

特集
pickup!

令和7年 奈良市の出来事かるた



もくじ contents

まちを見つける毎日を

Old History, New Discovery. p6-8

スマートフォンでいつでも相談

シニアよりそいAI相談の実証実験を開始 p25

古都奈良に早春を告げる伝統行事

若草山焼き行事 p28

朝の静けさ 撮影：中部 里保さん

生活・健康 p10 子育て p12

シニア p14 募集・催し p15

スポーツ・文化情報 p18

生涯学習 p22

ならトピ p30-31

新年
おめでとうございます



奈良市長
仲川 げん

令和7年を振り返ると、奈良を舞台にした映画の公開や、富雄丸山古墳から出土した鏡の詳細が明らかになります。また、市の業務におけるAIの積極的な活用や図書受取ロッカーの拡充、市立小学校での弦楽器体験等、暮らしと文化の両面で前進を感じる出来事も多くございました。

昨年に引き続き、本市の最重要課題となるのが、新クリーンセンター建設の早期決着です。市民のみなさまの生活に直結するこの問題に、本年も着実かつ丁寧に取り組み、循環型社会の実現を加速させます。

さて、本年の干支「馬」と奈良との歴史深い結びつきをご存知でしょうか。奈良盆地の古墳からは馬具や馬形埴輪が出土し、馬が権威と交通の象徴として重要な存在であったことがうかがえます。この歴史に学び、市民のみなさまと、政策を担う私たちとが手綱とともに握り、力強く、しなやかに未来へと駆けていきたい所存です。

本年がみなさまにとって素晴らしい年でありますよう心からお祈り申し上げまして、新年のごあいさつをいたします。

令和7年

奈良市の出来事かるた

令和7年のできごとを
かるたで振り返ります



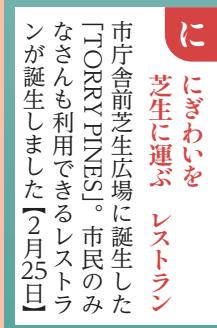
は
みんなで鑑賞 恋の文

奈良での実話をもとにした映画
「35年目のラブレター」。全国公
開に先立ち、奈良プレミア試写
会を開催しました【1月20日】



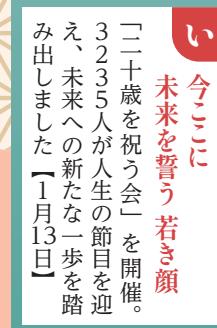
る
類見ない
古代の謎を 映像で

富雄丸山古墳を取り上げたド
キュメンタリー映画が全国で
公開。大きな反響を呼びまし
た【3月14日】



に
芝生に運ぶ レストラン

「TORY PINES」。市民のみ
なさんも利用できるレストラン
が誕生しました【2月25日】



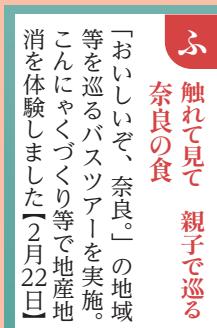
い
今ここに
未来を誓う 若き顔

「三十歳を祝う会」を開催。
3235人が人生の節目を迎
え、未来への新たな一步を踏
み出しました【1月13日】



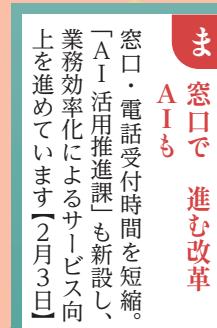
き
気象分け
警報出る日は要注意

市内の気象警報区分が東西で
分割。地域ごとの詳細な警報
が発表されるようになりまし
た【3月13日】



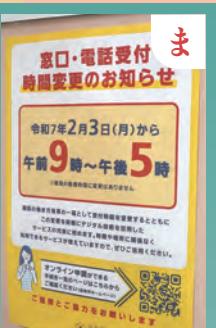
ふ
触れて見て 親子で巡る
奈良の食

「おいしいぞ、奈良。」の地域
等を巡るバスツアーを実施。
こんにゃくづくり等で地産地
消を体験しました【2月22日】



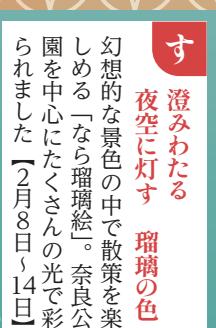
ま
窓口で
進む改革
A.I.

窓口・電話受付時間短縮。
「A.I.活用推進課」も新設し、
業務効率化によるサービス向
上を進めています【2月3日】



わ
わがまちと
世界の
未来を 語り合う

万博を契機とした奈良会議
2025では、各界の有識者や
市民が一堂に会し、未来社会
について議論【3月16日】



謹んで新春のお喜びを申し上げます



奈良市議会議長

大西 淳文

市民のみなさまにおかれましては、

健やかに新春を迎えたことと心

よりお喜び申し上げます。また、平素

より市議会に対し、格段のご理解とご

協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、近年、生成AIの普及や、

クラウドサービスの拡大等、急速に

進展しているデジタル化への対応が、

市民生活の利便性向上に向けた重要

な課題となっております。一方で、

デジタル格差が生じないよう、全て

の市民が等しく恩恵を享受できる環

境整備も求められているところです。

本市の意思決定機関である市議会

といたしましては、デジタル技術の活

用はもとより、「市民に開かれた、分

かりやすい議会」の実現に向けた取り

組みを積極的に進めるとともに、市民

のみなさまから寄せられる多様な声

に耳を傾け、活発な議論と慎重な審議

を重ねることで、住民福祉の向上に誠

心誠意取り組んでまいります。

ち 地域愛 若者の日で発信す

奈良市の魅力を若い世代へ広く紹介する「高校生観光特派員」。計24人が委嘱を受けて活動しています。【6月21日】



つ 月ヶ瀬に拠点整備で広がる輪

地域活性化や自然共生社会の実現に向け、ONOONO前川に整備された拠点の寄附がありました【4月20日】



さ さあ食べようやさしい膳に笑みこぼれ

ノボテルと奈良交通が共同で、市内のひとり親家庭等を対象とした「子ども食堂」を開きました【3月24日】



え エサを探す クマ遠ざける 鈴の音

東部地域のクマ目撃情報増加に伴い、対象エリアに住む小學生以上の市民に熊鈴を配布しました【6月24日】



た たすけあい命つながるゼロの道

みなさんの協力で、6年連続で犬猫殺処分ゼロを達成。譲渡会等の取り組みが命を守る活動に【4月30日】



み 見るだけで伝わる現場 救急へ

スマートフォン等での119番通報時に、現場の映像を共有できる「Live19」の実証実験を行いました【4月1日】



や 大和からひらく 未来の共創団

多様な主体と共に事業を創出する「奈良市みらい価値共創プロジェクト研究第3期」が始動しました【6月27日】



ゆ ゆれる夜 そっと寄り添う A.I.ちゃん

生成AI「AIちゃん」を使用し、気軽に相談で子育て世帯の孤立を防ぐ実証実験を開始しました【5月13日】



ね 热心に奈良の魅力を案内中

第6代NARA CITYコンシェルジュの3人が市役所を訪問。個々の視点で市の魅力を発信しています【4月2日】



の 納骨しやすらぎを 永久に見送る

リニューアル予定の「寺山靈苑納骨堂」。誰もが利用できる、遺骨の永代収蔵サービスの受付を開始しました【7月15日】



も 盛り上げようのまち 取り合う手

奈良の学生MeetUp 2025を開催。学生団体が活動成果を発表し、起業家等と意見交換しました【5月29日】



ら らくらくの荷を預けての古都巡り

市総合観光案内所等で手ぶら観光サービスを拡充。預かれた荷物の宿泊施設への配送を行いました【4月13日】

令和7年

奈良市の出来事かるた

し
しらべ紡ぎ ひろがる
感性 その手から

県内で初めて市立小学校で弦楽器体験事業を実施。音楽に対する感性をより豊かに育むことを目指します【9月9日】



く
くつ音 光る夜道に
走る風

ロート奈良鴻ノ池パークのランニングコースが完成。企業からの寄附を活用し、足元照明も設置【9月26日】

と
富雄より 鏡三面
時を越え

富雄丸山古墳の第七次調査で出土した3枚の銅鏡の詳細が明らかに。類似した銅鏡はウズベキスタンでも出土【7月30日】



け
県内の 味の饗宴
皿の舞

奈良市を含む県内4市町村の食材を一挙に楽しめる「NARAD EAT FESTIVAL 2025」を開催【2・3・10・11月】



せ
政策に 耳傾けて
出す答え

市長・市議会議員選挙が行われ、今後4年間、市政を担う代表者が選ばれました【7月20日】



ろ
ロマンの風
采女を偲ぶ 月明り

猿沢池で采女祭を開催。中秋の名月の下、管絃船や雅楽が夜を彩り、いにしえの物語に思いを馳せました【10月6日】



ほ
まとめた 子どもたち
防災案 考え

今年度も「子ども会議」を開催。16人の子どもたちが防災について考え、市長へ意見書を提出しました【8月18日】



よ
喜びの 笑顔交わして
友となる

慶州市高校生訪問プログラムを実施。奈良市の高校生と、互いの文化等を体験し、国際理解を深めました【8月4日】



あ
あなたへと 伝える
奈良に 住む魅力

「奈良で働く暮らすセミナー」を東京で開催。登壇者との座談会も開催しました【10月11日】



て
手をつなぎ 企業と育つ
まち日指す

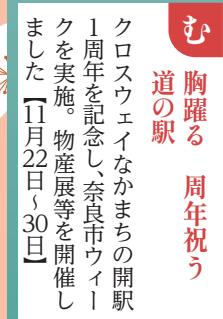
市の誘致に関する補助金の助成対象企業として、3社と立地協定を結びました【8・11月】



へ
平和の 祈り届ける
鐘の音

広島・長崎の原爆投下日時に「平和の鐘」をつき鳴らしました。8月6日には、植樹式も開催【8月6日・9日】





む 胸躍る 周年祝う
道の駅

大阪・関西万博の場で、「奈良・サ
マルカンド」特別交流展へ向け、
ウズベキスタン政府機関・奈良
博との覚書を締結【8月17日】



そ 備えあれ 訓練重ね
命守る

災害時の対応や避難所の運営
方法を学び、地域の防災力を
強化するための総合防災訓練
を開催しました【11月9日】



う 受ける支援 奈良で
新たに 歩み道

若者の市内定住促進を目指
し、新社会人への奨学金返還
支援制度を発表。令和8年1
月から受付開始【11月27日】



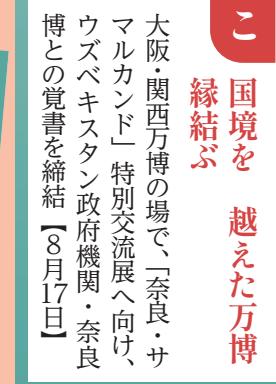
ひ ひろげよう 地球の
未来に ECOなこと

地球にやさしい暮らしを学べ
る「あつまれ ECO キッズ！」
を開催。講座やブースに多く
の子どもが参加【12月6日】



な 奈良の駅 本を
受け取る 場所増える

令和6年度設置の「図書受取
ロッカー」が好評につき、新た
に市内3駅での運用を開始しま
した【11月18日】



こ 国境を
越えた万博
縁結ぶ

大阪・関西万博の場で、「奈良・サ
マルカンド」特別交流展へ向け、
ウズベキスタン政府機関・奈良
博との覚書を締結【8月17日】



こ

め 名匠の
光差す
名を継ぐ者に
PHOTO CONTESTにも多
くの応募が【11月10日】



め

ぬ ぬくもりと 我が家
を子らに 音贈る
ノコンサートと里親体験談・
相談会を同時開催しました

【10月19日】



ぬ

り 両手から 編み出す
技に 触れる日々
なら工藝館で「奈良工芸フェ
スティバル2025」を開催。
人気作家による実演等でにぎ
わいました【10月25日・26日】

り



か 火災予防 みんな
集まり 火の用心

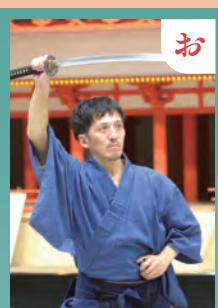
マクドナルド、バンビシヤス
奈良と共同で、楽しみながら
災害対策を学べる機会を提供
しました【11月10日】



り

お 驚いた！ 市役所玄関
劇場に

奈良のまちなかで舞台芸術を
楽しめる「まちなか舞台」。地
元劇団や若手が多彩な演目を
披露しました【10月25日・26日】



お



な

な

まちを見つける Old History, 毎日を New Discovery.

新しい年が始まる今、ちょっと立ち止まり、見慣れた景色に潜む宝物を探してみませんか？豊かな自然と古い歴史を持つ奈良で、今も生まれる新しい魅力の数々。まちの姿、香り、音、光、全てを違った視点で感じたとき、私たちが暮らすこのまちの可能性にもっと出会えるはずです。【問合せ】秘書広報課（☎ 0742-34-4710）

Old History, New Discovery. って？

まちの中やSNSで、この言葉を見かけたことはありませんか？これは、奈良市というまちを表現し、世界へ発信するためのスローガンです。令和5年7月の発表以来、SNSの運動ハッシュタグ「#oldnewnara」には、市民や観光客による多くの投稿が寄せられています。

進化し続ける古都奈良を 世界へ発信

スローガンを直訳すると「古い歴史と新発見」。四字熟語で言えば「温故知新」です。シルクロードの終着点として、古来より多様な文化を受け入れてきた奈良。千年以上続く歴史的な景観や文化を守りながらも、新しいお店やイベント、あるいは考古学的な発掘等、今もなお日々新しい発見が生まれています。この言葉には、単に古いだけではない、歴史の中で進化し続ける「奈良の奥深さ」を再認識し、愛着を高めるきっかけにしてほしいという願いが込められています。

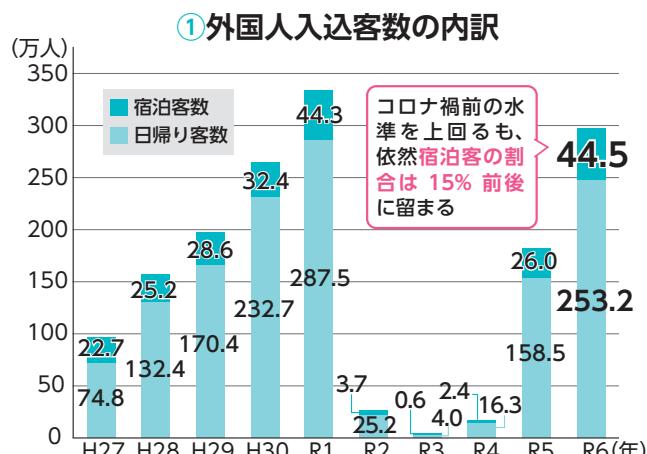
奈良市観光は「日帰り」で十分？ 多角的な魅力発信が今後の鍵

2024年に奈良市を訪れた観光客数は1,487万人で、宿泊客数は過去15年間で最高の203.8万人を記録。平城遷都1300年祭の2010年を上回りました。また、外国人訪問数も急激に増加し、外国人宿泊者数は過去最高値に（①）。大阪・関西万博が開催された2025年は、コロナ禍前の2019年と同水準の見通しです。

一方で、その約85%が日帰り客であり、宿泊客数をいかに増やすかが、市の重要課題の一つになっています（②）。市は、まだ認知されていない観光スポット等を市民のみなさんとともに世界へ発信し、浸透させていくことで、この課題を解決しようとしています。

自分たちのまちの魅力を 考えること

実はこのスローガン、一条高等学校附属中学校の生徒たちが考案したものです。ワークショップを通じて「奈良市というまちの魅力とは？海外の人に伝えるには？」をさまざまな角度から表現。集まった1,000本を超える案を元に、海外出身者等へのヒアリングを重ね、選ばれました。次世代を担う子どもが、まちの魅力を真剣に考えたからこそ生まれたスローガン。この言葉を胸にまちを見渡せば、今まで気づかなかつた「まちの魅力」を見つけられるかもしれません。



②市内の観光消費単価（2024年）

宿泊客	31,754円
日帰り客	4,938円

宿泊代以外に、飲食代・
体験代等の分野でも増大

出典：2024年奈良市観光入込客数調査

古さも新しさも まちを楽しむこと



長坂純明さん：建築家。1970年大阪生まれ。建設会社勤務を経て、2019年に独立。福智院町にある築140年以上の町屋を改装し、カフェ「生姜足湯休憩所」、宿泊施設「宿一灯」、ひとともり一級建築士事務所が一体となった「ひとともり」を設立

「生活のデザイン」を掲げ、日本中の家や店舗、ホテル等の設計を手がける長坂さん。2階に一棟貸切宿、1階にヴィーガンカフェと建築事務所が同居する「ひとともり」からは、奈良公園の緑を臨むことができます。そこから見える奈良というまちが持つ魅力について話を聞きました。

◆奈良のゆるさが可能性を生む余白に

私がここに拠点をつくったのは、このまちの距離感が好きだったから。事務所で作業していると窓から声をかけられたり、少し歩けば知り合いに出会ったり、そういう近いコミュニティが日常の中にはあります。

また、古いものを生かすまちの面白さもありました。奈良の町屋は骨格が大きく、田舎っぽい。手入れがされていないものもあったりする。でも、そのゆるさが新しい試みや可能性を生む余白にもつながっています。私は、ボロボロだった町屋を改装し、建築事務所といっしょにカフェと宿の経営も始めました。カフェに来た人から設計の相談を受けたり、宿泊施設の仕事に関わったりと、建築家としての仕事にも広がりを与えています。2階の宿のデザインでは、長い時間がついた古い町屋の存在感と、現代の奈良のクリエイターによる照明等の新しさを対比的に置くことで、互いの良さを引き立たせることを目指しました。

◆近くにある価値を見つけていく

奈良のまちの魅力もそうなのかもしれません。まちには、社寺や自然、歴史の中で培われた文化、ゆったりとした生活等、すでに多様なコンテンツが溢れています。

ます。それをどう再定義し、見せるかで、「New Discovery」が生まれるのではないでしょうか。

今、全国で活躍するようなクリエイターが奈良に集まり、まちのカルチャーを盛り上げようという動きも広がっています。私自身は、建築を通して、ものづくりの人や事業を行う人をつなぐ「まちのハブ」になりたい。まちのみなさんにも、自分の近くにある価値を見つけてみてほしいですね。



写真×英語で、世界へ発信

#oldnewnara



市では、英語スローガンを活用し、世界へ向けた奈良市の多角的な魅力発信を進めています。連動ハッシュタグ「#oldnewnara」をつけた、市民のみなさんや観光客からのSNS投稿はおよそ3,000件まで広がっています。

1 奈良の新発見を撮影shoot

- ・まだ知られていない魅力
- ・世界の人にもっと届けたいこと
- ・新しいスポットやお店
- ・おすすめグルメ 等

2 #oldnewnara をつけて投稿post

簡単な英語併記や位置情報もセットで、外国人観光客にとって便利な案内を誰でも発信できます
SNS: Instagram・X

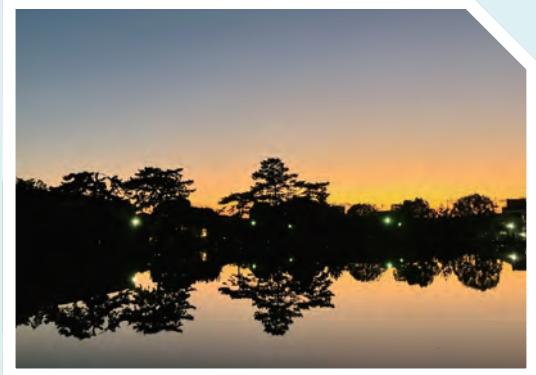
奈良の暮らしの中での「新しい発見」を、この言葉とともに発信してみませんか。

◀暮らしの中の新発見って？次のページでは、市民のみんなの「新発見」から一部を紹介

見つけた、 私の「新発見」

... そこにある日常が...
奈良の魅力かも

たくさんの魅力に溢れ、今も
新たな魅力が生まれ続ける奈良の
まち。市民のみなさんが教えてく
れた、まちの「新発見」から一部
を紹介します。あなたが初めて出
会った奈良はありますか。



夜に差し掛かる猿沢池が
見せた別世界に、思わずカ
メラを構えました。11月の
午後5時頃に、この幻想的
な風景が見られます

【撮影】

レモンケーキさん



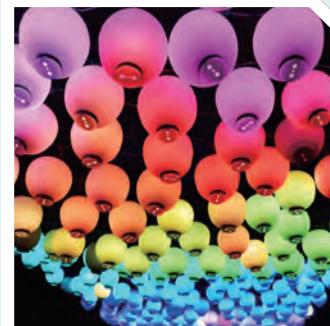
このカレーがきっかけで、
奈良市に個性的なカレー店
が多いことを知りました。
知人にもすすめています

【撮影】ちいやんさん



なら瑠璃絵で空に浮かぶ
色鮮やかな提灯。奈良公園
の自然との対比が美しく、
友人といっしょに撮り合
いました

【撮影】ヤマさん



あなたが大好きな奈良の
景色も、発信すれば誰かの
「新発見」かもしれません。

#oldnewnara



*二次元コードより表示さ
れない場合は、Instagram
で '#oldnewnara' と検
索してください



桜で有名な佐保川。堤防
を進むと、桃色に包まれて
走る電車を眺められます。
タイミングを合わせて、愛

犬とのショットが
撮れました

【撮影】りびさん



…さあ、次はあなたも。...

#oldnewnara
発信キャンペーン

まだまだ知られていないとっておきの風景や、思わず紹介したくなっ
たグルメ等、あなたの奈良市での新発見を写真とエピソードで教えてく
ださい。応募作品は、市内12駅に設置のデジタルサイネージや市の公式
SNSで紹介します。

【募集期間】 1月1日(祝)～31日(土)

*掲載時期は応募時期により異なります

【応募方法】 右記の二次元コードか応募フォームから申請

このスローガンは、奈良市に関わるみなさんの「リアルな発信」

があつてこそ、世界中へと届きます。「私がみんなに伝えたい奈良の
新発見」をテーマに、発信キャンペーンを実施します。

応募作品は、駅設置の奈良市デジタルサイネージに掲載！



応募はこちらから▼



各SNSでも、ぜひ「#oldnewnara」をつけて、発信してみてください



奈良市ポイント制度終了のお知らせ

健康寿命の延伸、市民参画意識の向上等を目的に導入しましたが、終了が決まりました。利用期限を過ぎるとポイントが失効するので、期限までに利用してください。ポイント対象事業の内容は、各事業の担当課へ問合せてください。

■ポイント制度終了スケジュール

令和8年3月31日	ポイント付与終了
令和8年12月25日	ポイント利用終了

くわしくはこちら▶



【問合せ】地域づくり推進課（☎ 0742-34-5193）

令和8年奈良市消防出初式

【とき】1月10日（土）午前9時50分

【ところ】ロート奈良鴻ノ池パーク（法蓮佐保山四丁目）

【内容】式典、市消防団女性消防隊による消防ポンプの操法披露、放水演習等

※雨天時は中央体育館で式典のみ実施

くわしくはこちら▶



【問合せ】消防局総務課（☎ 0742-35-1199）

空き家のことでの悩んでいる人向け 市空き家相談窓口

親が住んでいた家が空き家になった、遠方にいて家の管理ができない、荷物が多くて手が付けられない等、空き家に関する悩みがある人は気軽に相談してください。



【相談窓口】空き家コンシェルジュ
(市委託事業者 ☎ 0744-35-6211)

空き家セミナー・相談会を開催

空き家コンシェルジュが、空き家の実態や活用事例を話します。
専門の相談員による悩み相談もできます。

【とき】2月1日（日）午後1時半～4時45分

【ところ】西部公民館（学園南三丁目）

【定員】セミナー：50人、相談会：6組 ※相談会は予約要

【申込】電話で空き家コンシェルジュへ



【問合せ】空き家コンシェルジュ（市委託事業者 ☎ 0744-35-6211）

生活に関するこ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。

1月 8日(木) 以降、 通常 収集	1月 7日(水)	1月 6日(火)	1月 5日(月)	日 付
	プラス チック製 容器包装	燃やせるごみ		区域
	A・C F・H	C・D G・H	A・B E・F	
	燃やせな いごみの 収集なし	プラスチック 製容器包装の 収集なし		備考

生活 ごみ収集について

申込先は申、締切日は締、問合せ先は問と表記しています

市民のうごき

12月1日現在、()内は前月比

【總人口】345,103人(▲187人)

男性：160,900 人 (▲60 人)

女性：184,203 人 (▲127 人)

【世帯数】169,496 世帯(▲61 世帯)

固定資産税・都市計画税
(第4期分)の納期は2月
16日㈪～3月2日㈪です

※ 1月12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
問 収集課(☎71・3012)、市
清美公社(☎33・8782)、同
共同企業体(☎63・2552)

区域		燃やせる			
D ・ G	C ・ H	B ・ E	A ・ F	月・木曜日	燃やせる
の地域	火・金曜日	の地域			
水曜日	14日・28日の		21日の水曜日		燃やせない

- ◆ **区域** 市清美公社収集地域もござ
みカレンダー通り収集
- ◆ **年始の動物の死体収集**
1月5日(月)から開始
- ◆ **1月8日(木)以降の収集日**・

税務署以外の確定申告会場の開設

とき：2月3日(火)～5日(木)

市民課（☎43110001）
（☎344730）
市の全ての証明書のコン
ビニ交付・利用登録申請
の休止
とき：1月25日(日)午後11
時～27日(火)午前6時半
市民課（☎344730）

<p>③ コンビニでの手続き</p> <p>とき：1月23日(金)午後11時～ 25日(日)午後11時</p> <p>▼ 内容：市の 証明書の交付、利用登録申請</p>	<p>とき：1月25日(日) 証明書の交付、届出、戸籍の確 認が必要な業務</p>	<p>② 西部出張所住民課の休日開庁</p> <p>とき：1月25日(日) ▼ 内容： 証明書の交付、届出、戸籍の確 認が必要な業務</p>	<p>▼ 内容：証明書の交付、戸籍の 確認が必要な業務</p> <p>とき：1月24日(土)・25日(日)</p>
--	---	--	---

戸籍に関する業務の一時 休止

◀ 151 ◀

町) ▼ 内容: スマートフォンとマイナンバーカードで申告書を作成※相続税、贈与税、土地・建物・株式等の譲渡所得等の相談はなし ▼ 持物: スマートフォン、マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書のパスワード要) 間奈良書のパスワード要) 間奈良
税務署(26・1201)

午前9時半～午後4時（相談受付は午後3時まで）※早めに締め切る場合あり。相談受

「編 ごみ減量コラム」vol.75

ダンボールを開けると緩衝材の山!

ごみ減量への第一歩を

手軽に届く通信販売。荷物の過剰包装が気に
なったことはありませんか？
不必要的緩衝材等を減らすために、購入時の備
考欄に「簡易包装を希望する」と添えてみてく
ださい。この一工夫でごみ減量に貢献できます。
より良い未来のために、環境にやさしい行動を
始めてみませんか。

今月の ごみ量 レポート

令和7年度の可燃ごみ総搬入量 (11月末時点):

47,299.8 トン

うなるごみ減量へ、協力をお願ひします。

問廢棄物対策課 (☎ 71-3001)

*専用の申込フォームは、原則市のホームページに掲載しています

Nara City Information 10

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。

子育て

乳幼児の健診

ところ
市内指定
医療機関

中央保健
センター

定員：妊婦とそのパートナーセー20組※託児あり（1歳就学前）申専用の申込フォームから1月22日までに申込問男女共同参画室（811・3100）



妊娠婦・乳幼児のための教室・歯科健診（電話予約）

◆むし歯予防のためのフッ化物塗布（令和6年1月生ま

◆ とき：1月16日(金)
1歳0か月児歯ぴか教室

（むし歯予防・令和7年1月生徒会の第一子）

月生まれの第1子
とき：1月20日(火)

◆5か月児ばくばく教室(離乳食:令和7年8月生まれ)

の第1子) 二世 朝日(大)

◆マタニティー歯つぶいチエツ
とき: 1月2日(水)

ク（妊娠16週）
とき：1月22日（木）32週

◆パパママサロン（妊娠22週）

32週末満の初妊婦とそのパートナー

とき…2月13日(金)

プレパパ・プレママ講座
「育児も家事も仕事も共
業しよう」
日時…1月31日(土)午前10
時～11時半 ▼ところ…男
女共同参画センター(杉ヶ
町) ▼講師…fanfare 代表
取締役の篠田厚志さん
▼

預かり保育・認可外保育 施設等利用費の請求手続き (令和7年10月～12月分)



◆40歳からのママ育サロン
(妊娠32週未満の妊婦、1歳未満の子の母)
とき:2月27日(金)
問 母子保健課(☎34・1978)

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 間同課
(△ 34・5086)

日(土)午前10時～11時半▼
ヒュウガ：男女共同参画セミナー（杉ヶ町）▼講師：Chamomile Roman主宰の道嶋公介さん▼定員：現在

ハセガワ



プレワーママ・ワーママ
応援!~自分らしい子育
てを探す2日間

申込はこちゅう▼



* 専用の申込フォームは、原則市のホームページに掲載しています

Nara City Information 12

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

がん検診（2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：

1月5日～20日の午前9時～午後5時
 （土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

◆ 胃・肺セットがん検診

とき・受付時間	ところ	定員
2/9(月)	9:15～10:15	コープおしくま
2/10(火)	9:30～10:30	登美ヶ丘公民館
2/12(木)	9:15～10:15	富雄南公民館
2/13(金)	9:15～10:15	北福祉センター
2/16(月) 2/20(金) 2/26(木)	9:00～10:00	はぐくみセンター
2/17(火)	9:15～10:15	西部生涯 スポーツセンター クラブハウス
2/18(水) 2/24(火)	9:45～10:45	西部図書館
2/19(木)	9:15～10:15	都跡公民館
2/25(水)	9:15～10:15	富雄公民館

◆ 肺がん検診

とき・受付時間	ところ	定員
2/13(金)	14:00～15:00	はぐくみセンター

胃がん検診：胃部エックス線検査
 （当日バリウムあり）



くわしくは
こちら

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】授乳中の人には申込時に申出要。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）

ファミリー・サポート・センター

◆ 説明会（予約要）

とき：①1月27日(火)②2月7日(土)午前10時～11時 ▼と

◆ 対象：登録希望者・登録会員への支援・登録希望者・持物：筆記用具

申込用紙

電話で各締切日までに、ファミリー・サポート・センター（☎ 34-3305）へ

内容：①季節に合わせた工作、子どもとの関わり方②子どもの急な体調不良の対応

申込はこちう▼



巡回相談

障害児歯科検診

とき：2月15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※ブラッティング指導あり

申込専用の申込フォームから1月13日～2月10日に

申込はこちう▼



◆ 登録希望者・持物：顔写真
 分証明書

締①1月26日(日)②2月26日(日)

◆ 里親制度説明会（里セツ）
 とき：1月20日(火)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

午後5時

◆ 妊産婦乳幼児健康相談
 とき：平日の午前9時～午後5時 ▼ところ：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）
 34-1978

◆ 都祁保健センター
 とき：平日の午前9時～午後4時 ▼ところ：同相談室
 ◆ 電話・来所相談（保健師・栄養士）
 82-0341

◆ 月ヶ瀬健康相談室
 とき：平日の午前9時～午後4時 ▼ところ：同相談室
 ◆ 電話・来所相談（保健師・予約要）
 0743-92-0480

◆ 持物：母子健康手帳

◆ 開都祁保健センター（☎ 0743-04593）

申込はこちう▼

申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



申込はこちう▼



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。

予防接種のお知らせ

- ◆日本脳炎予防接種開始（令和5年1月生まれ）
- ◆予防接種予診票綴りを12月下旬に発送（令和7年11月生まれ）

問 健康増進課（☎ 34・5129）

くわじくはいきゅう



シニア

結核住民検診（胸部レントゲン検査）

- とき：1月17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
 以上の人15人
 5日～16日に保健予防課（☎ 93・8397）へ

くわじくはいきゅう



東福祉センター

〒630-8113 法蓮町1702-1
 ☎ 24・3151 FAX 27・9028

栄養講座「恐いぞ！腸内腐敗 高齢者の便秘改善」

とき：1月23日(金)午後1時半～3時
 ▼講師：健腸アドバイザーの數宇輝さん
 ▼定員：60歳以上の人60人
 申 1月16日までに電話か直接同センターへ

接種期限：66歳の誕生日の前日まで
 ▼持物：マイナンバーカード等
 ▼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。助成は一度限り

西福祉センター

〒631-0024 百楽園一丁目9-13
 ☎ 41・3150 FAX 41・3150

とき：1月30日
 ▼講師：Be straightインストラクターの倉益弥生さん
 ▼定員：60歳以上の人70人
 申 1月24日

とき：2月13日午後2時～3時半
 ▼講師：飯田惣一郎さん、飯田善広さん、今里祥子さん、村尾藍さん、大和貴恵さん
 ▼定員：60歳以上の人70人
 申 1月24日

とき：2月10日(火)・25日(水)、3月11日(水)・25日(水)午後2時～4時(全4回)
 ▼講師：NTTドコモ認定講師
 ▼定員：60歳以上の20人

とき：2月21日
 ▼講師：スマホ教室

① 乐しく学ぼう～スマホ講座

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

とき：1月31日(土)午後1時半～2時45分
 ▼出演：飯田惣一郎さん、飯田善広さん、今里祥子さん、村尾藍さん、大和貴恵さん
 とき：2月7日(土)午後1時半～2時半
 ▼出演：あぶるみかづきさん

善意銀行 10月分 (敬称略)

【一般】白百合会 2,815円

【指定】小林弘典（都祁吐山町）
10万円

問 市社会福祉協議会
(☎ 93-3100)

鍵かけで空き巣を防ぐ



空き巣被害の半数以上が、無施錠の玄関や窓からの侵入。「戸締りをしっかりすること」が空き巣対策の基本です。

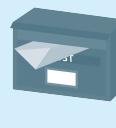
侵入は無施錠箇所以外からも

玄関は合鍵使用、勝手口や窓はガラス割りが目立ちます。特に狙われやすい箇所は、雨戸や格子のない窓（ガラス戸）。そこに防犯フィルムや補助錠、防犯アラーム、防犯カメラ等を活用すれば、家の防犯効果は格段に上がります。



- 防犯のポイント
- 防犯グッズの活用
 - 外出・就寝時は雨戸を閉める
 - 在宅時も目の届かないドアや窓を施錠する
 - 玄関等に合鍵を置かない
 - 郵便受けは、いつも空に
 - 庭の樹木や雑草を手入れ
 - 不在がちなら、洗濯物は室内干しに
 - 携帯電話は、いつも身近に

ホームページでも防犯のポイントを紹介しています▶



電話相談窓口：奈良県警察本部 (# 9110)

問 危機管理課（☎ 34-4930）

5129)

成人用肺炎球菌予防接種
昭和35年12月生まれ

後期高齢者医療保険料
納期（第7期）は1月15日(木)～31日(土)です

問 福祉医療課（☎ 34・4754）

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

家族
【対象】60歳以上の人とその

**市立春日中学校夜間学級
で、4月に入学する生徒
を募集します**

入学資格：平成23年4月1日までに生まれた市内在住者のうち、中学校を卒業していないか中学校を卒業したが、十分に教育を受けられなかつたため、改めて中学校での学び直しを希望する者は、直接夜間学級へ問合せてください）▼修業年限：3年 ▼受付期間：1月5日～2月27日（平日のみ）の午後1時半～9時間

申電話かEメールで同一時間学級（Eメール：mr-kasuga-j-yakangakkyuu@e-net.nara.jp）ホームページに掲載

教育総務課（☎ 34-5337）

安心を育てるマネーセミナー～家族で学ぶお金の知識～

じき…1月31日(土)午後1時

催し

午後の部	午後1時半～	午前の部	午前9時～	②乳幼児への手当180分(普三)
2月1日(日)・21日(土)	午後1時半～	2月4日(水)・8日(日)・15日(日)	午前9時～	
2月20日(金)・28日(土)		2月4日(水)・8日(日)・15日(日)	午前9時～	
2月1日(日)・7日(土)・12日(木)		2月1日(日)・12日(木)・14日(土)・21日(土)・22日(日)・25日(水)	午前9時～	
2月14日(土)・21日(土)		2月4日(水)・8日(日)・15日(日)	午後1時半～	

応急手当定期講習

①成人への手当180分(普一)

申込はいわう▼



なるほど！人権講座Ⅸ

（八条五丁目）▼定員：中学校高学年も可申専用フォームから開催日の10日前までに申込消防局救急課（☎ 35-1106）

2月22日(日)（午前の部）午前9時～（午後の部）午後1時半～

③救命入門コース90分

同参画センター「あすなら」（杉ヶ町）▼講師：ファイナンシャルプランナーの佐伯タダシさん▼定員：子育て中の保護者40人申往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、1月21日までに同センター（〒630-8357杉ヶ町23番地）へ。1枚につき1人限り。専用の申込フォームからも可。多い場合は抽選問同センター（☎ 23-3111）

①なるほど！川路聖謨／幕末の奈良奉行として知られる川路の生涯（座学）とき…2月13日(金)午後1時半～3時半▼とじる：男女共同参画センター「あすなら」（杉ヶ町）

②なるほど！奥深き絵馬の世界／判じ物、絵解きの世界に触れる（座学）とき…2月20日(金)午後1時半～3時半▼とじる：男女共同参画センター「あすなら」（杉ヶ町）

③昔話、伝説から奈良再発見（フィールドワーク）とき…2月27日(金)午後1時半～4時【講師】古市歴史研究会事務

局長の大谷正二さん
【定員】20人
申電話かFAX、Eメールに住所、氏名、電話番号を書いて、1月21日までに共生社会推進課（☎ 34-4733）からも可

kyoseishakai@city.nara.jp）へ。専用の申込フォームからも可

34-5304 Eメールからも可
申込はいわう▼



意見を募集します
奈良市耐震改修促進計画(案)

市では、地震に強い、安全・安心なまちづくりを進めています。計画の見直し、改定のための意見を募集します。

閲覧期間 1月5日(月)～2月4日(水)

閲覧場所 建築指導課、総務課、各出張所・行政センターで閲覧可(平日の午前9時～正午、午後1時～5時)。市ホームページにも掲載

対象 市在住・在勤・在学の人、市内に事業所を有する個人・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、電話番号(団体は団体名、所在地、電話番号)、意見の対象箇所を書いて、2月4日必着で建築指導課へ。持参、送付、専用フォームからも可。電話は不可

*応募内容は個人情報を除き公開の場合あり。意見への個別対応不可

専用フォームはこちら▶



建築指導課（☎ 34-4750 FAX 32-5057 Eメール：kenchikushidou@city.nara.lg.jp）

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。



申込はこちゅう▼

①奈良いのちの電話協会展
とき：1月11日(日)～30日
▼内容：紹介展示と電話
相談員養成講座の案内

②ボランティア入門講座～手
話ボランティアにふれてみ
よう～
50P
ボ

じき…2月22日(日)午後3時
4時半 ▼定員…48人。在勤も
可 ▼費用…1500円 締1
月15日

申往復はがき、Eメール (ycc
yaku@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、各
締切日必着で同センターエ
ヘ。各教室1通に1人限り。

① パソコン中級教室
② ワード②エクセル
とき：①2月14日～3月28日
の原則毎週土曜日②2月15日～
3月22日の毎週日曜日 午前10時～正午。各6回
▼内容：①
段落書式、作表、グラフィック
ス等②書式設定、閲数 ピボッ
トテーブル等 ▼定員：各13人。
在勤も可 ▼費用：各8500円
締 1月15日

勤労者総合福祉センター
(サン・アクティブ奈良)
〒716-8106 佐保台西町115
1630
24444

◆金継ぎ教室



月1日・15日・29日の日曜日
①午前10時半～午後0時半②
午後2時～4時 ▼ 内容…
本漆と真鍮等の金属粉を使
用 ▼ 講師…木漆工の阪本修
さん ▼ 定員…各6人 ▼ 費
用…各2万6700円 申込
メール (website.admin@na
ra-kogeikan.city.nara.nara.
jp) に講座名、○の別、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、1月26日までに同館へ
直限り。多くの方々に

とき：1月24日(土)午後2時～3時半 ▼内容：ボランティアの基本や心構え、手話
団体の活動紹介 ▼定員：20人。在勤、在学も可
17日午後5時

③家庭・職場・団体活動に活かす「自分の感情とのつき合の方」

とき：2月14日(土)午後2時～4時 ▼講師：ハートフルコミュニケーションの平松容見子さん ▼定員：市内で活動しているNPO、市民公益活動団体関係者、テーマに関心のある人20人。在勤、在学も可
締め切り：2月7日午後5時

申②③電話、Eメール

(volunt-info@city.nara.lg.jp)に講座名、住所、氏名、ふりがな、電話番号を書いて、各締切日までに同センターへ。専用の申込フォームから也可。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

②聞こえのサポーター講座
とき：2月7日～28日の毎
週土曜日 午後1時40分～3
時40分。全4回 ▼内容：地
域で中途失聴者・難聴者の社
会参加を支援するため、正し
い理解と筆談でのサポートを
学ぶ ▼定員：12人。在勤・
在学も可 ▼費用：千円 締
1月22日必着

都市計画案の 閲覧・公聴会開催

都市計画道路平城2号線の変更原案

1月13日(火)～27日(火)

都市計画課

（平日の午前 9 時～午後 5 時）

公職会吏門佐) まこと

2月8日(日)午前10時半

市庁舎地下1階 B1 会

公聴会で意見を述べたい人（市在住か利害関係者に限る）は、具体的な意見の要旨とその理由、住所、氏名、職業、年齢、電話番号を書いて、1月27日必着で同課へ送付。専用フォームから也可。

※提出がなかった場合は、公聴会の開催を中止。
開催の有無・傍聴方法は1月28日
以降に市ホームページに掲載

申込フォームは[こちら](#)



閻含甘·提出先 同課 (34-4748)



中部公民館

〒630-8228 上三条町 23-4
☎ 26-6506・㈹ 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！」	「インドから日本へ 仏教伝来の道」をテーマに講演 1/24 潤朝子さん、2/28、3/28 西山厚さん 10:00～12:00(3) ◎成人 150 人 ￥2,000 円 場所：学園前ホール（学園南三丁目）	1/14
どんな 色が好き? 親子で 考える ジェンダー	ランドセルはどんな色がいい？ジェンダーについて考える 2/1 13:30～15:00 ◎小学生と保護者 10 組（最大 30 人、在学も可） 場所：男女共同参画センター（杉ヶ町）	1/20

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
☎・㈹ 0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
おいしく 異文化交流 ～韓国～	郷土料理ビビンバ作りを通して異文化交流 2/14 9:30～12:00 ◎小学生以上 12 人（在勤・在学も可） ￥1,200 円	2/4

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目 9
☎・㈹ 43-5386

講座名	開催日・内容	締切
いま、 改めて 考える防災	講演を通して災害への備えや意識を高める 1/25 13:30～15:30 ◎成人 30 人（在勤も可）	1/16
ゴスペルに 挑戦 してみよう！	楽しく学んで自主グループ活動を目指す 1/28、2/4、2/18、2/25 19:00～20:30(4) ◎成人 15 人（在勤・在学も可）	1/17

富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
☎・㈹ 48-3066

講座名	開催日・内容	締切
いきいき サロン	1/16 モルック体験 13:30～15:00、 2/20 映画「おくりびと」の上映 13:30～ 15:40、3/13 アコーディオン演奏会 13:30～ 14:30 ◎65 歳以上の人	20P 長 申込 不要
介護に ついて 学ぼう！	介護保険制度や地域の現状、介護技術等について学ぶ 2/7、2/14 10:00～11:30(2) ◎成人 30 人	1/29
とみなん ミュージック サロン♪	ボランティアと公民館職員による演奏 2/1 13:00～14:00 ◎入場自由	申込 不要

【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

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
☎・㈹ 23-2804

講座名	開催日・内容	締切
はじめての 男性 家庭料理	手軽に作れる栄養バランスの取れた料理の実習 1/28、2/25 9:30～12:30(2) ◎成人男性 8 人（在勤も可） ￥1,800 円	1/14
親子で パンを つくろう！	手ごねでピザパンとミルクロールパンを作る 2/1 9:30～13:00 ◎小学生と保護者 8 組（2 人 1 組） ￥1 組 1,500 円	1/20
おとな デビュー！ 日本酒の ススメ	お酒の魅力と味わい方、楽しみ方を学ぶ 2/14 13:30～15:00 ◎20～おおむね 40 歳の人 22 人（在勤も可）	1/31

興東公民館

〒630-1242 大柳生町 3633
☎・㈹ 93-0400

講座名	開催日・内容	締切
竹細工に 挑戦	竹かごを作る 1/31、2/7 10:00～12:00(2) ◎成人 12 人（在勤・在学も可） ￥500 円	1/20
卓上型 ステレオ スピーカーを 作る	小型のバックロードホーンスピーカーを作る 2/15、2/22 13:30～16:00(2) ◎成人 8 人（在勤・在学も可） ￥3,300 円	1/29

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
奈良の 地形と 自然環境	地形や植生、水環境から奈良の秘密を学ぶ 講師：奈良女子大学学長の高田将志さん 1/24 10:00～11:30 ◎成人 80 人	1/14
教養講座	「万葉集にみる男と女とーともに生きる社会を考 えるー」をテーマに講演 講師：奈良大学文学部准教授の鈴木喬さん 2/21 10:00～11:30 ◎成人 80 人（在勤も可） ★託児可	2/7

西部公民館

〒631-0034 学園南三丁目 1-5
☎ 44-0101・㈹ 44-0103

講座名	開催日・内容	締切
家庭教育 講演会	スポーツをする成長期の子どもの身体に必要 な栄養について学ぶ 講師：スポーツ栄養医学指導士の小川貴美子 さん 1/24 13:30～15:30 ◎小学生～高校生の保護者 40 人（在勤も可） ★託児可	1/15

込も可。託児希望（定員あり。託児可の講座に限る）
の場合は、「託児希望」と子の氏名・性別・
月齢を記入

生涯学習財団ホームページ▶



長 このマークがある講座は長寿健康ポイント対象事業です。
70歳以上の人々にポイントを付与します。

ボ このマークがある講座はポイント対象事業です。
年齢に関係なく、ポイントを付与します。

//////////

■平城東公民館

〒631-0806 朱雀六丁目9-1
☎・✉ 71-9677

講座名	開催日・内容	締切
チャレンジ 「3B 体操」	無理なく楽しく運動習慣を身につける 2/10、3/10、3/24 10:00～11:00(3) ◎成人10人(在勤・在学も可)	50P ボ 1/30
チャレンジ 「シニア ヨガ」	高齢者向けのヨガを体験 2/12、2/26 14:00～15:00(2) ◎成人10人(在勤・在学も可)	50P ボ

■都跡公民館

〒630-8032 五条町204-1
☎・✉ 34-5954

講座名	開催日・内容	締切
都跡で望む 山焼き	作品展示、お茶席の体験、夕暮れコンサート、 山焼き鑑賞会 1/24 9:00～19:00 ◎入場自由 ※小学生以下は保護者同伴要	申込不要

■三笠公民館

〒630-8115 大宮町四丁目313-3
☎・✉ 33-0515

講座名	開催日・内容	締切
我が家でも 家事シェア	多忙なママから家事分担について学ぶ 1/17 12:30～13:30 ◎成人20人(在勤も可) ★託児可	1/10
学ぶ・ たのしむ ～奈良の 食編～	1/24 味噌づくり、2/21 大和茶で茶がゆ、 3/21 奈良の郷土食 13:30～15:30(3) ◎おむね40～60歳の人20人 ￥2,000円	1/15
三笠公民館 サロン ♪みんなで 歌おう♪	童謡や唱歌をみんなで歌う 講師:自主グループ「奈良保育のうたごえ」 1/20 10:30～11:30 ◎65歳以上の人、入場自由	申込不要 20P 長

■柳生公民館

〒630-1237 柳生町340
☎・✉ 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・柳生 -かきもちはりー	地域に伝わるおやつ、かきもちはりーを作る 2/14 14:00～16:00 ◎成人15人(在勤・在学も可) ￥1,500円	2/6

■若草公民館

〒630-8202 川上町575
☎・✉ 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
パティシエ 気分♪ (高学年編)	きたまちにある、ケーキカフェのパティシエ から学ぶチョコレート菓子 1/24 10:30～12:30 ◎小学4～6年生12人 ￥1,200円	1/16
パティシエ 気分♪ (低学年編)	きたまちにある、ケーキカフェのパティシエ から学ぶチョコレート菓子 2/7 10:30～12:30 ◎小学1～3年生8人 ￥1,200円	

★託児可(6ヶ月～就学前) 事前申込要

■登美ヶ丘南公民館

〒631-0013 中山町西二丁目921-1
☎・✉ 47-6375

講座名	開催日・内容	締切
地域若者 作品展	地域の小・中学生の美術作品を展示 1/17～1/29(休館日を除く) 9:00～17:00 ◎入場自由	申込不要
あやめ池の 野鳥観察	あやめ池周辺の野鳥の生態を観察する 2/12 9:30～12:00 ◎成人20人(在勤・在学も可) ※現地集合・解散	1/29

■南部公民館

〒630-8434 山町27-1
☎・✉ 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
大人が 楽しむ 絵本時間	大人向けの絵本の読み聞かせ、選書のポイント 1/21 10:30～11:30 ◎成人15人(在勤・在学も可)	1/10
わんどく IN 南部	読書介助犬に本を読み聞かせる 2/1 1部:13:20～14:00、2部:14:30～15:10 ◎小学1～4年生と保護者各5組(2人1組、在学も可) ※申込時に希望の時間帯を記入	1/20
子育て ひろば IN 南部	ミュージックケア・子育てブチ講座・座談会 2/8 10:30～11:45 ◎未就学児と保護者13組(最大30人) ※子育てに関心のある人も参加可	1/31

■二名公民館

〒631-0027 学園赤松町3684
☎・✉ 46-9113

講座名	開催日・内容	締切
親の笑力フェ 1月編	不登校の子どもを持つ保護者の集いの輪 1/18 13:00～17:00 ◎小学生～高校生の保護者(在勤も可)、 入場自由 ￥400円	申込不要
パパと 料理に挑戦! (冬)	おいしいチーズケーキづくりに挑戦 2/15 10:00～12:30 ◎小学生と父親8組(2人1組) ￥1組1,600円	1/22
子どもの やる気を 育てる ～不登校は 悪くない～	子どものやる気を育てるポイントを学ぶ 2/7 13:30～16:30 ◎小学生以上の保護者15人	1/27

■伏見公民館

〒631-0841 青野町二丁目13-4
☎・✉ 45-9864

講座名	開催日・内容	締切
ふしみ親子 クッキング☆	チャーハンと中華スープを作る 1/25 10:00～13:00 ◎小学生と保護者8組(2人1組) ￥1組1,000円	1/15

■平城西公民館

〒631-0804 神功四丁目25
☎・✉ 71-5711

講座名	開催日・内容	締切
大人が 楽しむ アートの時間	お洒落なペーパーパペストリーを作る 1/31 14:00～15:30 ◎成人15人(在勤も可) ￥100円	1/16
スパイスで 魅せる 男の カレー塾	人気店の店主から学ぶミートカレーとシーフードカレー 2/1、2/8 10:00～12:30(2) ◎成人男性16人(在勤も可) ￥3,000円	
出前公民館 in 右京 ～心に響く 朗読の世界～	朗読劇団「泉座」の鑑賞 1/29 10:00～11:30 ◎成人(在勤も可)、入場自由 場所:右京地域ふれあい会館(右京三丁目)	申込不要

古都祝奈良
KOTO
HOGU
NARA
こ と は な ら

奈良市アートプロジェクト

ならまちアート・コラボラトリート・

2月11日(祝)

午後1時～4時

ならファミリー

らくだ広場(西大寺東町)

未来について考え、技術を楽しく学び、
XR体験ができるワークショップを開催します。
未来のまちをみんなで想像しませんか。

申込等、くわしくはこちら▼



①オープン型ワークショップ

テクノロジーで未来を考え、
あそびながらまなぼう！

XR等を使ったワークショップです。
小学生を中心に誰でも参加できます。

②クラスルーム型ワークショップ

みんなで描こう、未来のまち！
“もしも”をカタチにする、
未来創造アイデアソン

中学・高校生を対象に、講師による楽しい技術紹介や、未来のまちを想像し、意見交換・発表を行います。

【とき・内容】午後1時・楽しい未来技術の紹介／2時・グループワーク／3時・発表
【定員】40人【申込】専用の申込フォームから1月31日までに申込

【講師・ファシリテーター】

安藤英由樹さん(大阪芸術大学芸術学部アートサイエンス学科教授)

大谷智子さん(大阪芸術大学芸術学部アートサイエンス学科准教授)

清川清さん(奈良先端科学技術大学院大学教授)

森山朋絵さん(メディア芸術キュレーター／東京都現代美術館学芸員)

※講師・開催内容は変更となる場合あり

【問合せ】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



【問合せ】同事務局(0742-26-5600)

子ども奈良 CITY Z リーダー作戦会議

参加者
募集

3月7日(土)・8日(日)に生涯学習センターで開催する、
子どもが運営する小さなまち「子ども奈良 CITY Z」に向けて、
リーダーとして「まち」をつくる小・中学生を募集します。
「子ども奈良 CITY Z」には、どんな仕事が必要なのか、
みんなのアイデアで、みんなのまちをつくりましょう。

とき

1月18日(日)、2月1日(日)・15日(日)、3月1日(日)
午後1時半～4時半(全4回)※活動日追加の可能性あり

ところ

生涯学習センター(杉ヶ町)

定員

小学4年生～中学生50人※在学も可

申込

往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、電話番号を書いて、1月10日必着で「子どもの参画ネットワーク奈良」事務局(〒630-8357 杉ヶ町23市生涯学習財団内)へ。「子どもの学び・体験ナビ」ホームページからも可。多い場合は抽選

/スマートフォンでいつでも相談/ シニアよりそいAI相談の 実証実験が始まります

認知症のことや知り合いに話しにくいことを、生成AI「AIちゃん」がスマートフォンアプリ「LINE」で相談にのります。365日24時間使用でき、誰でも無料です。専門的な情報、サポートが必要な人には、専門資格をもつ相談員による有人での相談体制も整備しています。この機会に、AIちゃんと話してみませんか。

AIとは:人間のように考えたり、学んだり、判断する技術。文章等を作るAIを生成AIという

相談内容の例

- ・最近物忘れが多くなってきた夫のことが心配
- ・将来、一人で過ごすのに不安を感じる
- ・毎日を楽しく過ごすヒントがほしい 等



▲AIアシスタントのAIちゃん

使い方

1.



上の二次元コードを
読み取る

2.



LINEの友だち追加
ボタンを押す

3.



トーク画面から、
相談内容を入力

【問合せ】福祉政策課 (☎ 0742-34-5196)

/70歳以上の人対象/

まほろば健康ウォーク 「奈良暦と陰陽師の跡を訪ねて」

親族等での集まりが増え、つい食べ過ぎてしまうこの季節。健康のために、奈良のまちを散策しませんか。なら・観光ボランティアガイドの会が案内します。



とき 1月21日(水)午前9時～正午
※雨天決行。警報発令時等は中止

定員 80人

コース 近鉄奈良駅前行基広場(集合)～史料保存館～鎮宅靈符神社～吉備塚古墳～閼伽井庵～ささやきの小径～石荒神社～聖明神社～三社池～大仏殿前バス停(解散)
(約6km)

対象 70歳以上の人

費用 300円

持物 タオル、お茶等

申込 専用の申込フォームから1月5日～16日に申込。長寿福祉課へ電話も可。定員に達し次第終了

申込は
こちら▶



【問合せ】同課 (☎ 0742-34-4952)



学生向けプログラム ならわい for students ～文化のまちをつくる3日間～

学生が奈良の企業の新規事業（なりわい）に取り組む短期集中プログラム。奈良で活動する人と、まちをフィールドにした新たな「たくらみ」を始めてみませんか。

「起業したい」「地域と関わりたい」「奈良をもっと面白くしたい」そんな学生の中にある思いを形にする3日間のプログラムです。今年度のテーマは「文化のまちをつくる」。学生のみなさんと伝統ある企業が一つになり、奈良が長い歴史とともにつくれてきた「文化」を改めて問い合わせ直します。

【とき】3月4日（水）～7日（土）

【ところ】BONCHI（橋本町）

【内容】5人1チームで、企業からのお題に取り組む。企画立案のレクチャーを受けた後、フィールドワークを行い、アイデア創出から提案まで、チームで意見を出し合いながら進行

【定員】18～25歳までの学生10人程度（5人×2チーム）

【申込】申込フォームから1月14日までに申込

申込はこちら▶



受入先企業	テーマ
砂糖傳増尾商店	「甘い」の新しいかたちをデザインする
中川政七商店	暮らしの工芸を再発見する仕掛けづくり

タイムスケジュール

DAY0	3/4（水）午後4時～	チームビルディング研修、交流会
DAY1	3/5（木）終日	企画立案講座、企業ヒアリング、リサーチ・フィールドワーク
DAY2	3/6（金）終日	リサーチ・フィールドワーク、企画立案、中間発表
DAY3	3/7（土）終日	発表準備、最終発表、振り返り、懇親会

学べること・ 得られること

- ・チームで物事を進める経験
- ・企画やコンセプトのつくり方
- ・リサーチ・フィールドワークの手法等

こんな人に おすすめ

- ・地域に関わるきっかけが欲しい人
- ・起業を考えている人
- ・将来につながるスキルや経験を得たい人

昨年度 参加者の声

- ・とても大変だったが楽しく、熱意ある仲間と本気で取り組むことができた
- ・「失敗しても何も損しない場所」で挑戦する大切さに気づくことができた
- ・学校生活では得ることができない、今後の人生に役立つ貴重な経験だった

昨年度の様子はこちら▶



【問合せ】産業政策課（☎ 0742-34-4741）

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～オリオン座のおはなし～」 【定員】 各回40席	1月の土・日曜日、祝日 ①午前10時半～10時50分 ②午後1時半～2時	当日受付
おはなしの会「おかあさんのたんじょうび」他	1月10日(土) 午前11時～11時半	
映画上映「まんが日本昔ばなし おいてけ堀 / 河童のくれた妙薬」 【定員】 190席	1月11日(日) 午後1時～1時半	申込不要
ものづくり体験教室「顔彩で描こう！」 【定員】 小学1年生以上各回15人	1月17日(土) ①午前10時～11時 ②午後1時半～2時半	当日受付
チチチ☆クラフト 「江戸時代のおもちゃ“ズボンボ”を作ろう」 【定員】 各回12人	1月25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	当日受付
ナイトプラネタリウム「きまぐれプラネタリウム～旬な星空 お届けします～」 【定員】 40席 ※小学校高学年から大人向け。大人だけの参加可	1月30日(金) 午後6時半～7時10分	
プログラミング教室「高校生によるプログラミング教室～光と音で遊ぼう～」 【定員】 小学3～6年生各回9人	1月31日(土) ①午前10時半～正午 ②午後1時半～3時	1月12日
ロボット教室「高校生によるロボット教室」 【定員】 小学1～6年生各回10人	2月1日(日) 午後1時～1時半	
映画上映「まんが日本昔ばなし うばすて山 / 芋ほり長者」 【定員】 190席	2月1日(日) 午前11時～11時半	申込不要
おはなしの会「ばく にげちゃうよ」他	2月7日(土) 午前11時～11時半	
ものづくり体験教室「古代瓦の拓本づくりと古代ボードゲーム『かりうち』遊び」 【定員】 小学1年生以上各回12人 【費用】 300円	2月8日(日) ①午前10時～正午 ②午後1時半～3時半	1月19日
科学実験教室「海の中の小さな生き物たち (チリメンモンスター)」 【定員】 小学1年生以上各回18人 【費用】 300円	2月11日(祝) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	
科学実験教室「ミラクル！カガクル！～色が変わる水のひみつ～」 【定員】 5歳以上の人各回12人	2月14日(土) ①午前11時～11時40分 ②午後2時20分～3時	
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はできません	2月15日(日) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	1月26日
宇宙教室「バルーンロケットを飛ばそう」 【定員】 小学1年生以上各回18人	2月21日(土) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	
ものづくり体験教室「地球コマを作ろう」 【定員】 5歳以上の人各回15人	2月23日(祝) ①午前10時～11時 ②午後1時半～2時半	2月2日
科学実験教室「モーターを使ってホバークラフトを走らせよう！」 【定員】 小学2年生以上12人 【費用】 600円	2月28日(土) 午前9時半～11時半	
天文教室「星座ランタンを作ろう」 【定員】 5歳以上の人各回15人 【費用】 300円	3月1日(日) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	2月9日

【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)。12月27日～1月5日まで休館。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▼

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



若草山焼き 行事 1月24日(土)

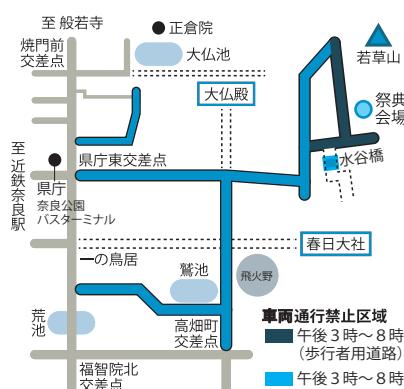
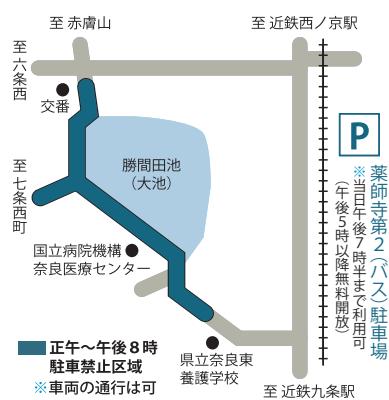
古都奈良に早春を告げる伝統行事。

夜空に広がる美しい花火や、
山肌を燃やす迫力ある炎は必見です。

- 大花火打ち上げ：午後6時15分
- 一斉点火：午後6時半

交通規制等の注意事項

- 当日は交通規制があります。公共交通機関を利用してください
- ▶ 交通事情等により、規制内容・時間が異なる場合があります
 - ▶ 当日は七条二丁目の勝間田池（大池）周辺等が駐車禁止区域になります
 - ▶ 平城宮跡みやと通り（佐紀町交差点～二条大路南三丁目交差点）午後2時～8時が駐停車禁止、奈良奥山ドライブウェイ「新若草山コース」、「奈良奥山コース」午後2時～8時が通行止め
 - ▶ 近隣の迷惑や通行の妨げとなる場所での駐停車は控えてください



一部エリア有料化のお知らせ

近年、観光客が増加していることを考慮し、安全のための混雑緩和と警備体制の強化を目的として、有料観覧エリアを設けます。入場料は、警備費等の運営費として、これからも伝統行事を大切に受け継いでいくために活用します。



有料エリアはこちら▶



◀販売情報はこちら

【当日の問合せ】 IP電話（☎ 050-3626-2211）※プリペイド式携帯電話や一部IP電話等からは、つながらない場合あり

【問合せ】 若草山焼き行事実行委員会事務局（県奈良公園室内 ☎ 0742-27-8677）

春日の 大とんど

1月24日(土)午後1時～6時

【ところ】 飛火野
(春日大社境内 春日野町)

【問合せ】 市観光協会
(☎ 0742-30-0230)

飛火野に高さ3mの火炉を設置し、
お正月に神社に持ち込まれた古いお札やお守り、
しめ縄飾りを焚き上げ、無病息災・五穀豊穣を祈願します。

※しめ縄等の受付は午後4時半まで※行事内容が変更になる場合あり。雨天時は25日(日)に延期

市では2年に1度、写真文化の発信と新たな写真家の発掘を目的とする「入江泰吉記念写真賞」、「ならを見る」をテーマに奈良の新たな魅力の発見を目指す「なら PHOTO CONTEST」を開催しています。

今回は、入江泰吉記念写真賞98作品、なら PHOTO CONTEST 372作品から受賞作品を決定しました。

第六回 入江泰吉記念写真賞



受賞作品「路傍の光 (82枚組)」中古 樹

1996年茨城県生まれ。日本大学芸術学部写真学科卒業。2018年「第66回 ニッコールフォトコンテスト」U-31賞。2019年「記憶の里」で日本大学芸術学部長

賞受賞。この他、「路傍の光」で2024年前田真三賞ノミネート、2025年第3回9の穴グランプリ等、受賞歴多数

第六回 なら PHOTO CONTEST



なら賞「若草山焼きの日 (単写真)」
笠井 忠



日本経済新聞社賞「春呼ぶ (単写真)」
日岡 弓枝



特別賞「面会 (単写真)」
薬丸 冬哉



入選 24 作品。同コンテストホームページに全作品を掲載。くわしくはこちら▶

上記の受賞作品の 展覧会を開催します

※入江泰吉「大和路三十三景」展を
同時開催

とき

1月16日(金)~3月29日(日)午前9時半~午後5時※入館は4時半まで

ところ

入江泰吉記念奈良市写真美術館(高畠町)

費用

小・中学生 100円、高校・大学生 200円、一般 500円。毎週土曜
日は小・中学生、高校生無料。市在住の70歳以上の人、障害者(手
帳要)と介護者は無料

作品解説

第2・第4土曜日午後2時

【問合せ】入江泰吉記念奈良市写真美術館(☎ 0742-22-9811)

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



大好評につき、現在 200 人以上の応募・申込があります。順に掲載しますので、楽しみに待っていてください。



もちくん(1歳3か月)



なぎさちゃん(1歳)



とうやくん(3か月)



こよりちゃん(6か月)



えいじくん(10か月)



りつくん(5か月)



ひなた
陽向くん (3か月)



れいくん (3か月)



ちはやくん(2歳8か月)



はるくん(1歳3か月)



りゅうせいくん(7か月)



ここな
心奈ちゃん(2か月)



かんちゃん (1か月)



いつきくん (6か月)



ぜんくん (1か月)



ちはる
智遥ちゃん(2か月)



せなちゃん (2か月)



さくとくん (6か月)



みづきくん (6か月)



侑生くん(1歳6か月)



ふう
か
風羽香ちゃん(8か月)



さなちゃん (6か月)



かいくん (6か月)



こたろうくん(1歳10か月)

みんなの フォトギャラリー

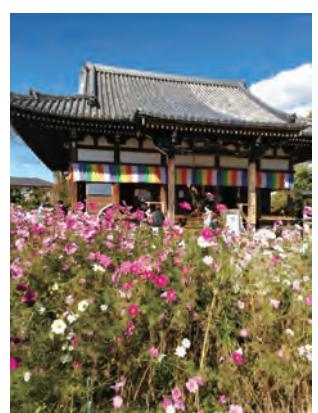
応募、求ム!



【場所】菓子35山
【撮影】高橋瑞穂さん



中町の秋
【場所】中町
【撮影】境寛さん



【場所】般若寺
【撮影】福西均さん



Pick Up

「探さない子育て」を応援/
子ども未来部  **はじめませんか?**

忙しい毎日の中で、子育て情報を探すのに苦労した経験はありませんか。市子ども未来部の公式LINEなら、子育てに関する最新の情報が届きます。ぜひ友だち追加してください。

友だち追加は
たったの30秒



◀登録は
こちら

配信内容の例

- 保育所・幼稚園の募集情報
- 子育てイベント、講座の案内
- その他、子育てに役立つ情報 等

【問合せ】このページについて：秘書広報課 (☎ 0742-34-4710)
子ども未来部LINEについて：子ども政策課 (☎ 0742-34-4792)

持続可能な循環型社会へ 皆で考えるごみ処理の未来



▲懇談会の様子。31人が参加

現在、「ごみ処理施設」では大規模改修が行われており、6月から11月には、焼却炉の4炉全てが停止予定。その間は、他市町村等に処理を委託する「区域外処理」が必要で、現状のごみ処理量での費用は約15億円にのぼると予想されています。市長は「ごみの減量が必要不可欠。将来のクリーンセンターの処理量にも関わるので、みなさんの理解と協力を得たい」と述べました。

今後も市が抱えるごみ処理の課題に向き合い、市民のみなさんにとって望ましい政策を選択し、持続可能な循環型社会を目指します。

市は11月13日、市議会議員を対象に、新クリーンセンター建設に関する「懇談会」を実施しました。市長はあいさつの中で、バイオガスを活用したエネルギーの地産地消や紙おむつの再資源化等、他市の取り組みを紹介。また、環境省職員を招いて講演を行い、参加者からは積極的な質問が相次ぎました。

現在、「ごみ処理施設」では大規模改修が行われており、6月から11月には、焼却炉の4炉全てが停止予定。その間は、他市町村等に処理を委託する「区域外処理」が必要で、現状のごみ処理量での費用は約15億円にのぼると予想されています。市長は「ごみの減量が必要不可欠。将来のクリーンセンターの処理量にも関わるので、みなさんの理解と協力を得たい」と述べました。



▲多くの人でぎわった物産展では、奈良市と各都市とのつながりに驚く人も

29・30日には、国内の友好姉妹都市（郡山市・小浜市・太宰府市・宇佐市・多賀城市）の観光物産展を開催。各ブースでは、両手いっぱいに特産品を購入する人や観光スポット等を質問する人の姿も。晴天のもと、両日あわせて約2千人が同施設を訪れました。

交流スペースやカフェ、ドッグラン等、多くの人でぎわう同施設。今後もこの場所を発信地として、さまざまな市の取り組みを展開します。

市は11月22日から30日の間、クロスウェイなかまちの開駅1周年に合わせ、「奈良市ウイーク」を実施しました。直売所の新鮮な県産野菜等が目玉の同施設で、「富雄丸山古墳を学ぶ講演」や「もつたいない食器市」等、市で人気のイベントを開催。レストランでは慶州市（韓国）・揚州市（中国）の名物料理を特別メニューとして提供し、多くの人が友好姉妹都市の珍しい料理に舌鼓を打ちました。

9月の創刊から今年で

77年目になります。2025年を振り返ると大阪・関西万博や戦後80年といった100年単位で歴史的な区切りとなる出来事が多かったように思います。



市役所と市民のみなさまをつなぐ「しみんだより」も1950年

友好姉妹都市も大集合 道の駅で奈良市ウイーク開催

市長コラム

Vol. 152

仲川 伸

今年は大規模改修で環境清美工場が半年間停止します。これまで焼却処分してきた生ごみですが、今年は再資源化に向けて大きな一步を踏み出す年にしていきましょう！

先日、テレビで久しぶりに映画「バック・トゥ・ザ・フューチャー」を観ていると大きな発見がありました。この映画は1985年に公開されたSF映画ですが、30年前の過去と30年後の未来にそれぞれ旅立つストーリーになっています。面白いのはタイムトラベルを実現するデロリアンという自動車の燃料。舞台となつた85年にはプルトニウムを燃料に走るのですが、55年には落雷のエネルギーで、また30年先の2015年には生ごみ発電からエネルギーを得る事になっています。

今年は大規模改修で環境清美工場が半年間停止します。これまで焼却処分してきた生ごみですが、今年は再資源化に向けて大きな一步を踏み出す年にしていきましょう！

Public Life Labo

ひらく であう つながる わたし・たちの暮らし

公園や道路等の公共空間や地域資源を生かし、
「自分たちの欲しい暮らしや営み」をつくりたい人のための
ワークショップ「パブリックライラボ」。

今回は、「知識・経験・時間を共有することで生まれる、
新しい日常の風景」について、実践者の話を聞きます。

自身の活動の見つめ直しや挑戦へのヒント、
地域と関わる次の一步が見えてくるはずです。
ぜひ参加してみてください。

Guest ゲスト



青木 純さん
(まめくらし代表取締役)



小嶋 直さん
(つなぐば家守舎代表取締役)



松村 美乃里さん
(つなぐば家守舎取締役)



藤岡 俊平さん
(紀寺の家)



三原 賢治さん
(パンダ合同会社)

プロフィール：池袋東口グリーン大通りを舞台にした「IKEBUKURO LIVING LOOP」(2017年～)では地元企業と共に官民連携事業に取り組み、グッドデザイン賞2024で地域社会デザインのグッドフォーカス賞を受賞

2人が運営する
「シェアアトリエつなぐば」
はこちら▶



【申込】

専用の申込フォームから
1月25日までに申込。
多い場合は抽選



【問い合わせ】都市政策課 (☎ 0742-93-6598)

一般広告



ちぢみ小松菜とモツツアレラのサラダ

甘味が強く、肉厚で食感を楽しめる「ちぢみ小松菜」。市でも生産されています。小松菜の甘味とチーズの塩気を生かしたサラダを味わってみませんか。



【材料】(2人分)

- ・ちぢみ小松菜 2束
- ・モツツアレラチーズ 50 g
- ・オリーブオイル 大さじ2
- ・レモン汁 小さじ1/2
- ・塩・ブラックペッパー 各少々

【作り方】

- ①ちぢみ小松菜を3~4cmの長さに切る
- ②①と一口大に割いたモツツアレラチーズをボウルに入れる
- ③②にオリーブオイル、塩を加えて和え、レモン汁、ブラックペッパーをかけて完成

●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）

今のストレス、見える化しよう。

こころの体温計で ストレスチェック



不眠やストレス、不安の高まりはありませんか。パソコンやスマートフォンから心のストレス度や落ち込み度が簡単にチェックできます。相談窓口の案内もあるので、活用してください

くわしくはこちら▶



【問合せ】保健予防課（☎ 0742-93-8397）

1月の主な行事・市の催し

- | | |
|--------|-------------------------------------|
| 1日(祝) | 歳旦祭（御神火拝戴祭） <small>（率川神社）</small> |
| 2日(金) | 除夜の竹明り（大安寺） |
| 3日(土) | 修正会（帶解寺、1・3日 唐招提寺、1~3日 霊山寺・大安寺・薬師寺） |
| 4日(日) | 年始特別祈禱（～3日 西大寺） |
| 5日(月) | 日供始式並 興福寺貴首社参式（春日大社） |
| 6日(火) | 神樂始式（春日大社） |
| 7日(水) | 修正会（～5日 正暦寺） |
| 8日(木) | 南市の初えびす（春日大社末社 南市恵毘須神社） |
| 9日(金) | 初戎祭（率川神社） |
| 10日(土) | 初玄奘縁日（薬師寺） |
| 11日(日) | 御祈祷始式（春日大社） |
| 12日(月) | 大辯才天初福授法会（靈山寺） |
| 13日(火) | 修正会（東大寺） |
| 14日(水) | 市立小・中・高等学校始業式 |
| 15日(木) | 初薬師縁日 大般若經転読法要（薬師寺） |
| 16日(金) | 市立幼稚園・こども園始業式 |
| 17日(土) | 春日の十日えびす（春日大社末社 佐良氣神社） |
| 18日(日) | 消防出初式（消防局総務課） |
| 19日(月) | 菩提院清酒祭（正暦寺） |
| 20日(火) | 人権を確かめあう日 |
| 21日(水) | 舞楽始式（春日大社） |
| 22日(木) | 奈良市二十歳を祝う会（県コンベンションセンター・地域教育課） |
| 23日(金) | 大般若經転読法要（唐招提寺） |
| 24日(土) | 新春初釜大茶盛式（西大寺） |
| 25日(日) | 閻魔まいり法要（白毫寺） |
| 26日(月) | 子ども安全の日 |
| 27日(火) | 初観音供（西大寺） |
| 28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 |
| 29日(木) | 21日大師供（西大寺） |
| 30日(金) | 23日 光仁会<癌封じ笹酒祭り>（大安寺） |
| 31日(土) | 24日 若草山焼き（若草山） |
| 1月(火) | 25日 春日の大とんど（春日大社 飛火野） |
| 2月(水) | 26日 新春初護摩大祈禱（十輪院） |

※緑字は寺社年中行事