

特集
pick up!

守る。支える。

人の輪でつくる明るい社会

しみんだよりは、今月号から5年間、
地域情報ネットワーク(株)が配布します。
(一部地域を除く。くわしくは6ページへ)

もくじ contents

新しい保険証等への切り替えや変更手続きをお知らせ

国民健康保険、後期高齢者医療制度について p7

6月下旬に「けんしんパスポート」を送付します

令和5年度 各種健診(検診)のお知らせ p24-25

自然や歴史、文化に触れる夏

夏休みこどものイベント特集 p27

ならトピ p31

若草山から見た夜景 撮影：中村 公彦さん

生活 p10 健康 p11 子育て p12

シニア p14 催し p15

スポーツ p17 文化情報 p18

生涯学習 p22



西千代ヶ丘自治会
防犯ひろめ隊の活動の様子



守る。

支える。

人の輪でつくる 明るい社会

新型コロナウイルス感染症の5類引き下げに伴い、コロナ前の人にぎわいが戻りつつあります。

人出の増加に伴い、人の多い場所で起こる街頭犯罪も増えることが予想されます。

今月号は、今一度「防犯」について振り返るとともに、

7月の「社会を明るくする運動強調月間」に合わせて、再犯を防止する取り組みに着目。

コロナ後に築かれる新たな人とのつながりや、明るい社会の作り方を考えてみましょう。

【問合せ】 更生支援について：福祉政策課（☎ 0742-34-5196）



年々減少する市内の犯罪数。 今後は、その維持が課題に。

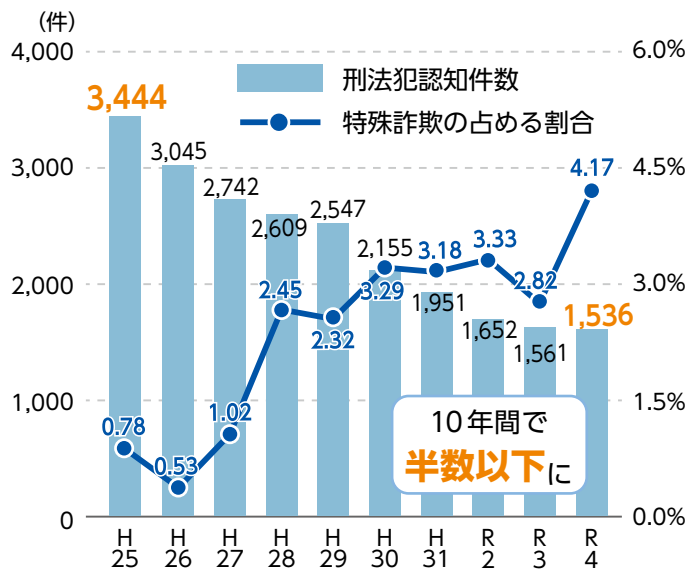
市内の刑法犯認知件数（警察で認知した犯罪の数）を見ると、10年前と比べて半数以下に減っています。令和2年から減少率が小さくなっているものの、全体の件数としては減少傾向にあります。地域の防犯活動の強化や、防犯カメラ等の機器の整備により、一定数の犯罪が抑止されていると考えられます。

一方で、特殊詐欺（オレオレ詐欺等）の占める割合が増加傾向にあります。令和3年は一時的に減少しているものの、令和4年では過去最高の割合となりました。

行動制限の緩和や、多様化する特殊詐欺の手口に対応するため、引き続き犯罪数の減少を維持する取り組みが必要です。

<市内の刑法犯認知件数の10年間の推移>

各年1～12月の合計数（出典：奈良県警察本部）



まちの安全を守り続ける、地域の"目"を守る



西千代ヶ丘自治会の防犯活動から



コロナ禍でも地域の安全を考え、防犯活動に尽力してきた人々がいます。今回は地理的に犯罪が起きやすいとされる地域の中から、まちのみなさんの絆で、暮らしの安全を守ってきた西千代ヶ丘自治会役員のみなさんにお話を聞きました。

西千代ヶ丘…市の西部に位置する昭和後期にできた約700戸の住宅街。第二阪奈道路が隣接写真左から、奥田さん、中谷さん、松本さん、西川さん、田尻さん

■20年来継続して取り組むパトロール

今では高齢者が多いまちですが、かつては働きに出る人が多く、昼間は不在の家庭がたくさんありました。そういうまちにやってくるのが「空き巣」。第二阪奈道路の出口でもあることから車の往来も多く、犯行後すぐに大阪方面に逃亡されるという地理的な問題も抱えていました。

そんな折、始めたのが「防犯ひろめ隊」の活動です。約20人弱で週2回、パトロールを始めました。当初は「こんなことをやっても続かないよ」という声もありましたが、空き巣の被害を食い止めたいというまちの人々の思いから、20年以上続いています。コロナ禍でも屋外の活動であることから、このパトロールは継続。「まちが目を光らせている」というアピールにもなり、犯罪の抑止につながっていると感じます。12年前からは、犬の飼い主たちがそれぞれ巡回する「わんわんパトロール」の活動も始まり、防犯の取り組みに、地域で一層力を入れるようになりました。

わんわん

パトロール:

犬の散歩を通じ、近隣の見守りや、公園の危険箇所・いたずら行為の通報等を行う



専用のリードひもを装着



人の目に加え、防犯機器でカバー
*まちなかへの防犯カメラ設置の補助金は、11ページに掲載

■防犯知識をアップデートすること

最近では市の補助金を活用し、まちなかに防犯カメラを設置(*)しました。週に数回、映像から通りや公園を確認することで、他府県からの不審な車や公園内の迷惑行為の発見、地域の中での情報共有ができています。人の輪に加え、機器の力を借りることも抑止につながります。今は特殊詐欺等、巧妙な犯罪も多いため、新しい情報や機器を活用するのも防犯力の強化には最適です。新型コロナ対策が少し緩和され、地域行事も始まりますが、それに合わせて住人が新たな防犯知識を得られるような講習会や、親子で参加できる体験会等も企画できればと思っています。

■「きれいなまち」は犯罪の抑止力に

歩くと目につくタバコの吸い殻や空き缶のごみ。このまま放置すると、まちが「だらしく」見え、非行行為や不審者の誘引になります。まちなかの防犯旗が風化するだけでも、「目が行き届いていないまち」という見え方につながります。防犯ひろめ隊は巡回中にごみ拾いも行いますし、まちの清掃も地区内の世帯がほぼ参加する等、住民一人一人が地域活動に積極的です。このような環境を守る取り組みも、防犯の礎を築いているのだと感じています。地区内には20ほどの各種団体が活発に活動していますが、こうした「点」でなく「面」で活動するような連携体制により、これからもまちの安全を守りたいです。



Pick Up! 知っていますか? 「割れ窓理論」



美化活動による犯罪の抑止。これは環境犯罪学の分野で「割れ窓理論（アメリカの犯罪学者J.ケリング）」という考え方にに基づきます。割れた窓を放置すれば、管理されていない場所と見なされ、他の窓も壊されやすいというものです。この考えを使った好事例が、

1994年当時、犯罪多発都市であったニューヨークです。就任直後の市長が、まちなかの落書きの除去をはじめ、軽犯罪の徹底的な取り締まりにより、「小さな犯罪を許す」というまちの悪いイメージを払拭。これにより、5年間で凶悪犯罪の数が激減しました。

まちで 支える 「更生保護」の取り組み

～7月は社会を明るくする運動強調月間～



防犯活動には、「守る」以外に「支える」活動もあります。再犯を防止するため、犯罪や非行から立ち直ろうとする人に向き合い、支援する人々がいます。ここでは、さまざまな立場から更生保護（*）に取り組む人々にお話を聞きました。

*社会復帰を目指す人を支援する制度

社会を明るくする運動って？

この運動は、罪や非行の防止、立ち直りについて考えるきっかけをつくる、**全国規模の啓発活動**です。パネル展示や作文コンテストの開催、街頭パレード等を通じて啓発を行っています。この運動の始まりといわれているのが、約70年前、戦後の日本。荒廃した土地の復興に加え、孤立した子どもたちの支えが必要とされていました。そんな戦災孤児の将来を危惧した銀座の商店街有志による活動がきっかけとなり、その後全国的な啓発活動として広まりました。



サラちゃん

ホゴちゃん

本ページに登場するイラストは、更生保護のマスコットキャラクター（法務省）です。

奈良地区 更生保護 女性会



会長 豊田 眞佐子さん

犯罪予防活動や青少年の健全育成のための活動を行う女性ボランティア。少年院への差し入れや、子育て支援として紙芝居の読み聞かせ等を行う。

■ひまわりに込めた願い

私たちは、「**母のような立場で関わる**」を信条に、少年院へお菓子の差し入れ等を行っています。入所者と接する中で、これまで愛情を受けることが少なく、他者との関わり方が分からない子にも出会います。親から手作りのものを与えてもらうことが少ない等という声も。そんな子たちに、**まずは人の温かみを知ってほしいという思い**から、お菓子は手作りにこだわっています。入所者から差し入れのお礼状が届いた時、私たちの愛が伝わっていると感じます。

運動強調月間には、立ち直りの象徴であるひまわりを、警察署や市役所前に

飾っています。**子どもたちが、ひまわりのように太陽に向かって育ってほしい**、そんな願いを込めて。私たち以外にも、そんな「ひまわり」を見守ってくれる人が、増えてくれるとうれしいです。



オコジョさん

あなたの職場で生まれ変わる



就労面での支援も実施

就労面でも社会復帰を応援したい。そんな事業主の人々向けに、「**協力雇用主制度**」があります。再犯者のうち、再犯時に無職であった人は約7割（令和元年）。就労支援も再犯防止に向けた大きな取り組みの1つです（協力雇用主になるには保護観察所への登録要。全国で2万人以上が登録しています）。

企業間で広がる輪

企業が「職の親」として、就労支援を行う「**職親プロジェクト**」が、昨年4月に奈良でも立ち上がりました。社会復帰後の離職率の高さ、という課題に立ち向かうべく、出所者と企業のマッチング等、官民連携で事業に取り組んでいます。

就労支援



アシカ親方



奈良地区
BBS会
(Big Brothers
and Sisters)



会長 大原 朋也さん

兄や姉の立場で保護観察中の少年等を支援するボランティア。大学生等の若者で構成され、高卒認定取得に向けた学習支援を市内で行う。

■非行の背景から見える人の心

私たちの行う学習支援は、ただ勉強を教えるだけでなく、信頼関係の構築も大切にしています。**非行に走る原因は学校でのトラブルや育った環境へのストレス等、さまざまなものがあります。**そうした背景を知ることで、より良い関係を築き、一人一人に合った支援ができるよう心掛けています。そのような支援を行う中で、「来週までに宿題を頑張る」と言ってくれた子がその通りに取り組む姿や、自分の学力で志望校に合格できるのか真剣に考えてくれる様子等、今を変えようと努力する瞬間が見える時があります。そうした時に、**非行の背景を知ることの重要性**を感じます。



イルカ兄さん・姉さん

コロナ禍で始めた子ども食堂のお手伝いに加え、ボーリングやバーベキューを通じての居場所作り等、私たちの活動は今後さらに活発になる予定です。いろんな企画に挑戦し、私たちも成長を感じています。年が近いからこそ、できる支援があります。ぜひ一緒に活動しませんか。



県立橿原公苑陸上競技場で行う啓発活動



奈良県
保護司会
連合会



会長 宝来 一典さん

保護観察中の人の相談や指導を行う民間ボランティア。法務大臣によって委嘱。面談・指導を通じて再犯防止を図る。

■「知る」ことから始まる

私たち保護司は、月に2回程度、保護観察中の人と面談をしています。面談では、再犯をしないよう指導するとともに、自立に向けた生活上の助言等を行っています。この活動を行う中で、**社会復帰の実現には、目指す人と受け入れる人、双方の理解が必要と感じています。**

どんな理由であれ、犯罪を許すことはできません。しかし、その行いを反省し、社会復帰しようとする人に手を差し伸べることは、誰にでもできます。面談や指導だけでなく、「知る」こともその一歩につながります。運動強調月間に行う啓

発活動を通じ、更生保護について知ってもらえたらうれしいです。

更生保護活動とは、社会復帰を目指す人はもちろん、すべての人に関係する、と言えるかもしれません。立ち直りへの理解が広がれば、それだけ救われる人も増え、少しずつ明るい社会に近づきます。まずは知るところから一緒に始めてみましょう。



クジラ先生

Pick Up!

他にも広がる
支援の輪

その他にも、市や関係団体でさまざまな更生支援の活動を行っています。

●相談窓口ハンドブックを作成しました

新たな再出発を目指す人だけでなく、生きづらさを抱えているすべての人に向けて作成。主に県内で相談支援を行っている機関を掲載しています。



●市民の集い・夏のコンサートを3年ぶりに開催します

社会を明るくする運動の一環として、7月8日(土)午後1時から、奈良ロイヤルホテルで講演とコンサートを行います。

【出演】奈良少年鑑別所所長の奥居信幸さん、若草中学校吹奏楽部



4月から 第2子目以降の 保育料を無償化しています

市独自の子育て世帯支援策として、保護者の所得や子どもの年齢等にかかわらず、同一世帯の子ども全員をカウントし、第2子目以降に該当する子どもの保育料(利用者負担額)を4月から無償化しています。



【問合せ】 保育所・幼稚園課 (☎ 0742-34-5086)

くわしくはこちら▶


	小学校就学前			小学生以上
同一世帯での きょうだい順	 第4子	 第3子	 第2子	 第1子
保育料における きょうだい順 令和4年度まで	第3子としてカウント 無償	第2子としてカウント 保育料は半額負担 (3~5歳児の場合は無償)	第1子としてカウント 保育料は全額負担 (3~5歳児の場合は無償)	小学校以上は カウント対象外
保育料における きょうだい順 令和5年度から	第4子としてカウント 無償	第3子としてカウント 無償	第2子としてカウント 無償	第1子としてカウント 小学校以上の子どもを カウント対象に加える

対象施設

- ▶ 特定教育・保育施設(保育所・認定こども園)
- ▶ 特定地域型保育事業(小規模保育事業・事業所内保育事業等)
- ※ 市外に所在する施設も可
- ※ 認可外保育施設(企業主導型保育事業を含む)や、新制度未移行の私立・国立幼稚園で実施されている、満2歳児を対象としたプレスクール(プレ保育)は対象外

多子のカウント方法について

3月までは、国の基準により、年収360万円未満相当の世帯を除き、小学生以上の子どもはカウント対象外でしたが、4月からは、市の独自の基準により、すべての世帯について、小学生以上の子どもをカウント対象に含めます。



配布事業者が 変わりました

令和5年7月号～令和10年6月号の
広報紙・ごみカレンダーの配布は、
**地域情報
ネットワーク株式会社**
(☎ 0742-27-1061)
が行います。

ただし、大宮・大安寺西・左京・済美・明治・
朱雀の6地区は、それぞれの地域自治協
議会が配布します。

広報紙(奈良しみんだより・ごみカレンダー等)の配布事業者が変わりますのでお知らせします。

今後5年間は同じ事業者が配布します。

配布するもの

- ・奈良しみんだより(毎月)
- ・県民だより奈良(毎月)
- ・奈良市議会だより(5月・8月・11月・2月号)
- ・奈良上下すいどうだより(7月・1月号)
- ・ごみカレンダー(9月・3月号)

※一部地域を除く

毎号、各月末までが配布期間です。1日に届いていない場合は、配布事業者(左記の6地区は各地域自治協議会)に連絡してください。



【問合せ】 ごみカレンダーの配布について：廃棄物対策課 (☎ 0742-71-3001)

その他広報紙の配布について：秘書広報課 (☎ 0742-34-4710)



国民健康保険、 後期高齢者医療制度(75歳以上)に関するお知らせ

現在の保険証(被保険者証)と限度額適用認定証の有効期限は**7月31日まで**です。
新しいものへの切り替えや大きく変更する手続きについてお知らせします。

国民健康保険

● 7月下旬に国民健康保険の 保険証を発送します

世帯主宛てに、簡易書留で世帯全員分を送付します。特別な事情がなく保険料を滞納している世帯には、有効期限の短い保険証が資格証明書を交付する場合があります。資格証明書で医療を受ける際は、一旦医療費を全額自己負担することになります。

保険料の納付は口座振替が基本です

口座振替をすると納付忘れが防止(期日内納付)でき、取り扱い窓口へ行く手間も省けます。登録申込書は、市内の銀行・郵便局の窓口へ備え付けています。国保年金課、各出張所・行政センターで手続き(キャッシュカード、保険証、免許証等を利用)も可能です。ぜひ利用してください。

● 限度額適用認定証の更新

8月からも必要な人は申請してください。ただし、オンライン資格確認システムを導入している医療機関等にかかる場合は、本人が同意し、適用区分がシステムで確認できれば交付手続きは不要です。

※住民税未申告の国保加入者がいる世帯や保険料に滞納がある世帯には交付できません

【申請場所】 国保年金課、各出張所・行政センター

※即日交付は国保年金課のみ

【持物】 保険証、転入の人は課税・非課税証明書

【問合せ】 国保年金課

(限度額適用認定証の更新について)

☎ 0742-34-4736、

その他の申請について：☎ 0742-34-4991)

後期高齢者医療制度

● 7月中旬に、8月からの新しい 被保険者証を発送します

簡易書留で送付します(8月に75歳になる人の被保険者証は7月下旬に送付します)。

● 限度額適用認定証、限度額適用・ 標準負担額減額認定証の更新

7月末までの認定証を持っている人で、8月からも認定の要件に該当することが確認できる人には、7月下旬に新しい認定証を送付します。

【問合せ】 福祉医療課 (☎ 0742-34-4754)

● 令和5年度保険料の決定通知書は 7月中旬に送付します

年金天引きや口座振替納付でない人は、同封する納付書により金融機関等で納付してください(保険料の内容はしみんだより6月号を参照)。



奈良市斎苑 旅立ちの杜



▲前回(2月25日開催)の様子

朝の

8月6日(日)

コンサートと
施設見学会を開催します

program

コンサート: 午前7時半(午前7時開場)

施設見学会: 午前8時15分~8時45分

【定員】80人

【申込】往復はがき、FAXに、イベント名、代表者の住所・氏名・年齢・電話番号、同行者の氏名・年齢を書いて、7月31日午後5時までに斎苑管理課へ。申込フォームからも可

※当日も通常通り火葬業務を行います。当日は係員の指示に従ってください

※臨時バス等はありません。自家用車等で来場してください(斎苑の住所は横井町924番11)

申込はこちら▶



【問合せ・申込先】斎苑管理課(〒630-8580 二条大路南一丁目1-1 ☎0742-34-5161 FAX0742-34-4732)

自然豊かな森に溶け込む、美術館のような凛としたたずまいの「奈良市斎苑 旅立ちの杜」。誰もが一度は利用する「最期を迎える場所」だからこそ、人生を謳歌することや命の大切さ、大事な人々への優しい思い等、さまざまな心を感じ取ることができます。朝の澄んだ空気の中で、家族みんなで心を揺さぶられる生演奏を聴きながら、自然や大切な人に思いを馳せてみませんか。

7月は差別をなくす強調月間です



人権や共生について考えてみましょう

【申込・問合せ】共生社会推進課(〒630-8580 二条大路南一丁目1-1 ☎0742-34-4733 FAX0742-34-5304 Eメール: oubokyoseijigyoyou@city.nara.lg.jp)



第27回 ハートフルシアター

映画「いちばん逢いたいひと」

上映&トークショー

~誰でも活躍できる社会について~

白血病を克服した少女と、そのドナーになった男の数奇な運命を、実話をもとに描いた感動作。

とき: 7月29日(土)午後1時~3時半(午後0時半開場)

ところ: 西部会館市民ホール(学園南三丁目)

© TTGlobal

▶定員...300人 ▶申込...往復はがき、FAX、Eメールにイベント名、参加希望者全員の住所・氏名・電話番号を書いて7月18日必着で同課へ。1回の申込で4人まで可。多い場合は抽選し、当落に関わらず結果を申込代表者に通知。Eメールは、結果を受信できるように設定要。手話通訳・要約筆記を希望の場合は、その旨を明記してください。

※来場は公共交通機関を利用してください

※発熱等風邪の症状が続いたり、体調が優れない人は参加不可

申込はこちら▶



人権コラム

~共に助け合い、互いを思いやる社会の実現を目指して~

「血液のがん」とも呼ばれる白血病。治療法の一つに骨髄移植があります。移植には白血球の型の一致が不可欠ですが、その確率は兄弟で4分の1、他人では数百から数万分の1程度とされています。より多くの人が移植を受けられるよう、骨髄提供の意思のある人にあらかじめ登録してもらう仕組みが「骨髄バンク」です。

この設立に尽力したのが、自身も白血病患者であった大谷貴子さん。大谷さんは、奇跡的に母親と型が適合し、移植に成功しますが、周りでは骨髄提供者が見つかる前に亡くなる友人もおり、必ず骨髄バンクを作ろうと誓ったといいます。

わたしたちの周りには病気や心身の障害等をもつ、弱い立場にある人が暮らしています。助けを必要とする人たちに、手を差し伸べ、共に助け合えるような平和な社会をつくりましょう。

参考: ライオン誌日本語版ウェブマガジン



作品・委員を募集します

参加してみようかな!



■日本学書展の作品募集

日本学書展は昭和29年から開催する歴史ある書道展で、今年度の70回目をもって最後の開催となりました。昔から良質の墨・筆が生産される奈良ならではの書道展に、ぜひ応募してみませんか。



◀昨年度の表彰式の様子

入賞作品の展示

と き:11月16日(木)~19日(日)
ところ:市美術館(二条大路南一丁目)

募集要項

部門:第1部…小学生 第2部…中学生
第3部…高校・大学生の漢字・篆刻
第4部…高校・大学生の仮名・漢字仮名交じり
題材は自由。作品はすべて毛筆(第3部は篆刻を含む)。1人2点まで

賞:文部科学大臣賞(賞状、カップ)他
費用:1点につき第1・2部は500円、第3・4部は700円
申込:9月22日までに費用を添えて、学校教育課へ。送付可

送付先・問合せ

学校教育課(〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
☎0742-34-5318)

■市環境審議会委員の募集

市環境基本計画に関する重要事項の調査・審議を行います(年に2・3回程度の会議に参加)

任期:令和5年10月1日~令和7年9月30日

対象:応募時の年齢が18~70歳で、市内に継続して1年以上居住している人。在勤・在学も可。

※原則、現在本市の他の附属機関の委員となっている人、公務員(会計年度任用職員を除く)、同審議会委員を通算して4期務めた人は対象外

募集人数:1人

審査方法:書類審査、面接審査

申込:FAX、Eメールで必要書類・作文を7月3日~31日必着で環境政策課へ。持参・送付も可。くわしくは同課、各出張所・行政センターに備え付けの書類が市ホームページに掲載

送付先・問合せ

環境政策課(〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
☎0742-34-4591 FAX0742-36-5466 Eメール:
kankyoseisaku@city.nara.lg.jp)



奈良きたまち インターカレッジ コンペティション2023

近鉄奈良駅の北に広がる「きたまち」を対象に、6つの大学の学生が独自の視点で調査を行い、地域の課題解決に向けて取り組んだ成果を発表します。

8月6日(日) 午後0時半~4時半

ところ はぐくみセンター(三条本町)

定員 200人

申込 FAXに聴講者全員の氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、奈良町にぎわい課へ。市ホームページからも可

※空席があれば当日参加も可。駐車台数に限りがあるため公共交通機関を利用してください

問合せ 奈良町にぎわい課

(☎0742-24-8936

FAX0742-24-8937)

くわしくはこちら▶



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

6月1日現在、()内は前月比

【総人口】350,522人(▲89人)

男性：163,817人(▲63人)

女性：186,705人(▲26人)

【世帯数】167,699世帯(+114世帯)

生活

びみ収集について

◆排出時には適切な分別・処置を

4月に「小型充電式電池」が原因と考えられる収集車の火災事故が発生しました。次に注意しましょう。

・殺虫剤、スプレー塗料、ムース缶等は燃やせないごみへ。カセットボンベ、身体用スプレー缶等は再生資源へ(缶は使い切って数か所穴を開ける)
・乾電池、ボタン電池、コイン電池は拠点回収等を利用(必ずテープ類で絶縁)。

申込先は区、締切日は区、問合せ先は区と表記しています

小型充電式電池(モバイルバッテリー、リチウムイオン電池等)は、市の拠点回収か家電量販店等のリサイクルボックスへ(設置場所はJBRCHホームページに掲載)
・使い捨てライターは使い切って燃やせるごみへ
◆生ごみは水気をよく切りましょう

7月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	5日・19日の水曜日
B・E	の地域	
C・H	火・金曜日	12日・26日の水曜日
D・G	の地域	

※7月17日(祝)も通常どおり収集。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)、共同企業体(☎63・2552)

市・県民税(第2期分)の納期

納期：8月15日(火)～31日
※納税は口座振替が便利

ごみ減量コラム vol.46

使用済みカートリッジを「里帰り」

会社・家庭で多く使用されるインクカートリッジ。使い終わったら「燃やせないごみ」として出していないですか。カートリッジには、実は貴重な資源がたくさん使われています。

プリンターの製造会社では、共同で「里帰りプロジェクト」を運営しています。回収箱を全国の郵便局や公共施設等に設置し、回収から再資源化までのリサイクルを推進するものです。市もこれに参加し、昨年度で市庁舎1階連絡通路の回収箱に約280kgのカートリッジが集まりました。

他にも回収箱やボックスは、家電量販店やパソコン専門店等にも設置されています。資源の活用や環境保全のため、回収にぜひ協力をお願いします。

今月のごみ量レポート

令和5年度の可燃ごみ総搬入量(5月末時点)：
12,257.0トン(前年度同月比：-3.3%)
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)

市民課からのお知らせ

◆本庁舎停電のため次の業務を一時休止します

①市民サービスセンター

とき：7月15日(土) ▼内容

：戸籍に関する証明書の交付、奈良市ポイント事業に関する受付

です。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 区納税課(☎34・4727)
スマホアプリ利用の納付はこちら



②コンビニ交付

とき：7月14日(金)午後6時～16日(日)午前9時 ▼内容

：戸籍に関する証明書の交付

区①市民サービスセンター(☎36・5913)、②

市民課(☎34・4730)

◆マイナポイントの申込は9

月末までです

自分で申込できない人向けにマイナンバーカードセンター(ならファミリール6階)

や市庁舎、各支所等で申込支援をしています。くわしくは、市ホームページへ

対象：2月末までにマイナンバーカードを申請した人

区市民課マイナンバー

外国人重度障害者・高齢者への特別給付金

①外国人重度障害者

障害基礎年金を受けられない重度障害者の外国人等に、特別給付金(月額2万円)を支給します

対象：昭和57年1月1日現在、日本国内に居住地登録し、同日前に重度心身障害者(身体障害者手帳1～3級または療育手帳A所持者)で20歳に達していた人

係(☎34・5326)、マイナンバーカードセンター(☎34・1233)

外国人重度障害者・高齢者への特別給付金

①外国人重度障害者

障害基礎年金を受けられない重度障害者の外国人等に、特別給付金(月額2万円)を支給します

対象：昭和57年1月1日現在、日本国内に居住地登録し、同日前に重度心身障害者(身体障害者手帳1～3級または療育手帳A所持者)で20歳に達していた人



農産物の加工・製造は 都祁農産物加工センターへ

30年以上の歴史を持つ、通称「都祁農産物加工センター」。野菜や果物ジュース・餅つき・麴仕込み等、要望に応じて加工します。奈良県産の農産物の加工品販売もしています。ぜひ利用してください。

☎ 市都祁農畜産物加工処理施設 (☎ 0743-84-0274)
 ▲ instagram はこちら

②外国人高齢者
 国民年金の受給ができない外国人高齢者等に、特別給付金(月額2万円)を支給します
対象：大正15年4月1日以前に生まれた人で、昭和57年1月1日現在国内に居住地登録していた人
【その他】 次の人は対象外
 ①生活保護か中国残留邦人等支援給付の受給者
 ②社会福祉施設の入所者
 ③年額24万円以上の公的年金の受給者(年額24万円未満の場合は給付を減額)
 ④令和4年中の所得が老齢福祉年金の支給停止限度額を超えている人
 ⑤外国人重度障害者

者特別給付金受給者(②のみ)
【申請】 ①障がい福祉課 ②長寿福祉課に備え付けの用紙に、住民票の写し、本人・配偶者と扶養義務者の令和4年中の所得証明書を添付して、7月31日までに申請(印鑑要) ※現在給付中の人には更新申請書を送付
【お問い合わせ】 障がい福祉課 (☎ 34・4593) ②長寿福祉課 (☎ 34・5439)
自治会等へ防犯カメラ設置費用を補助
募集期間：7月1日(土)～8

月31日(木) ▼ **対象**：自治会等15団体程度 ▼ **補助**：設置費用の2分の1(1団体上限20万円) ※くわしくは市ホームページに掲載。多い場合は9月に抽選 ④危機管理課 (☎ 34・4930)

簡易スロープの購入補助

募集期間：7月3日(月)～来年2月29日(木) ▼ **対象**：市内の事業者、自治会他 ▼ **補助**：購入費用の2分の1(1団体上限10万円) ※くわしくは交通バリアフリー推進課へ ④同課 (☎ 34・4969)

空き家に関するお知らせ

◆ **特定空家等の除却費用の補助**
 特定空家等の除却費用の一部を、予算の範囲内で補助します
対象物件：市の現地調査で特定空家等と判断された空家等 ▼ **補助金額**：上限30万円(除却費の2分の1) ④住宅課 (☎ 34・5175) ※条件等があるため申請前に必ず相談要

◆奈良市空き家・町家バンクを開設中

空き家バンク対象地域：田原・柳生・大柳生・東里・狭川・月ヶ瀬・都祁、町家バンク対象地域：奈良町、奈良公園地区重点区域 ④空き家コンシェルジュ(市委託事業者) ☎ 0744・35・6211

奈良市空き家・町家バンクホームページはこちら ▼



市民共同発電所をつくりませんか？

補助額：補助対象経費の2分の1以内(千円未満切り捨て)、上限50万円 ※各種要件あり。事前に環境政策課へ。太陽光発電設備が蓄電池設備設置済の公益的施設は不可 ④同課、各出張所・行政センターに備え付けの用紙(市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を書いて、8月31日までに持参か送付で同課へ ④同課 (☎ 34・4591)

権利擁護センター専門職(弁護士・司法書士)相談

とき：7月～来年3月の

毎月第4水曜日 午後2時～4時(12月・来年2月は第3水曜日) ※奇数月は司法書士、偶数月は弁護士 ▼ **ところ**：同センター(市庁舎中央棟2階) ▼ **対象**：成年後見制度を必要とする人やその家族、支援者等(継続相談は確認要) ④電話かFAXに氏名、希望日時、連絡先を書いて同センター(☎ 34・4900 ④ 34・4514)へ

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：7月24日(月)・31日(月)、8月7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 ④電話で健康増進課(☎ 34・5129)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。

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

臨床心理士によるこころの健康相談

とき：7月10日(月)・24日(月)午後1時半～4時半※予約要
 申電話で保健予防課(☎93・8397)へ

オンライン相談も行っていきます▼



風しん抗体検査事業

対象：妊娠を希望している女性か、風しんの抗体価が低い(HI法16倍以下かEIA法8.0未満)妊婦の同居家族(配偶者等)※検査日に市に住民登録がある人に限る。過去に抗体検査を受けた人、検査で確定診断を受けた既往歴がある人、現在妊娠中の人は除く
 申電話かFAX、Eメールに必要事項を書いて、来年1月31日までに保健予防課(☎93・8397)へ fushinkensa@city.nara.lg.jp)へ※くわしくは市ホームページへ。申請書もダウンロード可

新型コロナウイルスワクチン接種が始まっています

対象：65歳以上の人、5歳以上で基礎疾患がある人、その他重症化リスクが高いと医師が認める人、医療機関や高齢者・障害者施設等の従事者
 申電話で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)へ。Webでの予約も可。くわしくは市ホームページか5月号しみんだよりを確認してください

Web予約はこちら▼



指定難病の医療費助成制度について

難病法により、現在338疾患が指定難病とされています。指定難病と診断され、条件に当てはまる人は医療費助成制度が利用できます。既に受給している人には、7月中旬に更新書類を発送予定です
 申電話かFAX(☎93・8397)へ

くわしくは難病情報センターへ▼



7月28日は日本肝炎デー・世界肝炎デー

肝炎ウイルスに感染すると自覚症状が無いまま進行し、肝硬変や肝がんへ移行する場合があります。一生に一度は肝炎ウイルス検査を受けましょう。市の検診は25ページに掲載

対象：未受検の人か、過去に検査を受けた後、肝炎ウイルスに感染の可能性がある人※職場等で検査の機会がある人、受検したことがある人は対象外
 申健康増進課(☎34・5129)へ

くわしくはこちら▼



健康講座「どうする心臓」変貌する「心臓病治療」

とき：7月21日(金)午後2時～3時25分 ▼ところ：市医師会館(柏木町・メディカルなら東隣) ▼講師：高橋の片岡一明さん ▼その他：Web配信も予定。くわしくは市医師会ホームページへ
 申メディカルなら(☎33・7876)

乳幼児の健診

子育て

くわしくはこちら▼



健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診 (令和5年4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10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	中央保健 センター (はぐくみセンター2階)
1歳7か月児健診 (令和3年12月生まれ)	8月3日(木)・10日(木)・24日(木)・31日(木) ※日時指定	
3歳6か月児健診 (令和2年1月生まれ)	8月1日(火)・8日(火)・22日(火)・29日(火) ※日時指定	

持物：問診票、母子健康手帳
 ※問診票は7月中旬に送付。7月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ
 申同課(☎34・1978)

公民館里セツ(里親制度)説明会

とき：8月5日(土)午前10時～11時半 ▼ところ：月ヶ瀬公民館(月ヶ瀬尾山)
 申電話で児童家庭支援センターてんり(☎0743・85・5567)へ
 申子ども支援課(☎93・6595)

預かり保育・認可外保育施設等利用費の請求手続き(4～6月分)

保育の必要性の認定を受け、預かり保育・認可外保育等の対象施設を利用して支払った利用料は、請求の手続きが必要で、給付認定の手続き、対象施設や請求方法は市ホームページに掲載
 申期間：7月20日(木)～31日(月)※3月以前の利用分も併せて申請可(請求権は2年間)
 申保育所・幼稚園課まで送付。直接持参も可※私立幼稚園・認定こども園の利用は、園への提出が可能な場合もあります。くわしくは各園に確認要
 申同課(☎34・5086)

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（8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。都祁保健センター実施分の申込は、電話で同センターへ。生活保護世帯・市区町村住民税非課税世帯の人は無料。申込時に申出要

申込受付期間は**7月3日～20日**

◆胃・肺セットがん検診

とき	ところ	受付時間	定員
8/7(月) 8/18(金) 8/22(火) 8/28(月)	はぐくみセンター	8:45～9:45	各33人
8/8(火) 8/9(水)	都祁保健センター	8:30～10:30 (時間指定あり)	各30人
8/14(月)	西部生涯 スポーツセンター クラブハウス	9:15～10:15	27人
8/15(火)	登美ヶ丘公民館	9:30～10:30	26人
8/16(水)	コープおしくま	9:15～10:15	27人
8/17(木)	富雄南公民館	9:15～10:15	27人
8/21(月)	北部出張所	9:15～9:45 9:45～10:15	各10人
8/29(火)	富雄公民館	9:15～10:15	27人

◆肺がん検診

とき	ところ	受付時間	定員
8/14(月)	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 ☎34-3145）
都祁保健センター（☎0743-82-0341）

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）
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）※祝日除く。保健師の場合あり

【持物】母子健康手帳・バス
タオル

☎電話で母子保健課（☎34・82・0341）

1978へ

◆都祁保健センター

・電話・来所相談（保健師・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：7月11日（火）午前10時～11時半・興東公民館（大柳生町）、14日（金）午前10時～正午・月ヶ瀬福祉センター（月ヶ瀬尾山）、18日（火）午前10時～11時半・田原どらごが丘コミュニティ広場（横田町 旧田原幼稚園）

持物：母子健康手帳
☎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・予約要）

とき：平日の午前9時～午後4時半
☎月ヶ瀬健康相談室（☎0743・92・0480）

予防疫種予診票綴りを6月下旬に発送しています（令和5年5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
☎同課（☎34・5129）

ファミリー・サポート・センター

◆説明会（予約要）

とき：①7月19日（水）8月5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

①7月18日 ②8月3日
☎電話でファミリー・サポート・センター（☎34・3305）へ

こんにちは赤ちゃん訪問（生後4か月未満の乳児向け）

◆育児の心配事がある家庭（助産師が保健師の訪問）

対象：母乳育児等を相談したい人か出生体重が250g未満の赤ちゃんがいる人

☎電話で母子保健課（☎34・1978）へ。母子健康手帳交付時の緑色のはがきの送付も可

◆特に心配事がない家庭

市が委託する訪問員が電話連絡し訪問します

☎子育て相談課（☎34・4804）

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。

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

出産・子育て応援給付金の申請について

令和4年4月1日～令和5年2月15日の間に妊娠届を提出した人、生まれた赤ちゃんを養育している人に出産・子育て応援給付金の申請書を送っています。提出がまだの人は提出してください。☎母子保健課（出産・子育て応援給付金担当） ☎34・9292

小学校用の教科書展示会を開催

とき・ところ：①7月7日（金）～13日（木）（月曜日を除く）・北部図書館（右京一丁目）②7月14日（金）～20日（木）・西部図書館（鶴舞西町）午前9時半～午後7時（初日の展示は午前10時半から）☎学校教育課（☎34・4763）

日本脳炎予防接種開始（令和2年7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 ☎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）

妊産婦・乳幼児のための各種教室・歯科健診

◆はじめてのママパサロン
とき：①8月4日（金）②9月8日（金）午前10時～正午
▼ところ：はぐくみセンター1階2階 ▼内容：助産師・保健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22～32週未満の初妊婦16人 ▼持物：母子健康手帳
◆マタニティー歯つぴい
とき：7月27日（木）午前9時半～11時半 ▼ところ：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（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 縮7月20日

5か月児ぱくぱく教室

とき：7月12日（水）午前10時～11時15分 ▼ところ：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5年2月生まれの子ども（第1子）と保護者32組 ▼持物：母子健康手帳、4か月児健診の間診票に同封の離乳食リーフレット等

1歳0か月児歯びか教室（むし歯予防）

とき：8月8日（火）午前10時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼内容：生え始めた歯の手入れの話、実習 ▼定員：令和4年8月生まれの子（第1子）と保護者21組 ※5～7月生まれも可 ▼持物：母子健康手帳、口ふきガーゼ

令和3年7月生まれの子のむし歯予防のフッ化物塗布

とき：7月21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：歯科健診と歯みがき指導、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 縮7月19日

◆40歳からのママ育サロン
とき：8月25日（金）午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼内容：健康運動指導士による「赤ちゃんと一緒に身体を動かそう」、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組 ▼持物：母子健康手帳、赤ちゃんに必要な物 縮8月18日
☎電話で各締切日までに母子保健課（☎34・1978）へ

シニア

後期高齢者医療保険料の納期（第1期）は7月15日（土）31日（月）です
☎福祉医療課（☎34・4754）

結核住民検診

とき：7月15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5人 ☎電話で7月3日～14日に母子保健課（☎93・8397）へ

南福祉センター

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

暮らしの相談会

とき：7月25日（火）午後2時～3時 ▼内容：ケアマネジャーや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） ※個別相談（希望者のみ） ▼対象：60歳以上の人とその家族、子育て世帯
☎当日までに電話か直接同センターへ

楽しく健活セミナー「命を守る水」見直そう！

水分補給 20P長
とき：7月28日（金）午後2時～3時 ▼講師：明治の食育担当で管理栄養士の田中富祐子さん ▼定員：60歳以上の人50人 ☎7月19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



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

西福祉センター
〒 631-0024 百葉園一丁目 9-13
☎ 41-3151 FAX 41-3150

◆演劇公演「広くて素敵な宇宙じゃないか」
とき：7月22日(土)午後1時半
▼出演：演劇サークル「集」
▼対象：60歳以上の人とその家族
☎ 7月1日～20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 FAX 27-9028

◆栄養講座「自律神経を整えて血流改善」^{20P}長
とき：7月28日(金)午後1時半～3時
▼講師：健康管理士の樋口善輝さん
☎ 7月19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

催し

親子で学ぼう 奈良の仏像
とき：① 7月27日(木) ② 28日(金) 10時～11時45分
▼とこころ：奈良国立博物館（登大路町）
▼内容：クイズ等

で同館の仏像をはじめ文化財の価値を学ぶ ▼定員：市内在住の小学3・4・5年生とその保護者各日30組60人
▼費用：入館料無料※特別展は別途料金要
☎ Eメールか FAX (申込用紙は市ホームページに記載) に必要事項を書いて、7月10日までに学校教育課 (☎ 34-4763 FAX 34-4597 Eメール：oyako-manabou@city.nara.lg.jp) へ。多い場合は抽選。7月14日までに結果を通知

応急手当定期講習

① 成人への手当180分(普Ⅰ)	午前9時～ 7月20日(木)・27日(木) 8月6日(日)・13日(日)
② 乳幼児への手当180分(普Ⅲ)	午前9時～ 7月22日(土) 8月3日(木)・13日(日)
③ 応急手当普及員新規講習(3日間)	午前9時～午後5時 8月7日(月)～9日(水)
④ 上級救命講習(8時間)	午前9時～ 7月25日(火)

特殊詐欺編 「狙われたキャッシュカード」
STOP! 防犯コラム 13
警察官のふりをして自宅を訪問し、キャッシュカードを騙し取って口座からお金を引き出す手口です。

◆ 60代女性、よし子さん(仮名)のケース
警察官を名乗る男から電話がありました。
あなたの口座が詐欺グループに悪用されています。今から警察官が向かうので、キャッシュカードを渡してください。
警察官を名乗る男が到着し、「安全が確認できるまでカードを封筒に封印します。封かんするための印鑑を持ってきてください」と言われ、取りに行っている間に封筒ごとすり替えられてしまいました。加えて、「捜査のために暗証番号が必要」と言われたため、番号を教えたところ、男は立ち去りました。後日、カードの口座から200万円が引き出されているのが分かりました。

防犯のポイント
●警察官がキャッシュカードを預かりに来たり、暗証番号を聞くことはありません。カードは絶対に渡さないでください。
●このような電話があった時は、必ず警察に通報(110番)・相談してください。
電話相談窓口：奈良県警察本部 (# 9110)
☎ 危機管理課 (☎ 34-4930)

③ 応急手当普及員新規講習 (3日間)
午前9時～午後5時
8月7日(月)～9日(水)
④ 上級救命講習 (8時間)
午前9時～
7月25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：中学生以上の人各20人程度
☎ 電話で各開催日の10日前までに消防局救急課 (☎ 35-1106) へ

史料保存館
〒 630-8337 藍戸町 1-1
☎ 27-0169 (月曜日休館)
くわしくはこちら▼
◆ **クイズに挑戦!**
とき：7月21日(金)～8月24日(木) ▼内容：小学生向けの自分で作るミニブック型ワークシートを配布。クイズに挑戦しながら展示を見学

◆ **特別陳列 ならまち歳時記 奈良奉行と万燈籠**
とき：8月1日(火)～27日(日)
▼内容：奈良奉行本多淡路守に関する燈籠等を紹介
◆ **館蔵史料特別公開 戦時下の奈良町**
とき：8月1日(火)～27日(日)
▼内容：戦時下の奈良町の暮らしを当時の町の記録等で紹介

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
☎71-2444

パソコン中級教室

①ワード②エクセル

とき：①8月19日～9月30日の原則毎週土曜日②8月20日～9月24日の毎週日曜日、午後1時～3時。各6回 ▼定員：各15人。在勤も可 ▼費用：各8500円

社交ダンスレッスン

とき：8月11日(祝)・20日(月)、9月3日(日)・10日(日)・24日(日)、10月9日(祝)・22日(日)、11月3日(祝)・12日(日)・26日(日)午後1時15分～2時45分。10回 ▼内容：テーマを設けた団体レッスン(1時間)・フリー指導(30分) ▼定員：経験者15人。在勤も可 ▼持物：ダンスシューズ。室内用スニーカーも可 ▼費用：1万5500円

【申】往復はがき、Eメール(yoyaku@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、7月15日必着で同センターへ。多人数の場合は抽選

くわしくはこちら▼



なら工芸館

〒630-8346 阿字万字町1-1-1
☎27-0003 FAX 27-9922

子ども工芸教室

①一刀彫の絵付け

とき：7月27日(木)①午前10時半～正午②午後2時～3時半 ▼講師：奈良一刀彫職人の青紫園晃さん ▼費用：千円 ▼定員：小学生の人数各5人 締 7月20日

②奈良墨による書と奈良団扇作り

【A】小学1～3年生向け
とき：8月26日(土)午後2時～4時半 ▼内容：漢字「月・丸・円」和「から」字を選びデザインする ▼講師：奈良団扇池田含香堂の池田匡志さん、書道家の川代健次郎さん 締 8月15日

【B】小学4～6年生向け

とき：7月29日(土)午後1時～5時 ▼内容：自分で決めた単語か文章・俳句(20文字まで)をデザインし透かし彫りをする 締 7月15日

【定員】10人

【費用】2500円

【その他】仕上がりまで10～15日かかるため送付(別途送料要)か来館引き取りを選択

【その他】3年生までは保護者同伴要

【申】往復はがき、FAX、Eメール(website.admin@nara-kogeikan.city.nara.nara.jp)に教室名、住所、保護者

氏名、子どもの氏名・学年・年齢、電話番号、Aは漢字1字を書いて各締切日必着で同館へ。Bは作成した希望デザインを添付すること。1枚に1人限り(兄弟は連名可)。多い場合は抽選

くわしくは同館ホームページへ▼



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
☎93-8435 FAX 34-2336

◆NPOのためのSNSスタート相談(予約要)

とき：8月2日(水)午前10時半、午後2時～3時・4時(各回45分) ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼内容：SNSアカウント作成、投稿例検討、組織的運用等 ▼対象：市内で活動するNPO団体(1団体4人まで) ▼持物：SNSが利用可能な端末 【申】電話かFAX、Eメール(volunt-info@city.nara.lg.jp)に講座名、希望日時、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、相談内容を書いて、7月26日午後5時までに同セ

ンターへ。申込後連絡あり

◆ボランティア入門講座 50Pポ

※ポイント集合型のみ

とき：7月22日(土)午後2時～3時半 ▼ところ：集合型：はぐくみセンター1階 オンライン型：YouTubeでのライブ配信 ▼内容：ボランティアの誕生から考える社会課題との向き合い方 ▼定員：集合型：20人(在勤・在学も可) オンライン型：制限なし 【申】集合型：電話かFAX、Eメール(volunt-info@city.nara.lg.jp)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、7月15日午後5時までに同センターへ。多い場合は抽選。オンライン型：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)。オンライン型は後日受講招待メールを送信

奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中新屋町5
☎20-1917

①オリジナル節気マーク～夏
とき：7月15日(土)午後2時～3時 ▼内容：マークと短歌の解説、身近な自然

についてのトーク ▼講師：同館スタッフ

②奈良町ヒストリーvol.2「家老・小山田主鈴、柳生藩の財政を救う」
とき：7月16日(日)午後2時～3時半 ▼講師：史料研究家の小山田晟さん ▼定員：20人 締 7月11日

③やさしい短歌
とき：7月22日(土)午後2時～3時 ▼内容：季節の名歌を読み、短歌を作る ▼講師：歌人でヤママユの会の喜寿隆子さん ▼定員：8人 締 7月15日

④身近に鑑賞!お金の歴史
とき：7月28日(金)～30日(日)午前10時～午後4時

⑤燈籠を作ろう
とき：8月6日(日)午前10時～正午 ▼講師：美術指導者の細田七海さん ▼定員：8人 ▼費用：500円 締 7月30日

【申】電話かEメール(nigiwain.oi@gmail.com)に②③⑤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



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

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「ご来迎」を作ろう

とき：7月29日(土)午前10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 甲往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年も)、電話番号を書いて7月19日までに同館へ(消印有効)。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みも可

ボランティアセンター

〒630-8113 法連町1702-11
 ☎26-2270 FAX26-20003

◆ボラかふえ8月「楽しもう！身近にふれあう国際交流」

とき：8月12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8月)、氏名、電話番号を書いて8月4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

総合福祉センター

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

◆初級パラスポーツ指導員養成講習会

とき：7月29日(土)・30日(日)、8月5日(土)・6日(日)午前9時～午後5時。4回 ▼定員：18歳以上の人20人 ▼費用：テキスト代3500円、登録料9300円 甲FAXで所定の申込用紙に必要事項を書いて、7月20日必着で同センターへ。持参も可

◆ストレッチ体操

とき：7月26日～来年3月27日の水曜日 午前10時半～11時半。9回 ▼内容：ストレッチと簡単な筋力トレーニング等 ▼定員：18歳以上の障害者と健常者50人 甲同館備え付けの用紙かほか、FAXに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、障害の有無・種別・等級を書いて、7月16日必着で同館へ。多い場合は抽選

◆みんなでエフササイズ

とき：7月22日～来年3月16日の土曜日 午後1時40分～3時、午後3時15分

～4時半。各20回※どちらの時間帯でも参加可 ▼対象：小学生以上の知的障害児・者とその家族 甲同館備え付けの用紙かほか、FAXに教室名、住所、全員の氏名(ふりがな)、年齢、電話・FAX番号、障害の等級、同伴者の氏名を書いて、7月16日必着で同館へ

南人権文化センター

〒630-8454 杏町401-1
 ☎61-2029

◆差別をなくす 人権を考える集い「今もある部落差別」

とき：7月11日(火)午後7時～8時半 ▼講師：部落解

放同盟県連合会副執行委員 長の松谷操さん

スポーツ

土用稽古・参禅会

とき：7月15日(土)～16日(日)午前6時～7時(5時半受付) ▼ところ：剣道・ルート奈良武道場、柔道・坐禅・ルート奈良第二武道場、槍・ルート奈良武道場・中道場、弓道・ルート奈良弓道場※なぎなたはアリーナ工事のため中止 ▼対象：市内の道場に通っている小学生以上の経験者。在勤・在

跳び箱苦手克服教室


とき：7月29日(土)午前10時～11時半、午後1時～2時半 ▼ところ：ルートファイールド奈良(法蓮佐保山四丁目) ▼定員：小学生の人各15人 ▼費用：千円(保険料含む) 甲電話でルートファイールド奈良(☎22-0001)へ

学も可 関市総合財団(ルート奈良第二武道場 ☎27-6163)

リニア通信

リニアクロスワードパズル
 縦と横の空欄に入ることばを考えて
 クロスワードパズルを完成させよう。

ヒントはここから
 チェック▼



(リーくん&にあちゃんのリニア大冒険ホームページ)



タテのカギ
 1 山梨リニア○○○○○○○
 3 リニア○○○○○新幹線

ヨコのカギ
 2 リニア車両を前に進める「○○○○コイル」
 3 磁石の力で浮いて走る「○○○○○○○○リニア」
 4 車両を浮かせたり、真ん中に案内したりするための「○○○○・案内コイル」
 5 東京—○○○○間を約1時間で結ぶ乗り物

関観光戦略課 (☎34-5607)

429995 / 590074 / 52942595E / 4711E Z [C]E
 595095E / 471141C Q 1 [56] 58

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。

青山プールが7月21日(金)にオープンします

開場期間：7月21日(金)～8月31日(木)午前9時～正午(遊泳は11時半まで)・午後1時～5時(遊泳は4時半まで) ▼施設概要：25m遊泳プール・幼児用プール

団体		個人		午前	午後
小人	大人	小人	大人		
120円	240円	150円	300円		
160円	320円	200円	400円		

・小人は3歳以上中学生以下
・団体は30人以上で責任者の引率が必要
・市在住の65歳以上の入場料は小人料金(年齢確認ができるものの提示が必要)

▼その他：ロッカー代50円。小学生以下が利用する場合は大人(18歳以上)の同伴要。原則、同伴者1人につき2人まで。団体利用も同様。同プール(☎26・2996)

奈良クラブ ホームゲーム

とき・対戦相手：①7月22日(土)午後3時・カタレ富山②8月6日(日)午後3時・ギラヴァンツ北九州 ▼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(午前9時～午後6時)



奈良マラソン2023

とき：12月9日(土)・10日(日) ▼ところ：ロート奈良鴻ノ池パーク(法蓮佐保山四丁目)、奈良市内、天理市内

ランナー募集

定員：フルマラソン…1万2千人、10km…4千人、3km…1500人 申同マラソンホームページで、7月12日から県民枠・19日から一般枠の受付開始。定員に達し次第終了。同実行委員会(☎81・8752)

ボランティア募集

定員：4千人 申同大会ホームページの申込フォー

ムか参加申込書に必要な事項を書いて、7月3日以降に奈良マラソンボランティアセンター(〒630-8113法蓮町757 県奈良総合庁舎)へ。定員に達し次第終了。同センター(☎23・8639) 平日の午前10時～午後4時

文化情報

「チケット情報」窓口のみの扱い：奈良市美術館 北部会館市民文化ホール ならまちセンター 学音館 学音館前ホール ▼インターネットでの扱い：SCチケット eイープラ ス 楽楽天チケット LINE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 友の会特典あり 同チケットぴあ 同ローソンチケット CNプレイガイド

【各館の休館日】特に記載がない場合は、7月10日(月)・18日(火)・24日(月)・31日(月)、8月7日(月)

なら・あーと・スペース

市庁舎玄関ホール「第6回 毛糸はり絵個展」 とき：7月10日(月)～14日(金) 午前9時～午後5時 同文化振興課(☎34・4942)

音声館

〒630-8335鳴川町32-1 ☎27・7700 (月曜日休館)

夏休み特別企画

①子ども制作教室「キッツキのドアノッカーを作ろう！」 とき：8月5日(土)午前10時～正午 ▼定員：小学3～6年生15人程度 ▼費用：千円

②親子体験型エンターテインメント「あっぱれ！忍者道場」 秘伝の書に挑戦せよ！ とき：8月11日(祝)午前10時半～11時半、午後1時～2時 ▼定員：子どもとその保護者各回30人程度 ▼費用：1人500円※2歳以下無料

③子ども落語教室 とき：8月2日(水)・3日(木)・8日(火)・10日(木)・12日(土)午前10時～正午 発表会…午後1時～3時 ▼定員：小学4～6年生10人 ▼講師：笑福亭純瓶さん ▼費用：9千円

申同電話で①7月12日②7月5

日から同館へ(午前9時～午後5時)。定員になり次第終了。③は専用の申込フォームから7月21日必着で電子申請。多い場合は抽選。定員に満たなければ開催しない場合があります

③の申込はこちら▼



なら一〇〇年会館

〒630-8121三条宮前町7-1 ☎34・0100 (火曜日休館)

◆左手のピアノリスト智内威雄ピアノコンサート2023 とき：9月23日(祝)午後2時 ▼出演：智内威雄さん、山口雅敏さん(ピアノ)

▼費用：全席指定一般3千円、中学生以下1500円 ※未就学児入場不可 ▼チケット：同 7月5日午前10時から発売開始

◆ゴスペルズコンサート

とき：10月7日(土)午後5時 ▼費用：全席指定8千円 ※未就学児は保護者1人につき膝上鑑賞無料。席が必要な場合は有料 ▼チケット：同 他7月9日午前10時から発売開始 同サウンドクリエーター(☎06・6357・4400)

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

杉岡華邨書道美術館
〒630-8337 藤戸町3 ☎ 24・4111

◆夏休みクイズ「仮名文字 解説大作戦」クイズですて きなプレゼントをゲットだ ぜ!!（入場自由）
とき：7月22日(土)～8月31日(木)午前9時～午後5時
※7月22日(土)午後1時から は奈良教育大学仮名書道研 究室学生によるクイズお助 けデー ▼内容：書道や展 示作品のクイズ。高校生以 下に記念品進呈 ▼対象： 幼児～高校生 ▼その他：同 時間催「スケッチで書」で、鑑 賞のヒントとなるワークシ ー トを配布

◆「杉岡華邨生誕110年 五鳳と 華邨ー共に咲く師弟の歩 み」作品解説会
とき：7月29日(土)午後2 時

◆筆書き体験コーナー
とき：7月21日(金)～8月31 日(木)午前9時半～午後5時
【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 歳以上の人、障害者(手帳要) と介護者は無料

◆7月19日(水)・20日(木)は展 示替えのため臨時休館

北部会館市民文化ホール
〒631-0805 右京一丁目1-4 ☎ 71・5747

◆夏休みこども体操教室①幼 児クラス②小学生クラス
とき：7月22日(土)①午前 10時～10時45分②午前11時 15分～正午 ▼講師：日本 フイットネス協会公認イン ストラクターの山本三歌代 さん ▼対象：①3～5歳 ②6～10歳 ▼費用：700 円

◆高の原文化講座「高の原 コーラス」
とき：9月28日(木)、10月26 日(木)、11月17日(金)、12月22 日(金)、来年1月26日(金)・2月9 日(金)。木曜日は午後1時半～ 3時、金曜日は午後3時～4 時半 ▼講師：上司直子さん (指揮)、中山夕子さん(ピ アノ) ▼定員：80人 ▼費 用：6千円 ①往復はがきに 住所、氏名、年齢、電話番号 を書いて8月11日必着で同館 へ。多い場合は抽選

◆往復はがきに希望ク ラス、住所、氏名(ふりが な)、年齢、保護者氏名、電 話番号を書いて7月14日必 着で同館へ。窓口の場合は 返信はがき(63円)持参要。 多い場合は抽選

奈良市美術館
〒630-8012 二条大路南一丁目3-1-1 ミ・ナール5階 ☎ 30・1510 FAX 35・7160 (月曜日休館)

◆オープン・ミュージアム・ プロジェクト「絵本作家・ 岡田よしたかの世界」展
とき：7月29日(土)～8月27 日(日)※作者による作品解説・ 7月29日(土)午後2時、作者に よる読み聞かせ・8月12日(土) 午後2時

◆岡田よしたかワークショップ 「絵本の一場面をつくっ てみよう」
とき：8月5日(土)①午前 11時～正午②午後2時～3 時 ▼内容：①低学年対象に 保護者と一緒に一つのテー マで絵を描く②高学年を対 象に絵本の一場面になるよ うな絵を描く ▼定員：親子 各15組30人 ▼費用：50 0円(材料費) ①同館ホー ムページ内の申込フォーム か、往復はがきに住所、参 加者全員の氏名・学年・電 話番号、希望時間を書いて 7月21日必着で同館へ。多 い場合は抽選

◆初めてのデッサン教室
とき：8月20日(日)午前9時～ 正午 ▼講師：市美術家協会の 杉村仁さん ▼定員：小学生以 上の人20人 ▼費用：千円 ▼ 持物：タオル ①7月21日必着

◆市民実技講座
①書の講習会(漢字の部)
とき：8月6日(日)午前10時～ 午後4時半 ▼講師：市美術家 協会の北山転石さん ▼定員： 高校生以上の人20人 ▼費用： 2千円 ▼持物：筆、墨、硯、下 敷、文鎮、半紙 ②7月21日必 着
②子供のやさしいアート体験(こども建物デザイン体験)
とき：8月6日(日)午後1時半～ 4時半 ▼内容：親子で夢の 住まいや建物をデザインし、模 型を作る ▼講師：市美術家協 会の倉本宏さん ▼定員：小学 3年生～中学生の人6組(保護 者同伴要) ▼費用：1500円 (親子2名1組、3人目から追加 500円) ▼持物：物差し(目 盛付き)、紙切りハサミ、カッター ナイフ、三角定規、木工用ボ ンド、色サインペン数種 ③7月 21日必着

◆高畑探検隊～身近な昆虫 をさがしてみよう～
とき：8月21日(月)午前9 時半～正午 ▼ところ：同 館、奈良公園他 ▼内容： 身の周りにいるさまざまな 昆虫や動物を楽しい話で解 説。奈良公園で昆虫を探し ながら、鹿や植物に関する疑 問に答える ▼講師：淡水 生物研究所理事の谷幸三さ ん ▼持物：虫捕り網 ▼ 費用：1人100円 ▼そ の他：小学3年生以下は保 護者同伴要 ①往復はが き、Eメール(photoclub@ naracmp.jp)に催し名、住 所、参加者全員の氏名(ふ りがな)、年齢、電話、あれ ばFAX番号、学校名、学 年を書いて8月14日必着で 同館へ。1枚に1組限り



入江泰吉記念奈良市写真 美術館
〒630-8301 高畑町600-1 ☎ 22・9811

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。

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-1-2
☎ 27-1689

◆万葉の花を訪ねて〜連編〜

とき：7月17日(祝)午前10時半〜正午 ▼講師：旧居コーデイネーター ▼定員：成人20人 ▼費用：500円(入館料別途) ☎ 電話で7月4日午前9時半から同館へ。定員に達し次第終了

◆入江泰吉さんぼみち〜奈良公園編〜

とき：7月29日(土)午前10時半〜11時半 ▼内容：奈良公園に点在する入江泰吉の撮影地を巡る ▼講師：旧居コーデイネーター ▼定員：成人10人 ▼費用：300円(入館料別途) 〓 7月22日

◆親子で作るピンホールカメラ教室

とき：7月30日(日)午後1時〜4時 ▼講師：写真美術館学芸員 ▼定員：小学3〜6年生と保護者10組 ▼費用：子ども1人につき800円(入館料別途) 〓 7月25日

◆日光写真でライオンスタンプをつくろう！

とき：8月4日(金)午後1時〜4時 ▼講師：写真美術館学芸員 ▼定員：小学3

〜6年生と保護者10組 ▼費用：子ども1人につき800円(入館料別途) 〓 7月25日

☎ 電話かFAX、Eメール(irietaikichi_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

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8301 高畑町1-083-1
☎ 24-0808 FAX 24-0807

◆パネルで見る「華邨と万葉の世界」へ入場自由

とき：8月1日(火)〜27日(日)

ならまちセンター

〒630-8362 東寺林町38
☎ 27-1151 (月曜日休館)

◆ならの中学生の版画&陶造形展

とき：7月5日(水)〜17日(祝)午前10時〜午後5時(最終日は午後4時まで)

◆ボードゲームで遊ぼう！INならまちセンター

とき：7月23日(日)午前11時〜午後4時(午前10時半〜午後3時受付) ※1時間程度

◆飛び出せ！昆虫コルク画展

とき：7月26日(水)〜8月6日(日)午前10時〜午後5時(最終日は午後4時まで)

◆コルク画教室

とき：8月6日(日)午後1時〜4時 ▼定員：10人 ▼費用：200円 ☎ 電話で7月11日午前10時から同センターへ。定員に達し次第終了

◆ならまちマルシェ〜ここから始まる三方よし！サステナブルなお祭りマルシェ〜

とき：8月5日(土)午後3時〜7時(雨天中止)

◆10・11月の施設利用について

8月1日に施設利用抽選会を開始します。くわしくは同館へ

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せください

9月開講のハロートレーニング(公的職業訓練)

募集期間：7月3日(月)〜28日(金) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科：①機械CAD技術科②住宅リフォーム技術科③CAD・NC技術科④電気設備技術科(③④はビジネスス

手話は言語です
〜「災害・緊急対応」編〜

手話コラム vol.44

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。



覚えてみよう！「消防」

丸めた両手の掌を上に向けて前後に並べて振り動かす

出典：全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習辞典Ⅱ」

Point! 消防車の放水用のホースを両手で持っている様子を表しています

☎ 障がい福祉課 (☎ 34-4593 FAX 34-5080)

キル講習・企業実習付) ▼

期間：①②9月4日〜来年2月29日、③④9月4日〜来年3月29日 ▼定員：①②各6人程度、③④各10人程度 〓 同センター (☎ 0744-22-5226)

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：①7月13日(木)・北部公民館(右京一丁目)②19日(水)・西部公民館(学園南三丁目)③20日(木)・中部公民館(上三条町)④25日(火)・県人権センター(大安寺一丁目) 午前9時半〜11時半 ☎ 電話で同人材センター (☎ 50-4004) へ

①「お能って何？」〜バスツアー 〓 能楽入門講座、②なら燈花会能

とき：①7月16日(日)②8月5日(土)午後1時半 ▼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) ▼定員：296人 ▼費用：要 申 ①7月15日②8月4日までに奈良能 (☎ 24-5171) へ

日中友好・日本語スピーチコンテスト

とき：7月22日(土)午後1時〜4時 ▼ところ：市生涯学習センター(杉ヶ町) 〓 市日本中国友好協会 (☎ 090-3277-0513)

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

■奈良シネマクラブ上映会

①ローサは密告された

とき：7月22日(土)午後7時

②パリの調香師 しあわせの香りを探して

とき：8月19日(土)午後7時

③汚れたミルク あるセー

とき：9月16日(土)午後7時

ルスマンの告発

とき：9月16日(土)午後7時

【お問い合わせ】西部会館市民ホール(学園南三丁目)

【費用】要

■奈良労働局 INARA プレミアム合説(合同企業説明会)

とき：7月26日(水)午後1時～4時

■犯罪被害者支援ボランティア募集

募集期間：7月31日(月)まで

■合唱団 Rinte 第14回定期演奏会

とき：7月30日(日)午後2時～4時

■「大仏様のお身拭い」見学会

とき：8月7日(月)午前7時

■平城宮跡いざない館歴史講座「元興寺の創建ー日本仏教はじまりの寺」

とき：8月19日(土)午前10時半～正午

■「相続した土地・建物の相続登記をいしましょう」

所有者不明土地の解消に向けて、来年4月から相続登記の申請が義務化されます。

■「マイジャンボ宝くじ」7月4日(火)発売!!

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

■「POAY パソコン教室」パソコン・ワード入門講座

とき：7月27日からの毎

週木曜日。6回 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼定員：6人 ▼費用：要 申 7月15日午後5時までに奈良シネマIT振興会の松本さん(☎090・5891・0032)へ

善意銀行 4 月分(敬称略)
●一般
小山富士夫(大安寺町) 2,950 円
☎ 市社会福祉協議会 (☎ 93-3100)

令和 4 年度 企業版ふるさと納税 (敬称略)
●アデコ株式会社
●ARINA 株式会社
●イーグルクラブ株式会社
●鹿児島堀口製茶有限会社
●京都グレインシステム株式会社
●株式会社合人社計画研究所
●三機化工建設株式会社
●サンケーシステム株式会社
●株式会社 JECC
●日本たばこ産業株式会社
●株式会社ほけんのぜんぶ
●ロート製薬株式会社
寄附は市の地方創生事業に活用します。ありがとうございます。
☎ 総合政策課 (☎ 34-4786)



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
夏休みキッズクラフト	ダンボールで「出発! タイコロボット」を作る 講師: 千光士義和さん 8/23 10:00~12:00 ◎小学生20人(在学も可) ¥700円 ※小学1~2年生は保護者同伴要	8/8

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
ピラティスでリフレッシュ	ピラティスで体幹の筋肉を整える 8/5、8/26、9/2、9/16 10:00~11:00(4) ◎成人20人(在勤も可)	7/25

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
学校に行きたくないに、どう寄り添う?	家庭での見守りや声掛け等について学ぶ 8/22 10:00~12:00 ◎小・中学生の保護者 30人	8/8

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
真夏のこわ〜いおはなし会	楽しいおばけやこわ〜いお話の影絵・朗読等 8/4 13:30~15:00 ◎小学生 30人	7/22
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 8/23 13:30~15:30 ◎スマートフォン未所有の70歳以上 20人	8/9

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
お父さんと作ろう! ゲーム工作	ダンボールでサンカクキックベースボール作り 講師: 千光士義和さん 7/23 10:00~11:30 ◎小学生と父親 10組(2人1組、在学も可) ¥1組 700円	7/13
スイーツで学ぶ化学の世界	ハーブを使った化学実験とゼリーの調理実習 8/1 10:00~12:30 ◎小学3~6年生 16人 ¥600円	7/21

登美ヶ丘南公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
スマホデビューからもう一歩!	貸出のスマートフォン(Android)でLINE等の基本操作を学ぶ 8/22 13:30~15:30 ◎おおむね 65歳以上 16人(在勤も可)	8/8

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
 ☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
みんなDEつくるスパイスカレー	地元のカレー店からカレーを学ぶ 7/27、8/24、9/28 9:30~13:00(3) ◎成人 16人(在勤も可) ¥3,600円	7/15
こわ〜いおはなし会 IN南部	怖いお話の朗読、語り、絵本の読み聞かせ等 7/30 19:00~20:00 ◎40人(在勤・在学も可) ※小学生以下は保護者同伴要、小学生は送迎のみ可	7/20
サマーチャレンジ IN南部	8/5 南京玉すだれ体験、8/6 バルーンアート 10:00~12:00(2) ◎小学生 20人(在学も可) ¥100円	7/25

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・FAX 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
夏のこわいおはなし会	臨場感あふれるお話や絵本の読み聞かせ等 7/21 15:00~16:30 ◎おおむね 4歳~小学生 30人 ※未就学児は保護者同伴要	7/11
世界にひとつだけの絵本づくり	親子で一緒にオリジナル絵本を作る 7/29、8/5 9:30~12:00(2) ◎小学生と保護者 12組(最大 30人) ¥1組 300円	7/19

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
こどもまなび隊	寒天やスライム、泡で水遊び 8/1 15:00~16:30 ◎小学生20人(在学も可) ¥100円	7/20

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
プチ田舎暮らし・興東一染織体験	たたき染め、藍染め等をする 7/29、9/16 10:00~12:00(2) ◎成人12人(在勤・在学も可) ¥2,000円	7/19
男の自衛術入門	日本発祥の体操、自衛術の基礎と実践を学ぶ 8/2、8/9、8/16 10:00~11:30(3) ◎成人男性 10人(在勤・在学も可)	7/20

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
サロンコンサート	◆相撲甚句 七月場所 相撲のよもやま話や、相撲甚句を聞く 7/16 14:00~15:00 ◎入場自由 ◆春日中ギタマンの調べ 春日中学校ギター・マンドリン部による演奏 7/22 14:00~14:30 ◎入場自由 ◆歌のお便り「はじめまして」 女声合唱団詞華による女声合唱、全体合唱 7/29 14:00~14:45 ◎入場自由 ◆ピースフェスタ 2023 平和のための奈良市戦争展実行委員会によるコーラスやヴァイオリンの演奏 7/30 14:00~15:00 ◎入場自由	申込不要
夏休みこどもまつり☆	短編アニメ映画会、ペットボトルけん玉作り、さかなつりゲーム、お話会等 8/5 10:00~12:30 ◎3歳児~小学生(在学も可)、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要。お菓子販売はなくなり次第終了	

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
自主グループ体験交流会	フラダンスの見学と体験 7/15 13:30~14:30 ◎3歳以上、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要	申込不要
子どもアートラボ in せいぶ	デッサンの基礎を学び、自分のお気に入りのぬいぐるみを描く 7/29 10:00~12:00 ◎小学生 30人(在学も可)	7/20

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
超初心者 和太鼓入門	和太鼓の基本を学び、魅力に触れる 7/26、8/9、8/23、9/6 18:30~19:30(4) ◎車で来館できる小学生以上 8人(在勤・在学も可)	7/15

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。

生涯学習センター・公民館の7月の休館日は3日(月)・10日(月)・17日(祝)・18日(火)・24日(月)・31日(月)です

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・ℹ 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
文月トーク	性の多様性を知り、生活に困っている人の現状や対応等を学ぶ 7/25 10:00～11:30 ①成人30人	7/14
旬の野菜を おいしく 食べよう!	夏野菜について学び、調理して食べる 7/27 10:00～14:00 ①小学生16人(在学も可) ¥700円	7/19
わくわく☆ というラン タンづくり	『きたまち宵あかり』をカラフルに彩るランタンを作ろう 7/30 13:30～15:30 ①小学生15人(在学も可) ¥1,000円	7/19

生涯学習センターギャラリー展示案内

■平和のための奈良市戦争展

(平和のための奈良市戦争展実行委員会)

とき…7月27日(木)～30日(日) 9:00～17:00

【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

生涯学習財団ホームページ▶



奈良ひとまち大学

http://nhmu.jp

【第472回】

世界の子どもに届ける音楽
～僕とワールドシップオーケストラのこと～

【とき】7月23日(日)午後1時半～3時

【ところ】奈良女子大学附属中等教育学校(東紀寺町)

【定員】15人

【第473回】

爆盛り激安なカレーのおはなし
～喫茶田川のこれまでとこれから～

【とき】7月29日(土)午後3時～5時

【ところ】喫茶田川(南半田西町)

【定員】14人 【費用】700円

【第474回】

花と枝で空間を作る、ということ
～華道家/Ikebana artistの仕事～

【とき】7月30日(日)午後1時半～3時

【ところ】レンタルスペースKimidori(南半田東町)

【定員】16人

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、7月13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)

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
親子で パステル アート	パウダー状のパステル画材を使って絵を描く 8/20、9/2 10:00～11:30(2) ①小学生と保護者10組(2人1組) ¥1組200円	7/29

平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・ℹ 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
子どもお天気 教室	奈良地方気象台の職員から天気について学ぶ 7/26 10:30～11:30 ①小学生20人(在学も可)	7/13

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
子ども 陶芸教室	オリジナルカップやお皿をつくる 7/27 10:00～12:00 ①小学生20人 ¥300円	7/14
夏休み! ピザで親子 フッキング	パン講師に学ぶピザづくり 7/29 13:00～15:00 ①小学生と保護者8組(最大20人) ¥1組600円	7/19

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
親子で チャレンジ! DIY	建築士の指導の下、木製のおもちゃ箱を作る 7/29 9:30～12:00 ①小学生と保護者10組(2人1組) ¥1組1,500円	7/20
祈りの炎 奈良大文字	8/8 歴史と行事を知る講演 10:00～11:30、 8/15 館内から「大文字」の鑑賞会 19:30～21:00(2) ①成人25人	7/25

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
さくっと宿題 だんどりー	夏休みの学び・交流の場として開放する 7/25、7/27、8/1、8/3、8/22、8/24 9:30～11:30 ①小・中学生、入場自由	申込 不要
めもりある・ うおー ～平和への 道しるべ～	講演「戦禍のキーウ滞在から見えたもの 平和への道しるべとは」 8/4 14:00～15:30 ①16歳以上50人(在勤・在学も可)	7/25

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
☎・ℹ 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
親子で陶芸	親子で陶器の作品を作る 7/30 ①9:30～12:00 ②13:00～15:30 ①小学生と保護者各10組(最大25人) ¥1人850円 ※申込時に希望時間帯①②を記入	7/20
親子で ブルーベリー 体験	親子でブルーベリーの収穫とジャム作りを体験 8/5 9:00～12:00 場所:花里古里ファーム(阪原町) ①小学生と保護者7組(最大16人) ¥1人1,700円 ※現地集合	7/28
親子でDIY	親子で木製の椅子を作る 8/20 13:30～15:30 ①小学生と保護者10組(最大25人) ¥1組1,000円	7/28

自分のからだの状態を知り、生活習慣の振り返りと
疾病の早期発見のため、健診(検診)を受診しましょう。

健康診査と各種がん検診等の受診券(票)が1枚になった
「けんしんパスポート」を6月下旬に送付しました。
今年度対象の健診(検診)が一目でわかります。同封の医
療機関一覧を参考に受診してください。

令和5年度 各種健診(検診) のお知らせ

表面



裏面




けんしんパスポート見本

※(特定)健康診査対象外の人には
青の点線部分のみ送付

新型コロナウイルス等感染拡大防止のため、健診(検診)実施期間中であっても、実施医療機関により健診(検診)を見合わせている場合があります。事前に実施医療機関に問合せてください。また体調が悪い時は、受診を控えてください。

◆(特定)健康診査

上記見本「けんしんパスポート」の青の実線  部分

後期高齢者医療被保険者

【問合せ】福祉医療課 (☎ 0742-34-4754)

項目(実施期間)	内容(費用)	持物	申込	受診場所
① 健康診査 (7月~来年2月末)	問診、身体計測、血液検査、 尿検査、血圧測定、貧血検査、 心電図(500円) 対象者のみ：眼底検査(無料)	・受診券 (けんしんパスポート) ・質問票 ・被保険者証	対象者に通知 (6月下旬) ※1	県内登録 医療機関

※1 4月1日~8月31日の加入者には、7月以降順次通知

国民健康保険被保険者(40歳以上)

【問合せ】国保年金課 (☎ 0742-34-4736)


項目(実施期間)・対象	内容(費用)	持物	申込	受診場所
② 特定健康診査 (7月~来年2月末) 令和5年4月1日現在の国民健康保険 加入者(40~74歳) ※2 4月2日以降の加入者で受診希望の場 合は問合せ要	問診、身体計測、血液 検査、尿検査、血圧測定、 貧血検査、心電図(無料) 対象者のみ：眼底検査 (無料)	・受診券 (けんしんパスポート) ・質問票 ・被保険者証	対象者に通知 (6月下旬)	県内登録 医療機関
③ 頭部MRI検査 (7月~来年3月末日) 国民健康保険加入者で今年度の②を受 診している保険料の未納がない人600 人。定員に達し次第締切	頭部MRI検査 (8,100円)	・被保険者証 ・健診結果表 ・利用券	国保年金課へ (7月~来年 2月末日)	総合医療 検査 センター (柏木町)

※2 8月末までに75歳になる加入者は、①を7月以降順次通知

- 国保・後期以外の健保加入者は、加入の保険者に問合せください
- 健康保険未加入者(生活保護受給者等)も同様の健診(無料)受診券を送付します。
5月1日以降の生活保護受給者は、健康増進課(☎ 0742-34-5129)に申し出てください
- 施設入居者は希望者のみ送付します。電話で福祉医療課、国保年金課へ
- 健診結果は後日、市から本人宛に文書で通知します



◆がん検診等

右記見本「けんしんパスポート」の青色の点線  部分

【実施期間】 7月1日～来年2月29日(胃がん・肺がん検診:5月～来年3月下旬)

【問合せ】 健康増進課 (はぐくみセンター3階 ☎ 0742-34-5129)

項目・対象 ※3	内容(費用)	持物	申込	受診場所		
④胃がん検診 40歳以上の人	問診、胃部エックス線撮影(バリウム検査)〈1,000円〉	・受診票	健康増進課へ (8月実施分 は13ページ 参照)	集団検診 (検診車が 市内各所 を巡回)		
⑤肺がん検診 40歳以上の人 ※4	問診、胸部エックス線撮影〈500円〉 喀痰検査(必要な人のみ)〈600円加算〉					
⑥胃がん内視鏡検診 50～70歳の偶数年齢の人	問診、胃内視鏡検査〈4,000円〉	・受診票(けんしんパスポート)	対象者に通知 (6月下旬)	市内実施 医療機関		
⑦大腸がん検診 40歳以上の人	問診、便潜血検査〈1,000円〉 ◎令和5年4月1日時点で40歳の人には無料の受診票を送付					
⑧子宮頸がん検診 20歳以上の偶数年齢の女性 (奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要)	問診、視診、頸部細胞診〈2,000円〉 ◎令和5年4月1日時点で20歳の人には無料クーポン券で受診					
⑨乳がん検診 40歳以上の偶数年齢の女性 (奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要)	問診、乳房エックス線撮影(マンモグラフィ)〈2,000円〉 ◎令和5年4月1日時点で40歳の人には無料クーポン券で受診					
⑩骨粗しょう症検診 40・45・50・55・60・65・70歳の女性 (令和4年度対象の人で未受診の人は申出要)	問診、骨塩定量検査(DXA法による)〈1,200円〉					
⑪歯周疾患検診 40・50・60・70歳の人 (令和4年度対象の人で未受診の人は申出要)	問診、歯周組織検査〈1,000円〉					
⑫胃がんリスク検診 40～70歳の胃がんリスク検診未受診の人	問診、血液検査(無料) ◎胃がん内視鏡検診に替えて、胃がんリスク検診を希望する人は申し出要					
⑬肺がん低線量CT検診 50・55・60・65・70歳の人	問診、胸部低線量CT撮影〈4,000円〉					
⑭肝炎ウイルス検診 40歳の人か、40歳以外で肝炎ウイルス検診未受診の人	C型肝炎検査(HCV抗体検査)、 B型肝炎検査(HBs抗原検査) 選択可〈無料〉 ◎対象外の人でB型・C型肝炎の感染の不安がある人は、期間に関わらず健康増進課へ問合せください				・【40歳】受診票(けんしんパスポート) ・【40歳以外】肝炎ウイルス検診票	40歳の人には通知、 40歳以外の方は健康増進課へ

※3 令和6年3月31日時点の年齢 ※4 結核の判定も含まます

各種がん検診等受診料の免除について

④～⑪は、市区町村民税非課税世帯の人と生活保護世帯の人は無料です。受診予定の10日前までにがん検診等受診料免除申請書で、申請してください(市ホームページから電子申請も可)。申請書を提出し免除に該当する人には、受診料無料の受診票を送付します。受診後申請による返金(免除)はできません。

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 「ニージーロと季節の星座たち ～七夕物語（～7月2日）・はくちょう座（7月8日～）～」 【定員】各回 40 席	7月の祝日・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
プラネタリウム 夏休み投影「星の一生」（動画のみ） 【定員】各回 40 席	7月21日(金)・26日(水)、8月2日(水)・4日(金)・9日(水) ①午前10時半～11時 ②午前11時40分～午後0時10分 ③午後1時40分～2時10分	
夏休み映画上映「新ジャングル大帝 ①誕生②約束③旅立ち④友達」 【定員】各回 200 席	①②：7月21日(金)・③④：22日(土) ①午前11時～正午②午後1時～2時	
天文教室「星座ランタン作り」 【定員】5歳以上の人各回12人 【費用】300円	7月27日(木) ①午前10時半～正午②午後1時半～3時	7月10日
科学実験教室「手回し発電機を作ろう」 【定員】小学3年生以上の人各回12人	7月27日(木) ①午後1時～2時②午後2時半～3時半	当日受付
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	7月28日(金)午後6時半～7時10分	
ものづくり体験教室「墨彩画家さんから学ぼう ～墨の濃淡を上手に使うって描こう～」 【定員】5歳以上の人15人 【持物】習字セット	7月30日(日)午前10時～11時半	7月10日
科学実験教室「海の中の小さな生き物たち (チリメンモンスター)」 【定員】小学1年生以上の人各回12人 【費用】500円	8月3日(木) ①午前10時～正午②午後1時半～3時半	
科学実験教室「昆虫博士になろう」 【定員】小学1年生以上の人12人 【持物】1～5cmの標本にしたい昆虫 【費用】1,000円	8月4日(金)午前9時半～11時	
おはなしの会「三びきのクマの話」	8月5日(土)午前11時～11時半	当日受付
プチプチ☆クラフト「手作りスタンプでうちわ作り」 【定員】4歳以上の人各回6組(6～10人)	8月6日(日) ①午前11時10分～11時半②午後1時10分～1時半	
ものづくり体験教室「蚕の繭から真綿を作ろう」 【定員】5歳以上の人15人 【持物】タオル 【費用】300円	8月8日(火)午後1時～3時	7月24日
ものづくり体験教室「ボタニカル万華鏡～植物が作る ふしぎなもよう～」 【定員】5歳以上の人各回15人 【費用】300円	8月9日(水) ①午後1時～2時②午後2時40分～3時40分	
ロボット教室(基礎)「ワクワク Robot 講座」 【定員】小学3年生以上の人各回12人 ※2日とも同じ内容	8月10日(木)・11日(祝) 午前9時半～午後0時半	
宇宙教室「スペースシャトルを飛ばそう」 【定員】小学1年生以上の人各回12人 【持物】1L紙パック2個	8月12日(土) ①午前10時～11時半②午後1時半～3時	7月31日
ロボット教室(応用)「ワクワク Robot 講座」 【定員】小学3年生以上の人12人 ※以前に同講座の基礎編を受講したことのある人	8月17日(木)午前9時半～午後0時半	
ものづくり体験教室「竹細工の名人から学ぼう～風車の 笛を作ろう～」 【定員】小学3年生以上の人10人 ※ノコギリ、カッターナイフ等を使用	8月20日(日)午前10時～正午	
ものづくり体験教室「万年カレンダーを作ろう」 【定員】5歳以上の人各回15人	8月22日(火) ①午後1時～2時半②午後3時～4時半	8月7日
天体観望会「望遠鏡で上弦の月をみよう」 【定員】小学1年生以上の人15人 【場所】なら100年会館南側駐車場(三条宮前町)	8月24日(木)午後6時半～8時	
プログラミング教室「高校生によるプログラミング教室」 【定員】小学3～6年生の人各回10人	8月26日(土) ①午前10時半～正午②午後1時半～3時	
ロボット教室「高校生によるロボット教室」 【定員】小学1～6年生の人各回10人	8月27日(日) ①午前10時～正午②午後1時～3時	

【申 込】市ホームページから Web 申込。多い場合は抽選

【その他】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。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か、直接下記に問合せください。

申込はこちら▶



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



夏休み こどものイベント特集

埋蔵文化財調査 センター

◆夏休み親子考古学体験

— 拓本をとろう! —

7月29日(土)

午後1時～4時

【内容】瓦の紋様について学ぶ拓本体験と、拓本を使ったしおり作り

【定員】小学4年生～中学3年生の子どもと保護者10組

【申込】往復はがき、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加人数を書いて、7月13日必着で同センター(〒630-8135 大安寺西二丁目281 ☎0742-33-1821 Eメール: maizou.bunka@city.nara.lg.jp)へ。

1通に1組限り。多い場合は抽選

奈良市青少年野外活動 センター(阪原町)

①森のムッレ教室

水で遊ぼう! —水の循環2

②森の冒険教室ストローバレ

③森の冒険教室フリールフサレ

川下りに挑戦

石からみる地球の歴史

8月20日(日)

午前10時～午後3時

(雨天決行、荒天中止)

【対象】①0歳～年長園児の親子20組②小学1～3年生25人③小学4～6年生20人

【申込】同センターホームページから電子申請

【問合せ】同センター

(☎0742-93-0029)



申込はこちら▲

わくわく科学あそび

◆30倍顕微鏡の世界を 楽しもう

～ライトスコープを使って～

8月2日(水)

午後1時～3時

【ところ】西部図書館(鶴舞西町)

【定員】小学3・4年生30人

【持物】色えんぴつ、水性ペン、はさみ、のり、ものさし(何cmでも可)、描いた絵を持って帰る袋、筆記用具

【申込】電話で7月20日までに同館(☎0742-45-5669)へ。

直接来館も可。

定員に達し次第

終了



くろかみやま自然塾

◆自然に遊ぶ・自然に学ぶ

「チャレンジ! みんなでキャンプ」

7月22日(土) 午後1時

23日(日) 午前10時(1泊2日)

【ところ】黒髪山キャンプフィールド(奈良阪町)

【内容】竹飯ごうご飯・カレーライス作り、キャンプファイヤー、テントで宿泊

【講師】ボーイスカウト指導者、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】2,000円(教材費・保険料・食材費等含む)

【申込】7月13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。くわしくは市ホームページへ

【問合せ】地域教育課(☎0742-34-5471)



申込フォームはこちら▶

奈良の文化財を もっと知る講座2023

◆古民家で昔の暮らし体験

～かまどでごはんを炊こう!～

7月30日(日) 午前9時半～午後2時

【ところ】旧田中家住宅、都跡公民館(五条町)

【内容】薪^{まき}割り、かまどで炊飯、かまどについてのお話、工作(竹の行灯^{あんどん}作り)、旧田中家住宅の解説等

【講師】すずらんクラブ、竈^{かまど}ai研究会、公民館サポーター、市文化財課職員

【定員】小学生以上20人(小学1・2年生は保護者参加要)。在勤・在学も可

【費用】600円

【申込】往復はがきに講座名、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、7月20日までに都跡公民館(〒630-8032 五条町204-1 ☎0742-34-5954)へ。多い場合は抽選。市生涯学習財団ホームページからの申込も可

※子どもも楽しめるイベントは、15～20ページの「催し」「スポーツ」「文化情報」にも掲載しています。

いよいよ夏本番 夏こそ注意したい内容をピックアップ



節電で生活を見直しましょう

夏季は電力等のエネルギー消費が増加するため、電化製品の使い方を工夫する等、身近なことからライフスタイルを見直しましょう（生活に支障のない範囲で協力してください）。

家庭でできる節電アクション

家庭の中で特に電気消費量が多いのは、冷蔵庫、照明器具、テレビ、エアコンです。照明も電化製品も必要な時だけ使い、使わない時はこまめにスイッチを切りましょう。また長時間使用しない場合は、プラグを抜きましょう。

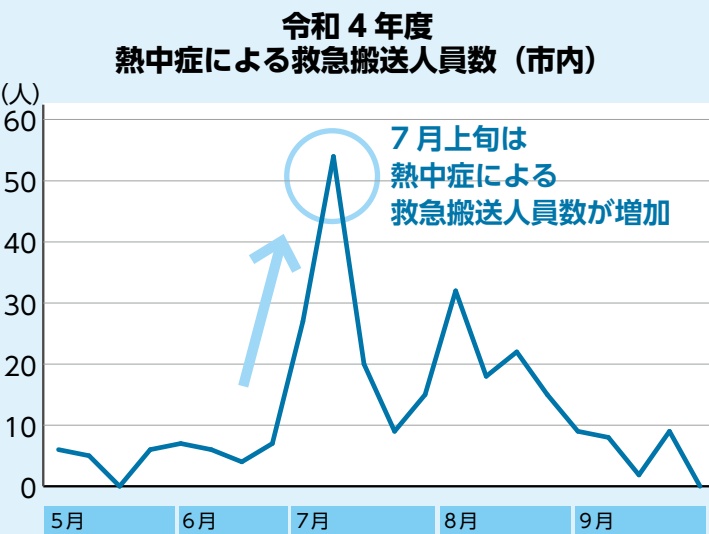
【問合せ】
環境政策課 ☎ 0742-34-4591

家庭内の電気使用量 節電効果(年間)	節電アクション
エアコン 約2%削減	<ul style="list-style-type: none"> ・冷房は必要な時だけ使用、室温は 28℃を目安に ・フィルターを月に1～2回清掃 ・カーテンやすだれ等で日差しをカット ※熱中症等に十分注意して、無理のない範囲で取り組みましょう
冷蔵庫 約3%削減	<ul style="list-style-type: none"> ・設定温度を最適（強→中）に ・食品を詰め込みすぎず、無駄な開閉はしない
照明 約2%削減	<ul style="list-style-type: none"> ・人のいない部屋・廊下はこまめに消灯 ・省エネ性能の優れた LED ランプ等に交換
テレビ 約1%削減	<ul style="list-style-type: none"> ・週に1度は画面の掃除をし、輝度を最適（最大→中間）に ・省エネモードに設定し、見ないときは消す

参考：資源エネルギー庁 省エネポータルサイト

熱中症が増加しています

昨年、市内で熱中症により救急搬送されたのは 272 人。そのうち 46%（125 人）が 7 月に発生しています。7 月上旬は救急搬送人数が急増するため、注意して過ごしましょう。



発令状況はこちらで確認してください

環境省サイト▶



市ホームページ▶



熱中症警戒アラートを活用しましょう

熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとるよう促すための情報です。

アラート発令時には

- ・エアコンを適切に使用しましょう
- ・不要不急の外出は避けましょう
- ・外での運動は原則、中止・延期をしましょう
- ・高齢者等に声をかけましょう
- ・のどが渇く前に水分補給をしましょう

注意

- 日光を遮り、風通しをよくしましょう
- 濡れたタオル等を肌に当て、うちわであおぎましょう
- できる限り、冷房設備が稼働しているところへ避難しましょう
- 停電時の断水に備え、飲み水を備蓄しましょう
- 電力需給ひっ迫時には、浴槽やバケツに水を貯めておきましょう

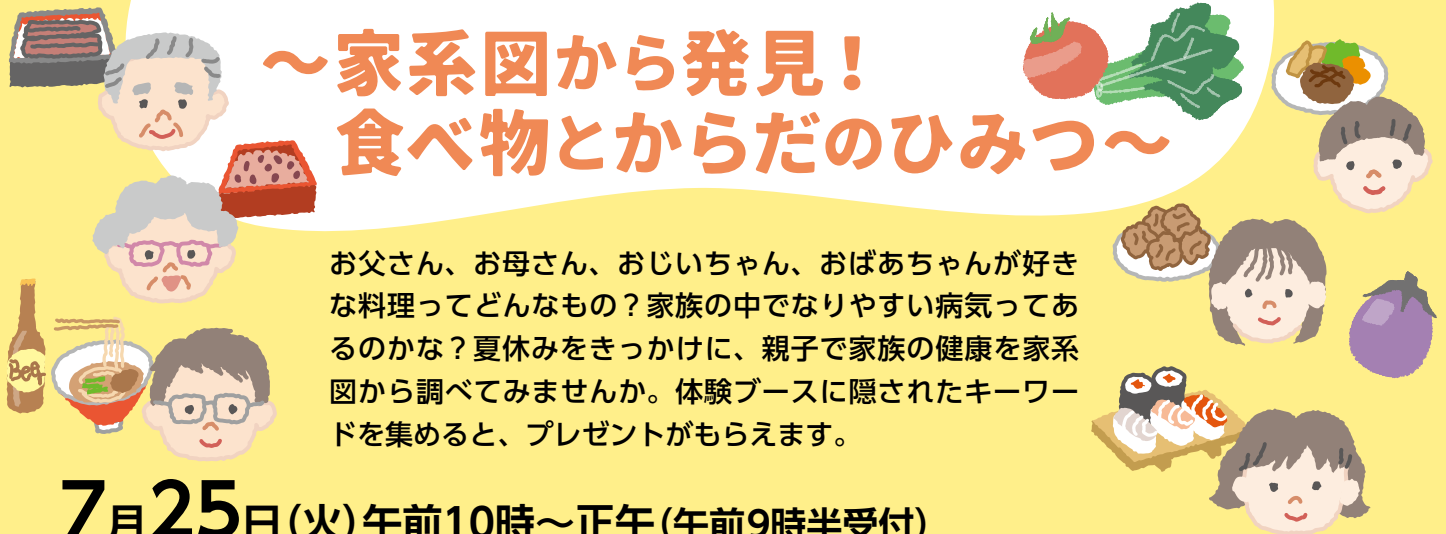
エアコンが使用できない時は…

【問合せ】医療政策課 ☎ 0742-93-8392



かぞくdeからだの大冒険!

～家系図から発見! 食べ物とからだのひみつ～



お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんが好きな料理ってどんなもの? 家族の中でなりやすい病気ってあるのかな? 夏休みをきっかけに、親子で家族の健康を家系図から調べてみませんか。体験ブースに隠されたキーワードを集めると、プレゼントがもらえます。

7月25日(火) 午前10時～正午(午前9時半受付)

- 第1部: 生活習慣病予防と食育に関する講演
- 第2部: 夏休みの自由研究に役立つ体験ブース
 - 体験ブース① 日本の味をたどってみよう
 - 体験ブース② 体の仕組みを調べてみよう
 - 体験ブース③ 野菜を知ろう!

講師: 看護師の牧香奈子さん

看護師歴 27 年。大学病院や地域医療等、約 20 万人の看護に携わり、予防医学へ転身。厚生労働省認定食生活アドバイザーとして従事。現在は企業や子育てママ等が受講する予防医学講座を開催。1 児の母。2018 年食育優秀実践者受賞。



【定員】 50 組 100 人 (小学生とその保護者)
多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

【場所】 市庁舎中央棟 6 階

【申込】 7 月 14 日までに電話か

「e 古都なら」から電子申請

電子申請はこちら▶



【問合せ】健康増進課 (☎ 0742-34-5129)

元気ならおうちで簡単エクササイズ

運動習慣をつけて自宅で 介護予防に取り組みましょう

自宅でも介護予防に取り組むことができるよう、継続して実施できる簡単な運動「元気なら“おうちde”エクササイズ」を市ホームページや動画チャンネルで公開しています。

今回新たに「元気なら“おうちde”エクササイズ～全身編2～」を作成しました。他にも、気軽に取り組める動画がいくつかあるのでチェックしてみてください。

【問合せ】福祉政策課 (☎ 0742-34-5196)

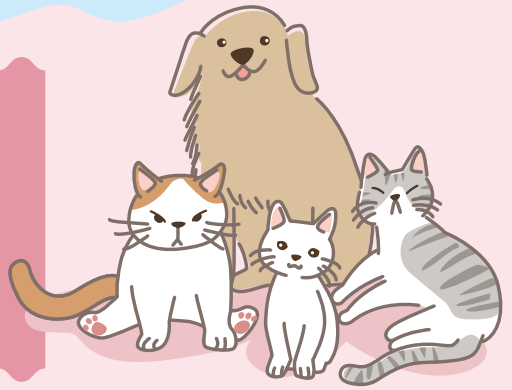
くわしくは市ホームページへ▶



にゃん にゃん

22

7月22日は
サタデー譲渡会



市では保健所で保護された犬・猫の新しい飼い主を募集中です。特に猫は保護される数が多く、常に譲渡先を探しています。愛情をたっぷり注いで最期まで飼うことができる人は、この機会にぜひ参加してください。

譲渡動物の
ホームページは
こちら▶



保健衛生課
Twitterは
こちら▶



【と き】 7月22日（土）午前10時～午後3時

【と ころ】 はぐくみセンター1階（受付）

【定 員】 18組

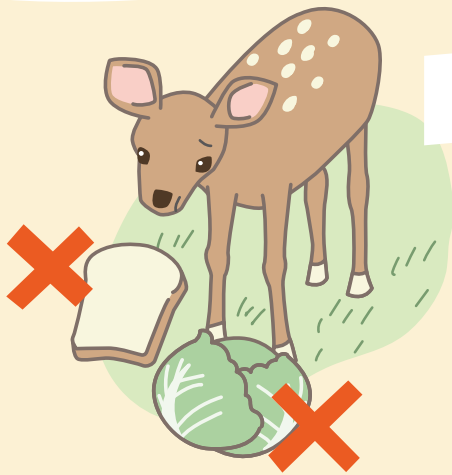
※1組30分、完全予約制。定員に達し次第終了

【申 込】 電話で7月21日午後3時までに保健衛生課へ

※当日、会場では譲渡を行いません

※平日の日中も、通常どおり個別相談を行っています

【問合せ】 同課（☎0742-93-8395）※かけ間違いに注意



シカにえさを 与えないでください

シカは奈良公園内に生えている植物（シバ、葉っぱ、ドングリ等）を主食とし、それらを自力で食べて生きています。不適切な餌付けをすると、シカのためにならないうえに、人とシカの適切な距離が崩れ、共存に悪影響を及ぼします。注意しましょう。

人の食べ物を与えたらどうなるの？

- パン・菓子類…添加物によりシカが病気になる他、匂いのついたプラスチックごみを誤って食べてしまい、死に至ることもあります
- 野菜等…味を覚えてしまい、公園周辺における農作物被害につながります



例外 鹿せんべい

鹿せんべいは、シカにとって安全に作られたおやつです。

交通事故の原因にも

自動車から、また道沿いでのえさやりは、通行の妨げや渋滞・事故の原因になります。

奈良公園内にごみは捨てないで

- シカが誤って食べてしまうと、病気の原因になります。ごみは必ず持ち帰ってください
- シカにレジ袋やお菓子の包みを食べられないように気を付けましょう
- 公園内にごみを発見したら、シカのためにもごみ拾いに協力をお願いします

奈良の鹿愛護会ではドングリの寄附を募っています

集まったドングリは鹿苑で保護されているシカの飼料となります。

ただし、公園外のドングリを持ち込み、シカに与えるのはやめてください。

くわしくはこちら▶



【問合せ】 観光戦略課（☎0742-34-4739）

毎年恒例！
奈良市子ども会議の
参加者を募集します



子どもが市に自由に意見を伝えられる、奈良市子ども会議を今年も開催します。

今年度は、市の取り組みに関係する5つのテーマについて、グループに分かれて話し合います。みんなで市のまちづくりについて、楽しく考えてみませんか？

【と き】 7月26日(水)・28日(金)、
8月2日(水)・4日(金)・9日(水)

【ところ】 市庁舎中央棟地下1階会議室

【対象】 小学5年生～高校3年生の人30人。多い場合は抽選

【申込】 市ホームページの申込フォームか、はがき、FAX、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、Eメールアドレス、学校名、学年を書いて、7月12日必着で子ども政策課へ。
くわしくは市ホームページに掲載

【問合せ】 子ども政策課 (〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
☎0742-34-4792 FAX0742-34-4798 Eメール：
kodomoseisaku@city.nara.lg.jp)



申込等くわしくはこちら▲



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



「春らんまん」【撮影】花愛でる姫さん
【場所】学園南西郊住宅バス停周辺

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



陽依李ちゃん(1歳5ヶ月)



莉子ちゃん(5か月)



怜ちゃん(1歳10か月)



朔巧くん(8か月)



たまちゃん(7か月)



しのちゃん(8か月)

思わずにっこり 赤ちゃん鹿が一般公開へ

奈良の鹿愛護会が管理する鹿の保護施設「鹿苑」で、6月1日から1か月間、今春生まれた子鹿たちが一般公開されました。今年は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた昨年までと違い、海外からの観光客や大人数の修学旅行者が来場し、にぎわいを取り戻しつつあります。

取材当日、放たれた子鹿は30頭。慣れない暑さに日陰で休む姿や水浴びする等、愛らしい様子が見られました。見学に来た川野政弘さんは「妻に連れられ初めて来たがとてもかわい、また来たいです」と笑顔で話しました。

なお、同会の板倉さんは「人のにおいがつくと、母親が自分の子か分からず、育児放棄することがある」と指摘。奈良公園内で子鹿を見かけたときは近づかず、大切に守りましょう。



〔写真〕仲睦まじく親子鹿が寄り添う光景。見学者もシャッターチャンスとカメラを向けていた

あなたが食器の生き方を決める、食器リユースイベント

6月8日・9日に市庁舎1階玄関ホールで、陶磁器製食器リユースイベントを開催しました。資源の有効活用を目的に平成27年から開催されるこのイベント。新型コロナウイルス感染拡大に伴い一時休止していましたが、復活を願う声も多く今年から再開しました。

今回は休止期間もあったせいか、多くの食器が集まり、ティーカップや大皿等で会場はにぎわいました。知人の紹介で参加した女性は「新品同様のものばかり。普段の料理も新しい食器に盛ると新鮮な気持ちで味わえる」と楽しそうに選んでいました。市の担当者は「イベントの参加により、普段の生活でごみの減量を考えてもらうきっかけになればうれしい」と思いを語りました。



〔写真〕展示食器の一例。紫陽花のような花柄が入っており、季節感も感じられる鮮やかなお皿がポイント

展示品は1人5点まで、無料で持ち帰りできます。次回の開催予定は9月です。

多くの人に支えられ 4年連続殺処分ゼロを達成

市は、令和元年度から4年連続で「殺処分ゼロ」を達成しました。保護される犬・猫の数を減らすことや、譲渡機会の拡大に向けたさまざまな取り組みを行い、成果を上げることができました。

担当者は「ボランティアのみならずの愛情を受け、育った子猫たちが、新しい家庭に大切に迎えられる時がうれしい。殺処分ゼロの継続は関係者の思いの結晶です。ありがとうございます」と感謝していました。

譲渡を推進するため、今年度はさらに制度を新設します。トリマーによるトリミングや、人慣れするためのトレーニングを行います。これからも殺処分ゼロが継続できるように、引き続き協力をお願いします。



家族
募集中
です

イチローくん(8歳) オス
(プロフィール)
平成27年4月1日生まれ
甘えん坊のかまってちゃん

市立看護専門学校の学生募集

≡ 来年4月入学/募集人数40人 ≡

募集しています

	受験資格 (一般入学試験以外は、専願する人のみ)	試験日	出願期間 (必着・簡易書留のみ)
推薦入学試験 (15人程度)	① 高等学校か中等教育学校を来年3月卒業見込みの人 ② 国語、数学、英語の個々の評定が3.2以上で、評定平均値が3.5以上の人 ③ 学業成績、人物とも優秀で学校長が推薦する人	11月9日(木)	10月25日～31日
社会人入学試験 (5人程度)	高等学校か中等教育学校の卒業者、同等以上の学力を有する人で、社会人経験2年以上である人		
一般入学試験専願 (10人程度)	高等学校か中等教育学校の卒業者、来年3月卒業見込みの人、同等以上の学力を有する人	12月14日(木)	11月29日～12月5日
一般入学試験 (10人程度)		来年1月18日(木)	来年1月4日～11日

【試験案内・申込書】

同校ホームページからダウンロード可。または、封筒に「募集要項請求」と赤字で書き、返信用封筒(角形2号:長さ33.2cm、幅24cm程度。折曲可)を同封して同校へ。返信用封筒には、1部につき250円切手を貼り、宛先と郵便番号を明記すること。同校窓口でも受け取り可。

● オープンキャンパスの日程は同校ホームページで確認してください

【問合せ】市立看護専門学校(〒630-8306 紀寺町371-2 ☎0742-81-3301)



▲同校
ホームページ
はこちら

バンビーホーム(放課後児童クラブ)の支援員の募集

元気いっぱいな小学生の子どもたちと一緒に過ごしてみませんか。補助員は資格不要です。

【問合せ】地域教育課(☎0742-34-5441)

支援員 | 月額職員

資格: 保育士・教員免許等の資格を持つ人や、放課後児童クラブの職員経験者等

試験: 面接試験(事前に記述課題あり)

人数: 20人程度

期間: 各月1日～(任用更新あり)

賃金・条件等: 月額162,038円～(令和5年4月採用者参考額。昇給制度あり)、期末手当、時間外勤務手当、通勤手当、社会保険加入あり。勤務時間は1週間あたりおおむね30時間程度

【年収の目安】 1年目: 219万円/5年目: 242万円

申込: 必要書類を地域教育課へ提出。試験の実施要項は同課で配布。市ホームページからダウンロードも可

支援員 | 時間額 ①放課後児童支援員 ②補助員

資格: ①放課後児童支援員認定資格研修を修了した人
②子育て支援に意欲があり、児童の保育が可能な人(資格不問)

試験: 面接試験

賃金・条件等: 時間額 ①1,199円 ②1,137円

※いずれも時間額、午前8時～午後7時の間の6時間程度。勤務日数・時間は応相談。特に週3日以上勤務できる人急募

勤務地: 市直営のバンビーホーム(飛鳥バンビーホーム他37か所)

申込: 登録者の中から随時選考。登録希望者は、資格証の写し(②は不要)と履歴書を同課へ

7月の主な行事・市の催し

- 1日(土) 社会を明るくする運動強調月間（～31日 福祉政策課）
- 2日(日) 茅の輪くぐり（八柱神社・小倉町）
- 6日(木) 盂蘭盆会法話（・7日 喜光寺）
- 7日(金) 弁才天供（興福寺）
- 9日(日) なつ鹿寄せ
（～8/27の毎週日曜日 飛火野）
※7/17(祝)、8/12(土)も開催
- 11日(火) 人権を確かめあう日
- 17日(祝) 蓮華会式〈茅の輪くぐり〉（法華寺）
子ども安全の日
- 19日(水) 市立園終業式（こども園・幼稚園）
- 20日(木) 市立学校終業式
（小学校・中学校・高等学校）
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(日) 帯解子安地藏会式大法要・岩田帯練供養
（・24日 ※法要のみ 帯解寺）
夏祭・帯解子安地藏大会式（・24日 龍象寺）
地藏盆（福智院）
地藏盆法要（十輪院）
- 28日(金) 解除会（東大寺大仏殿）

※緑字は
寺社年中行事

市長コラム

Vol. 130



今月号の特集では、一度罪を犯した人が、再び罪を犯さないよう社会で支える更生保護の取り組みをご紹介します。

私の友人で薬物依存者の回復施設を立ち上げた人がいます。彼は父親による母へのDVを間近に見て育ったことから、「もっと強くなりたい」という思いを幼少期から持ち始め、学生時代から暴力団にも関わり、何度も薬物使用で逮捕。最後はホームレス生活をしている所を神父さんに助けられ、回復への道を歩み始めます。これまで一貫して「強いことが良い事」と信じて疑わなかった彼が、生まれて初めて「助けてほしい」と自分の弱さを受け入れたことで、人生をやり直すきっかけになったといえます。

犯罪は決して許されるものではありませんが、その人の成育環境や背景を含めて向き合うことが、再犯防止や本人の立ち直りには欠かせないと感じます。保護司会や更生保護女性会の取り組みにぜひ関心を寄せてください。

仲川 伸



奈良の食
コラム
vol.39

暑い夏にぴったり
「大和茶」 で作る茶粥





全国屈指のお茶どころ、奈良。市内では月ヶ瀬や田原地区等の山間部を中心に香り高く、滋味濃厚な大和茶が生産されています。大和茶を使ったレシピとして有名なのが茶粥。奈良では主に朝ご飯として、前日余った冷たいご飯を大和茶（ほうじ茶）で炊き、お粥にして食べていました。

食欲不振になりやすいこの時期に、あっさり茶粥を食べて夏バテを予防してみませんか。

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」12ページに、大和茶で作る「あっさり茶粥」のレシピを掲載。

パンフレットはこちら▶



Pick Up 大和野菜等を使った簡単レシピを募集

大和野菜等を使った簡単料理レシピを募集しています。レシピは本コラム等に掲載予定です。

くわしくは
こちら▶



【問合せ】農政課（☎0742-34-5142）