

特集
pick up!

「いつか」が「いま」に AI と共にある暮らし

も く じ contents

8月30日～9月5日は防災週間です
市民いっせい避難登録訓練を実施 p6

奈良市に本籍があるみなさん向け
氏名の振り仮名に関する通知書を発送 p9

水分補給はマメに。
熱中症を予防しましょう p26 ならトピ° p31

鹿と浮見堂（写真を基に、AI が油絵風に生成）

生活 p10 健康 p11 子育て p12
シニア p14 しごと p15 募集・催し p16
スポーツ p18 文化情報 p19
生涯学習 p24

表紙の元写真▶
くわしくは
編集後記 p34 へ



「いつか」が「いま」に AIと共にある 暮らし



AIとは何か？

アーティフィシャル インテリジェンス
「Artificial Intelligence」の略語で、人間のように考えたり、学んだり、判断したりする技術のことです。AIの歴史は1950年代から始まりましたが、本格的に私たちの生活に入ってきたのはここ10年ほど。特に最近では、文章や画像、音声等を作る「生成AI」も登場し、注目を集めています。

「未来から来たネコ型ロボット」や「10万馬力の少年ロボット」。かつて、アニメや映画の中だけの存在だった“考える機械”＝人工知能（AI）は、今や、私たちの暮らしの中に溶け込み、身近な存在になりつつあります。市では、4月に「AI活用推進課」を新設し、行政現場での本格的なAI活用を推進。少子高齢化により働き手が減る中、その可能性が今、注目されています。今月号では、市役所での取り組みをはじめ、まちで進む最先端の研究を紹介。奈良のAI最前線を、分かりやすく届けます。
【問合せ】AI活用推進課（☎0742-93-3425）

AIの仕組み

AIは、大量のデータから法則や特徴を学ぶ「機械学習」を基に動いています。さらに、AI自身が複雑なデータから特徴を自動的に学ぶ「深層学習（ディープラーニング）」により、画像や音声、文章の理解・生成等、より高度なことができるようになってきました。



※図引用：総務省「人工知能（AI）のしくみ」より

／気づかぬうちに、こんなに使っている!?!／ わたしとAIの何気ない1日

朝起きてから夜眠るまで、
日々の暮らしの中にはAIがたくさん活躍しています。
ここではある1日を追いながら、
暮らしの中のちょっと便利なAIを紹介します。



午前6時
スマートスピーカーに
今日の天気を知る

声をかけるだけで天気予報やニュースを教えてくれるスマートスピーカー。予定確認や家電の操作も可能です。



午前7時
ニュース要約アプリでサクッと
今日のニュースをチェック

ニュースの内容を3行で要約するものや、難しい単語を言い換えてくれるアプリも。読み上げ機能もあるので、「ながら聞き」が可能に。



午前10時
スーパーへの
最適ルートを
カーナビで検索

現在地や交通状況を分析し、最適なルートを自動で提案。渋滞や遅延にも対応し、移動時間を短縮します。



午前9時
買い物アプリで
卵の安い
お店を探す

AIがネットやチラシ情報を収集し、商品の価格を比較。最寄りの店でどこが一番安いかを簡単に調べられます。



午前8時
洗濯は洗濯機の
「おまかせモード」

衣類の量や汚れ具合をセンサーで検知し、AIが最適な洗い方を選択。電気や水も節約できる賢い機能です。



午後2時
虹が出ていたので
写真を撮影。
その場できれいに加工

明るさや肌の色味等を自動で補正。誰でも簡単にプロのような写真に仕上げられます。



午後5時
夕食のメニューは
AIに聞いてみる

ジャンルや食材に合わせて、AIがレシピを提案。料理のレパートリーが増えます。



午後9時
動画サイトで
「おすすめ動画」
を堪能

視聴履歴や好みに基づき、AIが「あなたへのおすすめ動画」を表示。新しい関心事との出会いにもつながります。



column 映画で観る「AI像」

日本では「ドラえもん」や「鉄腕アトム」に象徴されるように、AIは人間に寄り添う存在として描かれてきました。一方、海外では「ターミネーター」や「2001年宇宙の旅」のように、AIは制御できない脅威として登場することも。文化や宗教観の違いが、その背景にあるともいわれています。

AIがどんな存在になるのかは、私たち一人一人の向き合い方次第かもしれません。



奈良発！AIが社会課題を解決

市と連携協定を結ぶ、奈良先端科学技術大学院大学で、AIを用いたロボット「研削ロボット」の研究が進んでいます。研削加工は、高速で回転する砥石に工作物を押し当てて削る加工法で、金属加工等で使用されます。砥石面の回転で手元が安定しないため、高度な加工技術を要します。ロボットが代替しづらいこの工程をこなせる「新ロボット」の開発により、工場の労働力不足解消が期待されています。

右の写真は、ロボットと製作者の大学院生・鉢峰拓海さん・26歳。9月19日(金)には、大阪・関西万博にも出展します。



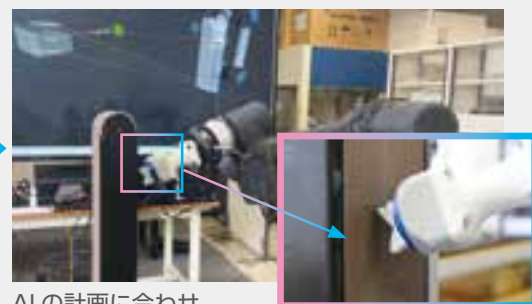
● ロボットの動きを解説



目指す形のイメージを伝え、研削ロボットが、研削前の工作物の形状をカメラで確認



仮想空間でシミュレーションした約220万の削り方のデータを基に、AIが研削手順を計画



AIの計画に合わせ、ロボットアームが工作物の表面を研削ベルトに押し当て、形状を加工

ロボットアームが、工作物の角度を少しずつ変化させることで、安定した細やかな削りを実現。「仮想空間でのシミュレーションと現実では、やはり差があります。差が出にくい削り方を研究したことが、自動化実現の秘訣かもしれません」。一からロボットを設計・製作した鉢峰さんはそう語ります。このロボットは、労働力不足の解消を目指す一環として開発され、金属加工で生じる、溶接箇所^{ひけつ}の研削等への利用が想定されています。

奈良の地で、最先端のAI研究とものづくり技術による、社会課題解決への変革が進んでいます。



Interview

奈良先端科学技術大学院大学
ロボットラーニング研究室 教授
松原崇充さん

AIは社会を大きく変えつつあり、私たちが研究を進めるAIロボットによる産業自動化にも、興味を持つ企業が増えています。現在のAIの学習能力は限定的ですが、将来的には、人や社会の変化に応じて、自律的に学び、適応し、共に進化するパートナーになると考えています。より良い未来を実現するためには、AIを積極的に取り入れ、学ぶことが重要です。まずは身近なAIを日常生活に取り入れてみてください。

pick up AIとの上手な付き合い方

AIは便利な一方で、詐欺やなりすまし等の犯罪に悪用されるリスクもあります。大切なのは、正しい知識を持ち、仕組みや限界を理解した上で、必要に応じて人の判断を組み合わせること。私たち一人一人の知識が、安全で豊かなAI社会へのカギとなります。

本物そっくりの声

AIによって、家族や知人の声をまねた偽の電話や、音声メッセージが作られ、詐欺に使われることも

顔写真や動画の偽造

AIで他人の顔や表情を合成する「ディープフェイク」による詐欺・中傷も発生しています

生成AIで作られた「もっともらしい情報」

本物だと信じたいくなる情報でも、誤情報や意図的な誘導の可能性もあります。複数の情報源を確認しましょう

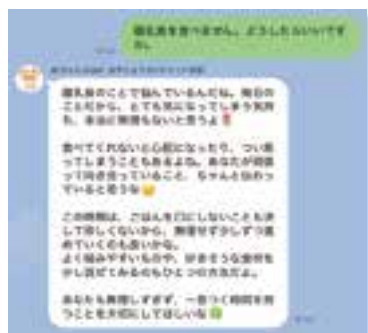


市役所でも始まっています

市では4月から、新たに「AI活用推進課」を設置し、行政の現場でのAI導入を本格的に進めています。人の手による対応と、AIのサポートを組み合わせることで、よりみなさんに届く支援を実現する取り組みを紹介します。



>>> 子育ての悩みをLINEで24時間365日、いつでも相談できる



▲LINEでの相談イメージ

子育てに関する相談ニーズや共働き世帯の増加に伴い、平日の日中以外に相談できる環境の整備が必要でした。

そこで市では、生成AIによる24時間365日対応と、専門資格を持つ相談員による「AIと人のハイブリッド子育て相談」の実証実験を開始。いつでも気軽に相談してもらうことで、妊娠・子育て期の切れ目のない支援を目指します。

利用者は生成AIか専門資格を持つ相談員を選んで、夜泣きや不登校等、子育てに関する悩みを相談できます。ぜひLINE公式アカウント「[おやこよりそいチャット奈良](#)」を友だち追加して、利用してください。



[友だち追加はこちら▶](#)

【問合せ】子ども育成課
(☎ 0742-34-4804)

>>> セキュリティを担保した、生成AIのテスト導入開始

7月から、生成AIサービスをトライアル導入しました。生成AIを活用することで、複雑なデータも迅速に分析できる等、作業時間を短縮化。職員は、より市民に向き合う業務に集中できるようになってきています。



活用している職員の声：



これまで時間がかかっていた業務が、生成AIの活用で大幅に効率化できています。例えば、文字起こしや要約。数時間かかっていた会議録の作成は、チェックも含めて20分程度に。空いた時間で相談対応等、市民一人一人に向き合う時間をしっかり確保できるようになりました。

>>> 少人数で最大のパフォーマンスを発揮するために

先頭に立ってAIの導入を進める、AI活用推進課長に、これから奈良市役所はどう変わっていくのか。将来像について聞きました。



Interview

AI活用推進課長
森 大輔

各課の業務内容を聞き取り、
AI活用による効率化を提案▶

少子高齢化が進む中、本市も例外なく人口減少に直面しており、将来的な職員数の削減は避けられない状況です。そんな中でも行政サービスの水準は維持・向上させていく必要があります。少ない人員で、最大のパフォーマンスを発揮する。そのためには、AIの活用は欠かせません。定型的な業務をAIに任せることで、個別具体的な対応が必要な市民相談や、複雑な地域課題の解決等、

人にしかできない業務に、職員は注力できます。ただし、導入には個人情報の取り扱いや、有効活用するための人材育成、データの整備等の課題もあります。現在、市としてこれらの課題を1つずつクリアしながら、さまざまな可能性を探っています。

AIを有効活用することで、市民のみなさんの声にこれまで以上に寄り添い、生活をより豊かにする行政サービスが提供できるよう取り組んでいきます。



令和7年度 市民いっせい 避難登録訓練を 実施します

スマートフォン等を利用し、避難所への入所・退所の効率化を図るため、昨年度から導入した「避難所受付システム」。防災週間にちなみ、システムを使った入所・退所登録の訓練を実施します。登録の手順を事前に試すことで、災害への備えにもつながります。ぜひ登録してください。

令和7年8月31日(日)午前0時～午後11時59分まで

※当日の問合せは午前9時～午後5時

当日以外も登録できます。
ぜひ試してみてください。



参加方法

※入所・退所両方の手続き要

- ① 「入所手続き」の二次元コードを読み取り、必要事項を入力

入所手続き▶
- ② 内容に誤りがないか確認後、「入所登録」を押して登録完了
- ③ 「退所手続き」の二次元コードを読み取り、必要事項を入力

退所手続き▶
- ④ 内容に誤りがないか確認後、「退所登録」を押して登録完了

【その他】・訓練では、仮の氏名・生年月日等の入力も可

- ・登録する個人情報等は、避難者名簿や被災者台帳の作成のみに使用します（災害時のみ）
- ・入所登録画面に記載の個人情報の利用について、同意が必要です※
- ・当日の訓練参加人数は、後日、市ホームページ等で発表します

※登録した情報は、市避難所受付システムの参加者数集計のみに使用

日ごろから 土砂災害に 備えましょう

雨が降り続く場合や、短時間での大雨は「がけ崩れ」等の土砂災害を引き起こす恐れがあります。土砂災害警戒情報が発表されたら、避難指示等に注意し、いつでも行動できるように心構えをしておきましょう。危険を感じたら自主的に避難することも重要です。早めの避難を心がけてください。

■ 土砂災害の種類



(1) 土石流

溪流にたまった土砂が長雨や集中豪雨等で一気に下流に押し流される



(2) がけ崩れ (急傾斜地)

集中豪雨や地震等で地盤が緩み、瞬時に斜面が崩れ落ちる



(3) 地すべり

地下水等の影響で、比較的緩やかな斜面を構成する土塊が斜面下方にゆっくりと動き出す

日ごろからできる対策

- ハザードマップで土砂災害（特別）警戒区域、居住地の危険性、緊急避難所、避難ルート等を確認する
- 家庭内備蓄や非常時の持ち出し品を準備する
- 避難先や連絡方法等、家族でルールを決めておく

【問合せ】危機管理課（☎ 0742-34-4930）

遺骨を無期限で預かるサービスを開始

納骨堂を リニューアルします

事前申請：受付中

供用開始：12月下旬



寺山霊苑納骨堂の完成イメージ▲

近年、家族形態の多様化等で、家族単位での墓地の維持承継に不安を抱く人が増えています。こうした不安解消のため、寺山霊苑（白毫寺町）で遺骨を永代（無期限）に預かる永代収蔵サービスの受付を開始しています。併せて、施設のリニューアルも行い、人生の最終章を心穏やかに迎えられる環境の整備を進めています。

誰もが直面する、遺骨の管理に関する問題。この機会に、サービスの利用を考えてみませんか。

Pick Up 森と泉に囲まれた心安らぐ場へ

奈良のまちに水と風をもたらす、高円山山麓に位置する納骨堂。四季折々の自然や湧き水を生かした水盤で囲む、心安らぐ場を目指します。また、多目的トイレや車いす駐車場等のバリアフリー化も進め、誰もが大切な人を思い出し、その人を通じてつながれる場所になるよう、整備します。

対象 2.3 寸（直径約 7.5cm × 高さ約 8cm）の骨壺に収めた遺骨

※上限 2 万骨

費用 以下、どちらかの場合：8 万円

- ・申請者が市内に住所を有する
 - ・死亡時の住所が市内の人
- それ以外：15 万円

申請できる人 遺骨の管理・法要等を行う人

※生前に、自身の収蔵申請も可（申請時点で成人の場合のみ）

※遺族からの申し出で、15 年以内は返却可



▲
くわしくは
こちら

【問合せ】 斎苑管理課（☎ 0742-34-3502）

農地を活用したい人向け

市民農園開設費用の 一部を助成します

生産緑地で新たに市民農園を開設する人に、開設費用の一部を補助します。条件があり、事前相談制のため下記へ問合せください。

補助率 補助対象経費の 2 分の 1 以内。
上限 30 万円

※予算の上限に達し次第終了



くわしくはこちら▲

農業に従事している人向け

有機農産物普及 促進補助を実施します

有機農産物のパッケージ等の新規作成や、加工食品の JAS 認証を取得する費用の一部を助成します。

補助率 補助対象経費の 2 分の 1 以内。
上限 10 万円

※予算の上限に達し次第終了



くわしくはこちら▲

【問合せ】 農政課（☎ 0742-34-5142）



◆一客一燈（ろうそくの点灯体験）

【受付】午後7時～9時

※混雑、天候等により点灯できない場合あり

【ところ】春日野国際フォーラム麓
～I・RA・KA～（春日野町）

【問合せ】同事務局（Eメール：info@toukae.jp）

※市駐車場案内システムで、周辺駐車場情報をリアルタイムで確認
できます

※交通規制は交通状況により変更する場合あり



なら燈花会

8月5日(火)～14日(木)

午後7時～9時半

※雨天・強風時、中止の場合あり

平成11年に誕生した「なら燈花会」。
奈良に集う人々の祈りを
ろうそくの灯りで照らし出します。



くわしくはこちら▶

奈良大文字送り火

8月15日(金)

【慰霊祭】午後7時（春日大社境内飛火野）

【大文字点火】午後8時（高円山）

昭和35年に始まり、亡くなったすべての人々の慰霊と、世界平和を祈る行事として行われています。古都奈良の夏の夜空を彩る風物詩としても親しまれ、高円山に浮かぶ送り火は、奈良公園や平城宮跡等、市内各所から見るができます。

【問合せ】同保存会（市観光協会内 ☎ 0742-30-0230 平日の
午前9時～午後5時）



©奈良大文字保存会

市公式アプリ「SHIKA no ASHIATO」

おでかけをちょこっとお得に！夏のクーポン祭り
8月1日(金)～9月30日(火)

特典① 割引券等、対象店舗で使えるアプリ限定クーポン(1,000枚)※

特典② 加盟全店で使える100Pクーポン(500枚)※

特典③ 期間中、特典①の利用者から抽選で10人に、2,000P

※定員に達し次第、終了

ダウンロードはこちら



◀ App Store

Google Play ▶



【問合せ】観光戦略課（☎ 0742-34-4739）

奈良市に本籍があるみなさん向け

戸籍の「氏名の振り仮名」に関する通知書を発送します

市に本籍がある人宛てに、8月中旬頃、戸籍に記載予定の「氏名の振り仮名」を印字した通知書を発送します。必ず確認してください。
振り仮名に誤りがある場合は、届出が必要です。

※振り仮名が正しい場合は届出不要

【届出期間】 来年5月25日（月）まで

【持物】 本人確認書類（マイナンバーカード等）、本籍地の市区町村からの通知書

※一般に認められていない読み方の場合は、読み方が通用していることを証明する資料（パスポート等）が必要です

【申請】 マイナポータルか、住所地や本籍地の市区町村の窓口へ届出

戸籍の振り仮名制度について、くわしくは法務省ホームページか、右記専用コールセンターへ

法務省ホームページ▶



【問合せ】 市民課（☎ 0742-34-4730）

戸籍
マスコット
キャラ
「コセキツネ」



Pick Up!

氏名の振り仮名届出の専用窓口を開設します

【開設期間】 8月1日（金）～ 10月31日（金）
午前9時～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く

【ところ】 市庁舎1階臨時窓口

法務省振り仮名専用コールセンター

☎ 0570-05-0310

【受付期間】 来年5月26日（火）まで
午前8時半～午後5時15分

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

令和7年度 国民年金保険料免除・ 納付猶予の申請受付

【対象期間】 7月～来年6月

【受付場所】 国保年金課、各出張所・行政センター

【必要なもの】

- ・年金手帳（基礎年金番号通知書）、本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード等）
- ・雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証の写し（令和5年12月31日以降の離職者のみ）
- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請書（送付の場合のみ。基礎年金番号の記載要）

※郵送で申請書の取り寄せを希望する人は、同課へ問合せ要

【審査・承認】 申請者・配偶者・世帯主（納付猶予の場合は世帯主を除く）の令和6年度中の所得をもとに審査し、その結果は日本年金機構から2～3か月後に送付されます。

制度について、くわしくは同機構ホームページへ▶



国民年金第1号被保険者（自営業者、農林漁業者、無職等）のうち、保険料納付が難しく、前年所得が一定基準以下の人には、免除・納付猶予制度（納付猶予は50歳未満のみ）があります。保険料を納めないまましていると、障害を負った時や死亡時等に障害・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

マイナポータルから 電子申請もできます



【対象手続】

- ①第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更等）
- ②付加保険料の申請
- ③口座振替の申請
- ④保険料免除・納付猶予の申請
- ⑤学生納付特例の申請
- ⑥産前産後免除の申請

くわしくはこちら▶



【問合せ】 同課（〒 630-8580 二条大路南一丁目1番1号 ☎ 0742-34-4737）

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

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

市民のうごき

7月1日現在、()内は前月比

【総人口】345,899人 (▲200人)

男性：161,341人 (▲106人)

女性：184,558人 (▲94人)

【世帯数】169,428世帯 (+38世帯)

生活

ごみ収集について

◆収集ボックスの新規購入・買い替えは事前連絡を

形状等によつては、収集作業が円滑に行えないものがあるため、ボックスの購入・設置前に必ず連絡してください。設置費用は、利用者で負担してください

◆せん定枝木は大型ごみへ

太さ5cm以下かつ長さ30cm以下に切り、大型ごみか持込ごみで申し込んでください

◆8月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	6日・20日の水曜日
B・E	の地域	
C・H	火・金曜日	13日・27日の水曜日
D・G	の地域	

※8月11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、市ホームページ等で確認要

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

マイナンバーカードに搭載の電子証明書更新手続のお願い

有効期限の2・3か月前に、有効期限通知書を送付します。期限内に更新しないと、カードに搭載の2種類の電子証明書が失効し、コンビニ交付等が利用不可になります。余裕をもって手続きしてください※マイナ保険証は失効後3か月まで利用可。失効後も更新手続きは可
受付窓口：市民課、各出張所・行政センター※市庁舎1階に臨時窓口もあり▼
持物：マイナンバーカード

ド、あれば有効期限通知書※代理人の場合は照会書兼回答書等要。くわしくは同封の案内や市ホームページを確認してください 閩同課(☎34・5326)

水道の漏水調査に協力を

とき：来年1月下旬までの午前8時半～午後5時 閩企業局水道計画課(☎34・5200)

認知症相談窓口(8・9月)

とき・ところ：①毎週月曜日の午前10時～午後3時・市庁舎玄関ホール会議室※8月11日(祝)、9月15日(祝)は休み②毎週木曜日の午前10時～午後3時・西部会館2階相談室(学園南三丁目)※8月14日(木)は休み 閩長寿福祉課(☎34・5439)

女性のための法律相談(女性弁護士対応)

とき：毎月第3木曜日の午前10時～正午、午後1時～3時(1人30分)▼ところ：市庁舎内相談室 閩電話で相談日1週間前の午前9時から男女共同参画室(☎81・3100)へ。定員に達し次第終了

LGBT法律相談(弁護士対応・予約要)

レズビアン・ゲイ等、さまざまな性的指向や性自認のある人のための専門相談です。家族や周囲の人からの相談も可。秘密厳守・匿名可

とき：毎月第4金曜日(祝日の場合は翌月第1金曜日)の午前10時～正午、午後1時～3時(1人30分)▼ところ：市庁舎内相談室 閩電話で相談日1週間前の午前9時から共生社会推進課(☎34・4733)へ。定員に達し次第終了



ごみ減量コラム vol.70



知っていますか？ 有害ごみの排出方法



蛍光灯や一部の体温計、血圧計等、「水銀」を使った製品は、奈良市では「有害ごみ」での排出が必要です。名古屋市では、水銀を含むごみが混入したことで、焼却炉が稼働停止し、市民生活に多大な影響を与えました。清美工場の機器類の故障や環境への悪影響を防ぐため、ごみは正しく分別してください。

今月のごみ量
レポート

令和7年度の可燃ごみ総搬入量
(6月末時点)：

18,092.77トン

〈前年度同月比：-2.3%〉

さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

閩廃棄物対策課(☎71-3001)

緊急告知ラジオの購入費を補助

費用：9900円(税込)※4900円を補助。1年度で1人5台まで。在勤・在学も可。予算上限に達し次第終了 閩ならどっとFM(☎24・8415)



都市計画（案）の縦覧

◆生産緑地地区の変更案

変更案の所在地
秋篠早月町、押熊町、大安寺三丁目、東九条町、中山町、中山町西三丁目、法華寺、古市町、南京終町二丁目、南京終町六丁目、六条一丁目の各一部

とき：8 月 15 日（金）～ 29 日（金）午前 9 時～午後 5 時 ※平日のみ
▼ところ：都市計画課
▼意見書の提出：要旨とその理由、住所、氏名、連絡先を書いた文書 1 通を市長宛てで、8 月 29 日必着で同課へ
問 同課（☎ 34・4748）

世界平和を願い、平和の鐘をつき鳴らします

各家庭等でも黙とうをお願いします

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

健康

糖尿病相談窓口

とき：8 月 18 日（月）・ 25 日（月）、9 月 1 日（月）・ 8 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
▼持物：あれば健診結果
申 電話で健康増進課（☎ 34・5129）へ。専用の申込フォームからも可



申込はこちら▶

SmaNARA 健康 6 か月チャレンジ

体重や血圧等の記録を規定の用紙に記入し、健康増進課へ提出してください。1 か月分の記録の提出・半年後の返送で健康増進ポイントを付与します ※規定用紙は同課（分室も可）で配布。市ホームページからダウンロードも可
問 同課（☎ 34・5129）



くわしくはこちら▶

臨床心理士によるこころの健康相談（予約要）

とき：8 月 25 日（月）、9 月 8 日（月）午後 1 時半～ 4 時半
▼ところ：はぐくみセンター 4 階
申 電話で保健予防課（☎ 93・8397）へ ※9 月分は 8 月 25 日から受付

指定難病特定医療受給者証の更新手続きは 9 月中に

対象：有効期間が令和 7 年 12 月 31 日までの受給者証の交付を受け、個別通知を受けた人
申 個別通知の添付書類を添えて、9 月 30 日までに保健予防課へ送付
問 同課（☎ 95・5888）



市国民健康保険の加入者対象

費用の還付・一部助成を行います

問 国保年金課（☎ 34-4736）

■市歯周疾患検診費用の還付

次の対象者に、自己負担分 1,000 円を還付します。

※指定口座への振り込み

対象 市国保加入者で、次の全てに該当する人

- ・ 申込時点で国民健康保険料の未納がない世帯
- ・ 令和 7 年度特定健康診査受診者（職場健診等を受診し、特定健康診査と同じ検査項目の結果提出でも可）
- ・ けんしんパスポートで歯周疾患検診を受診し、来年 3 月末時点で 40・50・60・70 歳の人

※市区町村民税非課税世帯は健康増進課への事前申込で受診料免除

※通常の保険診療は還付対象外。検診実施後の治療費等は実費

※国保加入の対象者宛てで、7 月末に申請書を送付

申 登録医療機関で特定健康診査と歯周疾患検診を受診後、申請書等を来年 3 月 13 日必着で国保年金課へ。送付も可

■頭部 MRI 検査費用の一部助成

市総合医療検査センターで 3 月末まで実施の頭部 MRI 検査について、費用を一部助成します。

定員 市国保加入者で、以下に該当する人 550 人

- ・ 40～74 歳で国民健康保険料の未納がない世帯
- ・ 今年度の特定健康診査受診者（職場健診等を受診し、特定健康診査と同じ検査項目の結果提出でも可）

※特定健診以外の健診等を受診している場合は国保年金課へ問合せ要

費用 8,100 円

申 来年 2 月末までに専用フォームから電子申請。国保年金課窓口・電話からも可。受付から 1～3 週間後に決定通知書を送付

申込はこちら▶



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

8月は食品衛生月間～食中毒に注意～

◆カンピロバクターや腸管出血性大腸菌（O157等）への注意事項

① 生肉や加熱不十分な肉料理は食べない ② 調理用と食事で用いる箸の区別、包丁やまな板の使い分け、肉の汁を他の食品につけない

◆魚の寄生虫アニサキス等に注意

アニサキスはサバ・アジ等への寄生が多い／鮮度のいい魚を選び、内臓をすぐ取り出す／十分な冷凍処理か加熱調理を

◆食中毒予防の3原則

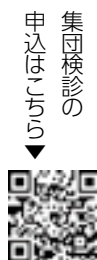
① つけない…手洗いはこまめに。調理器具はよく洗浄 ② 増やさない…買った食料材はすぐ冷蔵・冷凍庫へ。できた料理はすぐ食べる ③ 殺菌する…食品の中心部が75℃で1分以上加熱
関保健衛生課（☎93・8395）

子育て

障害児歯科検診

① 個別検診 ② 集団検診
とき…① 毎週木曜日 ② 8

月24日(日)午前9時15分～正午
▼ところ…みどりの家歯科診療所（柏木町）▼持物…歯ブラシ、歯科手帳（再診のみ）、タオル※ブラッシング指導あり 申①電話で障がい福祉課か、みどりの家歯科診療所（☎33・0008）へ ②8月20日までに専用の申込フォームから申込 関同課（☎34・4593）



集団検診の申込はこちら▼

書道教室&うちわマール
リング～夏休み宿題かけこみ大作戦！

とき…8月22日(金) ▼ところ…ミ・ナラー一階（二条大路南一丁目）▼定員…小学生15人 申Eメール（syodon@city.nara.lg.jp）で、必要事項を書いた申込用紙（市ホームページからダウンロード可）を学校教員へ。専用の申込フォームからも可。多い場合は抽選し、8月19日までに結果を通知 関同課（☎34・5318）

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9時～午後5時 関母子保健課（☎34・1978）

◆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9時～午後5時
巡同相談

とき	ところ
9月3日(水) 午前10時～11時	田原公民館（茗荷町）
9月11日(木) 午前9時～10時半	柳生こども園（柳生下町）

持物…母子健康手帳
関都祁保健センター（☎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45分～午後4時 関同相談室（☎0743・92・0480）

子どもの性被害を防ぐ



スマートフォンを通じた子どもの性被害を防ぐため、使用する際のルールを見直しませんか。

小・中学生がSNSで言葉巧みに誘導され、自分の裸の写真等を送ってしまう事例が多発しています。送信データは消せないため、保護者はフィルタリングを必ず活用し、ルールを決めましょう。

- | | |
|----------------|------------------|
| あ 会わない（知らない人と） | こ 個人情報は載せない |
| と 撮らない（自分の裸を） | わ 悪口を書き込まない |
| が 画像を送らない | い いじめない（ネットを使って） |

電話相談窓口：奈良県警察本部（#9110）、ヤング・いじめ110番（☎22-0110）

関危機管理課（☎34-4930）

ファミリー・サポート・センター

◆説明会（予約要）

とき…①8月19日(火) ②9月6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枚と身分証明書

①8月18日 ②9月4日
◆講習会（予約要）

とき…8月28日(木) 午前9時半～午後4時 ▼ところ…はぐくみセンター2階 ▼内容…子どもの生活と接し方・救命救急等 ▼

夏期休業中の学校園閉鎖

とき…8月8日(金)～15日(金) ▼ところ…市立幼稚園（一時預かり実施園を除く）、小学校、中学校、一条高等学校 関幼稚園…幼児保育こども園課（☎34・5493）、幼稚園以外…教職員課（☎34・5299）

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

がん検診（9 月）

申込は電話で健康増進課へ。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

申込受付期間：
8 月 1 日～20 日の午前 9 時～午後 5 時
（土、日曜日、祝日を除く）

◆ 胃・肺セットがん検診

とき・受付時間	ところ	定員
9/8 (月) 9/11 (木) 9/16 (火) 9/17 (水)	9:00 ～ 10:00 はぐくみセンター	各 30 人
9/9 (火)	9:30 ～ 10:30 登美ヶ丘公民館	26 人
9/10 (水) 9/18 (木)	9:15 ～ 10:15 北福祉センター	各 26 人
9/22 (月)	9:15 ～ 10:15 西部生涯スポーツセンター クラブハウス	27 人
9/24 (水)	9:45 ～ 10:45 西部図書館	20 人
9/25 (木)	9:15 ～ 10:15 市総合医療 検査センター （メディカルなら）	26 人

◆ 肺がん検診

とき・受付時間	ところ	定員
9/8 (月)	14:00 ～ 15:00 はぐくみセンター	60 人
9/16 (火)	14:00 ～ 15:00 市総合医療 検査センター （メディカルなら）	40 人
9/19 (金)	14:00 ～ 14:30 14:30 ～ 15:00 西部図書館	各 20 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、^{かくたん}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】 受診日当日、市に住民登録のある 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 5 年以内に手術を受けた人、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・今年度市に胃がん内視鏡検診を受診した人（肺がん検診は可）、今年度市に肺がん低線量 CT 検診を受診した人（胃がん検診は可）は対象外

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

☎ 同課（☎ 34-5129）



くわしくはこちら



くわしくはこちら



くわしくはこちら

こども和太鼓

とき：8 月 23 日～来年度 2 月 28 日の原則毎月第 2・4 土曜日 午前 9 時半～10 時半
▼ところ：大宮児童館（西之阪町）▼定員：小学 3～6 年生 10 人 申 8 月 14 日までに同館へ。専用の申込フォームからも可 同館（☎ 27・2220） 問



申込はこちら

子どもに関する相談

①ひとり親家庭等の弁護士による法律相談
とき：8 月 16 日（土）・22 日（金）、9 月 20 日（土）午後 1 時半～2 時・2 時半・3 時・3 時半・4 時
②養育費等に関する相談
とき：8 月 26 日（火）、9 月 11 日（木）・25 日（木）・30 日（火）午後 1 時・2 時・3 時 ▼対象：母子・父子家庭、離婚前の人等
【ところ】県スマイルセンター（西木辻町）※ 9 月 25 日のみ市庁舎 申 電話で毎月 1 日（日曜

日、祝日の場合は翌平日）から実施日まで、同センター（☎ 24・7624）へ。同一案件は原則一回限り

里親制度説明会（里セツ）

とき：8 月 20 日（水）午前 10 時～11 時半 ▼ところ：はぐくみセンター 1 階 ▼定員：20 人 申 電話で子ども安心課（☎ 93・6595）へ。専用の申込フォームからも可 問 同課（☎ 93・6595）



申込はこちら

来年度 4 月から特認校（田原小・中学校）で就学を希望する児童生徒を募集します

通学区域に関係なく、他校区からでも就学できます※通学区域により利用不可の場合あり
とき：見学期間…9 月 1 日（月）～10 月 24 日（金）、就学申込期間…9 月 2 日（火）～11 月 14 日（金）（平日のみ）▼定員：市在住の児童生徒と保護者、若千名※保護者の責任と負担で、原則卒業まで児童生徒を通学させる人に限る 申 見学希望者は、電話で 8 月 25 日～10 月

予防接種のお知らせ

◆日本脳炎予防接種開始（令和 4 年 8 月生まれ）
◆予防接種予診票綴りを 7 月下旬に発送（令和 7 年 6 月生まれ）
問 健康増進課（☎ 34・5129）

10 日に学校教育課（☎ 34・4763）へ。多い場合は抽選。くわしくは市ホームページへ

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 7 年 5 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 6 年 11 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 6 年 1 月生まれ)	9 月 11 日(休)・18 日(休)・ 25 日(休)	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 4 年 2 月生まれ)	9 月 9 日(火)・16 日(火)・ 30 日(火)	

持物：問診票、母子健康手帳※問診票は8月に送付。
8月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ
問 同 課 (☎ 34・1978)

楽しむ！学べる！繋^{つな}がれる！大人のじい

とき：8月30日(土)午後7時～8時半 ▼ところ：にじいろキッズスペース(柏木町) ▼定員：教育子育てに関心のある成人12人。団体は3人まで 申 電話で8

月23日までに同施設(☎ 33・1021)へ

ふらっとおのみや

とき：8月1日(金)～9月19日(金)午前9時～正午(平日のみ) ▼ところ：大宮児童館(西之阪町) ▼内容：本、ボードゲーム、自習等 ▼対象：中学・高校生 問 同 館 (☎ 27・2220)

くわしくはこちら▼



ひとり親家庭等日常生活支援事業の登録申請開始

母子・父子家庭、寡婦の人が自立に必要な技能習得や就業、疾病等のため一時的に日常生活の支援が必要な場合に、訪問介護員、保育士等の資格を持つ家庭生活支援員が保育サービスや家事援助を行います
費用：1時間あたり上限300円 問 子ども給付課 (☎ 34・5086)

妊産婦・乳幼児のための教室・歯科健診

◆1歳0か月児歯びか教室(むし歯予防)
とき：8月19日(火)午前10時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼定員：令和6年8月生まれの子(第1子)と保護者24組

◆5か月児ばくばく教室(離乳食)
とき：8月20日(水)午前10時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼定員：令和7年3月生まれの子(第1子)と保護者40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フレット等 締 8月15日

◆令和5年8月生まれの子のむし歯予防のためのフッ化物塗布
とき：8月22日(金)午前9時半～10時・10時半(各30分) ▼ところ：中央保健センター ▼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 締 8月19日

◆マタニティー歯つびいチェック
とき：8月28日(木)午前9

時半～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼定員：開催日におおむね妊娠16週～32週未満の人28人 ▼持物：母子健康手帳、タオル 締 8月21日

◆パパママサロン

とき：9月12日(金)午前9時45分～11時45分 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼定員：開催日に妊娠22週～32週未満の初妊婦とそのパートナー16組(妊婦のみの参加可) ▼持物：母子健康手帳 締 9月5日 申 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2期)は8月15日(金)～31日(日)です

問 福 祉 医 療 課 (☎ 34・4754)

結核住民検診(胸部レントゲン検査)

とき：8月16日(土)午前10時～10時半 ▼ところ：市総合医療検査センター(柏木町) ▼定員：65歳以上の15人※マスク着用要 申 電話で8月1日～15日に保健予防

課(☎ 93・8397)へ

成人用肺炎球菌予防接種(昭和35年7月生まれ)

接種期限：66歳の誕生日の前日まで ▼持物：健康保険証等 ▼費用：3千円※生活保護受給世帯等は、接種当日に受給証明書を持参すれば免除。助成は1度限り 申 市ホームページ掲載の登録医療機関へ予約 問 健康増進課(☎ 34・5129)

くわしくはこちら▼



南福祉センター

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

◆栄養健康講座「これでスッキリ！疲労回復講座」20F

とき：8月19日(火)午後2時～3時 ▼講師：健康アドバイザーの藪野輝さん ▼定員：60歳以上の60人 申 8月13日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
市コールセンター（代表電話）▶ ☎ 0742-34-1111 平日：午前 9 時～午後 5 時（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
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 百楽園一丁目 9-13
☎ 41-3151 FAX 41-3150

◆健康応援セミナー「チョコレイトの世界へようこそ！」

とき：8 月 21 日（木）午後 1 時半～2 時半 ▼講師：明治の食育担当者 ▼定員：60 歳以上の人 70 人 締 8 月 14 日

◆初心者向けスマホ教室

とき：9 月 10 日（水）・25 日（木）、10 月 8 日（水）・22 日（水）午後 2 時～4 時。4 回 ▼講師：NTTドコモ認定講師 ▼定員：60 歳以上の人 20 人 締 8 月 30 日

申各締切日までに電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

北福祉センター

〒 631-0805 右京一丁目 1-4
☎ 71-3501 FAX 71-3548

①健康・栄養講座「腸トレ・脳トレ」

とき：8 月 27 日（水）午後 1 時半～3 時 ▼講師：健康管理士の樋口善輝さん ▼定員：60 歳以上の人 60 人

人 締 8 月 20 日

②ほのぼののコンサート

歌・バイオリン・ピアノ・オカリナで奏でる

とき：8 月 29 日（金）午後 2 時～3 時 ▼出演：飯田善広さん（歌）、今里祥子さん（ピアノ）他 ▼対象：60 歳以上の人とその家族

③暮らしのセミナー&相談会

とき：9 月 9 日（火）セミナー…午後 1 時半～3 時、相談会…3 時～3 時半 ▼講師：コスモス成年後見サポートセンター県支部の行政書士 ▼定員：60 歳以上の人とその家族 セミナー…30 人、相談会…5 人 締 9 月 2 日

申①③は各締切日までに電話か直接同センターへ。①多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡。③定員に達し次第終了

講師登録者を募集します

市立小・中学校・高等学校の教員に欠員があった時に、登録者の中から条件に応じて採用します（経験不問。教員免許要）申専用の申込フォーム

から申込 問教職員課（☎ 34・5299）

バリアフリー化について 意見を募集します



鉄道駅を中心とした、周辺地区のバリアフリー化推進のため、「(改定) 奈良市バリアフリー基本構想」の案について、意見を募集します。

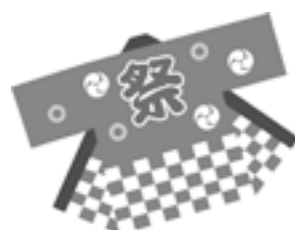
- 閲覧期間 8 月 22 日までの午前 9 時～午後 5 時
- 閲覧場所 交通バリアフリー推進課、総務課、各出張所・行政センターで閲覧可（平日のみ）。市ホームページにも掲載
- 応募資格 市在住・在勤・在学の人、市内に事務所がある個人・法人・その他の団体

意見書の提出方法

FAX、E メールに計画名、意見、住所、氏名、年齢、電話番号（団体は団体名、所在地、電話番号）を書いて、8 月 22 日必着で交通バリアフリー推進課（FAX 34-4933、E メール：kotsubarrierfree@city.nara.lg.jp）へ

※持参、送付可。電話、意見への個別対応は不可。応募内容は、個人情報を除き公開する場合あり

問交通バリアフリー推進課（☎ 34-4969）



申込はこちら



地域福祉について関心がある人へ 市地域福祉推進会議の 市民公募委員に なってみませんか？



市の地域福祉に関する施策に、みなさんの意見を反映するため、市民委員を募集します。

●応募資格 市在住の 18 歳以上で、地域福祉活動を行っているか関心があり、会議（年 2～6 回程度、平日に開催）に出席できる人

●募集人数 1 人

●任期 令和 7 年 10 月 1 日～令和 9 年 9 月 30 日

●報酬 日額 9,500 円、交通費別途支給

●審査方法 書類審査・面接審査（8 月上旬～下旬）

※詳細は決まり次第、市ホームページに掲載

問福祉政策課（☎ 34-5196）

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あり
一般向：第2号コミュニティ住宅（梅園）、第3号（桜町）、第5号（大安寺）、第18号（五条山）、第20号（松陽台）2戸※うち1戸事故住宅
子育て世帯向：第3号（桜町）、第9号（紀寺）2戸、第10号（古市）、第1号コミュニティ住宅（JR奈良駅前）
心身障害者向：第9号（紀寺）多子世帯向：第10号（古市）
市営住宅管理センター、各出張所・行政センター、市民サービスセンターで8月1日～15日に配布する申込書に必要事項を書いて、8月15日必着で同管理センターへ送付か持参。同管理センターホームページからも可。
8月22日に公開抽選※申込資格は申込案内を確認 同管理センター（☎34・5174）

催し

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～
9月2日（火）・13日（土）・15日（祝）・17日（水）・21日（日）
＜午後の部＞午後1時半～
9月6日（土）・7日（日）・11日（木）・20日（土）・25日（木）・28日（日）

②乳幼児への手当180分（普Ⅲ）

＜午前の部＞午前9時～
9月6日（土）・11日（木）・20日（土）・23日（祝）・25日（木）・28日（日）
＜午後の部＞午後1時半～
9月2日（火）・13日（土）・15日（祝）・21日（日）

③救命入門コース90分

＜午前の部＞午前9時～
9月7日（日）
＜午後の部＞午後1時半～
9月23日（祝）

④上級救命講習8時間

午前9時～
9月10日（水）

ところ：消防局第2庁舎（八条五丁目） ▼定員：中

学生以上各20人程度。③は小学校高学年も可 申専用フォームから各開催日の10日前までに申込 同消防局救急課（☎35・1106）

令和8年
奈良市二十歳を祝う会

【と き】 来年1月12日（祝）

午前の部：午前11時、午後の部：午後1時半

【ところ】 県コンベンションセンター（三条大路一丁目）

【対象】 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの人

＜参加対象区分（居住地中学校区）＞

午前の部

伏見、富雄、登美ヶ丘、
ならやま（旧平城西）、
二名、京西、富雄南、
登美ヶ丘北、富雄第三

午後の部

春日、三笠、若草、都南、
田原、興東館柳生、平城、
飛鳥、都跡、平城東、
月ヶ瀬、都祁

「二十歳の決意表明」
代表者を募集します

【定員】 各部2人程度。応募多数の場合は選考あり

くわしくは
こちら▶



同地域教育課（☎34-5471）



くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町1-3-9

◆いいとこ再発見 キャンプフィールド

とき：9月27日（土）午後1時～28日（日）午前10時

ところ：黒髪山キャンプフィールド（奈良阪町） ▼内容：晩御飯作り、キャンプファイ

くわしくはこちら▶



ヤー ▼講師：ボーイスカウト指導者、日本シェアリングネイチャー協会指導者 ▼定員：小学3年生以上40人 ▼費用：2500円 申専用
の申込フォームから9月11日までに申込。多い場合は抽選 同塾の鹿野さん（Eメール：osamu_s@qf6.so-net.ne.jp）

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ストローパレ ③フリーフサレ

とき：9月21日（日）午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼内容：春夏ファイナルパーティ ▼定員：①0歳

～3年生25人 ②小学4～6年生15人 ③小学4～6年生15人 申同センターホームページから申込

市役所 ▶ 〒630-8580 二条大路南一丁目1-1
市コールセンター（代表電話）▶ ☎0742-34-1111 平日：午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
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

総合福祉センター

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

①視覚障がい者サポートボランティア入門講座 SOPボ
（1回につき）
とき：9月4日（木）～12月25日（木）の毎週木曜日 午前10時10分～午後0時10分※
10月10日（金）、12月12日（金）開催の「視覚障がい者サロン」に出席要 ▼内容：視覚障害者への外出サポート等 ▼対象：20人。在勤・在学も可 ▼費用：850円 申

往復はがきに、住所、氏名、年齢、電話・FAX番号、在勤・在学を書いたて、8月24日必着で同センターへ。多い場合は抽選
②中途視覚障がい者の集い
とき：9月12日（金）午後1時40分～3時40分 ▼内容：質疑応答・交流会・情報交換 ▼対象：中途視覚障害者（家族・支援者含む） 申 電話かFAX、Eメールに講座名、氏名、同行者氏名、連絡先、質問したいことを書いて、9月10日までに同センターへ
③初級パラスポーツ指導員養成講習会
とき：8月30日（土）・31日

（但）、9月13日（土）・14日（日）午前9時～午後5時 ▼定員：成人20人 ▼費用：1万2800円 申同センターに備え付けの申込用紙に必要事項を書いて、8月20日までに同センターへ。FAX、専用の申込フォームからも可

申込はこちら▶



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 FAX34・2336

①奈良情熱学校展
とき：8月3日（日）～29日（金） ▼内容：子育て支援団体「奈良情熱学校」の4つの活動内容を展示 同同学校（Eメール：naraionetsugakko@gmail.com）
②自分が好きになる、人が好きになる「ミニミニワークショップ」
とき：8月30日（土）午前10時～11時半、午後1時半～3時 ▼内容：五感を使った即興ゲームで学ぶ ▼講

師：町劇Artist代表のはせなかりえさん ▼定員：市内で活動しているNPO・任意団体関係者各10人。在勤、在学も可 締8月23日
③NPO助成金活用講座
とき：8月23日（土）午後2時～4時 ▼内容：助成金の学びと、申請に向けたワークショップ ▼講師：天理大学教授の渡辺一城さん ▼定員：市内で活動しているNPO・任意団体関係者各30人。在勤、在学も可 締8月16日

申込はこちら▶



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「からくり天狗」を作ろう
とき：8月24日（日）午前10時～正午 ▼定員：小学生以上16人※低学年は保護者同伴要 ▼費用：800円 申 往復はがきに住所、氏名（ふりがな）、年齢（小・中学生は学年も）、電話番号を書いて、8月14日必着で同館へ。1枚に2人まで。同館ホームページからも可。多い場合は抽選

申込はこちら▶



奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中屋町5 ☎20・1917

①「蔵に残されていた写真ニュース」展
とき：8月7日（木）～24日（日） 午前9時～午後5時 ▼内容：戦争中の日本が垣間見える写真ニュースを展示

②かまど体験～カレー作り
とき：8月22日（金）午前10時～午後1時 ▼定員：10人 ▼持物：エプロン、飲み物、タオル ▼費用：700円 締8月15日

③ちよっと昔のならまちの生活をみんなで語りませんか？
とき：8月30日（土）午後2時～4時 ▼内容：制作中の歴史本の報告会と参加者同士の交流会 ▼講師：元興寺文化財研究所研究員の服部光真さん ▼定員：10人 ▼持物：あればならまちの古写真 締8月23日

④電話かEメール（nigiwainoie@gmail.com）に、イベント名、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

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 阿字万町1-1
☎ 27-00033

◆陶芸絵付け・染付制作体験

とき…9月6日(土)午後2時～4時
▼内容…呉須を用いた染付を制作体験※作品の受け渡しは後日
▼講師…作陶家の本多亜弥さん
▼定員…20人 ▼費用…3800円
■Eメール (website: admin@nara-kogeiikan.city.nara.nara.jp) にイベント名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、Eメールアドレスを書いて、9月2日まで同館へ。多い場合は抽選

くわしくはこちら↓



史料保存館

〒630-8337 阿字万町1-1
☎ 27-0169 月曜日休館

①特別陳列ならまち歳時記 幕末の地震記録

とき…8月26日(火)～9月21日(日)
▼内容…嘉永7年6月15日の大地震について町記録等で紹介

②館蔵史料特別公開 尾花座

とき…8月26日(火)～9月21日(日)

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
☎ 71-2444

やってみよう!アロマ入門教室

とき…9月10日(水)午前10時半～正午
▼内容…アロマの基礎を知る。2種のアロマクラフトを作成
▼定員…初心者15人。在勤も可
▼費用…3千円

おもてなしの英語教室

①入門・初心者②初級・再受講者
とき…9月10日、11月19日の原則毎週水曜日①午後6時～7時②7時10分～8時10分。各10回
▼定員…各15人。在勤も可
▼費用…各1万3千円※年度内継続受講可

Hola! (やあ!) オラが使えろスペイン語入門教室

とき…9月10日、11月19日の原則毎週水曜日 午後6時～7時。10回
▼定員…15人。在勤も可
▼費用…1万3千750円

パソコン初級教室

①ワード実務②エクセル実務
とき…①9月10日、10月22日の原則毎週水曜日②9月12日、10月17日の毎週金曜日 午後6時半～8時半。各6回
▼内容…①タイプ・簡易書き・表等②書式設定・関数・グラフ・データベース等の習得
▼定員…基本的な文書や表の作成ができる人各13人。在勤も可
▼費用…各8500円

なら バリアフリーの種 vol.11

市は「一人ひとりが生きがいや役割をもって助け合い暮らししていけるわたしたちのまちづくり」を目指しています。

～精神障害～

精神障害は、脳の働きの不調により、心や行動に変化が現れる病気です。幻覚や妄想が現れる統合失調症や、気分が落ち込み、何かやりたくてもできないうつ病、高揚とうつを繰り返す双極性障害等があります。

【こんなことに困っています】

- ・「社会性がない」「怠けている」等と誤解され、孤立する
- ・周囲の言動を被害的に受け止める
- ・疲れやすく、集中力が続かない



【以下のような配慮をお願いします】

- ・ゆっくりと、具体的に、肯定的な言葉で話す
- ・時には黙って寄り添う
- ・努力を認め、焦らず見守る

参照：県福祉医療部障害福祉課「シルコトカラ」

障がい福祉課 ☎ 34-4593 FAX 34-5080

韓国語教室

①入門②初級③初級Ⅱ④初級Ⅲ⑤中級Ⅰ⑥中級Ⅱ⑦講義・作文
とき…③④⑤⑥⑦9月11日、11月20日の原則毎週水曜日③午後6時～7時④6時半～7時半⑤7時40分～8時40分⑥7時15分～8時15分⑦9月12日、11月28日の原則毎週金曜日①②午後7時15分～8時15分⑦6時～7時。各10回
▼対象…①10時間学習者②40時間学習者③60時間学習者④韓国語検定5級程度⑤4級程度⑥3級程度⑦準2級程度
▼定員…各10人。在勤も可※①のみ15人
▼費用…①④1万4千782円⑤⑥1万5千310円⑦1万3千円

リトミック教室

とき…9月12日、10月10日の毎週金曜日 午前10時～10時40分。5回
▼定員…0～3歳児親子5組。在勤も可
▼費用…7500円

スポーツ

軽スポーツの広場

とき…9月6日(土)午前9

くわしくはこちら↓



■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、8月15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
時10分～11時45分(9時受付)▼場所…西部生涯スポーツセンター(中町)▼内容…ならしか体操、スリッパ、モルック▼持物…運動できる服装、体育館シューズ、飲み物▼その他…小学生以下は保護者同伴要
■専用の申込フォームから8月22日までに申込
■市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ振興課内) ☎ 34-5376

申込はこちら↓



市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
市コールセンター（代表電話）▶ ☎ 0742-34-1111 平日：午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
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

奈良クラブホームゲーム

とき・対戦相手：① 8月23日(土)午後6時・高知ユナイテッドSC ② 9月6日(土)午後6時・カマタマーレ讃岐 ▼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：同クラブホームページに記載 ③ 同クラブ（☎ 93・3815 火・金曜日の午前9時～午後6時）



バスケットボールの日2025 in 奈良市

とき：8月30日(土)午前9時15分～午後6時（午前8時45分受付）▼ところ：ロートアリーナ奈良（法蓮佐保山四丁目）▼対象：小学生以上 ▼持物：運動できる服装、室内シューズ、飲み物 ④ スポーツ振興課（☎ 34・5376）

くわしくはこちら▼



スポーツ教室（屋内）

ロートアリーナ奈良中央体育館

ソフトテニス教室

とき：9月9日～11月18日の火曜日 午前9時半～11時半 ▼定員：60人 ▼費用：5500円

バトミントン教室①昼の部②小学生の部③夜の部

とき：9月9日～11月18日の火曜日①午後1時半～3時半②4時半～6時③6時半～8時半 ▼定員：①60人②小学3～6年生60人③中学生以上30人 ▼費用：①②5千円③7千円

ロート第二アリーナ奈良（中央第二体育館）

健康体操教室 音楽でリズム体操

とき：9月9日～11月18日の火曜日 午前10時～11時半 ▼定員：20人 ▼費用：4千円

卓球教室

とき：9月11日～11月13日の木曜日 午前9時半～11時半 ▼定員：50人 ▼費用：5千円

【その他】体育館では体育館シューズを使用。用具のある人は持参 ⑤ 専用フオー

ムか往復はがき、Eメールに、教室名（部名）、住所、氏名（ふりがな）、年齢（小学生は生年月日・学年と保護者氏名）、性別、電話番号を書いて、8月15日必着でロートアリーナ奈良（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目1-3 Eメール：konoke-school@joy.ocn.ne.jp）へ※返信用はがき持参で直接来館も可。多い場合は抽選 ⑥ 同施設（☎ 24・1501）

申込はこちら▼



文化情報

オンラインチケット販売等、くわしくは各館に問合せてください

【各館の休館日】特に記載がない場合は、8月12日(火)・18日(月)・25日(月)、9月1日(月)・8日(月)

はぐくみコンサート

とき：8月20日(水)午後0時20分～0時50分 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼出演：市国際音楽交流協議会会員 NANAIA DOLCE ⑦ 同保健所・教育

総合センター管理室（☎ 34・2303）

市庁舎ふれあいコンサート

とき：8月15日(金)午後0時20分～0時50分 ▼ところ：市庁舎1階玄関ホール ▼出演：市国際音楽交流協議会会員のゾントークD&D ⑧ 文化振興課（☎ 34・4942）

なら・あーと・スペース

◆上田義平水墨画展
とき：8月25日(月)～29日(金)午前9時～午後5時 ⑨ 文化振興課（☎ 34・4942）

手話
コラム
vol.69

手話は言語です ～「スポーツ」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。

ろう者の国際スポーツ大会「デフリンピック」。11月開催の夏季大会では、21競技が実施されます。パリオリンピックでは行われなかったボウリングや空手、オリエンテーリング*も実施予定です。普段目にしないスポーツを楽しみながら、一緒に応援してみませんか。

※地図とコンパスを使い、山野に設置されたチェックポイントを通過し、ゴールまでの速さを競う

覚えてみよう！「決勝」

①



甲を前に向けた右手
指先を下から上げて、
左手掌につける

出典：
全日本ろうあ連盟「使える！
スポーツ手話ハンドブック」

②



斜め立てた両手人差
指を触れ合わせて、
交互に前後させる

同連盟
ホームページ
はこちら▶



⑩ 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。

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8301 高畑町1083-1
TEL 0800-80808 FAX 24-08007

◆同館内からの燈花会鑑賞とお茶席

とき：8月10日(日)午後6時半～8時半(お茶席は8時まで) ▼費用：千円

音声館

〒630-8335 鳴川町32-1
TEL 27-77000

①絵本ライブ

とき：8月10日(日)午後2時～3時半 ▼出演：すまいるポツケ

②世界の音楽に出会おう！アフリカンドラムコンサート&体験

とき：8月24日(日)午後2時～3時半 ▼内容：ギニアの太鼓の演奏と体験 ▼定員：50人 ▼費用：500円 締 8月17日

③四季うたものがたりvol.2

とき：8月31日(日)午後4時～5時、9月28日(日)午後2時～3時

④α+音楽企画vol.1 部活と音楽～ブラン・音楽の力とき：9月7日(日)午後2

時：3時半 ▼講師：元生駒中学校吹奏楽部顧問の山上隆弘さん ▼定員：90人 締 8月31日

②④電話かEメールに氏名、電話番号を書いて、各締切日までに同館へ

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1
TEL 34-0100 (火曜日休館)

①BEGIN じゃにゃんサンゴSHOW!! ～35年目の音楽旅団ツアー～

とき：10月17日(金)午後6時半 ▼費用：指定席(引換券)一般8800円、小・中学生2500円 ※1人4枚まで。未就学児は保護者1人につき1人まで。膝上鑑賞無料

②文化勲章受章・人間国宝桂米朝生誕百周年記念桂米朝一門会

とき：10月18日(土)午後2時 ▼費用：全席指定4500円 ※当日500円増、未就学児入場不可

③電大の着席にて御座候 其の参とき：11月1日(土)午後5時 ▼費用：全席指定6500円 ※未就学児入場不可、6歳以上はチケット要

④Tani Yuuki Live Tour 2025 "Still love...this" とき：11月22日(土)午後6時 ▼費用：指定席(引換券)7600円 ※1人4枚まで。4歳未満入場無料。席が必要な場合有料

⑤発売初日は電話予約の

み。同館チケット予約(TEL 34-0111)へ ①③8月23日 ②18日 ④30日 午前10時から受付開始。①②④先行販売あり

◆なら100夏休みこども映画会「怪盗ブルーのミニオン超変身」

とき：8月10日(日)午後1時半

◆たのしいリトミック教室(中期)

とき：9月18日(木)・25(木)、10月16日(木)・30日(木)、11月6日(木)・27日(木) ①午前10時

②11時 ③いずれも可(各45分) ▼講師：リトミック上級指導資格保持者の金井佳子さん ▼定員：1・2歳児と保護者各15組程度 ▼費用：6千円(子ども2人場合は9千円) ⑤同館ホームペー

ジの応募フォームか、往復はがきに講座名、○の別、住所、氏名(ふりがな)、年齢、保護者の氏名(ふりがな)・電話番号を書いて、8月16日必着で同館へ。多い場合は抽選

第6回入江泰吉記念写真賞 第6回ならPHOTO CONTEST の作品を募集します

応募受付期間

8月1日(金)～9月10日(水)

2年に1度の写真賞・コンテストを今年も開催します。
応募方法がオンラインに変わり、投稿しやすくなりました。
この機会に、あなたの見つけた奈良の魅力をぜひ応募してください。

入江泰吉記念写真賞 受賞者1人

副賞：受賞作品の写真集出版、入江泰吉記念奈良市写真美術館で展覧会を開催、準備金30万円授与

応募 同賞ホームページに掲載の応募要項を確認し、電子申請

ならPHOTO CONTEST なら賞1人

副賞：賞金5万円
※日本経済新聞社賞1人(副賞：記念品)、入選若干名(副賞：記念品)あり

申込はこちら▶



同館 (TEL 22-9811)



▲第5回入江泰吉記念写真賞受賞眞岡綺音「陸の珊瑚」より



第5回なら賞受賞二川和歩「佇む」▶

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
市コールセンター（代表電話）▶ ☎ 0742-34-1111 平日：午前 9 時～午後 5 時（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
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

ならまちセンター

〒 630-8362 東寺林町 38 ☎ 27・1151
（月曜日休館）

◆ エントランスコンサート

とき：8 月 15 日（金）午後 4 時
▼ 出演：伊賀あゆみさん・山口雅敏さん（ピアノ）

◆ 第 4 回奈良こどもカタン選手権大会

とき：8 月 23 日（土）午後 1 時
▼ 定員：10 人程度

◆ ならまち糞虫館出張パネル展

とき：8 月 13 日（水）～ 24 日（日）午前 10 時～午後 4 時※最終日は午後 3 時まで

◆ フィールドワーク「奈良公園のフン虫を探しに行こう！」

とき：8 月 16 日（土）午前 8 時
▼ ところ：春日大社表参道集合 ▼ 講師：ならまち糞虫館館長の中村圭一さん ▼ 定員：家族 15 組程度※中学生以上は 1 人で参加可 ▼ 持物：虫めがね、ピンセットが割り箸、ふた付きプラカップ ▼ 申込電話で同センターへ。定員に達し次第終了

◆ 中学生のぶつとび！美術展

とき：8 月 28 日（木）～ 9 月 7 日（日）午前 10 時～午後 4 時※最終日は午後 2 時まで ▼ 内容

◆ ビスケットでデジタルアート

とき：8 月 10 日（日）・ 13 日（水）20 日（水）午後 1 時～ 4 時 ▼ 内容：プログラミングの体験※はさみを使用

北部会館市民文化ホール

〒 631-0805 右京一丁目 1-4 ☎ 71・5747

◆ 奈良大学第 19 回 高の原カルチャーサロン「江戸時代の文化とその広がり」(3 回)

とき：① 8 月 30 日（土）9 月 6 日（土）③ 13 日（土）午後 1 時～ 2 時半 ▼ 内容・講師：①「石塔磨き」の怪異・奈良大学文学部教授の村上紀夫さん②海賊版の時代・同大学名誉教授の永井一彰さん③山東京伝の画業と文業・同大学准教授の中尾和昇さん ▼ 定員：各 170 人※未就学児入場不可 ▼ 往復はがきに講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、電話番号を書いて、8 月 19 日必着で同館へ。返信はがきの持参で直接来館も可。1 枚に 1 人限り、1 枚で全講座受講可。多い場合は抽選

◆ 特別コンサート「相原瞳バイオリンコンサート」

とき：10 月 4 日（土）午後 2 時

▼ 出演：相原瞳さん（バイオリン）、姫野真紀さん（ピアノ） ▼ 定員：170 人※全席自由。未就学児入場不可 ▼ 費用：一般 1500 円、高校生以下、障害者手帳所有者は千円。介助者は 500 円（1 人のみ） ▼ 申込電話で 8 月 2 日から同館へ。直接来館も可※チケットの受け渡しは 10 月 3 日まで。来館のみ対応

杉岡華邨書道美術館

〒 630-8337 脇戸町 3 ☎ 24・4111

①「江戸の書画―うつすしごと」展 作品解説会

とき：8 月 16 日（土）午後 2 時 ▼ 講師：同館学芸員

②書道文化講座「米庵と富士山」

とき：9 月 6 日（土）午後 2 時 ▼ 内容：江戸の書画展作品の解説と江戸の文人文化について ▼ 講師：大東文化大学教授の高橋利郎さん 締 8 月 28 日

③書道実技講座「ゼロから始める大人のかな書集中講座」

とき：8 月 26 日（火）、9 月 2 日（火）・ 9 日（火）・ 23 日（祝）・ 30 日（火）午後 6 時半～ 8 時 ▼ 定員：書道未経験者、初心者 20 人

人 ▼ 講師：奈良教育大学准教授の北山聡佳さん ▼ 費用：1 万円 ▼ 持物：書道具一式（2 回目から） 締 8 月 15 日

②③ 往復はがき、Eメール（shodou@m3.kcn.ne.jp）に住所、氏名、電話番号、Eメールアドレスを書いて、各締切日必着で同館へ。定員に達し次第終了

【入館料】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、障害者（手帳要）と介護者は無料

奈良市美術館

〒 630-8012 一条大路南二丁目 3-1 ミ・ナール 5 階 ☎ 30・1510 FAX 35・7160（月曜日休館）

◆ 市民実技講座「写真講習会」

とき：9 月 21 日（日）午前 9 時半～午後 4 時 ▼ ところ：入江泰吉記念奈良市写真美術館（高畑町） ▼ 内容：風景撮影と作品作り ▼ 講師：市美術家協会の大西としやさん、吉川直哉さん、久保田秀典さん ▼ 定員：高校生以上 30 人 ▼ 費用：2 千円 ▼ 持物：デジタルカメラ、記録カード（S F、C F カード等） ▼ 申込市美術館ホームページの専用

フォームか、往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、8 月 19 日必着で市美術館へ。はがき 1 枚に 1 講座限り。多い場合は抽選

くわしくはこちら▼



◆「第 44 回奈良市美術家展」ボランティア募集（受付・監視等）

とき：9 月 14 日（日）～ 10 月 13 日（祝）の活動可能日 午前 10 時～午後 1 時半・1 時半～ 5 時半 ▼ 対象：18 歳以上の人 ▼ 申込同館ホームページの専用フォームか、FAX に氏名、電話番号、活動可能日を書いて、8 月 27 日必着で同館へ。応募用紙も可

◆「体験！シルクロードの暮らし」絨毯・茶道そして建築展ワークショップ

とき：8 月 31 日（日）午後 1 時～ 2 時半・3 時～ 4 時半（受付は各 30 分前） ▼ 内容：木簡・文字のお話と、毛筆による木簡名刺作り ▼ 講師：奈良教育大学教授の橋本昭典さん、准教授の北山聡佳さん、仮名書道研究室 ▼ 定員：小学生以上各 24 人

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49-12
☎ 27・1689

◆入江泰吉さんぽみちく水辺を歩く

とき：9月6日(土)午前10時半～11時半 ▼内容：猿沢池あたりまで散策 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：10人 ▼費用：300円 締8月29日

◆入江泰吉旧居で、はじめの一句

とき：8月31日(日)午後2時～4時 ▼内容：初心者向けの俳句作り ▼講師：俳人協会幹事の倉橋みどりさん ▼定員：10人 ▼費用：千円 締8月23日

申電話かFAX、Eメール (iritaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp) に氏名、年齢、電話番号を書いて、各締切日までに同館へ。多い場合は抽選

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せてください

■各種自衛官等の募集

①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生 ④防衛大学校 ⑤防衛医科大学校 (医学科・看護学科)

資格：①来年4月1日現在、海上自衛隊は18歳以上23歳未満、航空自衛隊は18歳以上24歳未満 ②採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満 ④来年4月1日現在、18歳以上21歳未満 ▼受付：①8月29日まで ②9月2日まで ③年間を通じて ④一般：10月16日まで、推薦、総合選抜：9月5日～9日 ⑤医学科：10月8日まで、看護学科：10月3日まで (すべて必着) 関自衛隊奈良募集案内所 (☎27・5701)

■10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：8月1日(金)～28日(木) ▼ところ：ポリテクセンター奈良 (橿原市) ▼訓練科：①CAD/NC技術科 ②電気設備技術科 ③住環境コーディネーター科 ※①②は企業実習付 ▼訓練期間：10月2日(木)～来年3月31日(火) ▼定員：①5人程度 ②6人程度 ③16人 ※①②は55歳未満 ▼費用：要 関同セン

ター (☎0744・22・5226)

■出張ハローワーク！ひとり親全力サポート キャンペーン

とき：8月1日(金)～29日(金)午前9時～午後4時 (正午～午後1時を除く) ▼ところ：なら福祉・就労支援センター (市庁舎2階) 関同センター (☎34・4800)

■人と文化が交流する学びの街、東向北商店街文化祭

とき：8月9日(土)～11日(祝)午前11時～午後10時 ▼ところ：東向北商店街 (東向北町) 関プロフォートミドリ (☎22・6309)

■きたまち茶論コンサート Vol.17 杉尾克樹く美しきフランス音楽

とき：8月17日(日)午後2時～5時 ▼ところ：きたまち茶論 (北半田西町) ▼定員：各25人 ▼費用：要 申電話で8月16日までにならdeこんさーと (☎070・8436・7113) へ

■人工肛門・人工膀胱を持つ人への個別相談会

とき：ところ：8月19日(火)・市ボランティアインフォ

メーションセンター (三条本町)・23日(土)・県社会福祉総合センター (橿原市) 午前9時～正午 関日本オストミー協会奈良県支部の川崎さん (☎090・2110・5032)

■不動産表示登記無料相談会

とき：8月19日(火)午後2時～4時 ▼ところ：西部公民館 (学園南三丁目) 申電話で県土地家屋調査士会 (☎22・5619) へ

■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：8月19日(火)・北部会館 (右京一丁目)・20日(水)・西部公民館 (学園南三丁目)・22日(金)・中部公民館 (上三条町)・25日(月)・県人権センター (大安寺一丁目) 午前9時半～11時半 申電話で同人材センター (☎50・4004) へ

■平城宮隼人祭り「隼人神の舞」

とき：8月23日(土)午後6時 ▼ところ：平城宮跡歴史公園朱雀大路 (二条大路南四丁目) 関平城京魅力創造プロジェクトの志茂さん (☎35・8201)

8月19日は「世界人道デー」



紛争や自然災害等で苦しむ人々が世界中にいます。その人々や、支援するユニセフ、国境なき医師団等の人々に思いを寄せてみませんか。

関共生社会推進課 (☎34-4733)

■小泉八雲朗読のしらべへるん先生 傑作選

とき：8月23日(土)午後3時 ▼ところ：秋篠音楽堂 (西大寺東町) ▼定員：304人 関同施設 (☎35・7070)

■文学座「欲望という名の電車」鑑賞会

とき：8月24日(日)午後5時、25日(月)午後2時 ▼ところ：DMG MORI やまと郡山城ホール (大和郡山市) ▼費用：要 申電話で8月16日までに奈良演劇鑑賞会の久保さん (☎49・0448) へ

市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
市コールセンター（代表電話）▶ ☎ 0742-34-1111 平日：午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
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

■全国一斉「こどもの人権相談」電話相談（人権擁護委員・法務局職員）

とき：8月27日（水）～9月2日（火）午前8時半～午後7時（フリーダイヤル 0120・007・110）※土・日曜日は午前10時～午後5時
▼対象：県在住の児童・生徒と保護者等 関 奈良地方方法務局人権擁護課（☎ 23・5457）

■尾花deシネマ①Baus 映画から船出した映画館②助産師たちの夜が明ける

とき：①8月29日（金）～31日（日）②9月12日（金）～14日（日）
午前11時～午後2時半・6時※8月31日、9月14日は午後6時の部はなし
▼ところ：ホテル尾花（高畑町）▼費用：要 ▼定員：50人 関 同ホテル（☎ 22・5151）

■バスサラ祭り2025

とき：8月30日（土）午後2時半～6時・春日大社参道（春日野町）他、31日（日）午前10時半～午後9時・JR奈良駅前広場他 関 バサラ事務局（☎ 090・9046・1999）

■大人のはじめての音楽教室（後期10回）①体験会②教室

とき：①8月30日（土）・31日（日）午後3時半～4時半②9月6日（土）～来年3月の土曜日 午後2時～8時
▼ところ：三笠公民館（大宮町四丁目）▼費用：要 ▼定員：笛・筆・笙各3人 関 Eメール（kansai.gagakusai@gmail.com）に住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、9月2日までに関西音楽会の佐竹さんへ

■坂口紀代美記念館5周年事業①彫刻展覧会②講演会

とき：①9月2日（火）～14日（日）午前10時～午後7時②9月7日（日）午後2時
▼ところ：奈良公園バスターミナル（登大路町）▼定員：②300人 関 同事務局（☎ 090・3929・5492）

■けいはんな学研都市7大学連携「市民公開講座2025」

とき：9月5日（金）午後1時～5時20分、12日（金）午後1時～3時45分、26日（金）午後1時～5時15分
▼ところ：国立国会図書館関西館（京都府相楽郡精華町）▼定員：各200人 関 専用のホームページ（https://www.kri.or.jp/contact/shiminkouza2025.html）から申込。定員に達し次第終了 関 関西文化学術研究都市推進機構（☎ 0774・95・6125）

■くらしとお金のFP教室・相談会

とき：9月7日（日）午前10時～11時半、午後1時～2時半
▼ところ：県立図書館（大安寺西一丁目）▼定員：30人 関 日本FP協会奈良支部ホームページから8月31日までに申込。多い場合は抽選 関 同協会（☎ 20・0506）

■平城宮跡いざない館歴史講座「壬申の乱拳兵の地吉野宮を求めて」

とき：9月13日（土）午前10時半～正午
▼ところ：同館（二条大路南三丁目）▼定員：150人 ▼費用：要 関 電話で平城宮跡管理センター（☎ 36・8780）へ

■学園前シニアいきいきスマホ教室（アンドロイドスマホの基礎）

とき：9月18日からの隔週木曜日 午後1時半～3時

半。6回 ▼ところ：西部公民館（学園南三丁目）▼定員：16人 ▼費用：要 関 電話で9月5日午後4時までに電子自治体アドバイザークラブ（☎ 36・8520）へ

■二階堂養護学校の就学相談・学校見学会・体験学習

表記の説明：（小）小学部（中）中学部（高）高等部
とき：就学相談：（高）平日の午前中、学校見学会：（小）9月19日（金）（中）30日（火）午前9時40分～11時40分（高）11月12日（水）午前10時～11時40分、体験学習：（小）平日の午前中（中）月・火・木・金曜日の午前中 ▼対象：（小）年中幼児の保護者と担任（中）小学4・5年生の保護者と担任（高）中学1・2年生の保護者と担任※体験学習は、1学期就学相談を受けた人のみ 関 特別支援教育推進課（☎ 93・8084）

■采女祭・お稚児さん募集

とき：10月6日（月）午後4時半～6時 ▼対象：3歳児～小学3年生 ▼費用：要 関 市観光協会事務局に備え付けの用紙に必要事項を書いて、9月25日までに

同事務局へ 関 同事務局（☎ 30・0230）

■Nara Toastmasters Club 人前で英語で話す自信をつけませんか？

とき：毎月第2日曜日の午後2時～4時半 ▼ところ：西部公民館（学園南三丁目）※オンラインあり ▼費用：要 関 同クラブ（Eメール：naratmc2011@gmail.com）

善意銀行5月分（敬称略）

【一般】歌声広場クローバーの会 76,187円
今村 紀子（宝来4丁目） 3万円
【指定】中山 廣一（都祁吐山町） 10万円
大東 笑子（都祁南之庄町） 10万円

関 市社会福祉協議会（☎ 93-3100）

生涯学習センター

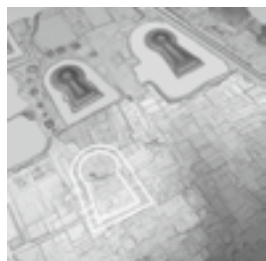
〒630-8357 杉ヶ町 23
 ☎ 26-8811・☎ 26-8813

講座名	開催日・内容	締切
サロン コンサート ～子ども わらべうた ステージ～	わらべうた遊び隊による子どもたちの歌と遊び 8/17 13:30～14:15 ◎入場自由	申込 不要
マイ・ タイムラ インで地震に 備える	地震発生時の防災行動計画を考える ワークショップと学習 9/7 10:00～11:30 ◎小学生以上 50 人(在勤・在学可) ※小学生は保護者同伴要	8/28
ワードで お知らせ 文書 を作ろう	文書作成ソフトの Word を基礎から学ぶ 9/12、9/19 9:30～11:30(2) ◎マウス操作・文字入力ができる成人 18 人 (在勤・在学可) ¥300 円	
サロン コンサート ～はつ秋の 音が 聞こえる～	出演：女声合唱ハーモニイズ、なないろ☆こ んぺいとう 9/9 13:30～15:00 ◎入場自由	申込 不要

教養講座

～新発見の「佐紀池ノ尻古墳」に迫る～

佐紀古墳群で新たに発見
 された大型前方後円墳に
 ついて学びます。



【とき】9月6日(土)

10:00～11:30

【講師】埋蔵文化財調査

センター学芸員の村瀬陸さん

【定員】成人 80 人(在勤可)

【締切】8月27日必着 ★託児可

★託児…6 か月～就学前。事前申込要
 ※パソコンは Windows11、Office2021 対応

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎・☎ 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・田原 ～冬野菜～	冬場に収穫できる野菜作りを学ぶ 9/13、10/11、11/15、12/6 10:00～12:00(4) ◎成人 10 人(在勤・在学可) ¥1,000 円	9/2

月ヶ瀬公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
あなたが 主役！ オン ステージ	ホールでピアノの試弾や楽器演奏等を体験 8/30 10:00～15:00 ◎小学生以上 5 組(在勤・在学可) ※1 組 1 時間、申込時に希望時間帯を明記	8/15

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目 86-1
 ☎・☎ 62-2253

講座名	開催日・内容	締切
海の 向こうの 暮らしを 学ぶ	本場中国の餃子作りを実習 9/7 10:00～13:00 ◎中学生以上 15 人 ¥1,500 円	8/21
地域の 歴史を さぐる	京終地域の寺社と町の信仰を学ぶ 講師：元興寺文化財研究所研究員他 9/13、10/11、11/8 10:00～11:30(3) ◎成人 50 人	8/26

京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目 3-43-2
 ☎・☎ 44-2669

親子カイギ「未来×お金」 おこづかいって何を育てる時間だろう？



金融を取り巻く環境は、考
 え方のすそ野が広がり、個
 人の意識が高まっています。
 「おこづかい」をヒントに、
 自由な発想で、お金
 について親子で話してみま
 しょう。

【とき】9月7日(日) 10:00～11:30

【講師】ファイナンシャルプラン
 ナーの小倉英雄さん

【定員】小学生と保護者 10 組
 (最大 25 人、在学可)

【締切】8月26日必着



興東公民館

〒630-1242 大柳生町 3633
 ☎・☎ 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
指先で DIY！ マクラメ 編み	マクラメ編みの技法で携帯ホルダー作り 8/30、9/6 10:00～12:00(2) ◎成人 12 人(在勤・在学可) ¥1,000 円	8/19

【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▶



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。

////////////////////

都跡公民館〒630-8032 五条町 204-1
☎・FAX 34-5954

講座名	開催日・内容	締切
お仕事 帰りに！ 夜の学び	「日本霊異記」を読み解く 講師：薬師寺の高次喜勝さん 9/19、10/17 18:30～20:00(2) ◎おおむね65歳までの成人40人 (在勤・在学可)	9/2
都跡 歴史講座	講師：奈良文化財研究所職員 9/20「佐紀古墳群の埴輪はどこで作ったのか」、 10/18「平城宮のその後と超昇寺」 13:30～15:30(2) ◎成人50人(在勤・在学可)	9/3

三笠公民館〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
☎・FAX 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
自分で自分 を守ろう！ ～地震が 起きたら～	体験とクイズで防災について学ぶ 8/23 10:00～12:00 ◎園児・小学生と保護者30人 (在勤・在学可)	8/14

若草公民館〒630-8202 川上町 575
☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
パパと いっしょに クッキング！	フライパンパスタやバームクーヘン等に挑戦 8/23 10:00～14:00 ◎小学生と保護者8組(2人1組) ¥1組1,200円	8/15
若草 歴史講座	奈良町を治めた奉行所と梶野良材や川路聖謨 について学ぶ 8/26 13:30～15:00 ◎成人30人	

**奈良ひとまち大学**<https://nhmu.jp>**完全プライベートな美容室**

～「Natural O-ra Beauty」で癒されて～

【と き】8月31日(日)午前10時～11時半

【ところ】Natural O-ra Beauty (学園中五丁目)

【定 員】12人 【費 用】500円

**街の魅力を発信するパン屋さん**

～「パン工房 okage」の思い～

【と き】9月7日(日)午後3時～4時半

【ところ】生涯学習センター(杉ヶ町)

【定 員】20人 【費 用】1,000円

【申 込】往復はがきに授業名、住所、氏名(ふりがな)、
年齢、電話番号を書いて、8月19日必着で同大学事
務局へ。1枚に1人1授業限り。同大学ホームページ
からも可。多い場合は抽選**【問合せ】**同大学事務局(市生涯学習財団内
〒630-8357 杉ヶ町 23 ☎0742-26-5600)**都祁公民館**〒632-0251 針町 2191
☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮 らし・都祁 ーブルー ベリーー	ブルーベリー狩りとジャム作りを体験 8/29 10:00～12:00 ◎成人20人(在勤・在学可) ¥1,000円 場所：上深川観光農園(上深川町)	8/19
手芸を 楽しもう	編み物の基礎を学びソックスカバーを編む 9/12、10/10、11/14 10:00～11:30(3) ◎成人10人(在勤・在学可) ¥1,200円	9/2

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
探して みつけれ！ 葉っぱ 探偵団	大学生と自然観察・採取、落ち葉バッグ制作 8/31 9:30～12:00 ◎小学生20人(在学可) ¥100円	8/22

南部公民館〒630-8434 山町 27-1
☎・FAX 62-5931

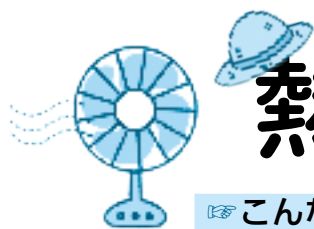
講座名	開催日・内容	締切
自分だけの 絵本づくり ～夏休みの 思い出～	夏休みの思い出を描いて絵本にする 8/23 10:00～12:00 ◎小学生15人(在学可)	8/16

平城公民館〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
わんどく IN 平城 ①1部 ②2部	読書介助犬に本を読み聞かせる 9/13 ①13:30～14:30 ②14:30～15:30 ◎小学1～4年生と保護者各6組 (2人1組、在学可)	9/2
男の チャレンジ 塾～ボッ チャ編～	パラリンピック正式種目のボッチャに挑戦 9/18、10/16、12/18、来年1/29 10:00～12:00(4) ◎成人男性12人(在勤・在学可)	9/3

平城西公民館〒631-0804 神功四丁目 25
☎・FAX 71-5711

講座名	開催日・内容	締切
はじめての 己書講座	筆ペン1本で気軽にできる己書を体験 9/10 10:30～12:00 ◎成人12人(在勤可) ¥1,100円	8/26
自主 グループを 体験しよう ～沖縄の三 線をひいて みよう～	なんくる三線倶楽部と沖縄三線の体験 9/2、9/9 10:00～12:00 ◎成人(在勤・在学可)	申込 不要



水分補給はマメに。



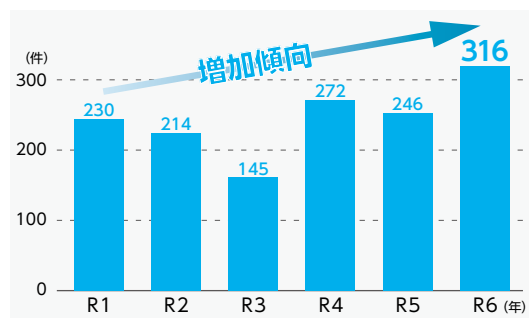
熱中症を予防しましょう

こんな症状に覚えはないですか？

軽症	中等症	重症
- 手足がしびれる - めまい、立ちくらみ - 筋肉のこむら返り - 気分が悪い、ボーッとする	- 頭がガンガンする - 吐き気、嘔吐 - 体がだるい - 意識がなんとなくおかしい	- 意識が無い - 体がひきつる（痙攣） - 呼びかけに対して返事がおかしい - まっすぐ歩けない - 体が熱い

これらはすべて熱中症の症状です。近年、市内の救急搬送人員数も増加しています。みなさん注意しましょう。

奈良市における熱中症救急搬送人員数



熱中症の予防法

① 脱水を防ぐ

ヒトが1日に必要とする水分は、約2.5L

食事から 1.0L + 代謝水* 0.3L + 飲み水から 1.2L (コップで7～8杯程度)

→ 食事は、大切な水分補給の手段です。朝ごはんを抜かず、3食しっかり食べましょう

* 食べ物が体の中で分解される時にできる水

② 体温の上昇を抑える

日常的な運動の継続が発汗を促し、体温の上昇を抑えることができます。

運動する時は…

- ▶ 適度に休憩し、水分補給を行う
- ▶ 体調や服装に注意し、無理をしない
- ▶ 具合が悪くなったら、早めに処置する



熱中症対策についてくわしくはこちら

Pick Up /

「ひんやりオアシス」を知っていますか？

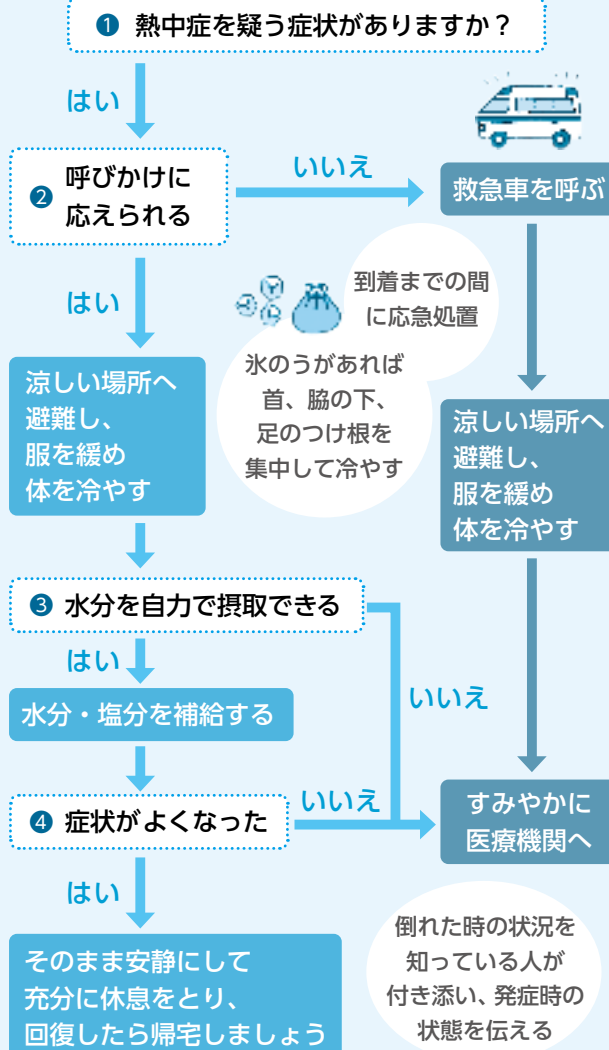
市では、熱中症対策の一環として、厳しい暑さから身を守り、外出時に立ち寄れる市内各施設等を「ひんやりオアシス」として開放しています。誰でも気軽に利用してください。対象施設には、ポスターやのぼりを掲示しています。

くわしくはこちら▶



熱中症になってしまったら…

<熱中症の応急処置>



ポイント 呼びかけに応じない場合は救急車を呼び、涼しい場所へ避難。深部体温を冷やす



道路に関する お願い



道路・河川に 張り出した枝を 切りましょう

枝等の張り出しによって、車両や歩行者等に事故・被害が発生した際、土地の所有者が賠償責任を負う場合があります。枝等の張り出しや、枯れ木・落ち葉・枯れ葉等が通行や水の流れを阻害する時は、土地の所有者で伐採や清掃をお願いします。

※私有地から張り出している枝や葉は、市で勝手に切れません。ただし、枝折れ等で今にも事故が起こりそう等の緊急時は、道路管理者が沿道の樹木を伐採・除去することがあります（伐採・除去の費用を請求する場合あり）

▶作業時の注意事項

- ▷ 電線や電話線がある場所での作業は、事前に最寄りの関西電力やNTTに相談してください
- ▷ 通行車両・自転車・歩行者等の安全確保と、樹木からの転落防止等に努めてください



▶次の場合は届出が必要です

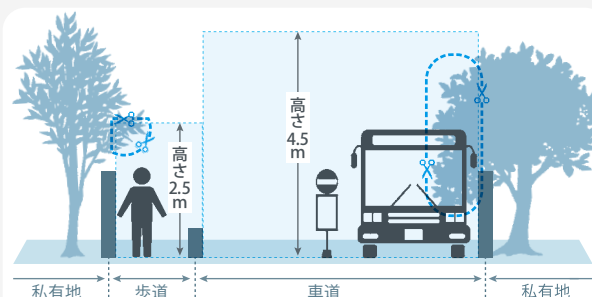
- ① 森林法第5条による地域森林計画対象森林で、第10条の8第1項に該当しない時
- ② 自然公園区域内で、自然公園法施行規則第12条に該当しない時。保安林の場合は事前相談要

【問合せ】 ① 農政課（☎ 0742-34-5142）
② 県庁（☎ 0742-22-1101）

Column

知っていますか？「建築限界」

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



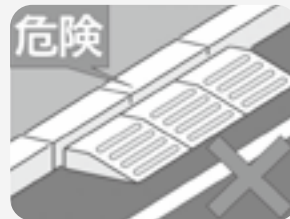
道路上に 段差解消ブロック等を 設置しないでください

自宅や駐車場等の出入り口に、段差解消ブロックや鉄板を設置しているケースが、市全域で数多く見受けられます。道路法第43条「道路に関する禁止行為」だけでなく、歩行者のつまずきや自転車・バイクの転倒事故につながります。また、道路冠水の原因にもなるため、切り下げ工事の協力をお願いします。

<段差解消の良い例>



<悪い例>



▶切り下げ工事の申請

道路管理者（市）に申請し承認を得れば、L型側溝や歩道の切り下げ工事ができます。土木管理課に道路工事施工承認申請を提出してください。

※工事費用は自己負担。切り下げ工事には一定基準があるため、事前相談要

上記のケースを含み、市が管理する道路（市道）で、けがや車両の損傷等が発生した場合は、土木管理課に問合せください。

【問合せ】 このページについて：土木管理課（☎ 0742-34-4893）

ECOに興味がある小学生対象 エコアイデアコンテスト の作品を募集します

第10回記念

猛烈な暑さが長く続き、豪雨等の災害が増える昨今。温暖化を防ぐため、市は、2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにするため、取り組んでいます。エコで暮らしやすい奈良市にするため、みなさんのアイデアや実践している「エコなこと」を教えてください。ともに、「もっと楽しくECOする奈良」を目指しましょう。

【対象】 小学3～6年生

【部門】 ◆エコアイデア・エコ発明
◆おもしろエピソード

【作品】 ◆絵 ◆文

※絵の画材（絵の具等）は自由。パソコン等で描いたものも可

※文は400字以内（作文用紙1枚程度）。各出張所・図書館等に備え付けの応募用紙、A5サイズの紙等のみ受付。作品の返却はなし

※各部門1点（計2点）まで

【応募方法】 専用フォームか、応募用紙に、応募部門、作品名、氏名（ふりがな）・学校名・学年、住所、保護者氏名、電話番号を書いて、9月1日までに環境政策課（〒630-8580 二条大路南1-1-1 平日の午前9時～5時）へ。
直接持参も可 [応募はこちら▶](#)



【その他】「あつまれECOキッズ！」での表彰・発表、ハンドブックへの掲載（優秀作品）あり。受賞者には賞状と副賞（図書カードや賞品）の他、作品を市内数か所で展示（市役所他）

※入賞作品は、原本の送付を依頼する場合あり。10月末まで保管要

【問合せ】 奈良ストップ温暖化の会 NASO（県地球温暖化防止活動推進センター ☎ 0742-49-6730）

市立看護専門学校の 学生を募集 令和8年4月入学/募集人数40人

地域医療に貢献する実践力を持ち、質の高い看護師の育成を目的とする3年制の専門学校です。今年度の募集が始まります。興味のある人は一歩踏み出してみませんか。

【試験】

①総合型選抜入学 ②推薦入学

③一般・社会人入学（専願A）

④一般・社会人入学（専願B） ⑤一般入学試験

※応募状況により、「一般・社会人入学試験（専願C）」を行う場合あり。実施の有無は12月末に同校ホームページで公表

【試験日＜出願期間＞】

①9月9日(火)＜8月19日～9月2日必着＞

②10月9日(木)＜9月24日～10月2日必着＞

③11月6日(木)＜10月20日～28日必着＞

④⑤12月11日(木)＜11月21日～12月3日必着＞

※出願は簡易書留のみ

【定員】 ①若干名 ②③ 15人程度

④⑤ 10人程度

受験資格等、出願について
くわしくはこちら▶



【資料請求】

封筒に「募集要項請求」と赤字で書き、返信用封筒（角形2号程度。折り曲げ可）を同封して同校（〒630-8306 紀寺町371-2）へ。返信用封筒には、1部につき320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。同校ホームページからもダウンロード可

◆オープンキャンパスを開催します

【とき】 8月12日(火)・22日(金)

午前9時～午後0時半

【申込】 同校ホームページから申込



申込はこちら▶



【問合せ】 同校（☎ 0742-81-3301）

劇場を飛び出して、
まちの風景の中で演じる
特別な演劇体験——

「古都祝奈良 まちなか舞台」 参加団体を募集します

【対 象】 下記内容をすべて満たす個人・団体

企画運営・上演に関して、
事務局と円滑な
コミュニケーションができる

地域の人や環境を尊重し、
適切なコミュニケーションを
図る意思がある

広報・当日運営等の制作業務、
設営・撤収を含む
舞台運営業務を自ら行える

会場利用に関し、
各種利用規定や
ガイドライン等に同意できる

市アートプロジェクト「古都祝奈良」は、2017年から、美術・演劇・学び等、さまざまなアートのかたちを通じて、奈良のまちに新たな魅力を届けてきました。今年度も、演劇部門で「まちなか舞台」を開催します。

「まちなか舞台」は、劇場を飛び出し、奈良のまちそのものを舞台に展開する舞台芸術プログラム。「今ならこれ奈良」というテーマのもと、それぞれの風景と物語が響き合う、多彩な作品が生まれます。上演を通して舞台芸術の魅力を広く届け、まちと人がつながる場を作ってみませんか。



【と き】 10月25日(土)・26日(日)

【と ころ】 ・市役所南庭芝生広場
・三条通り内旭水公園
・ならまちセンター



【応募方法】 専用フォームから8月11日午後5時までに申込

※募集要項の確認要。多い場合は書類選考を実施

【問 合 せ】 市アートプロジェクト実行委員会事務局
(文化振興課内 ☎ 0742-34-4942)



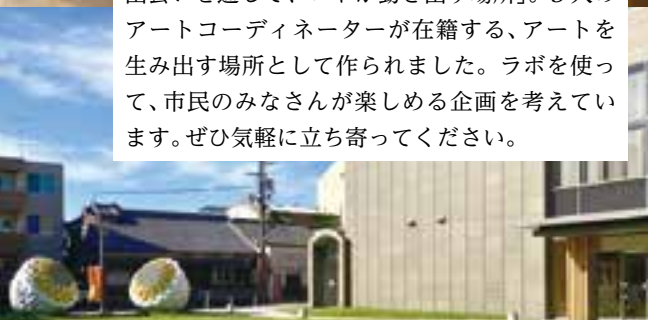
申込はこちら▲

遊びに来ませんか？
リニューアル1周年！



「コトナラボ (KOTONA Lab.)」とは：

「人と人との交流が育まれ、さまざまなモノとの出会いを通じて、コトが動き出す場所」。3人のアートコーディネーターが在籍する、アートを生み出す場所として作られました。ラボを使って、市民のみなさんが楽しめる企画を考えています。ぜひ気軽に立ち寄ってください。



市ならまちセンター

コトナラボ (KOTONA Lab.)

ならまちセンターがリニューアルオープンし、1周年を迎えました。外観が新しくなっただけでなく、エントランスは木の温もりを感じられるあたたかい空間に大変身。かつての「事務所」があった場所は、新たに「コトナラボ (KOTONA Lab.)」に生まれ変わりました。

※開所日は月によって異なります。最新情報は、ならまちセンターのインスタグラムで確認してください

くわしくはこちら▶



コトナラボに在籍する3人のアートコーディネーターによる
夏のワークショップを開催！

木を使ったり、色を塗ったり、一緒に工作体験をしよう。

【とき】 8月11日(祝)・17日(日) 午前10時～午後4時



ならまちゲート

センターの入口に、ひととき大きくそびえる、木製の門「ならまちゲート」。この前で写真を撮ってみませんか。

【問合せ】 文化振興課 ☎ 0742-34-4942

教育センター キッズ学びのフロア

講 座 名	と き		申込締切
キッズプラネタリウム 「ニジーロと季節の星座たち～北斗と南斗～」 【定員】 各回 40 席	8月の毎週土・日曜日、祝日（3日は除く） ①午前 10 時半～ 10 時 50 分②午後 1 時半～ 2 時		当日受付
プチプチ☆クラフト「トコトコ馬を作ろう」 【定員】 各回 12 人	8月 10 日（日） ①午前 10 時～ 10 時 20 分 ②午前 11 時～ 11 時 20 分③午後 2 時 10 分～ 2 時半		
キッズ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	8月 13 日（水）・20 日（水） ①午前 10 時半～ 11 時②午後 1 時半～ 2 時		
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。大人だけの参加可	8月 29 日（金） 午後 6 時半～ 7 時 10 分		
ロボット教室 「思考力を育むロボット講座（中級） ～ロボットで火星探査に挑戦～」 【定員】 小学 4 ～ 6 年生各回 8 人	8月 31 日（日） ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時～ 2 時半		8月 11 日
ものづくり体験教室「奈良筆を作ろう～太筆作り～」 【定員】 小学 1 年生以上 18 人 【費用】 1,200 円	9月 6 日（土）	午前 10 時～ 11 時半	8月 18 日
おはなしの会「金色とさかのおんどり」他		午前 11 時～ 11 時半	申込不要
映画上映「まんが日本昔ばなし 河童の雨ごい / イワナの怪」 【定員】 200 席	9月 7 日（日） 午後 1 時～ 1 時半		
プログラミング教室（初級） 「はじめてのスクラッチ～ふうせんゲームを作ろう！～」 【定員】 小学 1 年生以上各回 12 人	9月 14 日（日） ①午前 10 時半～ 11 時半②午後 1 時半～ 2 時半		8月 25 日
科学実験教室 「ミラクル！カガクル！～葉脈もようのしおりを作ろう～」 【定員】 小学 1 年生以上各回 15 人	9月 15 日（祝） ①午前 10 時半～ 11 時半②午後 1 時半～ 2 時半		
ものづくり体験教室「にぎり墨づくり」 【定員】 5 歳以上の人 18 人 【費用】 1,650 円	9月 23 日（祝） 午前 10 時～ 11 時半		9月 1 日
ロボット教室（初級） 「たんけんロボットを作って動かそう」 【定員】 5 歳以上の人各回 12 人 ※ロボットの持ち帰りはできません	9月 27 日（土） ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時半～ 3 時		9月 8 日
天体観察会「望遠鏡で上弦の月とアルビレオを見よう」 【定員】 小学 1 年生以上 12 人 【場所】 なら 100 年会館南側駐車場 ※雨天・曇天時はプラネタリウム	9月 30 日（火） 午後 6 時半～ 7 時半		

【ところ】 はぐくみセンター9階 【申込】 市ホームページからWeb申込。多い場合は抽選

【その他】 特に記載のない場合、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。
上記以外も開催あり。プラネタリウムは途中入場不可。団体利用可（申込要）。最新情報は
市ホームページか、直接問合せください。

申込は
こちら▶



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

TOPICS! ならトピ

みなさんから応募のあったまちの情報を紹介

市民応募のお子さん写真 // エンジェルスマイル

～たくさんの応募ありがとうございます～



今月号は拡大版。かわいらしい笑顔いっぱいの「エンジェルスマイル」を紹介します。



いとくん(1歳1か月)



ちはるちゃん(7か月)



るみ
瑠海ちゃん(8か月)



そらくん(9か月)



はやとくん(1歳2か月)



あんりくん(6か月)



あーちゃん(1歳1か月)



あいり
愛里ちゃん(3か月)



いおりくん(2歳3か月)



ほのちゃん(4か月)



るい
琉生くん(1歳6か月)



ゆうせい
佑星くん(6か月)



るなちゃん(10か月)



みさき
海咲ちゃん(8か月)



いとちゃん(9か月)



ななと
七斗くん(1歳10か月)



なぎさ
渚ちゃん(8か月)



つむぎちゃん(1歳)

みんなの
フォトギャラリー

応募、求ム!



「雨上がりの朱雀門」

【撮影】りっちさん 【場所】平城宮跡

【問合せ】秘書広報課
(☎0742-34-4710)

引き続き、まちの風景や赤ちゃん等の写
真を募集しています。くわしくはこちら▶



将来の夢に向かって 世界で挑戦、奈良の中高校生

6月21日、市役所内で「令和7年度中学生・高校生等海外夢応援プロジェクト補助金事業」を活用し、渡航が決定した学生たちの出発式を実施しました。この事業は、学生時代にグローバルな視点や、チャレンジ精神を養うことを目的とするもの。夢を叶えるための、海外での探求学習プランを学生から募集し、4人の渡航者が決定しました。

緊張の面持ちで出発式に参加した4人。現地での滞在場所の決定等、少しずつ準備を進めていると話していました。世界に羽ばたく学生を、奈良市は応援しています。



渡航者（左から）	渡航先	関心のある分野
アルハム ジュル カルナインさん	アメリカ	科学技術
河添成修さん	ドイツ	サッカー
末松ななみさん	イギリス、アメリカ	ミュージカル
松村善晴さん	アメリカ	医療

東部の新鮮野菜がずらり Tobu高原マルシェを開催

7月5日、ならファミリー（西大寺東町）でTobu高原マルシェを開催しました。東部地域の野菜をマルシェ形式で販売する人気企画で、同施設では6回目の開催。直売所の訪問が難しい人も来場しやすく、大勢が訪れました。

マルシェには、梅の実や月ヶ瀬産の茶に加え、季節の野菜、加工品等、豊富な品物が並びました。「新鮮な食材が安く買えた。知り合いに勧めたい。」と、満足げな表情を浮かべる人が多く、商品のほとんどが完売。出店者からも開催を継続したいと声が上がりました。

市は今後も、マルシェを通じて、東部地域の魅力を発信し、地産地消を推進します。



【写真】食材を手にする人々。レジには長蛇の列

10月にかけて、4回開催予定。
くわしくはこちら▶



高齢者、子ども連れの人必見

8月1日
から **ならコープで
「ゆっくりレジ」を
導入します**

【問合せ】福祉政策課（☎ 0742-34-5196）

※くわしくは各店舗へ

「小銭を出すのに時間がかかって後ろが気になる…」そんな経験はありませんか。高齢者や認知症、子ども連れの人等が、周りを気にせず自分のペースで会計ができる「ゆっくりレジ」を、市内4か所で導入します。ぜひ活用してください。

【実施店舗／時間】

●コープ学園前（中山町西一丁目）／午前9時半～午後7時

●コープおしくま（押熊町）・コープ朱雀（朱雀六丁目）

コープ七条（七条西町二丁目）／毎週木曜日の午後1時～4時

※ゆっくりレジの設置は、実施時間内で1台



第44回 奈良市文化祭 なら市民フェスティバル 2025 ～輝く出会い 音・人・躍～



出演者募集

日頃の練習の成果を憧れのステージで披露してください。
初心者も歓迎します。

11月9日(日)	なら 100 年会館 中ホール (三条宮前町)	①音楽部門 生演奏 (ピアノ、管弦打楽器、声楽、合唱、邦楽他)
11月15日(土)		②舞踊民舞部門 日舞、新舞踊、民舞、民謡他 ③ダンス部門 フラダンス ⑤自由部門 ①～④に該当しないもの
11月16日(日)		④ダンス部門 創作ダンス、ジャズダンス他 (フラダンス除く) ⑥本選

【定員】①②各 30 組程度、③④⑤各 20 組程度

【演奏時間・出演料】

4人以下：5分2曲以内・8,000 円

人数不問：10分3曲以内・15,000 円

【その他】各部門の最優秀部門賞選出者は、11月16日の⑥本選に出演し、市長賞、運営委員会会長賞等を授与します (開始時刻は後日発表)

【参加資格】市にゆかりのある人

【申込方法】はがきに、団体名、代表者の氏名 (個人の場合は出場者名)・住所・電話・FAX 番号、①～⑤の別、発表内容 (楽器名、演目、演奏時間)、出演人数を書いて、8月21日までになら 100 年会館 (〒630-8121 三条宮前町 7-1 ☎ 0742-34-0100) へ。多い場合は抽選。当落に関わらず結果を通知

※出場日時、舞台照明仕様等は運営委員会が指定。重複出場不可
※個人情報、運営委員会主催のイベント開催目的以外には使用しません

◆タウンコンサート 協力団体と過去の入賞者によるプレイベントを行います。

①9月12日(金) ②10月10日(金) 午後0時半～1時	シルキア奈良	①ならイメック会員 筑前琵琶奈良旭会 ②ならイメック会員 六車紀子 (ソプラノ)
①9月22日(月) ②10月20日(月) 午後2時～3時 (午後1時から当日券発売) ※入場料500円要	秋篠音楽堂ロビー	①ならイメック会員 北村祐子 (ピアノ) ②竹田陸人 (クラリネット)、 井本理絵・高橋典子 (ピアノ連弾)
9月28日(日) 午後1時～1時40分 午後2時半～3時10分	近鉄奈良駅前 行基広場	Y.S.K. シンフォニックアンサンブル (吹奏楽)
10月19日(日)午後2時～3時	杉岡華邨書道美術館	「緑の祭典」出場者、奈良新堀ギターアンサンブル
11月1日(土)午後2時～3時	秋篠音楽堂ロビー	「緑の祭典」出場者、ならイメック会員

※ならイメック：市国際音楽交流協議会 ※出演者名は順不同・敬称略

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





ポン酢と大葉香る 「大和丸なす」のステーキ



伝統野菜「大和丸なす」は、締まった肉質で、煮くずれしにくく、焼いても煮ても食感が良いのが特徴。今回は、暑い季節でもペロッと食べられるステーキにしてみました。

【作り方】

- ①大和丸なすを3～4cm幅の輪切りにし、中心に十字の切れ目を入れる。大葉は千切りに
- ②フライパンにサラダ油（多め）、にんにくチューブ（2cm程度）、大和丸なすを入れ、ふたをして蒸し焼きする
- ③火が通ったら、ポン酢を加えて絡める
- ④皿に盛って、大葉を添えたら、完成

●農家さんおすすめレシピを掲載
地産地消推進パンフレット「おいしい奈良の10の食べ方」を発行しています。



◀くわしくは
こちら

●大和野菜等を使った簡単レシピを募集中
応募レシピは、
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）

8月の主な行事・市の催し

- 5日(火) なら燈花会（～14日 浮雲園地 他）
- 6日(水) 平和の鐘の撞鐘（広島原爆被爆の日）
（市役所、市内各寺院）
- 7日(木) 大仏さまお身拭い（東大寺大仏殿）
- 9日(土) 平和の鐘の撞鐘（長崎原爆被爆の日）
（市役所、市内各寺院）
- 11日(祝) 人権を確かめあう日
- 13日(水) 盂蘭盆会（～15日 薬師寺食堂）
- 14日(木) 中元万燈籠（・15日 春日大社）
- 15日(金) 万灯供養会（東大寺大仏殿）
奈良大文字送り火（飛火野・高円山）
- 17日(日) 子ども安全の日
- 20日(水) 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(土) 地蔵会万灯供養（・24日 元興寺）
- 25日(月) 市立小・中学校、一条高等学校始業式
- 30日(土) バサラ祭り（・31日 東大寺・春日大社 他）

※緑字は寺社年中行事

編集後記

今月号では、AIの特集にちなみ、AIで表紙の画像を生成してみました。画像生成は、作りたいものを文章で指示すると、それを基に新たに画像が作成される仕組み。「人がAIと共に、躍進する」をテーマに、いくつかの画像を生成しました。みなさんならAIに、どう指示しますか。今回は画角にもこだわったため、「奈良市を舞台に、空を駆ける人を生成してください」等では指示不足。想像以上の時間を要しました。その後、視点を変えて、市内の風景写真を油絵風に加工。芸術性の高さに圧倒され、表紙画像に採用しました。ボツになった右の画像たち。かけた時間の分、なんだか愛着が湧きました。



【写真】表紙に選ばれなかった画像。このほかにも多数

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。