

こちら奈良市

# 東部出張所です

〜未来のために今できること〜

第60号  
令和4年8月1日発行

編集・発行 奈良市東部出張所  
奈良市大柳生町4735  
TEL 93-0001  
FAX 93-0061

こんにちは、所長の野口博央です。この原稿を書いているとき、新型コロナウイルスの第7波への感染拡大が予断を許さない状況となっておりますが、今月は、この季節に多く発生している「熱中症」についてお話しさせていただきます。

熱中症とは、体温調節や循環機能などの働きに障害がでる病気の呼び名です。熱中症は、軽症と思われるものが急速に重症化し、時には死にいたる怖い病気です。屋外、屋内問わず発生が多く報告されていることから注意が必要です。熱中症の発生は当日の体調も大きく影響しますので、ご自身の体調が悪いときは特に注意するようにし、日々の体調チェックを次のように、丁寧に行うようにしてください。

- ・よく眠れたか？
- ・朝食をしっかりと食べたか(食べられたか)?
- ・夜更かしはしていないか？

また、屋外で長時間過ごす時は、帽子をかぶり、こまめな水分摂取を忘れないようにしましょう。また、屋内外においても距離が確保できる場合や会話を行わない場合については、マスクの必要はないと言われておりますので、正しい、マスクの着用を心がけるようにしてください。

引き続き、地域の皆さまが安全で楽しい家庭生活を送るため、「新型コロナウイルス」や「熱中症」対策を万全に行うさせていただきますようお願いいたします。

そして、楽しいお話もひとつ。夏の風物詩【第24回なら燈

花会】が、3年ぶりに奈良公園に帰ってまいります。1999年に誕生した「なら燈花会」。古都奈良にろうそくの灯りがとけ込み、人々の心にさまざまな感動を与えてきました。夏のたった10日間だけ、広大な奈良の緑と歴史の中にもうそくの花が咲きます。

## Tobu高原マルシェ開催

東部地域にある5つの農産物直売所が、奈良市中心市街地で地場産野菜等を出張販売する「Tobu高原マルシェ」を開催します。また、会場のならまちセンターに併設する「CAFE いにしえ」では、東部地域の野菜等を使った期間限定のコラボレーションメニューの販売も予定しています。市街地へ行かれる際はぜひお立ち寄りください。

【日程】8月19日(金)、8月26日(金)、9月2日(金)、9月9日(金)、9月16日(金)

【時間】各回10時〜14時頃(売れ行きにより終了時間は前後します)

【会場】奈良市ならまちセンター(奈良市東寺林町38)



↑イベント詳細は奈良市HPから

## 自分ごと化会議 in 月ヶ瀬開催について

第58号でお知らせしました「自分ごと化会議」について、ご参加及びアンケートにご協力いただいた皆様ありがとうございました。第一回の会議を左記の内容で開催します。(参加者には別途ご案内を送付しています。)

【日時】8月2日(火) 19時30分〜21時30分(予定)

【場所】月ヶ瀬ワーケーションルーム「ONONO」(奈良市月ヶ瀬尾山2350の一)

【メインテーマ】共助・コミュニティ形成について

【傍聴について】傍聴可能(申し込み不要)。会場の関係で、傍聴者が多数の場合はお断りさせていただく場合がありますのでご了承ください。なお傍聴者の発言等はお控えください。



しまろく  
©奈良市観光協会

※こちらに掲載の情報は編集の都合上、7月15日現在のものになります。

# す・とうぶだより

## 2022-8月号

### 8月お知らせ

空き家等の現地調査で各地区を訪問します。

〔調査日程(8月)〕

1日(月)～5日(金) 柳生地区

8日(月)～12日(金) 田原地区

15日(月)～19日(金) 大柳生地区

22日(月)～26日(金) 東里・狭川地区

※調査の詳細は下段をご覧ください。調査日は変更する場合があります。

みなさまのご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。



8月はDIY体験はお休みします。暑い日が続きますが、体調には十分お気をつけください。風鈴で涼しさを感じます。

みなさま、こんにちは。

8月から、東部地域における空き家等の掘り起こし及び利用の促進を目的に、空き家等の現地調査を開始します。

※建物の状態や周辺環境の詳細を調査します。

約230棟を見て回る予定で、年末近くまでかかりそうです。前にも触れましたが、移住を希望している方のお声を聞くことが多いので、この調査を機会に、空き家の活用を検討している所有者さんに出会い、少しでも東部地域の空き家解消につながればと思っています。

賃貸や売却をお考えの方、またご親戚の方でそういったお悩みをお持ちの方がいらっしやいましたら、お気軽にお声掛けください。

現地調査では名札と腕章を付けて行きます。みなさまのお近くにもお伺いすることがあると思います。ご協力賜りますようお願いいたします。(若井)

7月の活動報告です。

興東小学校で水泳授業のサポート!

私の小学校時代の習い事は、水泳。選手を経て、コーチも経験しました。私がサポートした1年生グループ。何度も繰り返し挑戦し、少しずつ泳ぎが上達していく姿を見て感動。2日間だけでしたが、皆様と一緒に泳ぐことができ、とても嬉しかったです。

「田原公民館で身体メンテナンス」無事終了しました!

地域住民の方の見守りと健康増進を目的として開催したプログラムですが、6日程の計12回で延べ40人の方に参加いただきました。アンケートでは全員の方に「また参加したい」または「近所で開催されれば来たい」とご回答いただき、参加者からは「身体を動かしながら心がやすらいだ」「楽しく身体を動かせた。イイ曲で心も癒され身体もスッキリで楽しい時間だった」「あつという間の1時間だった」という声をいただきました。

ご参加いただきました皆様ありがとうございました。今後も健康増進プログラムを実施していきたく思っていますので、引き続きよろしくお願いたします。(寺尾)