

特集
pick up!

未来を見つめて、今を生きる「終活」
これからの人生を
豊かにする備え

も く じ contents

朝食 撮影：榎本 龍博さん

奈良市を震源とする、震度7の地震発生を想定
奈良市総合防災訓練を実施します p6

高齢者向け、インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症
予防接種（定期接種）のお知らせ p26

奈良の伝統を通じて、秋を感じる
奈良工芸フェスティバル p28

ならレポ！ p31

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

Plan for the End of Life

未来を見つめて、今を生きる「終活」

これからの人生を豊かにする備え

「終わり」を意識することは、
今をどう生きるかを考えること。

今回の特集では、

「終活」に関わる奈良市の取り組みや、
今できる準備等を幅広く紹介します。

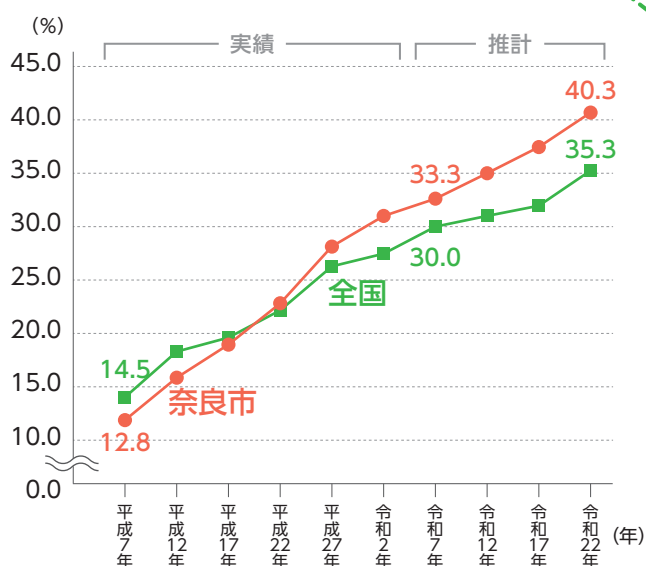
安心して未来を描き続ける。

そのための一歩を考えてみませんか。

【問合せ】この特集について：権利擁護センター（福祉政策課 ☎ 0742-34-4900）

データからひもとく

① 全国／奈良市の高齢化率の推移



出典：奈良市老人福祉計画

高まる終活の重要性

介護・医療や相続、持ち物の整理等を考える「終活」。超高齢社会の到来により、終活はより多くの市民が関係する課題となっています。

市の高齢化率（65歳以上の人口の割合）は全国平均を上回り、その差は年々拡大（※①）。さらに、ライフスタイルの多様化等も影響し、市内の全世帯に占める高齢者の「おひとりさま」の割合は約2割に達しています（※②）。一方で、身寄りのない高齢者を支援する医療・介護・福祉関係者を対象にした市の調査では、緊急時や入院、死後の対応等、要支援者が直面する困難の背景として、本人の判断能力の低下等が挙げられています（※③）。

誰もが安心して暮らし続けていけるよう、元気なうちからの終活と、そのサポート体制の整備が求められています。

「終活」で、「これからの私」をデザインする。

「終活」とは、人生の最後を考え、身の回りの整理や準備をすること。「でも、決して死に支度ではない。不安を整理し、これからの人生も豊かに、自分らしく生きていくための活動です」。これまで数多くの終活相談を受けてきた弁護士の福本さんは話します。終活を行うとき大切にすべきこととは。

インタビュー 福本佳苗さん

奈良弁護士会 弁護士。身寄りのない人等の権利を守る市の相談機関「権利擁護センター」等で、アドバイザーとして相談サポートを行う



近年、ライフスタイルの多様化により、「おひとりさま」世帯の増加や、核家族化が進んでいます。私自身もそうですが、子どもが独立し、遠方で暮らしているケースも多く、自分の思いを家族と話す機会は減っています。そんな状況で、万一のことがあったら…。自分の思いや情報を伝えるためにも、終活の重要性は増しています。

終活の第一歩としてのおすすめは、「エンディングノート」です。希望する医療や介護、これから実現したいこと等、さまざまな情報を書き留めることができます。できれば、家族や友達等、誰かと話しながら書いてみてください。1人では書き進みにくい人も、自分の中の思いを整理しやすくなりますよ。

エンディングノートだけでなく、**終活で大切なことは、家族や友達、行政等、周囲に思いや不安、困っていることを伝えることです。**奈良市には、私に関わる権利擁護センターの他、さ

まざまな支援制度が用意されています。福祉等の専門職もたくさんおり、職種の枠を超えたつながりも持っています。ぜひ、それらのサポートを活用してください。

「これで安心した」。私が相談を受け、終活に関する手続きを終えた人の多くが、ほっとした顔でおっしゃる言葉です。終活の大きな効果の一つが、**未来に対して漠然と感じていた不安を整理できること。**それは、今を自分らしく生きることにもつながります。

より多くの人が、**終活で自分らしいこれからの人生をデザインし、住み慣れた地域の中で、安心して暮らし続けてほしい**と願っています。



③身寄りのない高齢者のお困りごとの背景

出典：身寄りのない高齢者への支援に関する調査
(令和7年6・7月実施)

1位
本人の
判断能力の低下
55%

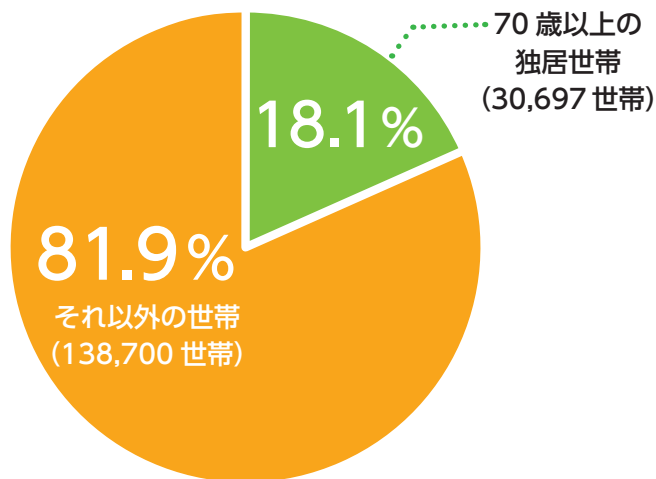
2位
本人が受援の
必要性に無自覚
45%



3・4位
制度を知らない・
抵抗感がある
27%



②奈良市の高齢者の「おひとりさま」の割合



※令和7年8月1日時点

次のページでは、終活に関わる市の取り組みを紹介します。

いつまでも安心して暮らせる奈良市を目指して

市では、権利擁護センターでの相談対応等に加えて、皆さんが自分自身の思いを伝え、安心して暮らし続けられるよう、終活に関わる多様な支援の取り組みを進めています。

{ 1か月半で1,228 件の申請。
なぜ今、納骨堂なのか }

市営寺山霊苑（白毫寺町）の納骨堂をリニューアルし、遺骨の永代収蔵サービスを開始します。供用開始は12月下旬ですが、既に事前申請を開始しており、多くの反響が寄せられています。



▲費用等
くわしく
はこちら



▲寺山霊苑納骨堂の完成イメージ。
森と泉に囲まれた心安らぐ場所を目指す



想像以上の反響があり、驚いています。窓口に来られる方は「子どもや後継者がおらず、墓じまいを検討している」「子どもが遠方に住んでおり負担をかけたくない」「生前に自身の供養方法を決めたい」等、さまざまな思いをお持ちです。（担当職員）

／ 寺山霊苑納骨堂が多くの人から支持される理由 ／

Point

骨壺保管で
プライバシーを担保

一人一人個別の骨壺に納めることで、複数の遺骨を一緒に埋葬するという永代収蔵特有の懸念を払拭

Point

当初15年間は
遺骨の取り出しが可能

個別の骨壺管理により、永代収蔵のデメリットの一つである「遺骨の取り出し不可」を、当初15年間可能に

Point

成人以上であれば
生前予約ができる

生前予約は65歳以上可とする市町村が多い中、成人以上に設定することで、自身の思いを早くから叶えることができる

【問合せ】 斎苑管理課（☎ 0742-34-3502）

人気企画「斎苑コンサート」開催します

News

誰もが迎える最後の旅路を見守る「奈良市斎苑 旅立ちの杜」。大切な人を偲び、思いを馳せるこの場所で、音楽を楽しみながら、これからの人生を考える機会にしませんか。

【と き】 10月18日(土)

コンサート：午前7時半（7時開場）

施設見学会：午前8時15分～8時45分

【定 員】 80人※申込不要

【問合せ】 斎苑管理課（☎ 0742-34-3502）



{ あなたの財産に あなたの意思を反映できます }

遺言により、あなたの財産を奈良市に寄附してみませんか。住み慣れたまちの未来を、あなたの思いで直接支えることができます。子育て支援や教育・福祉の充実、防災対策等、希望の分野で大切に活用します。



遺言を残されたのは、以前にご主人を亡くされた女性です。共働きでお子さんはおられなかったので、ご自身の貯えもあり、堅実に生活されていました。「次世代を担う方のために」とのご遺志に従い、寄附を申し出ました。(遺言執行者の司法書士)

手続きの流れ：遺産を寄附する旨を明記した遺言書の準備が必要です。

遺言による寄附の相談は財政課に問合せてください。

※市では南都銀行と協定を締結しており、円滑な手続きが可能です。

ただし、遺言書作成には手数料（銀行への支払）が必要です

/ 寄附のメリット /

① 社会貢献

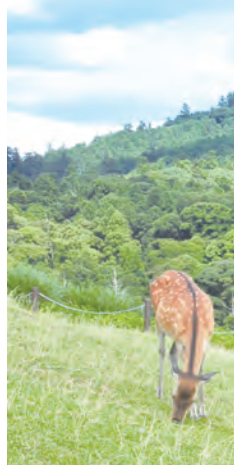
地域社会の発展にあなたの思いを

② 希望の実現

大切な財産を望んだ形で活用できる

③ 税制優遇

一定の条件を満たす場合、税制上の優遇措置が適用される



くわしくはこちら▶



【問合せ】財政課（☎ 0742-34-4720）

{ 各種手続きの負担を軽減する 「おくやみコーナー」 }

死亡後の手続きは故人によりさまざまです。市では市庁舎1階にある「おくやみコーナー」で、死亡届を提出された後の健康保険、介護保険、税等の各種手続きについて案内。市役所内で必要な申請届出をワンストップで受付しています。

※相談内容により、各窓口を案内する場合があります。全ての手続きが本コーナーで完結するものではありません



遺族の皆さんが必要な手続きの内容や書類を整理できるよう、寄り添う気持ちを大切に丁寧にお話を伺いながら、各種手続きをまとめてサポートしています。不安な点や分からないことは遠慮なく相談してください。(担当職員)



▲おくやみコーナーでは故人によって異なる手続きを総合的に案内します

利用方法：

インターネットで予約してください。電話予約も可



▲予約はこちら

【予約・問合せ】

おくやみコーナー
(市庁舎1階 ☎ 0742-34-5420)

今からできる準備「あなたらしい未来のためにできること」

終活の第一歩は、エンディングノートを書くことその他、まずは家族や友達、知り合い等と話してみることもおすすめです。不安なことがあれば、市の窓口へ相談してください。



わたしの未来ノート

奈良市版エンディングノートを無料配布しています。

くわしくは
こちら▶



権利擁護センター

権利擁護に関する総合的な相談に応じます。

くわしくは
こちら▶



法律相談窓口

相続等の法律に関する相談に弁護士が応じます。

くわしくは
こちら▶



【問合せ】わたしの未来ノートについて：長寿福祉課（☎ 0742-34-5439）、権利擁護センターについて：同センター（☎ 0742-34-4900）、法律相談窓口について：総務課（☎ 0742-34-1377）



令和7年度 奈良市総合防災訓練を実施します

【とき】11月9日（日）午前9時～正午

※中止の場合、当日の午前6時にホームページ等で周知します

【ところ】東登美ヶ丘小学校（東登美ヶ丘四丁目）

※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください

「奈良市を震源とする、最大震度7の地震が発生したこと」を想定し、救急・救護活動や指定避難所・救護所の開設・運営の訓練を同時進行で行います。その他、地震の揺れ体験やはしご車搭乗体験※もあります。

※未就学児不可、小学1～3年生は保護者同乗要。小学4年生以上は1人で搭乗可。整理券は、当日午前8時半から正門付近で配布。2人1組の25組限定。定員に達し次第終了

【問合せ】
危機管理課（☎ 0742-34-4930）

訓練について、
くわしくはこちら▶



10月13日は 「国際防災の日」です

自然災害の被害を減らすための意識向上と、世界的な防災対策の促進を目的に制定されました。同訓練にも、市在住のミャンマー・スリランカ等からの留学生に傷病者役で参加してもらい、訓練を行います。外国にルーツのある人たちの意見も参考にし、さらに災害に強いまちを目指します。

【問合せ】共生社会推進課
（☎ 0742-34-4733）

特殊詐欺被害に注意してください

奈良市の被害状況(令和7年1～7月)

【被害件数】60件／
【被害額】約5億5,624万円

性別に関わらず20歳代から80歳代の人被害に遭っています。

・偽警察官に注意！

警察官から電話があっても安易に信用せず、警察署に相談してください。

・国際電話番号に注意！

「+」から始まる国際電話番号に心当たりのない人は「出ない」「かけ直さない」ようにし、海外との連絡が不要な人は国際電話を利用休止しましょう。

Point 一人で判断せず、振り込む前に
警察に相談してください

電話相談窓口：奈良県警察本部（#9110）

10月11日～20日は全国地域安全運動

防犯に従事する団体・機関・警察と連携し、地域安全運動を強化するために毎年実施しています。

●防犯コラム特殊詐欺編 「偽警察官による詐欺」

ある日「+88」で始まる番号から着信があり、



犯人

警察庁組織犯罪対策部です。あなた名義の口座に犯罪収益が振り込まれており、逮捕状が出ています。逮捕を免れるには、保釈金150万円が必要です。これからは、LINEで連絡を取りましょう。



犯人

と言われました。LINEでビデオ通話をしていると、突然玄関のチャイムが鳴り、

今、刑事が家に到着したと思うが、手続きは済んだので帰っていいと伝えてください。

と言われました。やってきた人を刑事だと思い込んでしまい、150万円を払ってしまいました。

警察官がお金の振り込みを求めたり、LINE等で連絡したりすることは絶対にありません



【問合せ】危機管理課（☎ 0742-34-4930）

農業の「今」を知る、「次」をつくる イベント＆セミナー情報

上段：市民のみなさん向け
下段：農業したい人・
農業者向け

「おいしいぞ、奈良。」 秋の地産地消フェア

市内で採れた新鮮な大和野菜を中心に、地元の魅力を届けるイベントを実施します。市産農産物の試食提供やマルシェの他、特製メニューを提供する飲食ブースも設置。さらに、野菜ソムリエ上級プロの関宏美さんによるトークショーも開催します。秋の味覚がたっぷり詰まったこの機会に、地域の食を支える農業に触れてみませんか。

【と き】10月18日(土)午前11時
【ところ】ならファミリー 1階くだ広場
(西大寺東町)

なら農業マネジメントアカデミー

「経営改善コース」の 受講生を募集



市内農業者の経営力・販売力の向上を目的に開講します。今回は、経営面での課題解決方法を実践的に学ぶコースです。昨年度の受講者によるトーク、圃場視察等、さまざまな内容を実施します。

【とき】11月5日(水)、12月3日(水)・23日(火)、来年1月20日(火)・21日(水)、2月19日(木)

【講師】ファームサイドの佐川友彦さん

【定員】市内に農場を持ち、農業所得のある65歳未満の人やその家族・従業員10人程度

※受講者は委託事業者との協議により決定

【申込】専用の申込フォームから申込

申込はこちら▶



～小さな行動が大きな未来へ～

奈良の環境にやさしい農業を 知る、考えるトークセッション

奈良の環境にやさしい農業をテーマに、各登壇者の視点から現在のリアルな農業の姿について話します。未来の農業や食について、一緒に考えてみませんか。



【と き】10月16日(木)午後2時～4時
【ところ】ならファミリー 6階秋篠音楽堂 (西大寺東町)
【登壇】哲夫さん(笑い飯) 他
【定員】270人
【申込】10月10日正午までに専用の申込
フォームから申込 申込はこちら▶



～奈良で農業を始めませんか～

就農ツアーの参加者を募集

農業を^{なりわい}生業にしたい人向けに、農場訪問や先輩農家・地域との交流を行うツアーを実施します。主に米や茶を生産し、新しく果樹栽培にも挑戦している、田原地域を巡ります。地域と関わりながら就農を目指す人や、移住を決めた協力隊との座談会も行います。この機会に参加してみませんか。



【と き】10月25日(土)午前10時～午後5時
【ところ】田原地区のキウイ圃場、大和茶圃場・カフェ、
水稻圃場
【定員】生業としての農業(※)に興味のある人10人
※家庭菜園や趣味の農作業ではない。兼業としての農業
従事は可
【申込】10月10日までに、専用の申込フォームから申込。
多い場合は選考

内容、応募条
件等、くわし
くはこちら▶



【問合せ】農政課 (☎ 0742-34-5142)

【10月は里親月間】

はじめよう！里親という 家族のカタチ



親との別れや虐待等、さまざまな事情で家族と離れて暮らす子どもを迎え入れ、養育する家庭を「里親」と呼びます。子どもが成長する過程では、特定の信頼できる大人との間での愛着形成が大切です。より多くの方が里親になれるよう、短期間の制度も拡充しています。家庭のめくもりを子どもたちに。あなたに合ったカタチで、里親をはじめてみませんか。

赤ちゃん里親

赤ちゃんや小さい子を一時的に預かる

短期里親

1日～数日の間子どもと一緒に過ごす

養育里親

自立するまで等、一定期間子どもを預かり養育する

Interview



短期里親の
Aさん

短期里親になったことで、周りにも良い影響が

短時間でも子育ての助けになりたいと思い、受け入れられる時間に絞って短期里親を始めました。生後3か月～4歳の子を預かったことがあります。ミルクやお昼寝、お散歩等、年齢によって接し方が変わったり、体調が不安な時もありますが、とにかく子どもがかわいく、やりがいを感じています。

また、家族も活動に協力的で、預かった子を交えて交流しています。その子の影響で、家族の子どもがトイレを習得し、成長の手助けにもなりました。

まだまだ里親制度を知らない人が多いと感じています。少しでも気になっている人がいたら、まずは説明会だけでも参加してみてください。

音楽と一緒にまずは知ってみませんか？

～響く音、つながる心

里親という家族のカタチ～

第1部 暮らしに芸術の感動を届ける
プロジェクト（ピアノ連弾の演奏）

第2部 里親体験談発表＆相談会

※2部のみ予約制。当日参加も可

【と き】10月19日(日)

第1部：午後1時、第2部：2時半

【ところ】イオンモール高の原（京都府木津川市）

里親制度説明会

「里セツ」毎月20日に開催中

「どんな制度かくわしく聞きたい」「市の子どもの現状を知りたい」「今すぐはできないが興味がある」等、話を聞くだけでもぜひ参加してみてください。当日参加も歓迎します。

【と き】毎月20日 午前10時～11時半

【ところ】はぐくみセンター1階会議室

【申込】電話で子ども安心課へ。専用の申込フォームから可

里親制度の詳細や、
里セツ・イベントの申込はこちら▶



【問合せ】同課（☎0742-93-6595）



令和8年度

市立幼稚園・こども園(1号認定)の 園児を募集します



【願書受付期間】

10月20日(月)～24日(金)

※配布は10月10日(金)以降、希望する園で受け取り(平日のみ)

※配布・受付時間は午後1時から、幼稚園は4時、こども園は5時まで

【募集する園】

幼稚園：佐保、富雄北、六条、伏見南

こども園：富雄南、左京、都跡、青和、都祁、月ヶ瀬、帯解、柳生、高円、神功、若草、朱雀、平城、東登美ヶ丘、辰市、学園南、伏見

【利用者負担額(保育料)】 無償

※給食費(こども園のみ)・教材費等の実費徴収分は支払要

【申込方法】

願書、市在住を証明する住民票(世帯員全員の氏名・続柄入りで発行3か月以内)か、転入に関する申立書等を、受付期間中に希望園へ。多い場合は抽選

1号認定：満3歳以上の教育を希望する場合のこと。ただし、市立幼稚園は4歳児クラス、市立こども園は3歳児クラスから希望可

2・3号認定：2号は満3歳以上、3号は満3歳未満で「保育の必要な事由」に該当し、保育を希望する場合のこと

【対象】

教育標準時間認定(1号認定)希望者で、以下の①②ともに満たす子ども(3年保育児はこども園のみ)

①1年：令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ
2年：令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ
3年：令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ

②保護者(親権者)とその子どもが市在住か、来年4月1日時点で在住予定

【一時預かり(有料)】

教育標準時間(午前9時～午後2時)の前後や夏休み等の長期休業期間に、在園児を受け入れます

幼稚園：平日の午後2時～5時(長期休業期間は午前9時～午後5時)

こども園：平日の午前7時半～9時・午後2時～6時半(長期休業期間は午前7時半～午後6時半)



令和8年1～4月

保育所・認定こども園(2・3号認定) ・小規模保育事業



【申込方法・期間】 全て最終日必着

必要書類を子ども給付課へ送付。持参、電子申請も可

1～2月利用希望者：11月4日(火)～28日(金)

3月利用希望者：11月17日(月)～12月5日(金)

4月利用希望者：12月8日(月)～12月19日(金)

※4月利用希望者は、原則電子申請のみ。また、期間中は混雑するため、短時間での窓口対応への協力をお願いします

※育児休業給付金の支給期間延長手続きには、保育所等の利用申込書の写しを。必ず申込書の写しを保管してください(電子申請の場合は、申込内容か申込時の画面を出力したもの)



【対象】

市在住で、保護者全員が以下の「保育が必要な事由」に該当する人

①就労(1か月64時間以上)②妊娠、出産③保護者の疾病、障害④同居親族の介護・看護⑤災害復旧⑥求職活動⑦就学⑧虐待やDV等

【必要書類】

・同課配布の書類(市ホームページでダウンロード、電子申請可)

・本人確認書類(官公署発行の顔写真のある証明1点か、顔写真のない証明2点)

※送付の場合のみ

・個人番号(マイナンバー)提供書

※電子申請の場合のみ

くわしくはこちら▼



【問合せ】 利用申込や利用者負担額について：子ども給付課(☎：0742-34-5086)

再編計画やこども園への移行・公立園の民間移管について：子ども政策課(☎：0742-34-4792)

一時預かりや園の保育内容について：幼保こども園課(☎：0742-34-5493)

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

9月1日現在、()内は前月比

【総人口】345,403人 (▲302人)

男性：161,114人 (▲130人)

女性：184,289人 (▲172人)

【世帯数】169,357世帯 (▲40世帯)

生活

ごみ収集について

◆火災予防のために適切な分別に協力してください
不適切な分別が原因で、収集車の火災事故が発生しています。周辺住宅や作業員にも被害が及び、大変危険です
◆折りたたみ式ネットボックスは、収集後速やかに片付けてください

◆10月の収集日・区域

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	1日・15日・
B・E	の地域	29日の水曜日
C・H	火・金曜日	8日・22日の
D・G	の地域	水曜日

※10月13日(祝)も通常どおり収集。A・Dは市、E・Hは市清美公社が武田環境・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
固収集課 (☎ 71・3012) 市清美公社 (☎ 33・8782) 同共同企業体 (☎ 63・2552)

固定資産税・都市計画税(第3期分)の納期

納期：11月17日(月)～12月1日(月)※納税は口座振替(金融機関の窓口で納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要)の他、スマートフォンアプリ等の納付が便利です 固納税課 (☎ 34・4727)

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 固企業局水道計画課 (☎ 34・5200)



証明書のコンビニ交付・利用登録申請の停止(奈良市分のみ)

とき：10月21日(火)午後9時～22日(水)正午 固市民課 (☎ 34・4730) 市民税課 (☎ 34・4725)

はかり(計量器)の定期検査を受けましょう

とき：10月上旬以降 ▼ ところ：市計量検査所(市庁舎内) ▼ 対象：月ヶ瀬・都祁地域を除く※くわしくは、対象者への通知はがきに記載 固産業政策課 (☎ 34・4741)

10月から総合福祉センターみどり号の車種、運行方法を変更します

9人乗りのバンになり、事前申込制を導入します 申 電話かFAXに氏名、連絡先、乗車日時、停留所を書いて、利用予定日の1か月前～3日前に同センター (☎ 71・0770 FAX 71・0773) へ。乗車時間の調整あり 固障がい福祉課 (☎ 34・4593)

ごみ減量コラム vol.72



パソコンを無料で回収します

みなさんは、不要なパソコンの処分に困っていませんか。市は、小型家電リサイクル法の認定事業者「リネットジャパンリサイクル」と協定を結び、家庭用パソコンを宅配便で無料回収しています。資源の有効活用のため、ぜひ活用してください。 <くわしくはこちら>



今月のごみ量レポート

令和7年度の可燃ごみ総搬入量 (8月末時点)：

29,782.3トン

<前年度同月比：-3.2%>

さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

固コラムについて：廃棄物対策課 (☎ 71-3001)、無料回収について：同社 (☎ 0570-085-800)

認知症相談窓口(10・11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※10月13日(祝)、11月3日(祝)・24日(休)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) 固長寿福祉課 (☎ 34・5439)

生ごみ処理機器の購入助成

補助：次の購入費の①②③ 2分の1 ③3分の1を助成 ①電気式生ごみ処理機(上限3万円) ②生ごみ堆肥化

容器(上限7千円) ③段ボールコンポスト(上限2千円) ▼対象：令和7年4月以降に購入した各機器を市内に設置・管理でき、生ごみを適正に処理できる市税の滞納がない人。過去に助成を受けた世帯は対象外となる場合あり ▼受付：11月4日(火)午前8時半～12月26日(金)午後5時 固専用の申込フォームから申込。多い場合は抽選し、対象者には来年1月頃にEメール等で連絡 固廃棄物対策課 (☎ 71・3001)

介護資格取得の費用を補助します（上限 5 万円）

対象：介護に必要な資格（初任者研修）を修了し、交付対象者の要件を満たし、申請日が研修修了日から 1 年以内の人 甲市ホームペー
ジに掲載の必要書類を添えて、来年 2 月 27 日までに介護福祉課へ 問同課（☎ 34・5422）

くわしくはこちら▶



「浄化槽」を正しく管理しましょう

①保守点検：市に登録のある保守点検業者に依頼し、点検・修理 ②清掃：許可を受けた清掃業者に依頼し、年 1 回以上清掃 ③法定検査：県環境保全協会に依頼し、年 1 回検査 問①保健・環境検査課（☎ 93・8477）
②月ヶ瀬・都祁地域・山辺環境衛生組合山辺衛生センター（☎ 85・0253）、それ以外：廃棄物対策課（☎ 71・3001）、③同協会（☎ 0745・22・5161）

宝くじの助成金で地域の備品を整備しました

自治総合センターが実施するコミュニティ助成事業を活用し、明治地区自治協議会が LED バルーン・発電機を整備しました 問地域づくり推進課（☎ 34・5193）



健康

糖尿病相談窓口（管理栄養士等による生活指導）

とき：10 月 20 日（月）・ 27 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 ▼対象：血糖値が高め、肥満な人等 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▶



各種検（健）診のお知らせ

歯周疾患検診実施医療機関の登録：小林歯科醫院（神功三丁目 1-11 ☎ 71・6480）、歯周疾患検診実施医療機関の辞退：明崎歯科医院（高畑町 1073 ☎ 26・2402）

臨床心理士によるこのころの健康相談（予約要）

とき：10 月 27 日（月）、11 月 10 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 ※11 月実施分は 10 月 27 日から受付開始

20 日ならウォーク・運推共催事業「ならまちの古寺を歩く」

とき：10 月 20 日（月）午前 9 時半集合 ※雨天中止。開催確認は市ホームページか健康増進課 SNS へ ▼コース：県庁前奈良公園～白毫寺～新薬師寺～県庁前奈良公園解散（5.9km） ▼費用：100 円 申はがき、FAX に事業名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10 月

16 日必着で同課（☎ 34・3145）へ。専用の申込フォームからも可 問同課（☎ 34・5129）

健康あつぷ講座 もう迷わない！糖尿病予防のためにすべきこと

とき：10 月 15 日（水）午前 10 時～11 時半 ▼ところ：はぐくみセンター 3 階 ▼持物：飲み物、動きやすい服装 問健康増進課（☎ 34・5129）

はぐくみ健康講座

とき：11 月 21 日（金）午前 10 時～11 時半 ▼ところ：は

ぐくみセンター 3 階 ▼内容：運動からだメンテナンス、ストレッチと筋トレ ▼講師：理学療法士の藤本幸子さん ▼定員：70 人。在勤・在学も可 ▼持物：飲み物、タオル、動きやすい服装、靴 申往復はがきに講座名、住所、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて、10 月 31 日必着で同センター管理室へ。専用の申込フォームからも可 問同センター管理室（☎ 34・2303）

申込はこちら▶



国勢調査

回答は済ませましたか？

回答がまだの世帯は 10 月 8 日までにお願
いします。回答には、インターネットが簡単・便利
です。

回答は配布中の「回答のお願い」から▶

※国勢調査には回答の義務があります



問市国勢調査コールセンター

☎ 0120-787-030

10 月 31 日までの午前 8 時半～午後 8 時

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

健康講座「子どもの身長と体重」どうやってチェックする？」

とき：11月13日(木)午後2時半～3時55分 ▼ところ：市医師会館(柏木町) ▼講師：県総合医療センター小児科部長の吉田さやかさん ▼その他：WEB配信も予定 関市総合医療検査センター(☎33・7876)

くわしくはこちら▼



統合失調症家族教室

家族の関わり方や利用できる福祉制度、家族会の活動を紹介します
とき：10月17日(金)・31日(金) 午後2時～3時半 ▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼定員：両日出席できる統合失調症の人の家族20人 申 電話で10月15日までに保健予防課(☎93・8397)へ。
多い場合は抽選

子育て

予防接種のお知らせ

◆日本脳炎予防接種開始(令和4年10月生まれ)

◆予防接種予診票綴りを9月下旬に発送(令和7年8月生まれ)

関健康増進課(☎34・5129)

くわしくはこちら▼



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 関同センター(☎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)

妊産婦・乳幼児のための教室・歯科健診(電話予約)

◆マタニティー歯つびいチェック(妊娠16週～32週) とき：10月16日(木)

◆むし歯予防のためのフッ化物塗布(令和5年10月生まれ) とき：10月17日(金)

◆1歳0か月児歯びか教室(むし歯予防)令和6年10月生まれの第1子 とき：10月21日(火)

◆5か月児ぱくぱく教室(離乳食)令和7年5月生まれの第1子 とき：10月22日(水)

◆パパママサロン(妊娠22週～32週の初妊婦とパートナー) とき：11月14日(金)

◆40歳からのママ育サロンの(妊娠32週未満の妊婦、1歳未満の子の母) とき：11月28日(金)

関母子保健課(☎34・1978)

くわしくはこちら▼



◆ひとり親家庭等の弁護士による法律相談

子どもに関する各種相談

子どもに関する各種相談

子どもに関する各種相談

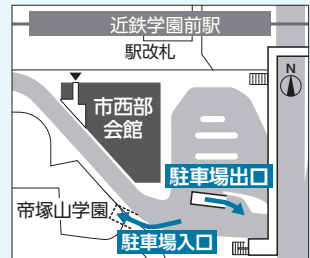
子どもに関する各種相談

西部会館 機械式地下駐車場 定期利用者を募集します

近鉄学園前駅近

月額 15,000 円(税込)

屋内



【利用条件】 車の大きさ：長さ5m以下・幅1.95m以下・高さ1.55m以下(積載物・取付物を含む) 時間：午前7時～午後10時(年中無休) ※時間外の入出庫は不可、預かり可

関奈良市市街地開発(指定管理者 ☎30-3370 平日の午前9時～午後5時)、西部出張所総務課(☎44-1005)

31日(金)※令和7年6月以前の利用分も併せて申請可(請求権は2年間) 申子ども給付課まで送付か持参※私立幼稚園・認定こども園の利用は園へ提出可能の場合あり。くわしくは各園へ 関同課(☎34・5086)

くわしくはこちら▼



子どもに関する各種相談

◆ひとり親家庭等の弁護士による法律相談

がん検診（11 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：
10 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
11/10 (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
11/12 (水)	9:15 ～ 10:15	富雄公民館	27 人
11/13 (木)	9:45 ～ 10:45	西部図書館	20 人
11/18 (火) 11/25 (火)	9:00 ～ 10:00	はぐくみセンター	各 30 人
11/19 (水)	9:15 ～ 10:15	ならまちセンター ※ 11 月のみ	27 人
11/20 (木)	9:15 ～ 10:15	都跡公民館	27 人
11/26 (水)	9:15 ～ 10:15	北福祉センター	26 人
11/27 (木)	9:15 ～ 10:15	消防局第 2 庁舎	27 人
11/28 (金)	9:45 ～ 10:45	西部図書館	20 人

◆ 肺がん検診

とき・受付時間		ところ	定員
11/11 (火) 11/17 (月)	14:00 ～ 15:00	はぐくみセンター	各 60 人
11/18 (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

胃がん検診：胃部エックス線検査
（当日バリウムあり）

肺がん検診：胸部エックス線検査
（結核の判定も含む）

【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】 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

問同課（☎ 34-5129）



くわしくは
こちら

手帳
持物：問診票、母子健康
※問診票は 10 月に送付。

健診名（対象）	とき	ところ
4 か月児健診 (令和 7 年 7 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 7 年 1 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 3 月生まれ)	11 月 6 日(木)・13 日(木)・ 20 日(木)・27 日(木)	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 4 月生まれ)	11 月 11 日(火)・18 日(火)・ 25 日(火)	

乳幼児の検診

が電話連絡し、訪問しま

◆ 育児の心配事がある家庭
対象：母乳育児等を相談
したい人か出生体重が 25
00g 未満の赤ちゃんがい
る人 申電話で母子保健課
(☎ 34・1978) へ。専用
の申込フォームも可
◆ 特に心配事がない家庭
市が委託している訪問員

◆ 育児の心配事がある家庭
対象：母乳育児等を相談
したい人か出生体重が 25
00g 未満の赤ちゃんがい
る人 申電話で母子保健課
(☎ 34・1978) へ。専用
の申込フォームも可
◆ 特に心配事がない家庭
市が委託している訪問員

10 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）

子ども育成課

す 園子育て相談課（☎ 34・
4804）

申込はこちら▼



あつまれ ECO キッズ！
① おしごと体験 ② 科学実
験講座

とき：12 月 6 日(土) ① 午前 10
時～午後 2 時 ② 午前 11 時～正
午 ▼ ところ：ならまちセン
ター（東寺林町）▼ 内容：
① エコとお金の学習、仕事体
験 ② 地球にやさしい生きみり
サイクル※実験あり ▼ 定員

：① 小学生 20 人 ② 小学 4～6
年生 30 人 ※ともに保護者送迎
要 ▼ 費用：① 500 円 ② 申
専用の申込フォームから 11 月
25 日までに申込 問 奈良ス
トップ温暖化の会（☎ 49・6
730）

申込はこちら▼



ファミリー・サポート・
センター

◆ 説明会
とき：① 10 月 21 日(火) ② 11
月 8 日(土) 午前 10 時～11

時 ▼ 対象：依頼会員への
登録希望者 ▼ 持物：顔写
真(縦 3 cm × 横 2.5 cm) 2 枚、身
分証明書 ① 10 月 20 日 ②
11 月 6 日
◆ スキルアップ講座
とき：10 月 20 日(月) 午前 10
時半～11 時半 ▼ 内容：音楽
療法士の水上恵美さんによ
る体と声の整え方 ▼ 対象：
援助・両方会員とその登録
希望者 ▼ 持物：動きやすい
服装 ① 10 月 17 日
【ところ】 はぐくみセンター
2 階
申電話で各締切日までにファ
ミリー・サポート・センタ
(☎ 34・3305) 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。

「奈良市子育ておうえん隊」養成講座(両日参加要)

とき：11月5日(水)・7日(金) 午前10時半～午後4時
▼ところ：はぐくみセンター ▼講師：フェリアンの津村薫さん他 申はがき、FAX、Eメールに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、10月31日までに子育て広場そらいろ(〒630-8122 三条本町13-1 FAX 93・9029 Eメール：sorairo.ouentai@gmail.com)へ

ひとり親家庭等支援セミナー①離婚前後の基礎知識

②自立に向けた家計管理

とき：10月25日(土) 午前10時～午後3時半 ▼ところ：奈良労働会館(西木辻町) ▼定員：①②離婚前の人、ひとり親家庭等の親各30人 ※託児なし 申 奈良スパーアプリから10月18日までに申込 関 県スミイルセンター(☎24・7624)

シニア

後期高齢者医療保険料の納期(第4期)は10月15日(水)～31日(金)です

関 福祉医療課(☎34・4754)

結核住民検診(胸部レントゲン検査)

とき：10月18日(土) 午前10時～ ▼ところ：市総合医療検査センター(柏木町) ※マスク着用要 ▼定員：65歳以上の15人 申 電話で10月1日～17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9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 関 健康増進課(☎34・5129)

くわしくはこちら



10月から南福祉センターシャトルバスの運行が変更

1日3本になり、停留所が変わります※くわしくは市ホームページ、長寿福祉課・同センターのチラシに掲載 関 同課(☎34・5439)

くわしくはこちら



西福祉センター

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

①健康応援セミナー 20P長

とき：10月24日(金) 午後1時半～2時半 ▼講師：雪印メグミルクの食育担当者 ▼定員：60歳以上の70人 関 10月17日

②演劇公演「表に出ろいっ!」

とき：10月25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

③初心者向けスマホ教室

とき：11月12日(水)・26日(水)・12月10日(水)・24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20人 関 10月25日

申 各締切日までに電話か直接

ブックスタート事業が始まります



市立図書館では、絵本の読み聞かせを通して保護者と触れ合う時間を持ってもらうために、0歳の赤ちゃんに絵本をプレゼントします。

対象 令和7年4月2日以降に出生し、市で住民登録をした0歳の赤ちゃん※市に転入した1歳未満の赤ちゃんも対象



くわしくはこちら



関 中央図書館(☎26-6101)

北福祉センター

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

①いきいき体操教室 50P長

とき：11月～来年3月の第1水曜日 午前10時～11時 ▼講師：運動習慣づくり推進員協議会指導員 ▼定員：70人 関 10月22日

②消費者トラブル防止講座「高齢者の消費者被害防止の寸劇と解説」 20P長

とき：10月16日(木) 午後1時半～3時 ▼講師：県消費生活センター相談員 ▼定員：60歳以上の人とその家族60人 関 10月10日

同センターへ。①③多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

③健康・栄養講座「食の力は生きる力」

とき：10月22日(水) 午後1時半～3時 ▼講師：管理栄養士の谷口佳子さん ▼定員：60歳以上の60人 関 10月15日

④A暮らしのセミナー(死後事務委任契約と墓じまい) B相談会(暮らしの困りごと)

とき：11月11日(火) 午後1時半～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A30人B5人 関 11月1日

申 各締切日までに電話か直接同センターへ。②③④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

南福祉センター

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

①いきいき体操教室 50P長

とき：11月～来年3月の第1水曜日 午前10時～11時 ▼講師：運動習慣づくり推進員協議会指導員 ▼定員：70人 締10月22日

②栄養健康講座「心身の機能低下とオーラルフレイル」 20P長

とき：10月21日(火)午後1時半～2時半 ▼講師：健腸アドバイザーの数字輝さん ▼定員：60歳以上の60人 締10月14日

申各締切日までに電話か直接同センターへ。②多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

つづ

市こども園・保育所・幼稚園就職フェア

とき：10月24日(金) ▼ところ：ミ・ナール（二条大路南一丁目） ▼内容：就職あっせんの仕事内容等の説明 園幼保こども園課（☎ 34・5493）

保育士職場体験会

とき：11月10日(月)午前9時半～11時半 ▼ところ：朱雀こども園乳児棟（朱雀

六丁目） ▼定員：15人※資格不問 ▼持物：筆記用具、上靴、飲み物、動きやすい服装 申電話で11月6日までに幼保こども園課（☎ 34・5493）へ。専用の申込フォームも可

申込はこちら▼



募集

フードドライブ登録団体を募集

実施ノウハウの提供やのぼり旗、食品コンテナ等を貸し出します 申専用の申込フォームから10月31日までに申込 園子ども育成課（☎ 34・4804）

くわしくはこちら▼



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～
11月2日(日)・6日(木)・17日(月)・
21日(金)・23日(祝)・30日(日)
＜午後の部＞午後1時半～
11月1日(土)・12日(水)・15日(土)・
16日(日)・22日(土)・29日(土)

②乳幼児への手当180分（普Ⅲ）

＜午前の部＞午前9時～
11月1日(土)・12日(水)・16日(日)・
22日(土)・26日(水)・29日(土)
＜午後の部＞午後1時半～
11月2日(日)・6日(木)・21日(金)・
23日(祝)・30日(日)

③救命入門コース90分（普Ⅱ）

＜午前の部＞午前9時～
11月15日(土)
＜午後の部＞午後1時半～
11月17日(月)

④上級救命講習8時間

午前9時～
11月14日(金)

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 消防局救急課（☎ 35・1106）

申込はこちら▼



平城宮跡菊花大会

とき：10月19日(日)～11月16日(日) ▼ところ：平城京左京三条二坊宮跡庭園（三条大路一丁目）

◆作品募集 市民1鉢の部（大菊三本立他）

とき：作品搬入：10月17日(金)・18日(土)午前9時～午後5時、審査：11月7日(金)、搬出：11月17日(月)午前9時～午後5時 ▼対象：奈良菊花連盟非会員。在勤も可 申電話で10月10日までに観光戦略課（☎ 34・5135）へ

「知る・学ぶ・伝えるequlity」公開講座（オンライン）

とき：10月30日(木)午後3時～4時半 ▼内容：鳥取県の女性活躍の事例紹介 ▼講師：鳥取県男女協働未来創造本部長の山本雅美さん ▼その他：後日オンライン配信あり 申Eメール (mikasa@cc.nara-wu.ac.jp) に、住所か所属、氏名、電話番号、参加方法（オンライン・オンデマンド）を書いて、10月23日までに奈良女子大学男女共同参画推進機構へ。専用の申込フォームからも可

申込はこちら▼



認知症の高齢者向け

GPS 端末の初期費用を助成します

認知症等による行方不明を防ぐため、いざという時に位置情報が分かるGPS携帯端末の初期費用を助成します。助成には、「安心・安全“なら”ネットワーク事前登録制度」への登録が必要です。この機会に、購入を検討してみてください。 ※月額利用料は利用者負担

対象：認知症の高齢者等を介護する家族

申直接、最寄りの地域包括支援センターか、長寿福祉課へ

問同課（☎ 34-5439）

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。

仕事に役立つ！雇用保険の基礎知識

とき：11月11日(火)午後1時半～3時 ▼ところ：男女共同参画センター「あすなら」(杉ヶ町) ▼講師：特定社会保険労務士の細川芳香さん ▼定員：成人40人。在勤・在学も可 申込はがきに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月31日必着で同センター(〒630・8357杉ヶ町23)へ。1枚に1人まで。多い場合は抽選。専用の申込フォームから可 閩同センター(☎23・3111)



申込はこちら▼

あすなら市民講座「共に生きる社会をつくるために私たちができること」

とき：11月8日(土)午後1時半～3時半 ▼ところ：男女共同参画センター「あすなら」(杉ヶ町) ▼講師：明治大学文学部准教授の杉山晋平さん ▼定員：成人40人。在勤・在学も可 申込はがきに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月7日必着で同センター(〒630・8357杉ヶ町23)へ。多い場合は抽選。1枚に1人まで。専用の申込フォームから可 閩同センター(☎23・3111)



申込はこちら▼

メール (danjokyoudou@city.nara.lg.jp) に講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、10月30日までに男女共同参画室へ。専用の申込フォームから可 閩同室(☎81・3100)



申込はこちら▼

男性心理学入門「男のしんどさとの付き合い方」

とき：11月16日(日)午後1時半～3時 ▼ところ：男女共同参画センター「あすなら」(杉ヶ町) ▼講師：立教大学大学院特別研究員臨床心理士・公認心理師の西井開さん ▼定員：成人40人。在勤も可 申込はがきに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月7日必着で同センター(〒630・8357杉ヶ町23)へ。多い場合は抽選。1枚に1人まで。専用の申込フォームから可 閩同センター(☎23・3111)

人権文化フェスタ・文化祭

南人権文化センター(否町) 南人文祭「地域交流を通じ、人権と福祉の輪を広げよう」 とき：11月1日(土)・2日(日) ▼内容：パネル展示、作品展示、オープニング、模擬店等 東人権文化センター(古市町) 共に生きる社会、人権が尊重される社会の実現に向け、福祉と人権のまちづくりをみんなで進めよう とき：11月8日(土)・9日(日) ▼内容：パネル展示、作品展示、オープニング、模擬店、野菜市等 北人権文化センター(川上町) 守ろう人権・咲かそう文化、地域からのまちづくり とき：11月9日(日)・10日(月) ▼内容：パネル展示、作品展示、切り絵、おもちゃ塾等 中人権・コミュニティセンター(畑中町) 共に生きよう 輝ける明日へ とき：11月16日(日) ▼内容：パネル展示、作品展示、ビンゴ等 閩南人権文化センター(☎61・2029)、東人権文化センター(☎61・2236)、北人権文化センター(☎22・7776)、中人権・コミュニティセンター(☎27・3019) 人権の歴史入門講座～なら楽学遊歩～ とき：10月22日(水)午後1時半～4時※小雨決行 ▼ところ：近鉄大和西大寺駅中央改

男女共同参画推進事業 に対する補助金

市民団体等が自主的に実施し、市の男女共同参画社会の実現に寄与する事業を応援します。

【期間】 来年3月15日まで

【対象】 男女共同参画を推進するため、市民団体等が、単独・連携して行う事業

例) 女性の起業応援セミナー等

【補助額】 1事業あたり上限10万円



昔のくらし体験～かまどで新米を炊く～

とき：11月2日(日)午前9時

札前広場集合 ▼講師：県立同和問題関係史料センターの深澤吉隆さん ▼定員：20歳以上の人20人 申込はがき、Eメール、FAXに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、10月15日までに東人権文化センター(〒630・8424古市町1226 ☎61・2148 Eメール：jin-jingashi@city.nara.lg.jp)へ。多い場合は抽選 閩同センター(☎61・2236) 半～午後2時 ▼ところ：旧田中家住宅、都跡公民館(五条町) ▼定員：小学生と保護者8組20人。在勤・在学も可 ▼費用：350円 ▼講師：龍a.i研究会他 申込はがきに講座名、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、10月24日までに都跡公民館(〒630・8032五条町204-1)へ。多い場合は抽選。市生涯学習財団ホームページから可 閩文化財課(☎34・5369)



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

きたまち正倉院探訪く正倉院と平城京ゆかりの地を歩く

とき：10月26日(日)午後1時半～4時 ▼ところ：奈良女子大学（北魚屋西町） ▼定員：100人 ▼費用：300円 申はがき、FAX、Eメールに住所、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて、旧鍋屋交番きたまち案内所「正倉院探訪」係（〒630・8284 半田横町37-2 FAX 23・1928 Eメール：shoso@city.nara.jp）へ。定員に達し次第終了。同案内所ホームページからも可 同案内所（☎23・1928）



ボランティアインフォメーションセンター

〒630・8122 三条本町13-1
☎ 93・84335 FAX 34・23336

◆NPO設立運営相談会
奈良
とき：原則毎月第3水曜日の①午後2時・3時②3時半・4時半③5時・6時

④6時半・7時半 ▼対象：NPOの立ち上げを考えている人、市内のボランティア・NPO団体 ▼講師：市民活動サークルえんの磯野奈緒さん 申電話かFAX、Eメール（volunt-info@city.nara.jp）に団体名、氏名（ふりがな）、○の別、相談内容を書いて、同センターへ。折り返しの連絡あり
◆若い人が夢中になる速記、その魅力の謎に迫る（奈良速記学習会展）
とき：10月12日(日)～11月7日(金)

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115
☎ 71・2444

パソコン中級教室

①ワード②エクセル
とき：①11月12日～12月24日の毎週水曜日②11月14日～12月19日の毎週金曜日 午後6時半～8時半。各6回 ▼内容：①段落書式、作表等②書式設定、関数等 ▼定員：各13人。在勤も可 ▼費用：各8500円

アロマセラピー講座

とき：11月12日(水)午前10時半～正午 ▼定員：アロマで自律神経を整え、不調を改善 ▼定員：15人。在勤も可 ▼費用：3千円

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、10月15日必着で同センターへ。各教室1通に1人限り。多い場合は抽選



感謝DAY 2025

とき：10月19日(日)午前10時～午後4時 ▼内容：フリーマーケット、球技大会、月ヶ瀬温泉ふれあい市場、屋台、ピククルボール、パソコン、ヨガ、フラダンス、作品展示等

青少年野外活動センター

〒630・1241 阪原町25-1
☎ FAX 93・0029

①森のムツレ教室②ストローバ③フリールフサレ
とき：11月16日(日)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼内容：①実りの森でみつけた・葉っぱで作る秋色フレイム②③光合成「紅葉の仕組み」・虹色アートに挑戦 ▼定員：①0歳～年長園児親子20組②小学1～3年生25人③小学4～6年生15人 申同センターホームページから電子申請

くろかみやま自然塾

〒630・8104 奈良阪町1731

◆くろかみやま自然塾 いいところ発見 黒髪山キャンプフィールド
とき：11月23日(祝)午前10時～午後3時 ▼ところ：同フィールド（奈良阪町） ▼内容：記念パネル作り、餅つき ▼講師：ポークスカウト指導者他 ▼定員：小学生以上40人 ▼費用：1500円 申専用の申込フォームから11月6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）



／高齢者のみなさん対象／



スマートフォン講習会を開催

とき	ところ	内容
10月27日(月)～29日(水)	市庁舎 601 会議室	基礎編 応用編
10月30日(木)・31日(金)	西部公民館 (学園南三丁目)	基礎編 応用編

※なるべく公共交通機関を利用してください
※西部公民館は車両制限あり、駐車料要

▶基礎編（午前10時～午後0時15分）：
ボタン、カメラ、LINE、電話の使い方、利用の注意点等
▶応用編（午後1時半～3時45分）：
Google マップ、生成 AI とは等

定員 各 15 人

持物 スマートフォン（貸出可）、筆記用具

申 電話で、10月6日午前10時からエージェント（☎06-6343-5992 か、☎06-6343-5993 平日の午前10時～午後5時）へ。定員に達し次第終了。基礎編のみ、応用編のみも可

問 DX 推進課（☎34-4722）

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

総合福祉センター

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

◆オートム・アミーゴ・フィエスタ2025

とき：11月2日(日)午前11時
午後3時※雨天決行 ▼内
容：参加型ステージ、福祉体
験コーナー、相談会 ▼その
他：なるべく公共交通機関を
利用してください※台数限定
で障害者向け駐車場あり

奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中新屋町5
☎ FAX 20・1917

①親子簡漆金継ぎ体験

とき：10月12日(日)午後1
時～3時 ▼定員：5組10
人 ▼費用：1組千円 ▼持
物：あれば欠けた器 ▼講師
：同館スタッフ

②マイフォト短歌

とき：10月13日(祝)午前10
時～正午 ▼内容：写真撮
影をして短歌をつける※後
日展示あり ▼講師：写真
家の河村牧子さん他 ▼定
員：5人 ▼持物：スマー
トフォン、筆記用具

③ならやま中学校色版画作品展「奈良の彩」

とき：10月20日(月)～11月

24日(休)午前9時～午後5時
④にぎわいの花咲かそう
とき：11月1日(土)～3日
(祝)午前9時～午後5時 ▼内
容：同館スタッフによる全
館花の展示

☎ ①②電話かFAX、Eメー
ル(nigiwainoie@gmail.
com)に、住所、氏名(ふ
りがな)、電話番号、参加人
数を書いて、10月10日まで
に同館へ

ならまち格子の家

〒630-8332 元興寺町44
☎ 23・4820

◆簡単水引き体験

とき：10月25日(土)午後2
時～3時半 ▼内容：水引を
使った作品製作

史料保存館

〒630-8337 脇戸町1-1
☎ 27・0169 (月曜日休館)

◆企画展示 奈良奉行所のお仕事

とき：10月7日(火)～11月30
日(※解説：10月18日(土)、11
月11日(火)午後1時半(約30分)
◆タイムトラベル奈良町 奈
良奉行所のお仕事

とき：10月11日(土)午後2
時～4時※解説：午後2時

(約30分) ▼ところ：奈良町
にぎわいの家(中新屋町)

◆ならまちわらべうたフェス
タ大和のわらべうた紹介・
クイズに挑戦！

とき：10月19日(日)午前9
時～午後5時 ▼内容：牧野
英三さんが残した資料展示
と奈良町の歴史クイズ

◆特別陳列 ならまち歳時記
正倉院御開封之図

とき：10月21日(火)～11月
9日(日)

◆解説付きガイドツアーもつ
と知りたい「正倉院と奈良
奉行 梶野良材」

とき：10月28日(火)午後1時
～4時※小雨決行、荒天中
止 ▼コース：ならまちセン
ター前広場(東寺林町)集合
史料保存館(展示解説)・
正倉院・東大寺大仏殿西側休
憩所(雑司町)解散 ▼定員：
30人 ▼費用：300円 申

電話で10月25日までに、なら
観光ボランティアガイドの会
朱雀(☎27・9889)へ。

◆月曜日(祝日は開館)と10
月14日(火)、11月4日(火)・25
日(火)は休館

同会ホームページからも可
会予選会

スポーツ

バンビシャス奈良 ホームゲーム

とき：①10月11日(土)午後5
時5分②12日(日)午後2時5
分③18日(土)午後5時5分④19
日(日)午後2時5分⑤11月8日
(土)午後5時5分⑥9日(日)午後
5時5分 ▼対戦相手：①②
神戸ストークス③④山形ワイ
ヴァンズ⑤⑥ライジングゼ
ファー福岡 ▼ところ：ロー
トアリーナ奈良(法蓮佐保
山四丁目) ▼チケット：同
チーム公式ホームページに記
載 同チーム(☎20・1
800 火・金曜日の午前10
時～午後5時)

奈良クラブホームゲーム

とき：対戦相手：①10月18
日(土)午後2時・AC長野パル
セイロ②11月8日(土)午後2
時・ヴァンラーレ八戸 ▼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 同クラブ
(☎93・3815 火・金曜
日の午前9時～午後6時)

市町村対抗子ども駅伝大会予選会

とき：11月15日(土)午前10時

半(10時～10時20分受付)※
延期の場合は、12月6日(土)。
予選会後に説明会あり ▼
ところ：ロートフィールド奈
良(法蓮佐保山四丁目) ▼
対象：来年3月7日に橿原運
動公園(橿原市)で開催の県
大会に参加できる小学5・6
年生(代表選手は男女各4
人) 申 申込用紙(市ホーム
ページに掲載。押印要)に必
要事項を書いて、10月15日必
着でスポーツ振興課へ 同課
(☎34・5376)

秋季市民硬式テニススクール

とき：10月19日(日)・26日
(日)、11月9日(日)・16日(日)午
前9時～正午 ▼ところ：柏
木コート(柏木町) ▼定員
：小学4年生以上60人。在
勤・在学も可※経験不問 ▼
費用：5千円(高校生以下は
3千円) 申 Eメール(nia.
school.mail@gmail.com)
に、住所、氏名(ふりが
な)、性別、年齢、電話番
号、経験年数(所属クラ
ブ)、学校名を書いて、10月
10日までに市テニス協会へ。
くわしくは同協会ホーム
ページへ 同協会の島田さ
ん(☎080・2532・8415)

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

エンジョイランニング講座

とき	内容
11月1日(土)	負担を減らして 楽に走るコツ
11月22日(土)	すきま時間にで きる練習
11月29日(土)	坂道の走り方
12月6日(土)	長距離走のペー ス配分等

とくろ：ロートフィールド奈良（法蓮佐保山四丁目）▼
 定員：20人 ▼費用：4千円※全4回分。1回1500円で個別参加も可 申専用フォームか往復はがき、Eメールに講座名、参加希望日、住所、氏名（ふりがな）、性別、電話番号を書いて、10月11日必着で同施設（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1 Eメール：konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp）へ。多い場合は抽選※最低催行人数に満たない場合は中止 同施設（☎22・0001）

申込はこちら▶



走り方教室パートⅡ

とき：10月25日(土)午前10

時～10時45分・11時～11時45分 ▼とくろ：ロートフィールド奈良（法蓮佐保山四丁目）▼定員：年長～小学2年生各20人 ▼費用：500円 申専用フォームか往復はがき、Eメールに講座名、希望時間、住所、氏名（ふりがな）、性別、電話番号を書いて、10月11日必着で同施設（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1 Eメール：konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp）へ。多い場合は抽選※最低催行人数に満たない場合は中止 同施設（☎22・0001）

とくろ：11月22日(土)午前9時～午後5時※雨天中止 ▼とくろ：ロートフィールド奈良多目的広場（法蓮佐保山四丁目）▼定員：84チーム（1チーム小学生以上2～4人）▼費用：1チーム4千円 申専用フォームか往復はがき、Eメールにチーム名、参加希望日、住所、氏名（ふりがな）、性別、電話番号を書いて、10月11日必着で同施設（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1 Eメール：konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp）へ。多い場合は抽選※最低催行人数に満たない場合は中止 同施設（☎22・0001）

申込はこちら▶



モルック鴻ノ池カップ

とくろ：11月22日(土)午前9時～午後5時※雨天中止 ▼とくろ：ロートフィールド奈良多目的広場（法蓮佐保山四丁目）▼定員：84チーム（1チーム小学生以上2～4人）▼費用：1チーム4千円 申専用フォームか往復はがき、Eメールにチーム名、参加希望日、住所、氏名（ふりがな）、性別、電話番号を書いて、10月11日必着で同施設（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目5-1 Eメール：konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp）へ。多い場合は抽選※最低催行人数に満たない場合は中止 同施設（☎22・0001）

屋外ソフトテニス教室

とくろ：10月25日からの土・日曜日 午前9時半～11時。10回 ▼とくろ：ロート奈良テニスコート（法蓮佐保山四丁目）▼定員：小学3～6年生・中学生以上各30人 ▼費用：5千円 申往復はがき、Eメールに、教室名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、学年、性別、電話番号、保護者氏名を書いて、10月13日必着でロートアリーナ奈良（〒630-8108 法蓮佐保山四丁目1-3 Eメール：konoike-school@joy.ocn.ne.jp）へ。返信用

申込はこちら▶



平城京新春マラソン大会

とき：来年1月11日(日) ▼とくろ：平城宮跡特設コース（三条大路三丁目）▼対象：10km：高校生以上、5km：中学生以上、5kmリレーマラソン：小学生以上（2人以上組）、25km：小学生、80歳以上の人 ▼費用：10km：4千円、5km：3200円、5kmリレーマラソン：5千円、25km：1800円 申申込フォームから10月31日までに申込。大会パンフレットはスポーツ振興課、市内各施設に備え付け 同奈良市民走ろう会事務局の山下さん（☎090・91110・1883）

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、10月14日(火)・20日(月)・27日(月)、11月4日(火)
 市庁舎ふれあコンサート

とき：10月17日(金)午後0時20分～0時50分 ▼とくろ：市庁舎1階玄関ホール ▼出演：津軽三味線やまびこ 同文化振興課（☎34・4942）

音声館

〒630-8335 鳴川町32-1
 ☎27・7700

◆スタインウェイを弾いてみませんか？
 とき：10月18日(土)午前9時半～午後4時半（1枠60分）▼費用：千円 申電話かEメール（onjokan@nara-machinigiwai.sakura.ne.jp）に氏名、電話番号を書いて、10月11日までに同館へ

◆四季うたものがたり vol.5・6
 とき：10月26日(日)、11月16日(日)午後2時～3時 ▼内容：季節の歌を歌う

善意銀行 7月分（敬称略）

【指定】ボーイスカウト
 奈良第18団
 3万円
 同市社会福祉協議会（☎93-3100）

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

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1
☎ 34・0100 (火曜日休館)

H1法話クラブプリ2025

とき：12月6日(土)午後1時
▼費用：全席指定3千円※未就園児は席が必要な場合のみ有料

④同館チケット予約(☎34・0111)へ。10月26日午前10時から受付開始※先行販売あり

◆お正月ステンドグラス制作講座

とき：12月8日(月)午前10時
▼講師：クラフトルームベールつくの徳久隆之さん
定員：成人20人 ▼費用：8千円 ④往復はがき、Eメール(stained100@nara100.com)に講座名、住所、氏名、電話番号を書いて、11月26日必着で同館へ。多い場合は抽選

名勝大乗院庭園文化館

〒630-8301 高畑町1-0803-1
☎ 24・0808 FAX 24・0807

◆ならまちわらわったフェスタ2025「みんなで歌おうフォークソング」
とき：10月19日(日)午後2時～3時

ならまちセンター

〒630-8362 東寺林町38 ☎ 27・1151

◆いきいき歌おう(教室)

とき：10月10日(金)からの毎月1回 午前10時半～正午。
6回 ▼講師：いきいき歌おうバンド ▼定員：50歳以上の人若干名 ▼費用：6千円 ④電話で同センターへ

◆ならまち青空BOOKCAFE
芝生広場で楽しむ絵本の広場

とき：10月11日(土)・12日(日) 午前11時～午後4時

◆辻ゆり子のゆるくピアノ部屋

とき：10月12日(日)午後1時
▼内容：奈良の秋にまつわるエピソードとリクエスト曲をラジオ仕立てで演奏
◆十津川村公園～五感で木を感じる木製遊具のポップアップ公園

とき：10月24日(金)・26日(日) 午前11時～午後4時

◆ハチ宿づくりワークショップ

とき：10月26日(日)午後1時～3時※展示：10月22日(水)～11月3日(祝) ▼対象：小学生以上10人※低学年は保護者同伴 ▼費用：千円 ④専用のホームページ(<https://beforest.jp>)から申込

◆写真家 佐々木香輔ワークショップ「サイアノタイプ(青写真)であそぼう!」

とき：11月2日(日)午後1時半～4時 ▼定員：小学生等10人※未就学児は保護者同伴要 ④同センターホーム

ページから10月19日までに申込。多い場合は抽選

◆いづもの教室①お茶②三味線③箏

とき：①11月9日(日)からの毎月1回 正午～午後2時半

②30日(日)からの毎月1回 午後1時半～3時③29日(土)からの毎月1回 午前10時半～11時半。各6回 ▼講師：①おちやつこ倶楽部②三味線奏者の清元延柳朱さん③琴奏者の菊池雅千絵さん ▼定員：各若干名 ▼費用：1万2千円 ④電話で同センターへ

◆AOHANI-ART展

とき：10月29日(水)～11月9日(日)午前10時～午後4時(最終日は午後2時まで)

◆ならまちdeシネマ「花まんま」

とき：11月13日(木)午前10時～午後2時 ▼定員：300人 ▼費用：各千円 ▼その他：エントランスでパネル展開催

◆おとなの教室①浄瑠璃②琴

とき：①11月27日(木)からの毎月1回 午前10時半～正午

②11月29日(土)からの毎月1回 午後2時45分～3時45分 ▼講師：①三味線奏者の清元延柳朱さん②琴奏者の菊池雅千絵さん ▼定員：18歳以上の人各若干名 ▼費用：1万8千円 ④電話で同センターへ

北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎ 71・5747

◆第43回高の原文化協会文化祭(入場無料)

とき：①11月1日(土)午後1時半②2日(日)・3日(祝)午前10時～午後5時(3日(祝)は午後4時まで。舞台上演は両日午後1時開演) ▼内容：①講演会「奈良に残る村の古文書は世界級」②作品展示と舞台上演 ▼講師：①奈良大学教授の木下光生さん

杉岡華邨書道美術館

〒630-8337 脇戸町3 ☎ 24・4111

◆「第2回 書で巡る まほろば展」作品解説会

とき：10月18日(土)午後2時 ▼講師：同館学芸員

◆ワークショップ「筆と墨でできるかな?」かな文字をおもしろく書こう!」

とき：10月19日(日)午前11時～午後4時 ▼講師：奈良教育大学仮名書道研究室 ▼定員：1時間につき高校生以下各10人 ▼その他：開催時間ごとに整理券配布。定員に達し次第終了

◆「ミニ華邨賞対策講習」なんでも書こう!」

とき：10月25日(土)午前10時～正午、午後2時～4時 ▼内容：小学生は書いた作品をその場で「ミニ華邨賞」に応募可能

◆筆書き体験コーナー

とき：10月25日(土)・26日(日) 午前9時～午後5時

◆なら華邨賞受賞作品展

とき：11月1日(土)～来年1月18日(日)

◆道はた美術館(書道美術館前駐車場)

とき：11月3日(祝)～9日(日)午前10時～午後4時※雨天中止 ▼内容：パネル展示や書道体験

【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

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

奈良市美術館

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

◆市民実技講座「風景写生講習会」

とき：10月19日(日)午前9時～午後3時※雨天時は26日(日)
▼ところ：リガール春日野（法蓮町）▼講師：市美術家協会の岡崎浩さん、岡田俊一さん ▼定員：小学生以上40人※小学生は保護者同伴
▼費用：高校生以上1000円、小中学生500円 ▼持物：キャンバス、昼食等 申
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、10月10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

◆奈良市美術館活性化事業「あそぼーミュージアム」book展『このひら散策』

とき：10月25日(土)～11月30日(日)午前10時～午後5時半（入館は5時まで）▼内容：体験型の現代アートを展示
「あそぼーミュージアム」ボランティア募集（受付・監視等）

とき：10月25日(土)～11月30日(日)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 同館ホームページの専用フォームかFAX、応募用紙に氏名、住所、電話番号、活動可能日を書いて、10月10日必着で同館へ
◆奈良女子大学連携事業「奈良市美術館の仏教美術講座」
とき：12月13日(土)午前10時～午後3時※小雨決行 ▼ところ：浄瑠璃寺、岩船寺（京都府木津川市）※加茂駅集合、解散 ▼講師：奈良女子大学文学部准教授の佐藤有希子さん ▼定員：18歳以上の人25人 ▼費用：1500円
※別途拝観料要 ▼持物：筆記用具、昼食、動きやすい服装 申 同館ホームページの専用フォームか、往復はがきに代表者の住所、氏名、電話番号、参加人数、参加者全員の氏名・年齢を書いて、11月9日必着で同館へ。多い場合は抽選※最低催行人数に満たない場合は中止

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-12
☎FAX 27・16889

◆万葉の花を訪ねて～ススキ編～

とき：10月26日(日)午後2時～3時半 ▼内容：万葉集のミニ講座と散策 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 締
10月18日

◆入江泰吉旧居で、はじめの一句（初心者向け）

とき：11月2日(日)午後2時～4時 ▼講師：俳人協会幹事の倉橋みどりさん ▼定員：10人 ▼費用：千円 締10月25日
申 電話かFAX、Eメール(irietakichi_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

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せてください

■12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：10月1日(水)～29日(水) ▼ところ：ポリテクセンター奈良（橿原市）▼訓練料：①CADものづくりサポート科②住宅リフォーム技術科③住環境コーディネート科④金属加工技術科⑤⑥はビジネススキル講習付 ▼訓練期間：12月2日(火)～来年5月29日

日(金)※③④は6月29日(月)まで ▼定員：①②各16人、③④各10人程度※④は55歳未満 ▼費用：要 問同センター（☎0744・22・5226）

■尾花deキネマ①オークション②夏が来て冬が行く③カーテンコールの灯

とき：①10月10日(金)～12日(日)②11月7日(金)～9日(日)③12月19日(金)～21日(日)午前11時、午後2時半・6時 ※各最終日のみ午後6時はなし ▼ところ：ホテル尾花（高畑町） ▼定員：50人 ▼費用：要 問同ホテル（☎22・5151）

なら バリアフリーの種 vol.12

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ていけるわたしたちのまちづくり」を目指しています。

～重度心身障害～

重度心身障害は、**重度の肢体不自由・知的障害**が重複した状態です。日常生活には介助が必要です。体調が安定している人の多くは、通学・通所をしながら生活しています。

【こんなことに困っています】

- ・多機能トイレに、成人用ベッドがない
- ・障害者等用駐車スペースがない
- ・介護者の負担が大きい
- ・休日等に利用可能な医療機関がない

〈以下のような配慮をお願いします〉

- ・言葉・表情に表せなくても、心は感じていることを理解し接する
- ・車いす等の移動時は声をかける
- ・駐車スペース等のマナーを守る

参照：県福祉医療部障害福祉課「シルコトカラ」

困障がい福祉課
(☎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。

■なら人形劇ミニフェスタ

とき：10月12日(日)午前10時半～午後3時半 ▼ところ：ならまちセンター(東寺林町) ▼定員：200人 ▼費用：要 申 電話で奈良人形劇連絡協議会奈良支部の権藤さん(☎43・6344)へ

■春日野音楽祭

とき：10月12日(日)午前10時半～午後5時 ▼ところ：春日大社境内、奈良公園他 同 同 祭 実 行 委 員 会 (☎93・9460)

■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：10月15日(水)・中部公民館(上三条町)、21日(火)・北部会館(右京一丁目)、24日(金)・西部公民館(学園南三丁目)、28日(火)・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

■阪原コスモス祭 2025

とき：10月19日(日)午前9時～午後3時 ▼ところ：阪原町ライオンセンター(阪

原町) 同 阪 原 営 農 組 合 の 山 本 さん (☎090・1155・1618)

■村上裕亮ピアノリサイタル「ショパンの手紙」

とき：10月19日(日)午後2時 ▼ところ：大和高田さんかホール(大和高田市) ▼定員：236人 ▼費用：要 同 ム ジ カ シ ョ ピーナ(☎084・947・2481)

■奈良市ママさんコーラス発表大会

とき：10月24日(金)午後0時半 ▼ところ：なら一〇〇年会館(三条宮前町) 同 同 協 議 会 の 井 内 さん (☎22・3088)

■大仏書道大会

とき：10月25日(土)・26日(日) 午前9時～午後4時 ▼ところ：東大寺大仏殿(雑司町) 同 奈 良 21 世 紀 フ ォ ー ラ ム (☎24・4766)

■社会保険労務士による年金・雇用・労務 無料相談会

とき：10月25日(土)午前10時～午後4時 ▼ところ：イオンモール高の原(京都府木津川市) 同 県 社 会 保

険 労 務 士 会 (☎23・6070)

■駅マエクラフト奈良ノ空カラ(現代工芸の展示市)

とき：10月25日(土)、11月2日(日) 午前10時～午後6時 ▼ところ：JR奈良駅東口駅前広場 同 同 実 行 委 員 会 (☎0743・59・1355)

■地域別福祉の就職フェア 2025

とき：10月25日(土)・26日(日) 正午～午後4時 ▼ところ：ならまちセンター(東寺林町) ▼対象：福祉に関心がある高校生以上等 同 県 社 会 福 祉 協 議 会 福 祉 人 材 セ ン ター (☎0744・29・0160)

■奈良再発見・歴史と自然！古代が息づく「西ノ京」古墳と神社仏閣を巡る

とき：10月26日(日) 午前9時半～正午 ▼ところ：近鉄尼ヶ辻駅東口集合 ▼定員：24人 ▼費用：要 申 電話で10月21日までにならなぎの武田さん(☎080・3761・1384)へ

■NaFu!国際交流 One day Camp 2025

とき：10月26日(日) 午前9

時半～午後5時半 ▼ところ：中部公民館(上三条町)、奈良公園 ▼費用：要 同 同 会 事 務 局 (Eメール：nafu@nafu.jp)

■奈良高次脳機能障害リハビリテーション講習会

とき：10月26日(日) 午後1時～4時半 ▼ところ：奈良公園バスターミナル(登大路町) 申 電話で10月16日までに同実行委員会事務局(☎0744・33・5980)へ

■けいはんな寄席「桂米朝一門会」

とき：10月26日(日) 午後1時半 ▼ところ：けいはんなプラザ(京都府相楽郡精華町) ▼定員：千人 ▼費用：要 同 けいはんな学研都市活性化促進協議会(☎0774・95・5034)

■不動産無料相談会

とき：10月31日(金) 午前10時～午後3時 ▼ところ：県不動産鑑定士協会(大宮町五丁目) 同 同 協 会 (☎35・6964)

■NaFu!ホストファミリー募集説明会

とき：11月1日(土) 午後1

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
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。
各1枚 300円
9月19日(金) 2種類同時発売!
発売期間 9/19(金)～10/19(日)
公益財団法人奈良県市町村振興協会

とき：4時 ▼ところ：市ポランティスインフォメーションセンター(三条本町) 申 同 国 際 交 流 な ら ふ れ あ い の 会 ホ ー ム ペ ー ジ か ら 10 月 31 日 ま で に 申 込 同 同 会 (Eメール：nafu@nafu.jp)

■奈良にぎわい大作戦 2025 作戦その2 未来へ響く物語
とき：11月2日(日) 午後2時 ▼ところ：エヴァンズキャッスルホール(三条町) ▼定員：170人 ▼費用：要 申 電話で11月1日までに寧鼓座の浅野さん(☎090・5256・4838)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

■きたまち茶論コンサート
Vol.18 ヴァシユカウ考志
ローレンス

とき：11月2日(日)午後2時・4時半 ▼ところ：きたまち茶論(北半田西町) ▼定員：25人 ▼費用：要 申 電話で11月1日までにならdeこんさーと(☎070・8436・7113)へ

■舞台①こまつ座公演「きらめく星座」②人形劇団プーク公演「オッペルと象」

とき：①11月2日(日)午後4時②12月14日(日)午後4時、15日(月)午後2時 ▼ところ：榎原文化会館(榎原市) ▼費用：要 申 電話で①10月25日②12月6日までに奈良演劇鑑賞会の久保さん(☎49・0448)へ

■大安寺国際縁日

とき：11月3日(祝)午前10時 ▼ところ：大安寺(大安寺二丁目) 岡同実行委員会 田中さん(☎090・3034・4901)

■「ひふの口」記念講演会・相談会「進展しているアトピー性皮膚炎治療」

とき：11月3日(祝)午後2時

時：3時 ▼ところ：学園前ホール(学園南三丁目) 岡県医師会の林さん(☎0744・22・8502)

■平城宮跡いざない館歴史講座「古代国家と射礼」

とき：11月8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 申 当日までに電話で平城宮跡管理センター(☎36・8780)へ

■NARA COFFEE FES A CUP OF Brew

とき：11月8日(土)・9日(日) 午前10時～午後6時 ▼ところ：JR奈良駅東口駅前広場 岡同実行委員会(☎0743・59・1355)

■鹿の角きり

とき：11月8日(土)・9日(日) 午前11時45分～午後3時 ▼ところ：春日大社境内鹿苑角きり場(春日野町) ▼費用：要 岡奈良の鹿愛護会(☎22・2388)

■奈良市文化芸術祭①茶会・展示②舞台

とき：①11月8日(土)②9日(日) 正午 ▼ところ：①名

勝大乗院庭園文化館(高畑町) ②ならまちセンター(東寺林町) ▼費用：①要 岡市文化協会の①畑さん(☎090・6823・7915)、②若柳さん(☎090・9628・4586)

■全国一斉「不動産表示登記無料相談会」

とき：11月9日(日) 午前10時～午後4時半 ▼ところ：県土地家屋調査士会(東紀寺町二丁目) 申 電話で11月7日までに同会(☎22・5619)へ

■第30回ボランティアフェスティバルのチャリティーバザーへ出品する不用品を募集

募集期間：11月6日(木)まで ▼持込場所：市ボランティアセンター(法蓮町) 岡市ボランティア連絡協議会の田中さん(☎33・3617)

■次世代につながる伝統文化「おこしき」成果発表会

とき：11月9日(日) 午前11時 ▼ところ：北部会館市民文化ホール(右京一丁目) ▼定員：50人 岡絲朋社・朋の会の山口さん(☎72・0555)

■インドネシア留学生から見た日本(講演会)

とき：11月15日(土) 午後1時半 ▼ところ：中部公民館(三条町) ▼定員：40人 申 電話で11月7日までに日本インドネシア友好協会奈良(☎090・7104・0645)へ

■平城宮跡歴史文化講座「古代の対外戦争―対蝦夷戦争」

とき：11月16日(日) 午後1時半～3時 ▼ところ：平城宮跡資料館(佐紀町) ▼定員：250人 ▼費用：要 申 平城宮跡サポートページから11月10日まで

に申込 岡同ネットワーク(☎34・7713)

■全国都市交通特性調査に協力をお願いします

全国の都市交通の特性等を把握するための調査です。無作為抽出で調査票を郵送します 岡国土交通省近畿地方整備局企画部広域計画課(☎0120・306・678)

■大規模な土地取引について

権利取得者は、契約日から2週間以内に土地売買等の届出が必要です※予約を含む 岡県土利用政策課(☎27・8484)

手話
コラム
vol.71

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。

熱い戦いが繰り広げられた、9月の「全国ろうあ者体育大会」に続き、来月はいよいよ、国際スポーツ大会「東京2025デフリンピック」が開催されます。さらなる感動と選手の活躍に期待しましょう。

覚えてみよう！「個人」

両手人差指の指先を顔に向け「▽」の形に動かす



同連盟ホームページはこちら



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」

岡障がい福祉課(☎34-4593 FAX 34-5080)

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)

information

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。

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
プチ田舎暮らし・田原一串柿としめ縄	11/19 柿採り体験と串柿作り、 12/17 しめ縄作り 13:00 ~ 15:15 (2) ◎成人 20 人 (在勤・在学可) ¥1,000 円	10/30
田原なんでも文化祭☆ええとこ田原!	作品展示、ステージ発表、模擬店、トランプマジックショー等 11/8 9:00 ~ 17:00 ◎入場自由	申込不要

中部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
歴史文化連続講座「奈良へ第二弾!」	講演「インドから日本へ 仏教伝来の道」 10/24 西山厚さん、11/28、12/12 田林啓さん 10:00 ~ 12:00 (3) ◎成人 150 人 ¥2,000 円	10/15
奈良学セミナー(後期)	11/2 鈴木喬さん、12/7 西山厚さん、来年 1/18 中川あやさん、2/22 阪口由佳さん 10:00 ~ 11:30 (4) ◎成人 250 人 (在勤可) ¥800 円	10/21
奈良の木と話そう	奈良公園・東大寺周辺(約 5km)を散策 11/7 10:00 ~ 14:30 ◎健康な成人 30 人 (在勤可) ¥500 円 ※現地集合・解散	10/22

月ヶ瀬公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
人形劇	「ぐりとぐらの遠足」の鑑賞、歌やクイズ 10/21 10:00 ~ 11:00 ◎2 歳以上の未就学児と保護者、入場自由	申込不要
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬一奈良晒	奈良晒について学び、おうち体験 11/12 10:00 ~ 12:00 ◎成人 15 人 (在勤・在学可) ¥600 円 場所: ロマントピア月ヶ瀬(月ヶ瀬長引)	10/31
月ヶ瀬文化祭	11/1、11/2 展示 9:00 ~ 17:00、11/2 舞台発表・バザー 10:00 ~ 15:00 ◎入場自由	申込不要

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
 ☎・FAX 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
アサギマダラから学ぶ	アサギマダラ蝶の生態や飛来について学ぶ 10/25 10:00 ~ 12:00 ◎小学生以上 20 人 (在勤・在学可)	10/15
都祁散策(神さんの里帰り)	都祁水分神社秋祭り神輿渡御見学と史跡散策 10/26 9:30 ~ 14:30 ◎成人 20 人 (在勤・在学可) ※現地集合・解散	10/16
つげまつり 2025	舞台発表、作品展示、バザー、物産展 11/2、11/3 9:00 ~ 17:00 ◎入場自由 場所: 都祁交流センター・都祁小学校体育館(都祁白石町)	申込不要

富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
 ☎・FAX 48-3066

講座名	開催日・内容	締切
初めての軽登山	基礎知識を学び、登山に挑戦 10/25 座学 14:00 ~ 15:30、11/1 矢田山 9:30 ~ 15:00、11/8 生駒山 9:00 ~ 15:30 (3) ◎健康な成人 10 人 (在勤・在学可)	10/16
すくすくタイム~親子でミュージックケア~	手作り楽器制作とミュージックケア体験 11/6 9:30 ~ 11:30 ◎未就学児と保護者 15 組 (2 人 1 組)	10/23

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・FAX 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
本格フレンチに挑戦!	10/30 前菜・スープ、11/27 メインの肉料理・デザート 10:00 ~ 13:00 (2) ◎成人 8 人 (在勤可) ¥3,500 円	10/15
人生が変わる?! 楽しい英会話講座	入門~初心者向け(名前と年齢が話せる程度) 11/1 からの毎週土曜 13:30 ~ 14:30 (5) ◎成人 12 人	

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目 86-1
 ☎・FAX 62-2253

講座名	開催日・内容	締切
コミュニティ・ステージ@済美ふれあい市	コーラス・ダンス・民謡・太極拳等の発表 10/26 9:30 ~ 11:00 ◎入場自由 場所: 済美地域ふれあい会館(南京終町)	申込不要

興東公民館

〒630-1242 大柳生町 3633
 ☎・FAX 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
興東公民館まつり	自主グループの作品展示、舞台発表等 10/11 9:00 ~ 16:00、10/12 9:00 ~ 15:00 ◎入場自由	申込不要
郷土を知る	元興寺、十輪院を巡る 11/1 13:00 ~ 16:30 ◎成人 15 人 (在勤・在学可) ¥1,300 円 ※現地集合・解散	10/22

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
第 26 回ふれあい作品展	自主グループの作品展示会 10/21 ~ 10/26、10/28 ~ 11/2 9:00 ~ 17:00 ※初日は 13:00 から、最終日は 15:00 まで ◎入場自由	申込不要
パワーポイント 2021 入門講座	旅行計画資料の作成で基礎を学ぶ 11/6、11/13、11/20 9:30 ~ 11:30 (3) ◎マウス操作・文字入力可能な成人 18 人 (在勤・在学可) ¥300 円	10/23

※パソコンは Windows11、Office2021 対応

生涯学習センターギャラリー展示案内

■ 2025 年度 奈良ユネスコ協会 「わたしの町のたからもの」絵画展(奈良ユネスコ協会) 【とき】10 月 17 日(金) ~ 19 日(日) 10:00 ~ 16:00 ※ 19 日(日)は 12:00 まで

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~テコンドー編~	10/19 9:00 ~ 17:00 ◎3 歳児以上 (在勤・在学可)、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要	申込不要
文化祭 2025	11/7 ~ 11/9 作品展示・まちなかマルシェ、11/7、11/8 ふれあいプラザ、11/9 舞台発表等 原則 10:00 ~ 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▶





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
都跡公民館まつり	学習発表、体験、料理バザー等 10/25 10:00～15:00 ◎入場自由	申込 不要

三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目 313-3
☎・FAX 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
学ぶ・ たのしみ ～豊かな 時間編～	10/31 はじめての囲碁、11/21 フラワーア レンジメント、12/12 百人一首かるた 10:00 ～12:00(3) ◎おおむね 40～60 歳の人 20 人 ¥1,100 円	10/22

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
☎・FAX 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
ぱんと簡単 スパイス カレー・秋	パンと自宅のできるスパイスカレーを作る 10/25 10:30～13:00 ◎成人 16 人 (在勤・在学可) ¥1,300 円	10/15
柳生の歴史 と柳生藩家 老小山田主 鈴について	柳生の歴史と小山田主鈴について学ぶ 11/16 14:00～16:00 ◎成人 20 人 (在勤・在学可) ¥350 円 場所: 旧柳生藩家老屋敷 (柳生町)	10/31
柳生地区 文化祭	自主グループ、生徒等の作品展示と舞台発表 11/8、11/9 9:00～15:00 ◎入場自由 場所: 旧柳生中学校 (柳生町)	申込 不要

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
若草公民 館自主グ ループ体 験ウィーク	自主グループの体験 11/11～11/16 原則 9:30～21:00 ◎入場自由	申込 不要



奈良大学

<https://nhmu.jp>おいしくて持続可能な里山へ
～地球の諸問題の解決は里山から!～【と き】11月2日(日)午前10時10分～午後3時
【と ころ】ア.ウン. HAUS のあらやしき (須川町) 他
【定 員】20 人 【費 用】500 円奈良のときめきをウェブで発信
～Webライターというお仕事～【と き】11月9日(日)午前11時半～午後1時半
【と ころ】コムズギャレ (餅飯殿町)
【定 員】15 人 【費 用】2,000 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、10月21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)

登美ヶ丘公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
大和の歴史 地理探訪	豊臣色と徳川譜代色が織りなす郡山城下町 講師: 奈良大学の土平博さん 11/9 講演 10:00～12:00、11/15 現地 9:30～12:00(2) ◎成人 25 人 (在勤・在学可) ¥900 円	10/28

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
英語で 国際サロン	県立国際中学校・高等学校の留学生等と異文 化交流 11/15 10:00～12:00 ◎小学生以上 16 人 (在勤・在学可)	11/5
登美ヶ丘南 公民館 まつり	自主グループの発表、体験、バザー、わんちゃ んのマッサージケア教室、コンサート等 11/8 10:00～16:00、11/9 10:00～15:00 ◎入場自由	申込 不要

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
山の辺の 道「奈良道」 で学ぶ	奈良道に残る万葉歌碑を読み解く 講師: 同志社大学嘱託講師の中川明日佳さん 11/7 14:00～15:30 ◎成人 40 人 (在勤・在学可) 場所: 県護国神社参集所 (古市町)	10/28

二名公民館

〒631-0027 学園赤松町 3684
☎・FAX 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
オータム コンサート	ウクレレグループと二名中学校吹奏楽部による 演奏会 11/1 10:00～11:30 ◎小学生以上、入場自由	申込 不要

伏見公民館

〒631-0841 青野町二丁目 13-4
☎・FAX 45-9864

講座名	開催日・内容	締切
伏見まつり	自主グループによる発表・展示・出店等 10/29～11/2 10:00～16:00 ※最終日は 14:00 まで ◎入場自由	申込 不要

平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
平城歴史 ウォーク	平城公民館から西大寺周辺 (約 5km) を巡る 11/12 9:30～12:00 ◎成人 20 人 (在勤・在学可) ¥300 円	10/30

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
秋の公民館 まつり	自主グループの発表と各種イベント 10/25 10:00～16:00、10/26 10:00～ 15:00 ◎入場自由	申込 不要
英語で あそぼう!!	歌や踊りで、楽しみながら英語に親しむ 11/8、11/15、11/22 10:30～12:00(3) ◎小学生 15 人 (在学可)	10/28

平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目 9-1
☎・FAX 71-9677

講座名	開催日・内容	締切
聖徳太子と 法隆寺	聖徳太子の生涯と業績に迫る 11/8、12/6、来年 1/31、2/7、3/7 10:00 ～12:00(5) ◎成人 30 人 (在勤・在学可)	10/21



高齢者の
みなさん向け

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症 予防接種（定期接種）のお知らせ

【実施期間】

10月1日(水)～来年1月31日(土)
(医療機関の休診日を除く)

この予防接種は、自らの意思で接種を希望する人が受けるものです。接種前に、医療機関で配付する予診票（1枚目）をよく読んでうえで接種を受けてください。

【対象者】

接種当日に、市に住民登録のある①②の接種希望者

① 満 65 歳以上の人

② 満 60 歳以上 65 歳未満で、心臓か腎臓、呼吸器の機能に、日常生活が極度に制限される程度の障害のある人、またヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある人

※②の人と、入院中・入所中等でやむを得ず市外（県内）の登録医療機関を希望する人は、9月25日以降に健康増進課か都祁保健センター窓口で事前手続き要（市役所本庁の分室、各出張所等では手続き不可）

※②の人は、事前手続きに、障害者手帳（内部障害1級相当）の持参要。ない人は、同等程度の障害がある旨の医師の意見書要（発行日からおおむね3か月以内）

※県外接種は健康増進課でのみ申請可。医療機関の依頼書のみ発行（費用は全額自己負担）

【接種方法】

市内登録医療機関で接種日を予約

※登録医療機関は市ホームページに掲載

※接種券・予診票等の個別送付はなし。予診票は、市内登録医療機関に用意

【自己負担額（接種回数）】

インフルエンザ：1,700 円（1回）

新型コロナウイルス感染症：10,000 円（1回）

※生活保護か中国残留邦人等支援給付の受給者は、「保護受給証明書」か「中国残留邦人等支援給付に係る証明書」の交付を保護課で受け、接種当日医療機関に持参した場合無料。接種後の手続きや返金は不可

※登録医療機関以外での接種は、全額自己負担

【持物】

マイナンバーカード等、
本人確認ができる書類

くわしくはこちら▶



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

①	がん検診受診率 向上に向けた 集中キャンペーン 月間	がんは日本人の死因の第一位です。2人に1人はがんになり、自覚症状がないまま進行します。市では、大腸・胃・肺・乳・子宮頸がんの検診を実施し、対象者には6月に受診券を送付しています。ぜひ受診してください。 ◆パネル展示を行います とき・ところ：9月29日(月)～10月3日(金)・市庁舎1階、 10月8日(水)～24日(金)・はぐくみセンター1階 くわしくはこちら 
②	10月20日は 世界骨粗鬆症 デー	加齢による骨量の過度な減少等で、骨が弱り骨折しやすくなる「骨粗鬆症」は、無症状の人が多く、知らずに骨折することもあります。市では、来年3月末時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性を対象に検診を実施しています。来年2月末までに受診してください。
③	骨髄バンク 推進月間	日本で骨髄移植を必要とする人は、新規で約2千人。その約4割がドナー候補者を見つけれられていません。一人でも多くの人を救うため、ドナー登録への協力をお願いします。骨髄等を提供した人には助成金を交付しています（予算上限に達し次第終了）。

健康関連の月間・日を紹介

10月の

10月下旬から 感染性胃腸炎 (ノロウイルス等)に注意

24～48時間潜伏し、嘔吐、下痢、腹痛、発熱等を引き起こす「感染性胃腸炎」。5月頃まで流行します。乳幼児・高齢者は、脱水や嘔吐による窒息の恐れがあります。発症時は速やかに医療機関を受診してください。

予防のポイント

◆流水・せっけんでの手洗い：

調理・食事前、外出後、トイレ後、排せつ物の処理後等

◆食中毒の予防：カキ等の二枚貝は十分に加熱（中心温度が85～90度で90秒間以上）。調理器具は熱湯や台所用の塩素系漂白剤で消毒

◆嘔吐・排せつ物の処理：

ゴム手袋、マスク、エプロンを着用。0.1%塩素系漂白剤を染み込ませたペーパータオル等で浸すように拭き、水拭き

【問合せ】①②健康増進課（☎ 0742-34-5129）、③・食中毒について：保健衛生課（☎ 0742-93-8395 ※かけ間違いに注意）、感染症について：保健予防課（☎ 0742-93-8397）



市出会い支援事業

マッチングアプリ等 無料オンラインセミナー



マッチングアプリを活用した出会い・結婚支援として、Zoom によるセミナーを開催します。

※ Zoom を視聴できるパソコン・スマートフォン・タブレットとインターネット環境要

【とき】 ①10月15日(水)、②11月12日(水)、③12月10日(水)

午後7時～8時

【内容】 ①安全・安心な利用方法 ～マッチングアプリ入門編～
②理想の相手と出会うコツ ～マッチングアプリ応用編～
③初対面での魅せ方&話し方 ～リアルな出会いの実践編～

【対象】 18歳以上の独身者。在勤・在学、
将来的に市への移住を検討中の人も可

【申込】 市ホームページの応募フォームから、①10月
10日②11月7日③12月5日までに申込

[詳細・申込はこちら▶](#)



■ 参加特典あり

参加アンケートの回答者に、プレゼント
を準備しています

- ・ 抽選で50人にPairs電子クーポン
(有料プランが1か月無料)
- ・ ①②の参加者各20人にプロフィール
用写真の個別撮影会※

※開催日は申込時に確認要。各定員に達し
次第終了

【問合せ】 子ども政策課 (☎ 0742-34-4792)

広大なフィールドで盛大に鬼ごっこ!?

逃げる鹿ない!

ただ走るだけじゃない。ルールやミッションを
自分たちで作る、オリジナル鬼ごっこを開催します。
ここでしかできない体験が、あなたを待っています。

【と き】 10月19日(日)午前10時～午後4時半

【ところ】 黒髪山キャンプフィールド (奈良阪町)

【定 員】 おおむね16～22歳の人50人※在勤・在学も可

【費 用】 200円

【申 込】 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話
番号を書いて、10月10日必着で「子どもの参画ネットワー
ク奈良」事務局へ(生涯学習財団内 〒630-8357
杉ヶ町23)。専用のホームページからも可。

多い場合は抽選

[申込はこちら▶](#)



【問合せ】 同事務局 (☎ 0742-26-5600)

不登校・ひきこもりを考える

「つながりサポーター養成講座」

受講者を募集します



不登校やひきこもりをテーマに、経験者の声を聴きながら、
地域でできる関わり方を考える講座です。身近な誰かの力に
なりたいた人は、まずは「知ること」から始めてみませんか。



【と き】 11月8日(土) 午前10時～午後4時半

【ところ】 中部公民館(上三条町) 【定員】 18歳以上の人50人。在学・在勤も可

【申 込】 申込フォームか、Eメール(restart@narashi-shakyo.com)に氏名、住所、
連絡先を書いて、10月31日までにRestartならへ

[申込は
こちら▶](#)



【問合せ】 福祉政策課 (☎ 0742-34-5196)

奈良工芸フェスティバル2025

10月25日(土)・26日(日)

午前10時～午後6時
なら工芸館 (阿字万字町)

入場
無料

くわしくは
こちら▶



奈良の伝統を通じて、
秋を感じる

特別展

「奈良伝統工芸 進行する工芸」

10月23日(木)～11月24日(休)

午前10時～午後6時

伝統を守るだけでなく、時代とともに進化し続ける「工芸」。現代の技術や思想と融合しながら進行形で展開される工芸の姿を紹介します

※最終日は午後5時まで。月曜日、祝日の翌日(土日曜日、祝日を除く)は休館

ギャラリートーク

「進行する工芸 世代で話す 奈良伝統工芸 赤膚焼」

10月25日(土)

午後2時～3時

赤膚焼窯元で作陶家の大塩昭山さん、博子さんが親子で対談します

制作体験 (申込要)

内容	とき	費用・定員
【古楽面】 東大寺南大門 阿形の彩色	10月25日(土) 午前10時半～午後0時半	3,000円・ 15人
【奈良一刀彫】 来年の干支「午」の 瞳の彫刻と絵付け	10月26日(日) 午前10時半～午後0時半	2,500円・ 30人

【申込】Eメールに、教室名、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、10月14日までに同館へ。1人につき1通。多い場合は抽選

制作実演

内容・作家	とき
陶芸 赤膚焼・ 大塩 まなさん	10月25日(土) 午前11時～午後2時
陶芸 赤膚焼・ 大塩 ほさなさん	10月25日(土) 午後2時～5時
奈良一刀彫・ 荒木 義人さん	10月26日(日) 午前11時～午後2時
奈良漆器・ 八尾 さつきさん	10月26日(日) 午後2時～5時

工芸×福祉×SDGs

10月26日(日)午後2時・3時・4時(各60分)

わたぼうしの会 Good job! センター香芝と共同で、手織りの麻布の端切れを使ったミニ敷布作りと「はりこ」の絵付けワークショップを開催します

【定員】15人 【費用】1,500円

【申込】専用フォームから申込。空きがあれば当日参加可

申込はこちら▶



同館での買い物で、 オリジナルカレンダー プレゼント

期間中1,000円以上の商品の購入で、はがきサイズの来年のカレンダーを500人にプレゼントします※定員に達し次第終了

期間外も、随時イベントを開催

「きいて、こねて。赤膚焼の いりぐち」トーク&体験

10月19日(日)

トーク:午前11時～正午

体験:午後1時～5時40分

陶芸家の菅原尚己さんによるトークと、手びねり・奈良絵付・シルクスクリーン版画体験

【費用】体験:2,500～3,500円

【その他】各体験は別会場を予定。

詳細は後日同館ホームページに掲載

【問合せ】同館 (☎0742-27-0033 Eメール: website.admin@nara-kogeikan.city.nara.nara.jp)

墨に触れる 墨職人実演& にぎり墨体験

10月19日(日)

午後1時・2時・3時・4時
(各50分)

墨職人による実演と握り墨体験(桐箱付き)

【定員】各15人

【費用】各1,500円

工芸制作体験教室 「糸紡ぎと手織り」

11月6日～来年2月26日の木曜日

午後1時半～4時半(全15回)

木綿の糸紡ぎから始め、その糸を緯糸にして織物を制作

【定員】8人 【費用】43,000円

【申込】Eメールに教室名、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、10月27日必着で同館へ。1人につき1通。多い場合は抽選。

ならまちわらべうた フェスタ2025

10月19日(日) 午前10時～午後4時(入場自由)

わらべうた遊びや、からくりおもちゃ遊び、紙芝居、人形劇等。昔懐かしい風情が残るならまちで、大人から子どもまで楽しめる、いろいろな遊びを体験できます。

【ところ】 奈良町一帯

【問合せ】 ならまちわらべうたフェスタ実行委員会 (☎ 0742-27-1151)

※ 10月18日までの連絡先 (☎ 0742-34-0120)

くわしくはこちら▶



奈良町のちょっといい ところを見て知る秋の1週間 奈良町見知ル2025

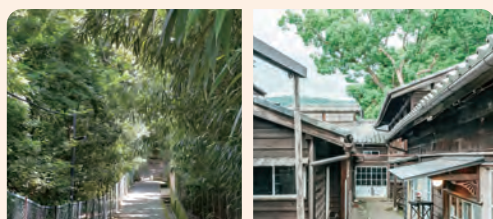
11月3日(祝)～9日(日)

奈良町の「きたまち」「ならまち」「高畑」「京終・紀寺」。個性豊かな4エリアで、歴史的建造物、社寺、生業に関する施設等、まちの「ちょっといいところ」をピックアップ。限定公開や事前予約制の特別企画、まちあるき等を行います。

【ところ】 奈良町(旧市街地)一帯

【限定公開スポット】 北山十八間戸、旧細田家住宅、旧長壽会細菌研究所(工場跡)、佐^さ埜^の家住宅、今西家書院、庚申堂、元興寺塔跡、志賀直哉旧居、関伽井庵(全9か所)

くわしくはこちら▶



【問合せ】 奈良町にぎわい室 (☎ 0742-34-5609)

※ 11月3日～9日は奈良町見知ル実行委員会
(☎ 0742-26-3476 午前10時～午後5時)へ

4都市連携グルメイベント (奈良市・田原本町・明日香村・吉野町) NARAD EAT FESTIVAL 2025 10月1日(水)～11月30日(日)

県内4市町村観光連携のイベントとして、4都市の食材を使ったグルメイベント「NARAD EAT FESTIVAL 2025」を開催します。各市町村の自慢の食材を使った期間限定の特別メニューを食べることができます。この機会に、ぜひ食べてみてください。

【ところ】 カフェ エトランジェ・ナラッド
(市観光センター「ナラニクル」内レストラン
/ 上三条町)

くわしくはこちら▶



【問合せ】 観光戦略課 (☎ 0742-34-4739)

奈良を散策し、
秋を感じる



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「ニジローと季節の星座たち ～やぎ座のおはなし～」 【定員】各回 40 席	10 月の毎週土・日曜日、祝日（5 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
ものづくり体験教室「絵の具であそぼう！」 【定員】4 歳以上の人各回 15 人	10 月 13 日（祝） ①午前 10 時～ 11 時②午後 1 時半～2 時半	
プチプチ☆クラフト「ストローのふき上げを作ろう」 【定員】各回 18 人	10 月 18 日（土） 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	
天体観察会「望遠鏡で月を見よう」 【定員】小学 1 年生以上 12 人 【場所】なら 100 年会館南側駐車場（三条宮前町） ※雨天・曇天時はプラネタリウム	10 月 28 日（火）午後 6 時～7 時	10 月 13 日
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	10 月 31 日（金）午後 6 時半～7 時 10 分	当日受付
科学実験教室「コマの不思議～いろんなものを回転させて遊ぼう～」 【定員】小学 1 年生以上 18 人	11 月 1 日（土）午前 10 時～ 11 時半	10 月 13 日
おはなしの会「三枚のお札」他	11 月 1 日（土）午前 11 時～ 11 時半	申込不要
ものづくり体験教室「竹細工の名人から学ぼう ～竹とんぼと小鳥のふえを作ろう～」 【定員】小学 1 年生以上 15 人※カッターナイフ等使用	11 月 3 日（祝）午前 10 時～正午	10 月 13 日
ロボット教室（初級）「バス型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不可	11 月 8 日（土） ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時半～3 時	10 月 20 日
ものづくり体験教室「フェルトでクリスマスのかざりを作ろう！」 【定員】5 歳以上の人各回 12 人【費用】300 円	11 月 9 日（日） ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時半～3 時	
宇宙教室「ペーパークラフトで日本版 GPS 衛星『みちびき』を作ろう」 【定員】小学 1 年生以上 18 人	11 月 15 日（土）午前 10 時～ 11 時半	10 月 27 日
科学実験教室「ミラクル！カガくる！ ～マツボックリが開くとき、閉じるとき～」 【定員】5 歳以上の人各回 15 人	11 月 23 日（祝） ①午前 11 時～ 11 時 40 分②午後 2 時 20 分～3 時	11 月 3 日
プログラミング教室（中級）「スクラッチではらぺこザウルスを作ろう」 【定員】小学 3 年生以上各回 12 人	11 月 24 日（休） ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時半～3 時	
【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、直接問合せてください。		

申込はこちら▶



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）

こどもの森づくりフォーラムin奈良

子どもたちの「生きる力」を育むことを目的に、自然保育や森林の活用について考えるイベントです。取組の実践発表や専門家による講演、子どもが楽しめる体験プログラム等を実施します。ぜひ参加してください。※令和 9 年開催第 77 回全国植樹祭の関連事業です

同時開催！親子で体験できるイベント

- ・出張！奈良おもちゃ美術館
- ・木育ひろば

と き 11 月 16 日（日）午後 1 時～5 時

ところ ならまちセンター市民ホール（東寺林町）

内 容 基調講演、事例発表、パネルディスカッション

定 員 300 人

申 込 専用フォームから 11 月 4 日までに申込

くわしくはこちら▶



【問合せ】同フォーラム実行委員会事務局（☎ 03-5755-3213）

Nara Report ならしポ! 知っていますか? こんな奈良

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

今回のテーマ

レッサーパンダが紡いだ、西安との物語

日本では珍しかった、レッサーパンダや希少な鳥が奈良へ
昭和 55 年 10 月 あやめ池遊園地で友好使節の贈呈式



▲愛らしい姿を一目見ようと、多くの人が足を運びました

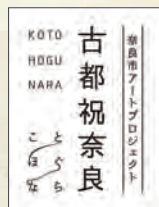
かつての奈良の三大遊園地の1つ、「あやめ池遊園地」。子どもたちの胸ときめかせて通ったあの場所に、中国からやってきた「かわいい友好使節」がいたことを知っていますか。45年前、友好都市・西安市（中国）から、動物の友好使節としてレッサーパンダが贈られました。同園での贈呈式では、命名式も同時開催。公募で選ばれた、名付け親の子どもたちがくす玉を割ると「西西」「奈奈」という愛称が現れ、会場は大きな拍手と歓声に包まれました。丸太に登って遊ぶその姿に、人々は柵から身を乗り出して「かわいい」と声を上げ、2頭はたちまち人気者に。その後、奈良市からもインド象が贈られ、2つの都市の絆はより一層深いものになりました。



SNS 〈Instagram・X（旧Twitter）〉で、あなただけが知っている、「実は…?」な奈良を「#oldnewnara」で投稿!



まちなか舞台 10月25日(土)・26日(日)



劇場を飛び出し、奈良のまちを舞台として演じる演劇プログラム「まちなか舞台」。身近な場所で「今ならこれ奈良」をテーマに創り出す、新しい舞台芸術体験が楽しめます。ぜひ足を運び、各団体による多彩な作品に触れてみませんか。

ところ	10月25日(土)		10月26日(日)
	三条通り内旭水公園 (下三条町)	ならまちセンター エントランス(東寺林町)	市役所前広場
内容	ナコス: 午前10時45分・11時45分 「無言」 元・青少年お尋ね者 ブラザーズ: 午前11時15分、午後0時15分 「社会の窓」	シアター・プロジェクト・奈良: 午後2時・3時10分 「世界でいちばん素敵な街角」 足一: 午後2時35分・3時45分 「しとしと」	劇団激男: 午後1時・2時半 「ナラティブ・シカニティ」 カラコルムズ: 午後1時35分・3時5分 「スカイスクレイパー」

演劇を体験してみたい人へ

中高生向け演劇ワークショップ 「パフォーミングアーツ」

11月15日(土)・16日(日)

【ところ】音声館(鳴川町)

くわしくは古都祝奈良
ホームページに掲載▶



※公演内容等は変更の可能性あり

【問合せ】市アートプロジェクト実行委員会(文化振興課内 ☎ 0742-34-4942)

子ども目線で問題提起 奈良市子ども会議を開催

市は、「奈良市子ども会議」を夏休みに合わせて開催しました。11年目となる今年のテーマは「奈良市の防災を考えよう!」。5回にわたる会議に、小・中学生、高校生の計16人が参加しました。

参加者は、ハザードマップの見方や防災の基礎知識に関する座学の後、サポート役の大学生とともにグループで意見を書き出し、災害についてあらゆる角度から議論しました。車中泊でのエコノミークラス症候群を防ぐ方法について検討する等、さまざまな意見が飛び交いました。

各グループの意見は、子どもたちが市長・教育長の前で発表し、意見書として提出しました。市長は「宿題をもらったと思って、実現可能な意見はぜひ具体的に取組んでいきたい」と語りました。市は今後も、子どもたちにやさしいまちづくりを



▲市長へ意見書を提出

進めるため、子どもたちが自由に意見の言える場を提供していきます。

よりよい行政への一步 職員向け生成AI研修を実施



▲業務に生成AIを生かそうと、職種を問わず多くの職員が参加

市では、全庁を挙げて、AI技術を取り入れた業務効率化、市民サービスの向上等につなげる取り組みを加速させています。その一環として、8月25日に「生成AI活用研修」を職員向けに開催しました。

生成AIを使いこなし、各部署での業務改革等を目的に開催された本研修。講師には「日本DX大賞」で3年連続大賞を受賞した都城市の職員を招き、生成AIの基礎知識と実践的な活用方法を学ぶ、体験型の研修を行いました。参加者からは「行政実務に精通した講師から、すぐに生かせる知識を学ぶことができた」との声が聞かれました。

市は今後も、全庁的に新たな技術を行政課題の解決に生かし、市民の皆さんの暮らしの向上を目指していきます。

いつかに備えた入念な準備 災害対策本部訓練を実施

市は9月1日、南海トラフ巨大地震の発生を想定した、災害対策本部訓練を実施しました。同本部は、発災時に迅速な対応を行うために設置される組織。市職員や自衛隊、気象台等、合わせて97人が参加し、地震発生時の対応について、連携を図りながら訓練を行いました。

今回の設定は、深夜に奈良市で最大震度6強の地震が発生してから半日後の、被害の様子が明らかになりつつある状況。停電や断水、建物や道路被害等の報告と対策や、通信が遮断された場合の伝達方法について検討が行われました。市長は「全体の被災状況に対し、最大限に想像力を働かせ、戦略的に対策することが



▲訓練の様子。市内の自主防災組織も見学

重要」と訓練を振り返りました。

市は、今後起こりうる大規模災害に備え、訓練で得た教訓を生かし、さらに災害に強いまちを目指していきます。

進む、企業誘致。

日本プラネット株式会社が 市内に進出決定

市では、都市部の IT・クリエイティブ企業に対し、市内へのサテライトオフィス設置を提案し、拠点の誘致に取り組んでいます。市の補助金の助成対象企業として、大阪に本社を構える日本プラネット株式会社が、10月1日に奈良サテライトオフィスを開設することとなりました。

■人事給与・社会保険関連のアウトソーシングを展開

日本プラネット株式会社
(林小路町8番地1 ニッセイ奈良
若草ビル4階 近鉄奈良駅徒歩2分)

J-P-L-A-N-E-T

同社は、全国の中堅・大手企業に対し、人事給与や社会保険手続き等の複雑な業務をクラウドシステムで管理・遠隔で操作し、企業の成長をサポートしています。また、本社との賃金格差のない採用で、地域人材の活用・地域経済の活性化を目指しています。

■同社が奈良市に拠点を構えた理由

・災害時の業務継続性確保：

地理的リスクの低さから、災害時でも安定的なサービスを提供

・サービス安定化と信頼性向上：

本社とアクセスが良く、業務分散による効率化と品質向上を通じて、顧客満足度を高める

市は今後も、市内への企業集積や、雇用機会の創出によって市内産業を活性化するため、積極的に企業の誘致を進めていきます。

【問合せ】 産業政策課 (☎ 0742-34-4741)



本社入口



協定締結式の様子



本社の社員



市産小松菜のポタージュ

栄養価が高く、クセのない味が特徴の「小松菜」。冬が旬ですが、一年中栽培されていて手に取りやすく、暑い日には冷やして食べるのもおすすめです。

【材料】（2人分）

- ・玉ねぎ 50g（うす切り）
- ・牛乳（豆乳も可） 200cc
- (A) 小松菜 100g（3cm に切る）
- (A) じゃがいも 100g（5mm のうす切り）
- (B) 水150cc、コンソメ小さじ1、塩・砂糖小さじ2分の1



【作り方】

- ①オリーブオイル大さじ1（分量外）で玉ねぎを炒め、しんなりしたらAを加えて、全体がなじむまで炒める
- ②Bを加えて煮て、じゃがいもが柔らかくなったら牛乳を入れ、沸騰する直前で火を止める
- ③粗熱がとれたらミキサーにかける。生クリームと粒こしょうをかけて、完成

●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）

10月の主な行事・市の催し

- 1 日(水) 例祭（氷室神社）
- 3 日(金) 光明真言土砂加持大法会（～5日 西大寺）
- 5 日(日) 転害会（手向山八幡宮）
- 6 日(月) 観月讃仏会（唐招提寺）
採女祭（採女神社・猿沢池）
- 8 日(水) 翁舞（奈良豆比古神社）
天武忌法要（薬師寺）
- 11 日(土) 人権を確かめあう日
- 12 日(日) 題目立（上深川町八柱神社）
秋の大茶盛式（西大寺）
- 13 日(祝) スポーツ体験フェスティバル（ロート奈良
鴻ノ池パーク）
- 15 日(水) 大仏さま秋の祭り（東大寺）
- 17 日(金) 南円堂特別開扉〈大般若経転読会〉（興福寺）
子ども安全の日
- 19 日(日) 田楽横とび（丹生神社）
- 20 日(月) 20 日ならウォークの日
ならマイカーひとやすみデー
- 21 日(火) 釈迦念仏会（～23日 唐招提寺）
- 25 日(土) 正倉院展（～11月10日 奈良国立博物館）

※緑字は寺社年中行事

■奈良の新発見、探してみませんか

豊かな自然や古い歴史がありながら、新発見が今なおあるという奈良市の特徴を表した英語スローガン「Old History, New Discovery」。

市は、今年の大阪・関西万博を契機に、奈良の魅力を世界に広く発信するため、**みなさんが思う奈良の「New Discovery（新発見）」**を、Instagramで募集しています。風景やグルメ、イベント等、奈良にまつわる新発見に「#oldnewnara」「@oldnewnara_Japan」を付けて※、ぜひ投稿してみてください。

※市の公式 SNS で掲載する場合あり

Old History, New Discovery.

NARA CITY



既に 1,000 件以上の投稿が集まっています



▲くわしくは
はこちら

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。