

【とき】 6月4日(日)午前10時～正午
 【ところ】 奈良の雑貨とカフェ BAR
 ことのまあかり(小西町)
 【定員】 12人
 【費用】 1,000円

申 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、5月16日必着で奈良ひとまち大学事務局(市生涯学習財団内)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 同大学事務局(〒630-8357 杉ヶ町23 ☎26-5600)

申込等、くわしくはこちらから▶



くわしくはこちら▶



奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中新屋町5
 ☎20・1917

①初夏の風薫る地歌にぎわい邦楽コンサート

とき：5月13日(土)午後2時～3時半 ▼内容：菊聖公一(三絃) 他による地歌演奏 ▼定員：30人 ▼費用

③今様立版古 福田雄一展

とき：4月29日(土)～5月16日(火)午前9時～午後5時 ▼内容：江戸期のペーパークラフト立版古の現代版を展示

②奈良町ヒストリー「幕末の柳生藩家老・小山田主幹」

とき：5月27日(土)午後2時～3時半 ▼内容：幕末の混乱期に藩を支えた人物を紹介 ▼講師：史料研究家の小山田辰さん ▼定員：20人 5月20日

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

④にぎわいの花咲かそう
 6月6日いけばなの日に
 よせし

とき：6月3日(土)・4日
 (日)午前9時～午後5時(3日)は午前10時から公開生け込み。4日は午後4時まで) ▼内容：県華道会による生け花の全館展示

☎電話かEメール(nigiwain.0ie@gmail.com)に、①②の別、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数を書いて、各締切日までに同館へ。多い場合は抽選し、定員に達し次第終了

ボランティアインフォ
 メーションセンター

〒630-8122 三条本町13-1
 ☎93-84335 FAX34-23336

◆NPO設立運営相談会 in
 奈良(予約要)

とき：原則毎月第3水曜日の午後2時～3時・午後3時半～4時半・午後5時～6時・午後6時半～7時半 ▼内容：NPO設立の諸手続きから、会計・税務・労務、事業企画実施、広報等の相談 ▼相談担当：市民活動サークルえんの磯野奈緒さん ▼対象：NPOの立ち上げを考えている人、市

内のボランティア・NPO団体 ☎電話かFAX、Eメール(volunt-info@city.nara.jp)に団体名、氏名(ふりがな)、希望日時、相談内容を書いて同センターへ。申込後、折り返し連絡あり

◆ボランティア入門講座

※ポイント集合同型のみ
 とき：5月27日(土)午後2時～3時半 ▼内容：楽しくボランティアを始めるコツから、ボランティア登録制度の案内まで ▼定員：集合型・20人。在勤・在学も可 オンライン・制限なし

☎集合型・電話かFAX、Eメール(volunt-info@city.nara.jp)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、5月20日午後5時までに同センターへ。多い場合は抽選 オンライン・Eメールに集合型講座と同内容を書いて同日までに申込(講座名の後にオンライン受講希望の記載要)。後日受講招待メールを送信

史料保存館

〒630-8337 脇戸町1-1
 ☎27-0169 月曜日休館

◆特別陳列

ならまち歳時記 薪能

とき：5月2日(火)～28日
 ▼内容：江戸・明治の薪能を展示

◆三条村野神絵馬

とき：5月30日(火)～6月25日(日) ▼内容：江戸時代から続く三条町の野神参りを展示

◆館蔵史料特別公開 大和名所
 とき：5月2日(火)～28日(日) ▼内容：明治36年版行の、市内や大和全体の名所を描いた錦絵風の風景図を紹介

◆元興寺五重塔の焼失

とき：5月30日(火)～6月25日(日) ▼内容：幕末・安政6年の元興寺五重塔焼失について展示

くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町1-3-9
 ◆自然と遊ぶ・自然に学ぶ「くろかみやま 新発見」
 とき：5月28日(日)午前10時～午後3時 ▼ところ：黒髪山キャンプフィールド(奈良阪町) ▼内容：キャンプフィールド探索、さつまいも苗植え、玉ねぎ収穫 ▼講師：ポークスカウト指導者、奈良まほろばネイチャー

ゲームの会他 ▼定員：小学生各40人 ▼費用：千円(教材費・保険料・食材費等含む) ☎5月18日までに専用の申込フォームから電子申請。多い場合は抽選 閏地域教育課(☎34-5471)



申込はこちら▶

青少年野外活動センター

〒630-1241 阪原町25-1
 ☎93-0029

①森のムツレ教室②ストローバレー③フリースタイル
 とき：6月18日(日)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼内容：①小さな生き物たち②梅雨を楽しむ探索、命の水たまり調べ ▼定員：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

平城・相楽ニュータウンまちびらき
 50周年記念事業

まちの愛称「高の原」の記念碑

50周年を記念し、公募により決定したまちの愛称。さらなるまちの発展と末永くこの愛称が受け継がれることを願い、3月19日に、近鉄高の原駅前広場に記念碑を設置しました。



愛称決定までの詳細や、記念事業については特設ページに掲載しています▶



☎同実行委員会事務局(関西文化学術研究都市センター内 ☎93-3571)

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。

なら工芸館

〒630-8346 阿字万字町1-1
TEL 27-00033 FAX 27-9922

工芸制作体験教室（制作基礎技術を学ぶ）

- ①陶芸教室
とき：6月6日～来々年3月5日の火曜日。15回 ▼定員：10人 ▼費用：3万6千円（別途材料費、粘土1kgごとに千円）
- ②一刀彫教室
とき：6月7日～来々年2月28日の水曜日。16回 ▼定員：15人 ▼費用：3万8千400円（別途材料費千円※千支2つの場合）
- ③とんぼ玉教室
とき：6月7日～来々年2月7日の水曜日。10回 ▼定員：10人 ▼費用：2万4千円（別途材料費要）
- ④奈良晒教室
とき：6月9日～9月29日の金曜日。14回 ▼定員：10人 ▼費用：3万3千600円（別途材料費1万2千円）
- ⑤仏像彫刻教室
とき：6月2日～来々年1月19日の金曜日。18回 ▼定員：10人程度 ▼費用：4万3千200円（別途材料費5500円、道具代1万4500円）
- ⑥木工教室
とき：6月10日～来々年2月24日の土曜日。15回 ▼定員：10人 ▼費用：3万6千円（別途材料費2万円、道具代1万7千円）

漆教室

とき：6月4日～来々年2月4日の日曜日。10回 ▼定員：20人程度 ▼費用：2万4千円（別途材料費1万4千円）

金継ぎ教室

とき：6月11日～11月19日の日曜日。6回 ▼定員：20人程度 ▼費用：1万4千400円（別途材料費2万6千円）

※時間は午後1時半～4時半
③午前10時～午後0時半

⑥午前10時～午後1時
往復はがき、FAXに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、FAX番号を書いて、5月16日必着で同館へ。各教室に1人1通限り。多い場合は抽選

日本伝統工芸近畿展 IN 奈良2023入選作品選抜展

とき：5月16日(火)～28日(日)午前10時～午後6時（入館は午後5時半まで。最終日は午後4時まで）

◆常設展示の作品入替等のため、5月9日(火)～14日(日)は臨時休館

奈良町からくりおもちゃ館

〒630-8338 陰陽町7 TEL 26-56556

◆からくりおもちゃ製作体験講座「管人形」を作ろう
とき：5月27日(土)午前10時～

時～正午 ▼定員：小学生以上の人16人※低学年は保護者同伴要 ▼費用：800円 ④往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年も)、電話番号を書いて5月17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

総合福祉センター

〒631-0801 左京五丁目3-1 TEL 71-0770 FAX 71-0773

100P 手話奉仕員養成入門講座

①はじめてコース
とき：6月6日(火)・13日(火)午後1時40分～3時40分。2回 ▼定員：手話学習未経験者50人。在勤・在学も可 ④往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、在勤・在学中の旨を書いて、5月25日必着で同センターへ。多い場合は抽選

入門コース

とき：6月20日～12月5日の毎週火曜日 午後1時40分～3時40分。24回 ▼定員：①を1回以上受講した人40人 ▼費用：3300円 (テキスト代) ④①で希望

者募集。多い場合は抽選

◆手話奉仕員養成基礎講座

とき：6月6日～来々年1月30日の毎週火曜日 午前10時10分～午後0時10分。32回 ▼定員：手話での簡単な日常会話が可能で、おおむね1年間市内で手話活動している人20人。在勤・在学も可 ▼費用：3300円(テキスト代) ④往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、在勤・在学中の旨を書いて、5月25日必着で同センターへ。多い場合は抽選

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1-15 TEL 71-2444

パソコン初級教室

①ワード実務②エクセル実務
とき：①6月10日～7月22日の原則毎週土曜日②6月11日～7月23日の原則毎週日曜日 午後1時～3時。各6回 ▼内容：①タブ・簡条書き・作表・画像等②書式設定・関数・グラフ・データベース等の習得 ▼定員：基本的な文書か表の作成ができる人各15人。在勤も可 ▼費用：各8500円

韓国語教室
①入門②初級③初級Ⅱ④中級⑤中級Ⅱ
とき：①②③④6月8日～8月24日の原則毎週木曜日①午後6時～7時②午後6時半～7時半③午後7時40分～8時40分④7時15分～8時15分⑤6月9日～8月25日の原則毎週金曜日 午後6時半～7時半。各10回 ▼定員：①初心者15人②50時間学習者15人③韓国語検定5級レベル15人④同検定4級レベル10人⑤同検定3級以上レベル10人。在勤も可 ▼費用：①②0円③1万3千782円④1万4千300円⑤1万2千円

ハーパーリウム1日教室

とき：6月7日(水)午前10時～正午 ▼内容：夏を感じるペンダントとボールペンを作る ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：3700円

椅子ヨガ教室

とき：6月14日～8月30日の原則毎週水曜日 午前10時半～11時45分。9回 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：7500円

レザークラフト1日教室

①革アコーディオン財布②革スマホポーチ
とき：6月24日(土)①午前9時半～正午②午後1時～5時 ▼内容：穴が開いたレザーキットで手縫い ▼定員：各6人。在勤も可 ▼費用：①16100円②7500円

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



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

おもてなしの英語初級教室

とき：6月7日～8月30日の原則毎週水曜日 午後7時～8時。10回 ▼内容：観光案内等で役立つ簡単な英語表現を学ぶ ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：1万2千円

往復はがき、Eメール(yo-yaku@wellby-nara.or.jp)に教室名、郵便番号、住所、氏名、性別、電話番号、勤務先を書いて、5月16日必着で同センターへ。各教室に1人1通限り。多い場合は抽選

くわくくはこけいじり▼



ボランティアセンター

〒630-8113 法蓮町1702-1
 ☎26-2270 FAX26-20003

ボラかふえ6月「やってみよう！手話」

50P 水
 とき：6月10日(土)午前10時～正午 ▼定員：30人 甲電話かFAX、Eメール(naravc@citrus.ocn.ne.jp)に件名「ボラかふえ6月」、氏名、電話番号を書いて6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

スポーツ

奈良クラブホームゲーム

とき・対戦相手：①5月13日(土)午後1時・FC大阪②6月3日(土)午後3時・鹿児島ユナイテッドFC ▼ところ：ロートフィールド奈良(法蓮佐保山四丁目) ▼チケット：同クラブ公式ホームページに掲載 同クラブ(☎93-3815 火～金曜日の午前9時～午後6時)



屋外ソフトテニス教室

とき：5月27日からの毎週土・日曜日 午前9時半～11時。10回 ▼ところ：ロート奈良テニスコート(法蓮佐保山四丁目) ▼定員：小学3～6年生30人、成人30人 ▼費用：5千円 甲

往復はがき、Eメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、保護者氏名、性別、電話番号を書いて、5月10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：konoke-school@joy.ocn.ne.jp)へ。直接来館も可(返信用はがき持参)。多い場合は抽選 同同館(☎24-1501)

ロートフィールド奈良の夜間利用について

とき：5月12日(金)・15日(月)・22日(月)午後6時～9時 ▼ところ：ロート奈良主競技場(法蓮佐保山四丁目) ▼その他：球技・トレーニング室は除く。個人利用は当日空いていれば可。午後7時までに受付、支払い(遅れる場合は連絡要) ※器具貸出なし 甲当日の午後5時までに同競技場(☎22-0001)へ

文化情報

「チケット情報」窓口のみの扱い：**奈良市美術館** **北** 北部会館市民文化ホール **南** ならまちセンター **音** 音声

館 学園前ホール ▼インターネットでの扱い：S SCチケット **E** イープラ **S** 楽楽天チケット **L** INEチケット ▼販売：同なら一〇〇年会館・販売初日は電話(☎34-0111) Web(nara100online Ticket)のみ **友** 友の会特典あり **チ** チケット **あ** ローソンチケット **CN** プレイガイド

「各館の休館日」特に記載がない場合は、5月15日(月)・22日(月)・29日(月)・6月5日(月)

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-2
 ☎FAX27-16889

◆入江泰吉と奈良ゆかりの人々～吉兆店主 湯木貞一氏について～
 とき：5月28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：500円 **編** 5月20日

入江泰吉を語り継ぐ～入江泰吉記念館のこと～

とき：6月4日(日)午後2時～3時 ▼講師：写真師(日本広告写真協会会友)の小

棟勉さん ▼定員：成人20人 ▼費用：500円 **編** 5月27日

甲電話かFAX、Eメール(itetaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp)に講座名、住所、氏名、年齢、連絡先を書いて、各締切日までに同館へ。多い場合は抽選 **入館料** 200円(別途要)

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。



友だち登録はこちら▶

編 秘書広報課 (☎34-4710)

受信設定からアンケートに答えるだけで登録できます



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

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。

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1
☎34-0100 (火曜日休館)

◆しまじろうコンサート 2023
夏公演『しまじろうと
りのきかんしゃ』

とき：7月8日(土)午前11
時・午後2時・4時40分

費用：全席指定3480
円 ▼チケット：[目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#)

◆5月18日午前10時発売開
始※3歳未満は膝上鑑賞可。
席が必要な場合有料 [目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#)

コンサートお客様窓口(☎
0120・988・883)

◆秦基博コンサートツアー
2023

とき：7月15日(土)午後5
時半 ▼費用：全席指定7
700円 ▼チケット：[目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#)

◆モバイルサイト
GREENS チケット 5月20
日(土)午前10時発売開始※小
学生以上有料。未就学児は
膝上鑑賞可。席が必要な場
合有料 [目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#) GREENS (☎

06・6882・1224)

◆仮面ライダースーパー
イブ 2023

とき：8月26日(土)午前10
時半・午後2時 ▼費用：
全席指定3500円 ▼チ
ケット：[目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#) 奈良テレ

◆放送 5月13日(土)午前10時
発売開始 [目](#)[回](#)[放](#)[送](#)[局](#) (☎
24・2958)

◆MYSTERY NIGHT
TOUR 2023 稲川淳二の
怪談ナイト

とき：10月14日(土)午後5
時 ▼費用：全席指定。前
売6600円※未就学児入
場不可 ▼チケット：[目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#)

◆5月7日(日)午前10時発売開
始 [目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#) セブンチケット
メイシヨン (☎0570・200・
888)

◆奈良の魅力再発見 能楽
普及事業なら一〇〇年会
館ごどもお能グループ

とき：6月〜来年3月の
月曜日 午後5時半〜7
時 ▼講師：能楽シテ方金
春流能楽師で重要無形文化
財能楽総合保持者の金春康
之さん ▼対象：小学2〜
6年生(平成27年4月2日
生まれ〜平成23年4月1日
生まれ) ▼費用：月2千
円 [申](#)往復はがきに講座
名、氏名(ふりがな)、学年、保
護者氏名、住所、電話番号
を書いて、5月26日必着で
同館へ。同館ホームページ
応募フォームからも可

北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎71-5747

◆山口朋子さんの詩64癒しの
和楽器コンサート

とき：6月4日(日)午後2
時 ▼出演：山口朋子さん
(箏・三絃)、山口箏山さん・
実藤慎山さん(尺八)、前川
典子さん(打楽器)、絲朋社・
朋の会会員他 ▼曲目：島
唄・楳枕・和楽器のための
童夢他 ▼費用：5000円。
全席自由 ▼チケット：[目](#)[回](#)[ピ](#)[e](#)

◆発売中。電話申込も可

音声館

〒630-8335 鳴川町32-1
☎27-7700 (月曜日休館)

◆いきいき歌おう！

とき：月1回指定の金曜
日①午前10時半〜11時45分
②午後1時〜2時15分③午
後2時45分〜4時 ▼内容
：童謡、唱歌、歌謡曲を
ピアノに合わせて歌う ▼定
員：50歳以上の人各60人程
度 ▼費用：1回千円 [申](#)

往復はがきに講座名、住
所、氏名、年齢、電話番号、
の別(第1・2希望)を書
いて、5月16日必着で同館

リニア通信



**リニア看板のデザインが
新しくなりました!**



市ではより広くリニア中間駅誘致をPR
するため、市内に看板や横断幕を掲げてい
ます。この度、デザインを一新し、近鉄奈
良駅行基前広場、JR 奈良駅東口階段、ロ
ートフィールド奈良に掲出しました。近くを
通りかかった時には、ぜひ注目してくださ
い。

☎ 観光戦略課 (☎34-5607)

へ。はがき1枚につき1人

◆子ども邦楽・和裁教室

とき：5月〜来年3月の
原則第4土曜日 午前9時
半〜正午のうち約60分。12
回 ▼定員：新小学3年生
〜6年生若干名 ▼費用：
1万4200円(楽器レン
タル料含む) [縮](#)5月16日必
着

◆子ども和裁教室

とき：6月〜翌年3月の
原則第2土曜日 午後1時
〜2時半。10回 ▼定員：
小学3年生〜中学3年生約
10人 ▼費用：1万円(教

材費含む) [縮](#)5月31日必着

◎体験会

とき：5月20日(土)午後1
時〜1時45分・2時〜2時
45分 ▼定員：各10人 ▼
費用：5000円

[申](#)専用の申込フォームから
電子申請。多い場合は抽選





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

ならまちセンター

〒630-8362 東寺町 38 ☎ 27・1151
 (月曜日休館)

◆奈良を愛する人たちに
 作品展

とき：5月17日(水)～28日
 (日)午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで) ▼内容：奈良の美しさをテーマにした絵画等の作品展

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 (月曜日休館)

◆「奈良を観る」写真で振り返る昭和時代「展」ボランティア募集

とき：6月15日(木)～24日
 (土)午前10時～午後1時半・午後1時半～5時半 ▼内容：会期中の監視・展覧会業務補佐等 ▼対象：18歳以上の入館者 申同館ホームページの専用申込フォームか、FAX、目録等に備え付けの応募用紙に住所、氏名、電話番号、活動可能日と時間を書いて5月25日必着で同館へ

杉岡華邨書道美術館

〒830-8337 脇戸町 3 ☎ 24・4111

◆「杉岡華邨生誕一〇〇年 五鳳と華邨ー共に咲く師弟の歩みー」展

とき：5月27日(土)～9月24日(日) ▼内容：師・日比野五鳳の作品とともに、同時代の華邨作品を紹介(期間中展示替えあり)

◆書道実技講座「うちわに書こう」

とき：6月25日(日) ①正午 ②午後2時 ▼講師：日展会友の秋山英津子さん ▼定員：各10人程度 ▼費用：千円 ③往復はがき、FAX、Eメール (shodou@m3.kcn.ne.jp) に講座名、〇の別、住所、氏名、電話番号を書いて、6月16日必着で同館へ。多い場合は抽選

◆作品解説会
 とき：5月20日(土)午後2時 ▼内容：開催中の「成田山書道美術館所蔵 松崎コレクシヨンの古筆と古写経」展の解説

◆筆書き体験コーナー
 とき：5月20日(土)・21日(日) 午前9時～午後5時 ▼内容：墨を使わず、水で書ける紙を使い手軽に書道体験

【費用】一般300円、団体(20人以上)240円。16歳未満、高校生、市在住の70歳以上の入館者(手帳要)と介護者は無料

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せください

■7月開講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：5月1日(月)～29日(月) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原一丁目)

■兵庫県婦人手工芸協会 県外会員創作展in奈良
 とき：5月10日(水)～13日(土) 午前10時半～午後5時(初日は午前11時半から、最終日は午後4時まで) ▼ところ：市美術館(二条大路南一丁目) 同協会の大竹さん(☎080・5305・7902)へ

市) ▼訓練科：①住環境コーディネイト科②金属加工技術科(企業実習付)③CAD/NC技術科④電気設備技術科 ▼訓練期間：7月3日～12月25日 ▼定員：①②各6人③④各16人 ▼費用：要 同同センター(☎0744・22・5226)

優良運転者を表彰します
 内容：県交通安全協会各支部表彰、ベストドライバ、緑十字銅章、近畿交通栄誉章 ▼申請期間：5月10日(水)～31日(水)午前8時半～正午、午後1時～5時 同安協奈良支部(☎20・0110)、同西支部(☎49・0110)、同天理支部(☎0743・62・0110)

手話は言語です ～「災害」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。

「災害関連標準手話ハンドブック」を知っていますか。これは東日本大震災をきっかけに、被災したろう者への情報伝達や、今後の災害発生に備えて作成されました。専門用語やカタカナ語等の標準手話単語が作られることにより、情報伝達がスムーズにできるようになりました。

このハンドブックは、全日本ろうあ連盟のホームページに掲載されていますので、ぜひ他の手話単語も確認してみましょう。

覚えてみよう! 「耐震」

左手を立て、右手2指を上に向けて折り曲げ、左下へ強く下ろす



出典：全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習事典Ⅱ」

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。

- 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

■平城宮「ぎやう」館歴史講座
「恭仁宮跡」について

とき：6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 ①平城宮跡管理センター(☎36・8780)へ

■「歌声サロン」～繋げよう絆、もう一度歌の力で！～

とき：5月13日(土)午後1時半～3時半 ▼ところ：中部公民館(上三条町) ▼費用：要 ①「和音」の太田さん(☎090・3263・5363)

■オストメイトの人への個別相談会

とき・ところ：①5月16日(火)午前9時～正午・西部公民館(学園南三丁目) ②20日(土)午前9時～正午・県社会福祉総合センター(橿原市) ③日本オストミー協会奈良県支部(☎090・2110・5032)

■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：①5月18日(木)・北部会館(右京一丁目) ②19日(金)・西部公民館

(学園南三丁目) ③24日(水)・中部公民館(上三条町) ④25日(木)・県人権センター(大安寺一丁目) 午前9時半～11時半 ⑤電話で同人材センター(☎50・4004)へ

■宮下農園・まんまるマルシェ

とき：5月21日(日)午前10時～午後3時 ▼ところ：平城第4号近隣公園(神功池公園・神功三丁目)、神功小学校跡地(神功二丁目) ⑥同実行委員会(Eメール: jpd.odc4748@yahoo.co.jp)

■ウクライナ支援・歌声フェスティバル

とき：5月24日(水)午後2時～▼ところ：学園前ホール(学園南三丁目) ▼定員：150人 ⑦歌声広場クローバーの会(☎090・6754・0268)

■第2回 未来のおとながつかる！パークマーケット

とき：5月27日(土)午後1時～9時 ▼ところ：右京三丁目1号街区公園(ピエロ公園・右京三丁目) ⑧同実行委員会(Eメール: koparkmarketing@gmail.com)

■平城宮跡歴史文化講座「聖武天皇の生涯―即位まで」

とき：5月27日(土)午後1時半～3時 ▼ところ：平城宮跡資料館(佐紀町) ▼定員：200人 ▼費用：要 ⑨5月14日 ⑩平城宮跡サポートネットワーク(☎34・7713)

■奈良再発見・歴史と自然！ロマンが眠る古墳コース

とき：5月28日(日)午前9時半～正午 ▼ところ：近鉄平城駅南側出口集合 ▼定員：24人 ▼費用：要 ⑪5月23日までに「ならなぎ」の玉尾さん(☎06・6726・4646)へ

■奈良・高の原ふれあいマルシェ

とき：5月28日(日)午前10時～午後4時 ▼ところ：平城第4号近隣公園(神功池公園・神功三丁目) ⑫同実行委員会(☎080・6122・2727)

登録者、ぞくぞくと増えています。

「ピアッザ」で身近な情報を交換しませんか？

同じまちに暮らす人同士が情報を共有できる、地域コミュニティアプリ「ピアッザ」。3月に奈良市エリアがオープンし、多くの市民同士の交流が生まれています。ぜひ、まちの到着情報に触れてみませんか。

こんな投稿がありました(コメントやいいね！もできます)



おすすめの大きな公園を知りたいです。できれば大きなすべり台がある公園を教えてくださいませんか。



明日▲▲エリアでフリーマーケットがあるみたいです。ふらりと見に行っても楽しそう。

他にも、近隣のお店のオープンやお祭り・お花見情報等も投稿されました。

3つのStepで簡単に登録できます

- Step1: アプリをダウンロード
- Step2: メールアドレス等でアカウントを登録
- Step3: プロフィールを入力し、【奈良市エリア】を選択

くわしくはこちら▼



【問合せ】秘書広報課(☎34-4710)



まちで話題のグルメやスポット・イベント情報の交換から、不用品の回収まで。利用者同士で交流し、奈良での暮らしを楽しみましょう。

5月31日まで実施中。ハッシュタグキャンペーン #ENJOYNARA

ハッシュタグをつけて、「あなたにとっての奈良市の魅力(スポット、お気に入りの景色、食べ物等)」をぜひ投稿してください(投稿内容は、今後市の広報で活用する場合があります)。

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

■坂口紀代美記念館講演会
 「日本人のこころの根源へ」
 京都大学佐伯啓恵氏

とき：5月28日(日)午後2時～4時 ▼ところ：奈良公園バスターミナルレクチャーホール（登大路町）
 岡同館の坂口さん（☎ 23・2343）

■中途失業者等生活訓練の指導員を派遣します

対象：在宅の視覚障害1級か2級の人 目 6月23日までに障がい福祉課（☎ 34・4593）へ

■身体障害者補助犬（盲導犬・介助犬・聴導犬）を貸与します

対象：盲導犬・視覚障害1級の人 介助犬・肢体不自由1級か2級の人 聴導犬・聴覚障害2級の人 目 5月26日までに障がい福祉課（☎ 34・4593）へ

■労働相談会（解雇・賃金問題・パワハラ等）

とき：原則毎月第2木曜日午後3時～4時 ▼ところ：県総合庁舎（法蓮町）
 申前々日の午後4時半までに奈良労働委員会事務局（☎ 20・4431）へ

■年次有給休暇を取りやすい環境づくりに取り組みましょう

新しい働き方・休み方のスタイルの定着には年次有給休暇の計画的付与制度や、時間単位の年次有給休暇の活用が効果的です。事業者のみなさんは導入を検討してください
 岡奈良労働局雇用環境・均等室（☎ 32・0210）

善意銀行2月分（敬称略）

- 【一般】奈良市ボランティア連絡協議会 5万円 ▶ 尼ヶ辻甘壤寿会 126,239円
- 【指定】東市地区万年青年クラブ連合会 91,887円 ▶ 北出英数（針ヶ別所町）10万円

岡市社会福祉協議会（☎ 93-3100）

県内初！
 消防団でドローンが活用されています



▲市消防団情報収集部隊の隊員

【問合せ】消防局総務課（☎ 35-1199）

山間地等の地上から接近が難しい場所での災害に備えて、ドローンを使って空から状況を把握する部隊を、市消防団内に組織しました。今まで災害状況の確認は、団員が現場で目視していましたが、ドローンを使うことで安全・迅速に対応できることが期待されています。

部隊名「奈良市消防団情報収集部隊」

- ・1班あたり5人（内4人はドローン有資格者）×2班
- ・市内全域が活動範囲。他都市から要請があれば、状況により出動



くわしくは
 こちら▶



消防団員を募集しています

市では災害の多様化に合わせて、臨機応変な消防団を目指し、ドローンの運用等、新たな取り組みを進めています。ぜひ一緒に新しい消防団を作りませんか。



消防団入団について
 問合せ（Eメール）
 はこちら



◀女性団員の募集はこちら



学生団員の募集
 はこちら▶



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。

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
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 5/27 辻村泰範さん、6/24 岡島永昌さん、 7/22 倉橋みどりさん 10:00～12:00(3) ◎成人 180人 ¥2,000円	5/16
染織デザインのあれこれ	染織品の文様について学ぶ(立命文華会共催講座) 講師:武庫川女子大学助教の加茂瑞穂さん 5/20 13:30～15:00 ◎成人 ¥500円	申込不要
奈良学セミナー(前期)	6/4 説田晃大さん、7/30 西山厚さん、 8/20 相原嘉之さん、9/10 吉澤悟さん 10:30～12:00(4) ◎成人 250人(在勤も可) ¥800円	5/23
脱プラ博士になろう! 実践編	プラスチックに頼りすぎない暮らし方を学ぶ 6/10、7/8、8/5 13:00～16:00(3) ◎小・中学生 20人 ¥1,500円	5/25
みんなでつくろうクレイアニメ!	ストーリーを考えアニメーション作品をつくる 6/10、7/8、8/5 13:00～16:00(3) ◎小・中学生 9人 ¥3,000円	

月ヶ瀬公民館

〒630-2302 月ヶ瀬尾山 2815
 ☎・FAX 0743-92-0346

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬一メシルチャンアチー	月ヶ瀬の梅を使って砂糖漬けと梅エキスを仕込む 6/7 10:45～12:30 ◎成人 10人(在勤・在学も可) ¥600円	5/25
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬一梅干しー	梅採り体験をして、梅干しを漬ける 6/14 10:30～14:00 ◎成人 15人(在勤・在学も可) ¥1,200円	6/6

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
 ☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
つげ体験セミナー(春季寄せ植え)	春の花を使って寄せ植えを楽しむ 5/27 13:30～15:00 ◎成人 15人(在勤・在学も可) ¥1,500円	5/17
プチ田舎暮らし・都祁一ゆったり古代米ー	古代米作りを楽しむ 6/3、7/8、8/5、10/21、11/12 原則 9:30～12:30、12/2 11:00～14:00(6) ◎成人 10人(在勤・在学も可) ¥2,000円 場所:羽間農園(都祁南之庄町)	5/24
都祁散策(ナイトハイク-田の虫送りー)	小倉町の虫送り松明行列に参加し史跡を見学 6/16 16:00～20:30 ◎成人 15人(在勤も可) *現地・集合解散	6/6

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目 9
 ☎・FAX 43-5386

講座名	開催日・内容	締切
詳しく聞きたい!教育費・保険・投資のこと	5/31、6/7、6/21 13:30～15:00(3) ◎未就学児の保護者 10人 *託児可	5/20

*託児…生後6か月～就園前。事前申込要

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
すくすくタイム～親子でリトミック～	講師:体操指導インストラクターの山本三歌代さん 5/26 10:30～11:20 ◎0～2歳児と保護者 15組(2人1組)	5/18

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・FAX 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
糞虫王子と謎解き!糞虫館と奈良公園	親子でならまち糞虫館見学とフィールドワーク 5/27、6/3 10:00～12:00(2) ◎小学生と保護者 20人 ¥大人 300円、子ども 100円	5/16

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
地域の歴史をさぐる	京終の寺社、古墳、産業の歴史と文化を学ぶ 講師:元興寺文化財研究所研究員他 5/27、6/24、7/22 10:00～12:00(3) ◎成人 30人	5/16

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
見て知る!フードバンク	施設の見学や、食品の仕分け作業の模擬体験 6/3 14:00～15:30 ◎成人 12人 場所:フードバンク奈良六条事務所(六条二丁目)	5/23

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
古典文学講座	遣新羅使人等歌群を読む 講師:同志社大学嘱託講師の中川明日佳さん 5/30、6/27、7/25、9/26、10/31 10:00～11:40(5) ◎成人 60人 ¥500円	5/20
75歳からのハツラツ脳トレ	脳を刺激するトレーニングと簡単なイス体操 6/7、6/21、7/5、7/19、8/2、8/30、9/13、9/27 9:30～10:30(8) ◎おおむね 75歳以上 30人(在勤も可) 50P ポ	5/24
60歳からの筋活脳トレ	脳トレと筋力アップを目指すイス体操 6/7、6/21、7/5、7/19、8/2、8/30、9/13、9/27 11:00～12:00(8) ◎おおむね 60歳以上 30人(在勤も可) 50P ポ	
サロンコンサート(入場自由)	◆相撲甚句五月場所 平城山相撲甚句会による五月場所のよもやま話や、哀調ある相撲甚句を聞く 5/21 14:00～15:00 ◆歌える喜びを皆様と共に ならみなみハーモニーによるオペラの歌唱や歌謡曲等の合唱 5/27 14:00～15:00	申込不要

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
せいぶ大人の学舎	主体的な学びを楽しみ交流を深める 6/10からの原則第2土曜(8月は休み) 原則 10:00～12:00(8) ◎成人 60人(在勤・在学も可) ¥500円	6/1

【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 [生涯学習財団ホームページ](#)▶



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。

ホ 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。

平城西公民館

〒631-0804 神功四丁目25
☎・ℹ 71-5711

講座名	開催日・内容	締切
りらくす YOGA タイム	頑張らない、初心者向けヨガの体験 6/2、6/16、6/30 10:00～11:30(3) ◎成人15人(在勤も可) ¥500円	5/20
懐かしの 映画会 in 右京	映画「雨に唄えば」の上映 6/1 14:00～15:50 ◎成人(在勤も可) 場所：右京地域ふれあい会館(右京三丁目)	申込 不要

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目9-1
☎・ℹ 71-9677

講座名	開催日・内容	締切
すくすく 広場	親子のための読み聞かせ、ワークショップ等 5/19～来年3/15の奇数月の第3金曜 13:00～15:00 ◎未就園児と保護者 入場自由	申込 不要

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
回想法で こころ ほっこり	みんなで思い出を語って認知症予防 5～12月の第4金曜 13:30～15:00(8) ◎65歳以上12人(在勤・在学も可)	5/16
de 愛 みあとサロン	ハーモニカアンサンブル片桐によるコンサート 5/20 13:30～15:00 ◎入場自由	申込 不要
都跡 歴史講座	講師：奈良文化財研究所の馬場基さん、箱崎 和久さん 6/17、7/15 13:30～15:00(2) ◎成人35人(在勤・在学も可)	6/1

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
自分時間を たのしむ	講演会や体験型学習、班活動を通じた交流等 5/19からの原則第2金曜 原則13:30～15:30(10) ◎成人30人 ¥500円	5/10

柳生公民館

〒630-1237 柳生町340
☎・ℹ 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
川の生物を 調べよう!	柳生の川で水生生物の観察、自然観察を行う 5/20 9:30～12:00 ◎小学生15人	5/12
プチ田舎暮 らし・柳生 チャレンジ! 茶摘み体験	摘んだ茶葉でお茶作りと新芽を使った料理実習 5/27 10:30～13:00 ◎成人10人(在勤・在学も可) ¥1,200円	5/19
墨とあそび 書道	書道の知識や歴史等を学び、作品を作る 6/10、6/17、6/24、7/1、7/8 14:00～16:00(5) ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥1,000円	5/31

若草公民館

〒630-8202 川上町575
☎・ℹ 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
楽しい ボタニカル アート	初心者向けに植物画の描き方を基本から学ぶ 6/16からの第3金曜(8月は休み) 13:30～15:30(5) ◎成人10人 ¥2,000円	6/7

登美ヶ丘公民館

〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目4162-81
☎・ℹ 43-7431

講座名	開催日・内容	締切
ひとみ学級	さまざまなテーマの学習を楽しみ交流する 5/26からの原則第4金曜(8月は休み) 原則10:00～11:30(8) ◎65歳以上40人 ¥500円	5/16
女性 セミナー	見識を深めながら楽しく仲間づくり 6/13からの原則第2火曜(8月は休み) 原則10:00～11:30(8) ◎成人女性40人 ¥500円	5/31

登美ヶ丘南公民館

〒631-0013 中山町西二丁目921-1
☎・ℹ 47-6375

講座名	開催日・内容	締切
生地から 作ろう! 男のおかず パン	家庭でも作れるハンバーガーとピザ作り 5/20、6/3 9:30～13:00(2) ◎成人男性12人(在勤・在学も可) ¥1,600円	5/10

南部公民館

〒630-8434 山町27-1
☎・ℹ 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
子育てひろば IN南部 ～ふれあい 音楽あそび～	親子でミュージックケアを楽しむ 6/17 10:30～11:30 ◎未就学児と保護者13組(最大30人)	6/8
大人が 楽しむ 絵本時間	大人向けの絵本の読み聞かせと交流会 6/21 10:00～11:30 ◎成人15人(在勤・在学も可)	

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町3684
☎・ℹ 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
デジカメ 入門講座	デジカメの基本操作や構図の選び方を学ぶ 5/31、6/7、6/21、7/5 14:00～16:00(4) ◎成人20人(在勤・在学も可)	5/20
あそびの がっこう ～パパと あそぼう～	ウォークラリーや工作、運動会を楽しむ 6/10、7/8、8/5、9/9、10/14 10:00～12:00(5) ◎小学生と父親10組(2人1組)	5/24
二名きらめき 体操	健康寿命を延ばす健康体操 6/9～12/8の第2金曜(8月は休み) 14:00～15:00 ◎65歳以上 ¥1回100円	申込 不要

平城公民館

〒631-0811 秋篠町1468
☎・ℹ 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
シニア 映画会	映画「2001年宇宙の旅」の上映 5/19 13:30～16:00 ◎60歳以上(在勤も可) 入場自由	申込 不要
へいじょう 青空絵本の ひろば	絵本の展示・読み聞かせ 5/20 10:00～15:00 ◎未就学児と保護者 入場自由	
平城 生涯学習 セミナー	健康、音楽、館外学習等テーマを決めて学ぶ 5/25からの原則第4木曜(8・12月は休み) 原則9:30～11:30(9) ◎50歳以上30人(在勤も可)	5/16
落語入門	落語のいろはを学び、演じる 5/28からの原則第4日曜 9:30～11:30(5) ◎成人10人(在勤・在学も可)	5/18
平城おやこ チャレンジ クラブ	親子でパラリンピック正式種目のポッチャに挑戦 6/17 10:00～12:00 ◎小学生と保護者10組(2人1組・在学も可)	6/7



Pick Up!

おたふくかぜの予防接種

主な症状は、耳下腺の腫れと痛み、発熱です。まれに感音性難聴を起こすことがあり、有効な治療法がないため予防接種は大切です。一部費用を助成しますので、接種を検討してください。

！注意！

おたふくかぜ予防接種は任意の予防接種です。保護者の人は、予防接種による効果と副反応を理解し、子どもに接種を受けさせるかどうか判断してください。

【対象者】 接種当日、市内に住民登録のある1～2歳までの人（2歳の誕生日前日まで）

※既にかかった人は対象外。既に接種を受けた分の返金はできません

【助成額】 3,000円 ※接種費用から3,000円を引いた金額を医療機関の窓口で支払い

【実施場所】 市協力医療機関（市ホームページに掲載）

※市内の協力医療機関以外で接種を受ける場合は、返金等の助成は受けられません

【持物】 母子健康手帳、本人確認書類（市在住の証明用）

【申請方法】 市の協力医療機関に備え付けの申請書に記入（事前手続きは不要）

予防接種を
受けましょう

《成人用23価肺炎球菌》

日常的に生じる成人の肺炎のうち、4分の1から3分の1は肺炎球菌が原因と考えられています。約90種類ある肺炎球菌のうち、発症頻度の高い23種類をこのワクチンで予防します。



！注意！

今までに接種を受けた人が再度接種を受けると、**全額自己負担**になります。接種歴が不明な人は、必ず接種前に健康増進課へ問合せください。

まだ接種して
いない人限定

高齢者向け



【接種期間】 4月1日～来年3月31日

【接種費用】 自己負担3,000円

※生活保護世帯か中国在留邦人等支援給付の受給世帯に属する人で、事前に保護課で「保護受給証明書」か「中国在留邦人等支援給付に係る証明書」の交付を受け、接種当日に持参した場合、接種料金は免除

【持物】 健康保険証等、
本人確認ができる書類

申込

電話で市内登録医療機関へ。
※市から個別通知は送付しません

令和5年度の対象者

※誕生日を迎える前に受けることができます。早生まれの人は注意

65歳	昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ
70歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ
75歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ
80歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ
85歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ
90歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ
95歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ
100歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれ

以下の人は健康増進課（はぐくみセンター3階）か都祁保健センター窓口で事前の手続き要。事前に健康増進課へ問合せください

①接種当日満60歳～65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する人、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人で、接種を希望する人

②やむを得ず市外（県内）で接種を希望する人

※県外接種を希望の場合は、健康増進課でのみ申請手続き可。医療機関に提出する依頼書のみ発行。費用は全額自己負担





令和5年度

子どもの 定期予防接種

【対象】
接種時、市に
住民登録がある人

【実施場所】
市登録医療機関
(市ホームページに掲載)



★市外や県外で接種を希望する場合は事前に手続き要

①母子健康手帳②健康保険証等、本人確認ができる書類③予防接種予診票綴り

持 物

※日本脳炎第2期・特例措置対象者、二種混合、ヒトパピローマウイルス感染症の予診票は医療機関に用意あり。
転入、紛失等で予防接種予診票綴りがない場合は健康増進課へ問合せ要

至るまで・未満 = 誕生日の前日まで

予防接種名		対象者	標準的な対象年齢	接種回数	
ヒブ感染症 小児肺炎球菌感染症		生後2か月～ 5歳に至るまで	接種開始が、 生後2～7か月に至るまで	接種開始年齢に より異なります	
B型肝炎		生後1歳に至るまで	生後2・3か月 生後7～8か月	初回2回 追加1回	
ロタ ウイルス	ロタリックス	出生6週0日後～ 24週0日後	生後2か月～	2回	
	ロタテック	出生6週0日後～ 32週0日後		3回	
BCG(結核)		1歳に至るまで	生後5～8か月	1回	
4種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷 風・ポリオ)またはポリオ		生後2か月～ 7歳6か月に至るまで	生後2～12か月 初回3回目終了後 12～18か月	第1期	初回3回 追加1回
二種混合 (ジフテリア・破傷風)		11歳～13歳未満	小学6年生 (平成23年4月2日～ 平成24年4月1日生まれ)	第2期	1回
水痘(水ぼうそう)		1歳～3歳に至るまで ※既に水痘にかかったことが ある人は対象外	1歳～1歳3か月までに 初回接種を1回 初回接種終了後6～12か 月までの間隔で1回	2回	
麻しん・風しん(MR)		1歳～2歳に至るまで 平成29年4月2日～ 平成30年4月1日生まれ	年長児(小学校就学前)	1回	
日本脳炎(※1)		生後6か月～ 7歳6か月に至るまで 9～13歳未満	3歳 4歳 小学4年生 (平成25年4月2日～ 平成26年4月1日生まれ)	第1期 第2期	初回2回 追加1回 1回
ヒトパピローマ ウイルス感染症(※2)		小学6年生～ 高校1年生相当の女子	中学1年生	ワクチン・年齢に より異なります	

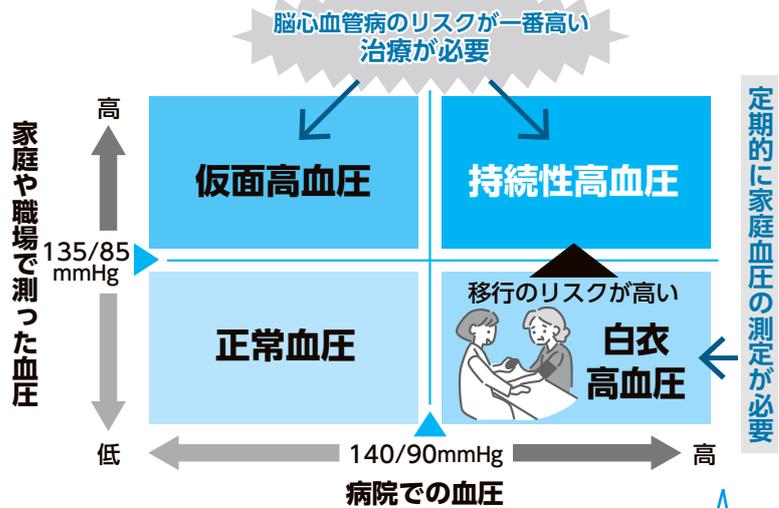
(※1) 平成15年4月2日～平成19年4月1日に生まれた人で、20歳の誕生日前日までであれば、特例措置として無料で接種できます

(※2) 積極的勧奨を差し控えていたため、接種の機会を逃した平成9年4月2日生まれから平成19年4月1日生まれの人はキャッチアップ接種対象者となり、令和7年3月31日まで接種ができます

【問合せ】健康増進課 (〒630-8122 三条本町13-1 はぐくみセンター3階 ☎0742-34-5129)

高血圧(140/90mmHg以上)は、脳卒中や心臓病等、生命に関わる病気の最も主要な原因となっています。現在、日本の高血圧患者(推定約4,000万人)のうち、実際に治療を受けているのはわずか2割(約800万人)とされています。この機会に自分の血圧をチェックし、高血圧を予防しましょう。

まずは自分の血圧をチェックしましょう



家庭血圧のススメ

健診や病院で測ったときは正常値でも、自宅で測ると高い「仮面高血圧」の人がいます。この人は高血圧と診断されず、見落とされることがあります。血圧は高くても、自覚症状がほとんどないため、日頃から家庭で血圧を測定することが大切です。

家庭血圧の基準 収縮期血圧(上) 135 mmHg / 拡張期血圧(下) 85 mmHg

家庭血圧のいいところ

- 毎日継続して測ることができる
- 日中の変動や季節による変動が分かる
- 高血圧の診断に役立つ
- 薬の持続時間が分かる
- 薬の効果がどの程度あるか分かる

健康管理のススメ

① 血圧を測る

- ◎ タイミングは朝と夜の2回
(朝) 起床後1時間以内、排せつ後、朝食前
(夜) 就寝前、すべての飲食終了後
- ◎ 1～2分安静に
- ◎ 上腕で測るタイプがおすすめ
- ◎ いすに腰かけ、腕帯(カフ)は心臓と同じ高さで



② 記録をつける

専門スタッフが健康づくりをサポートする「SmaNARA 健康6か月チャレンジ」を活用して、血圧記録をつけましょう。記録を健康増進課に提出すると、奈良市ポイントを付与します。



参加方法等、くわしくはこちら▲

高血圧予防のコツ

～できるところから始めよう～

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 減塩を心がける | <input type="checkbox"/> 肥満の解消 |
| <input type="checkbox"/> 野菜や果物、低脂肪乳製品等を摂る | <input type="checkbox"/> ウォーキング等の運動をする |
| <input type="checkbox"/> 飽和脂肪酸・コレステロールを抑える(脂身の多い豚肉・牛肉、バター、生クリーム等) | <input type="checkbox"/> 節酒 |
| | <input type="checkbox"/> 禁煙 |
| | <input type="checkbox"/> ストレスの解消・軽減 |

パネル展示も実施しています

5月31日(水)まで
はぐくみセンター1階
5月15日(月)～19日(金)
市庁舎1階連絡通路

【問合せ】健康増進課 (☎ 0742-34-5129)

5月31日は世界禁煙デー

禁煙週間 | 5月31日～6月6日



なくそう! 受動喫煙

受動喫煙とは、本人がたばこを吸っていないくても、他の人が吸う際に立ちのぼる煙や、吐き出す煙を吸い込んでしまうことをいいます。望まない受動喫煙をなくすため、新しい喫煙ルールとして「改正健康増進法」が全面施行

されています。喫煙は、**たばこを吸う人はもちろん、吸わない人にとっても大きな健康リスク**になります。新しい喫煙ルールをしっかりと守り、受動喫煙のないまちを目指しましょう。

改正の概要

多くの人が利用する施設等における喫煙の禁止等

1 学校、児童福祉施設、病院、行政機関、タクシー・バス等、航空機の内部



令和元年7月から敷地内禁煙となりました（タクシー・バス等、航空機の内部は令和2年4月から）
 ※以下の措置が取られた場合は、喫煙場所を設置することが可能
 ●喫煙場所が区画されている
 ●喫煙場所を記載した標識が掲示されている
 ●施設を利用する者が通常立ち入らない場所に設置されている

2 1以外の多数の者（2人以上の者）が利用する施設、フェリー・遊覧船等、鉄道の内部

令和2年4月から、以下のいずれかを選択できるようになりました
 ●屋内禁煙 ●禁煙専用室を設置
 ●加熱式たばこ専用の喫煙室を設置

3 既存の飲食店のうち、経営規模の小さい店舗（個人か中小企業が運営する、客席面積100m²以下の飲食店）

令和2年4月以前に開店していた場合、以下のいずれかを選択できるようになりました
 ●屋内禁煙 ●喫煙可能（市への届出が必要）

知っていますか？ たばこの「新ルール」～加熱式たばこは安全？～

NOTE



近年、利用者が増えている加熱式たばこは、紙巻きたばこに比べて有害成分が少ないと言われていますが、**ゼロではありません**。発がん性物質をはじめ、多くの有害成分が含まれています。加熱式たばこを吸う人が吐き出した煙（正確にはエアロゾル）でも受動喫煙は生じ、どの程度健康への影響があるかはまだ明らかではありません。

喫煙・受動喫煙のリスクを再確認しましょう

たばこには、5,300種類以上の化学物質と70種類以上の発がん物質が含まれています。脳卒中や心臓病、慢性的な肺疾患、糖尿病、慢性腎臓病等、さまざまな生活習慣病を引き起こすほか、肺がん等の多くのがんの原因になります。

喫煙が原因の推定死亡数は、年間約19万人にもものぼり、高血圧と並んで日本人が命を落とす大きな要因の1つとなっています。

日本人が命を落とす大きな要因がたばこ



わが国におけるリスク要因別の関連死亡者数男女計(2019年)上位5位



市では、市薬剤師会と共同で、気軽に禁煙相談ができる「奈良市禁煙支援薬局事業」を実施しています。禁煙を考えている人は、近くの禁煙支援薬局で相談してみませんか。

市ホームページは
こちら▶



また、直接たばこを吸っていないくても、受動喫煙によって有害物質が体内に吸収されると、健康に大きな影響を与えます。これによりリスクが高まる病気としては、肺がん、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症）、脳卒中、乳幼児突然死症候群等があります。

受動喫煙によって1年間に奪われたと推計される命
1万5千人(男性5千人、女性1万人)

受動喫煙との関係が確実な病気

受動喫煙と関係する可能性がある病気

脳卒中、虚血性心疾患、肺がん、乳幼児突然死症候群

成人：鼻腔・副鼻腔がん、乳がん、COPD、喘息の発症・重症化
 胎児・小児：低出生体重、胎児発育不全、喘息の発症・重症化、中耳疾患、虫歯、呼吸機能低下

グラフ・表の出典：スマート・ライフ・プロジェクト「喫煙と健康」禁煙して心身の健康を取り戻そう

【問合せ】医療政策課 (☎ 0742-93-8392)



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 「ニジローと季節の星座たち ～さそり座のおはなし マウイの釣り針～」 【定員】各回 40 席	5月13日(土)以降の毎週土・日曜日 ①午前10時半～10時50分 ②午前11時40分～午後0時10分 ③午後1時40分～2時10分	当日受付
プチプチ☆マジック工作 「手品のタネを作ろう」 【定員】5歳以上の人、各回6組(6～10人)	5月13日(土) ①午前11時10分～11時半 ②午後1時10分～1時半	
ナイトプラネタリウム 「きまぐれプラネタリウム～旬な星空 お届けします～」 【定員】40席 ※小学校高学年から大人向けの内容。大人だけの参加可	5月26日(金) 午後6時半～7時10分	
おはなしの会「ねことねずみ」	6月3日(土) 午前11時～11時半	
プログラミング教室(初級) 「はじめてのプログラミング～おもしろ水族館を作ろう!～」 【定員】5歳以上の人、各回12人 【教材】Viscuit(ビスケット)	6月3日(土) ①午前10時～11時 ②午後1時半～2時半	5月15日
科学実験教室 「ロケットコプターを飛ばそう!」 【定員】小学2年生以上の人12人 【費用】300円	6月4日(日) 午前10時～11時半	
宇宙教室「空力翼艇を飛ばそう」 【定員】小学1年生以上の人、各回12人 【持物】1ℓ紙パック2個	6月10日(土) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	5月22日
ものづくり体験教室「ソーラーランタンを作ろう～地球温暖化とエネルギーについて学ぼう～」 【定員】小学1年生以上の人15人 【費用】700円 【持物】1.5ℓ寸胴形炭酸飲料ペットボトル1本	6月11日(日) 午前9時半～11時半	
科学実験教室「いろいろなコマをつくって遊ぼう」 【定員】小学1年生以上の人12人	6月17日(土) 午前10時～11時半	5月29日
ロボット教室(初級)「レースカーを走らせよう」 【定員】各回10人 【使用教材】レゴWeDo2.0 ※両日とも同じ内容	6月17日(土)・18日(日) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	
科学実験教室 「ミラクル!カガクる!～葉脈もよのしおりを作ろう～」 【定員】5歳以上の人、各回8人	6月24日(土) ①午前11時～11時40分 ②午後2時20分～3時	6月5日

【申込】市ホームページからWEB
 申込。多い場合は抽選
 申込はこちら▶



当日受付は開始15分前から。定員に達し次第終了。保護者同伴要。
 最新情報は市ホームページか、直接下記に問合せてください

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

ヤングケアラー を知っていますか？

一般的に大人が行うと想定されている家事や家族の世話等を、日常的に行っている18歳未満の子どもをいいます。学校生活に影響が出たり、こころやからだに不調を感じる重い負担がかかっている場合は注意が必要です。



くわしくはこちら▲



障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯等の家事をしている。



家族に代わり、幼い兄弟の世話をしている。



障害や病気のある兄弟の世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけ等の気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害ある家族のために通訳している。



家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患等の慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ヤングケアラー に関する相談窓口

市子どもセンターでは、当事者やその家族等からの相談を受け付けています。専門の職員が家庭の抱える不安や悩みに寄り添い、課題の解決に向けて一緒に考えていきます。自分や家族のことを話すのは勇気がいると思いますが、気軽に相談してください。

【とき】平日の午前9時～午後5時 【ところ】子どもセンター（柏木町）

【問合せ】子育て相談課 ☎0742-34-4804

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

みんなの フォトギャラリー



「銀世界を駆ける愛犬」

【撮影】K.Mさん 【場所】平城宮跡

応募についてくわしくはこちら▶
【問合せ】秘書広報課 ☎0742-34-4710



市民応募のお子さん写真 エンジェルスマイル



そうたくん(1か月)



れおくん(4か月)



奈々ちゃん(9か月)



かのちゃん(7か月)



けんしんくん(5か月)



あおとくん(2か月)

新しくなったテニスコート 自然の中で汗をかきませんか

3月19日、ルート奈良テニスコート（法蓮佐保山四丁目）の改修工事が完了したことに伴い、竣工式を開催しました。元々利用率が高く、コートの劣化が進んでいた9面のコート。水はけもよく、管理しやすい人工芝に一新されました。

また、新コートでは公開試合を実施。向井副市長が主審にボールを手渡し、選手たちは新しいコートの感触を確かめました。

市ソフトテニス協会会長の毛利元さんは「念願が叶った、これは市の宝物になる」と感謝の意を表しました。今年度にはコート周りのフェンスの改修も予定されている同コート。続々と新しくなっていく施設に、胸が高鳴ります。



〔写真上〕エキシビジョンマッチの様子
〔写真右〕竣工式でのテープカットの様子



市役所にNEW FACE 個性豊かな職員が入庁

4月3日、令和5年度の奈良市新規採用職員の入庁式を行いました。今年度は、一般事務職や土木職、社会福祉職、保健師等、合計94人を市職員として採用し、昨年と比べて採用人数を大幅に増やしました。そのうち男性は35人、女性が59人と女性の割合が多くなりました。また今回から動画選考を新設。これを突破した個性豊かな一面を持つ職員が、式典にそろいました。

土木職で採用された三村光希さんは、「学生時代にお世話になった奈良市に、自身の得意分野を生かして恩返ししたい」と意気込みました。



〔写真上〕ガッツポーズを掲げる職員たち
〔写真右〕仲川市長から採用辞令の交付



奈良愛満点の3人 奈良の良いところ届けます

奈良の親善交流や観光PRに取り組む、今年度の「NARA CITY コンシェルジュ」が市役所を訪問しました。これまでコロナ禍の影響で活動が少ない時期もありましたが、コロナの緩和を機にさまざまな場所での奈良の魅力発信が期待されます。

第4代となる今年度選ばれたのは、西岡愛奈さん、藤岡璃子さん、菅沼愛菜さんの3人。3人は終始笑顔で、これからより多くの人に奈良の良さを伝えていきたいと抱負を語りました。



〔写真〕左から西岡愛奈さん、藤岡璃子さん、菅沼愛菜さん

〈市内の好きなスポット〉

西岡さん：若草山の夜景は絶景

藤岡さん：池にぼつんと浮いている浮見堂は儂げで幻想的

菅沼さん：夕日が沈む景色は写真にも映える、東大寺二月堂

5月は消費者月間

「知っていますか？ クーリング・オフ制度」



訪問販売等で契約した後、一定の条件を満たす場合に、消費者が無条件で一方的に契約を解消できる制度です。ただし、決められた期間内に、消費者から販売会社にメールやはがき等で通知する必要があります。

▶クーリング・オフできる取引・期間

訪問販売、電話勧誘取引、訪問購入（訪問買取）、特定継続的役務提供（エステ・語学教室等）	8日間
連鎖販売取引（マルチ商法等）、業務提供誘引販売取引（内職商法等）	20日間

！ こんな時は クーリング・オフできません

- ・店舗に出向いて商品を購入した時
- ・通信販売（テレビ・ネットショッピング、カタログ等）で商品を購入した時
- ・化粧品や健康食品等の消耗品で、商品の全部・一部を使用した時
- ・自動車の購入やリース
- ・葬儀の契約、電気・ガスの供給サービス

topic!! メールでクーリング・オフが可能に

これまで、はがき等書面で通知する必要がありました。法改正により昨年6月からメールでも通知できるようになりました。

▼通知メール記載例（販売会社あて）

宛先：xxxxxxxxxxxx@xxxx.co.jp
件名：クーリング・オフ
●●株式会社 御中

次の契約を解除します。

契約年月日 ●●年●月●日
商品名 ●●●●●●●●
契約金額 ●●●●●●●●円
販売金額 ●●株式会社 ●●営業所
担当 ●●氏

支払った代金●●●●●●●●円を速やかに返金し、商品を引き取ってください。

●●年●月●日
奈良市●●町●丁目●番地
氏名 ●●●●

手続き

申込書や契約書のクーリング・オフに関する記載を確認し、送付先メールアドレスに通知を送付します。分からない場合は販売会社の代表メールアドレス宛に送付してください。

※クレジットカード支払いの場合は、カード会社にも通知要

point

送信済みメール等、通知した日付・内容が分かるデータを保存しておきましょう

【問合せ】市消費生活センター（☎0742-34-4895）、消費者ホットライン（☎^{いやや}188）

5月の主な行事・市の催し

- 1日(月) 献氷祭げんひょうさい（氷室神社）
- 2日(火) 聖武天皇祭しょうむ（東大寺）
- 3日(祝) 平城京天平祭（～5日 平城宮跡）
山陵祭・献茶式さんりょうさい（裏千家）（東大寺）
- 5日(祝) 玄奘三蔵会大祭げんじょうさんぞうえたいさい（薬師寺）
子どもの日萬葉雅楽会
（春日大社 萬葉植物園）
- 8日(月) 灌仏会花まつりかんぶつえ（元興寺）
- 10日(水) 献茶祭けんちさい（春日大社）
- 11日(木) 人権を確かめあう日
- 15日(月) 珠光忌しゆくわうき（称名寺）
- 17日(水) 子ども安全の日
高血圧の日
- 19日(金) 中興忌ちゆうこうき 梵網会ぼんもうえ うちわまき（唐招提寺）
新御能なまきおのう（・20日 春日大社・興福寺）
- 20日(土) ならマイカーひとやすみデー
20日ならウォークの日
- 21日(日) 薔薇会式・えと祭り（靈山寺）
- 28日(日) 業平忌なりひらき（不退寺）
- 31日(水) 世界禁煙デー

※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



自家採種で昔ながらの味を守る。 大和伝統野菜「大和きくな」

大安寺地区では大和きくなの伝統と味を守るため、農家さんが自らきくなの花を咲かせて種をとる「自家採種じかさいしゆ」を行っています。クセが少なく、一般的なきくなよりもやわらかいので、生で食べてもおいしいです。食感を残すために、湯がく時は“サッと”火を通すのがポイント。ぜひ試してみてください。



▲サラダ



▲湯葉巻き

●農家さんおすすめのレシピを作ってみよう

「おいしい奈良の10の食べ方」5ページに、大和きくなのおいしい食べ方「湯葉巻き」と「ホットサラダ」のレシピを掲載

パンフレットはこちら▶



●市内の直売所情報ははこちら（入荷の問合せは各店舗へ）



◀市東部地域直売所情報（5・6ページ）

JAならけん「まほろばキッチン」▶



【問合せ】農政課（☎0742-34-5142）

市長コラム

Vol. 128



肌寒さを感じる機会もめっきり減って、新緑の季節となりました。子どもの日やみどりの日もあり、GWは自然に親しむ方も多いと思います。

私の子どもの時代の思い出と言えば、何といても生駒山上遊園地への「登山」です。マイカーの無かった我が家では、生駒山上は「歩いて登る場所」であり、3歳の頃から姉と手をつないで、最後はぐずりながら登った記憶があります。遊園地に着いた頃には遊ぶ気力も半減していたように思いますが、はるか遠い目標が徐々に近づいてくる高揚感や山頂で感じる達成感を、父は教えようとしていたのかもしれません。

奈良は豊かな里山や森に囲まれた立地にあり、少し足を延ばせばいくらかでも自然を感じられる環境があるのが魅力です。いま世界では、毎年4万種の生き物が絶滅していると言われますが、そのスピードは年々加速しているとも。私たちの生活基盤である生物多様性を、緑豊かな奈良で感じるGWにしてみたいかがでしょうか？

仲けん

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。