

特集
pickup!

新・奈良の夜、始まる。 地域が潤う、宿泊型観光への挑戦

写真：LAMPBAR（角振町）

もくじ contents

自身や周りの人の命を守るために
風水害に備えて p6

健康診査と各種がん検診等の受診券（票）が1枚に
けんしんパスポートを6月下旬に送付 p26

ジャパン・ナショナル・オーケストラとの共演
合同演奏会で共演する小・中学生を募集 p29 ならトピ p31

生活・健康 p10 子育て p11
シニア p13 催し p14
スポーツ・文化情報 p18
生涯学習 p24

新・奈良の夜、始まる。

地域が潤う、宿泊型観光への挑戦

日没とともに、奈良は昼間とは異なる

豊かな表情を見せ始めます。

悠久の時間を刻む歴史遺産と、

現代の洗練された感性が交差し、

新しい「夜の魅力」に。

この夜を美しく彩るのは、

古くからこの地で守られてきた「氷」。

その透き通った輝きは、

今や世界を魅了する至高の一杯や、

幻想的な夜の風景へと姿を変え、

人々の滞在をより深いものにしていきます。

これからの奈良を彩り、

街を豊かに潤していく、

新時代の奈良の夜の魅力を紹介します。

写真：氷献灯の様子（氷室神社）

今、奈良観光が人気なわけ

① 関西圏の宿泊者数増加率（都道府県別）

自治体	前年比 (%)	令和7年(人)
奈良県	+11.6	3,164,290
大阪府	+0.3	57,600,530
京都府	-0.7	33,968,650
和歌山県	-1.1	4,958,220
兵庫県	-1.1	16,327,450
滋賀県	-3.7	4,718,070

■ 宿泊者数の増加率は関西 1 位

円安等の影響で全国の宿泊者数は急増し、奈良にもその効果は波及しています。関西圏の宿泊者数の前年比は奈良県が+11.6%でトップに（令和7年時点）。宿泊者数自体は約300万人と、近隣府県への流出が顕著ですが、それは裏を返せば**最大の伸びしろ**があるということ。宿泊客をいかに増やすかが、市の観光分野での課題となっています。

Point

宿泊による経済効果は6倍以上

宿泊客は日帰り客の6倍以上もの経済効果をもたらします。また、夜の街に「人の目」が増えることで、地域の防犯効果もアップします。

② 市内の観光消費単価（令和6年）

日帰り客 4,938円 **約6倍** 宿泊客 31,754円

■ 外国人観光客にも 選ばれるまち

奈良市は、外国人観光客の訪問先として根強い人気を保っています。昨年の都道府県別の内訳では関西圏で3位・国内全体で7位と、ともに上位を記録(③)。また、令和6年に奈良市内へ訪問した外国人観光客数は297.7万人(④)と好調で、令和7年はコロナ禍前の水準を上回る見込みです。

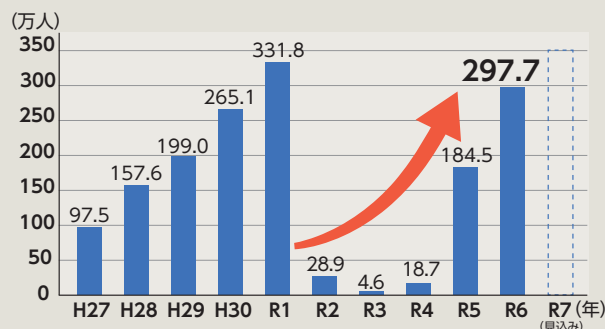
③ 令和7年訪問率 ランキング (関西・都道府県別)

1位
大阪府
(41.3%)

2位
京都府
(29.7%)

3位
奈良県
(9.0%)

④ 奈良市の外国人訪問者数



これからの奈良の観光は、質の向上

外国人が奈良を訪れる目的は「買い物」よりも、「特定のスポットの訪問」や「景観や自然を楽しむ」「歴史や文化に触れる」が大半を占め、奈良の地や歴史への共感が垣間見れます。こうした本物志向の観光客に向けて、この街で過ごす時間をより豊かに楽しんでもらうための新たなコンテンツ開発や受け入れ環境づくりに、地域一体となって着手しています。



■ 猿沢池周辺の温泉調査

猿沢池周辺で温泉源の調査と、周辺の賑わいづくりに向けた計画策定を進めています。特に観光客が減少する冬の時期に宿泊客を増やす大きな強みに。年間を通じて観光産業のさらなる活性化を目指します。

■ 宿泊事業者の国際認証取得の応援

環境保全や地域文化へ配慮する宿が、世界基準の「国際認証」を取得するための研修と費用補助を行っています。認証を受けた宿が増えることは、私たちの街の環境を守ることもつながります。

補助金活用で認証を取得した宿(令和7年度)

紫翠 ラグジュアリーコレクションホテル 奈良	Sakura Quality An ESG Practice の「4 御衣黄ザクラ」
ノホテル奈良	[Green Key]

世界水準の「BAR」で宿泊型観光を加速

実は奈良市、LAMPBAR 金子さんをはじめとする世界トップレベルのバーテンダーや名店が点在する「BAR のまち」として密かに注目を集めています。現在、「日帰り型から宿泊型への転換」という観光課題を達成するため、この強みを生かした夜の魅力発信を強化。歴史ある街でゆっくりと語り、個性豊かな BAR やレストランを巡る「ホッピング」を楽しむ。そんなぜいたくな夜の時間を体験することが、宿泊へとつながる一歩になります。こうした新しい夜の過ごし方を、市民のみなさんと観光客と一緒に楽しめる注目の取り組みを紹介します。



▲中心市街地にもカクテルを楽しめるお店がたくさん

▲対象店舗はこちら

■ 極上のカクテルを手軽に楽しむ「ナラノヨル」

「ナラノヨル ~ Nara by Night ~」は、LAMPBAR 金子さん監修のカクテルを市内の BAR やレストラン、ホテル等、計 32 店舗で楽しめるプロジェクトです。マップで対象店舗が確認できる他、金子さん自身が店舗を訪問する様子を SNS で公開しています。

ナラノヨル公式インスタグラム▶



奈良市観光特別大使である LAMPBAR の金子道人さんに、BAR が秘める可能性と氷へのこだわりを聞きました

出典：①観光庁「宿泊旅行統計調査」

③観光庁「インバウンド消費動向調査」

②④ 2024 年 奈良市観光入込客数調査

⑤奈良県観光データポータルサイトみるなら「観光客の観光目的は？(インバウンド)」

世界一の技と出会う、至高の夜



奈良市観光特別大使
金子 道人さん (LAMPBAR)

1981年奈良県生まれ。20歳から
バーテンダーの道を歩む。

2011年 LAMPBAR オープン
2015年 バーテンダー競技大会
ワールドクラスで
世界チャンピオンに

職人技と街の親密さが融合したBARのまち

奈良には私を含めて世界大会の出場者が3人もおり、非常にハイレベルな「BARのまち」として世界から注目を集めています。この地でこれほど豊かなBAR文化が成熟した背景には、都市圏ではないからこそ、バーテンダーとして何か成し遂げたいと、切羽詰まって必死に技術や感性を磨き合ってきた歴史があります。

また、この業界はもともと横のつながりが強く、奈良では多くの経験を

持った先人が次の世代へ一流の技術や想いを伝えるプロセスが、親密に行われていることも特徴です。さらに奈良のまちは、魅力的な店舗同士の距離が近く、夜道でも安心してはしご（ホッピング）しやすいコンパクトな環境が大きな強みです。世界一の職人技と、歩いて巡れる街の親密さが融合しているからこそ、奈良のBARは特別な体験を生み出す場所として高く評価されているのです。

世界が集う夜

奈良のBAR文化は、お酒を飲む・飲まないに関わらず、誰もがその空間を楽しめる場所です。そこでは外国人も地元の人もミックスされ、お互いを尊重し合う質の高い交流が生まれます。頻りに海外へ行く私から見ても、奈良のクリーンな街並みは誇りです。BARに集う世界中の人々が、この美しい街を認め、共に守り合う。そんな上質な観光の形が、今の奈良の夜には見つかっています。

私たちの街は、世界中のみんなのもので。訪れた人がこの街を褒めてくれる喜びをみんなで分かち合いながら、美しい夜の時間を楽しんでいきたいですね。



インタビューの全編は動画で公開。くわしくはこちら▶



氷へのこだわり

硬くて溶けにくい日乃出製氷さんの氷を使用。液体との温度差をなくす（約マイナス4度）ことで氷が割れず、程よく溶けてカクテルの最高の味を引き出す。

歴史の地で伝統を受け継ぐ、現代の純氷

奈良を支える「育てる氷」

私たちの「純氷」は、マイナス6～7度で72時間かけてじっくり凍らせます。これは気温や結氷状態を見極め、職人が毎回温度を微調整しながら、雑味のない透明な氷へと「育てるための時間」なのです。この高い品質を次世代へ引き継ぐため、経験だけに頼らずAIを活用し、データを蓄積するという新たな挑戦も始めています。伝統を守るために、常に変わり続けることが必要だと思っています。

グラスの中で、お酒と時間を育む氷

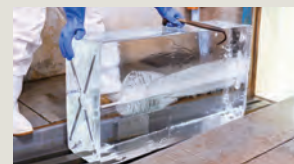
雑味なくゆっくり溶ける純氷は、お酒の個性を邪魔せず、最後まで一杯を支え続ける大切な素材です。私たちはかき氷だけでなく、夜のBAR文化をも支え、魅力を広く発信する氷屋でありたいと願っています。



日乃出製氷
株式会社
代表取締役

4代目 中 考仁さん

昭和16年創業の県内で唯一の製氷会社。
毎月1日に幅約1メートル・高さ約60センチの氷柱を氷室神社に奉納している。



氷食文化発祥の地・奈良

みなさんは、奈良が氷食文化発祥の地ということを知っていますか。1300年前、奈良で氷を長期保存できる「氷室」が作られました。当時、氷室に納められた氷は、皇族やごく一部の貴族だけに支給が許された貴重なものでした。中でも、氷を酒に浮かべて夏の涼を楽しむ「氷酒」は格別に喜ばれていたといえます。

氷室：天然の氷等を保存する冷蔵庫



氷室神社と「氷室」



平城遷都（710年）に伴い、氷室の守護神として祀られ、氷を貯蔵する氷室を設けたことが氷室神社のはじまり。元宮は天理市福住にあり、当時この辺りは「鬪鷄（都祁）^{つげ}」の国と呼ばれ、高原で涼しく水が豊富な土地柄を生かし、朝廷に献上する氷を納めていました。また、神社には都祁出身の氷室の守護神「鬪鷄稻置大山主命」^{つげのいなぎおおやまぬしのみこと}を祀り、春迎いの祭りや、順調な気候の推移と豊作を祈願する祭祀が営まれました。

観光から未来を豊かに 「持続可能な観光」アクションプラン

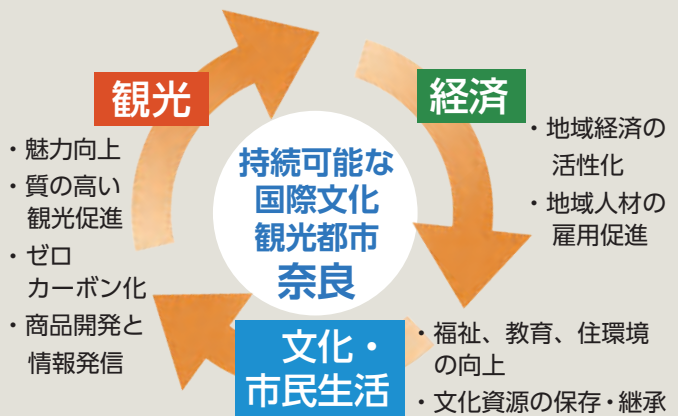
市は昨年3月、人口動態等の将来予測に基づいた「持続可能な観光」アクションプランを策定。奈良の価値を深く理解する「質の高い観光」を推進することで、観光を市民生活の豊かさへとつなげようとしています。

■観光がもたらす「地域の持続性」

観光による経済の活性化は、市の収益として、市全体の「暮らしの安心」を支える貴重な財源となります。また、宿泊施設等と連携した脱炭素や景観維持により、持続可能な住環境を次世代へ引き継ぎます。

■市民のみなさんが楽しみ、すすめたくなる魅力こそ

アクションプランでは、成果指標の1つとして「奈良市を知人にすすめたい」と考える市民のみなさんの割合を、75%へと引き上げることを掲げています。歴史・文化・自然と人の暮らしを次の1300年につなぐために、市民のみなさんと共に、世界から愛され続ける奈良を実現します。



アクションプラン目標値
(令和8年)

市民の満足度	65.4% (令和6年)	▶	75.0%
CO ₂ 排出量	149万t (令和2年)	▶	120万8千t
観光消費額	1,147億円 (令和元年)	▶	1,227億円

【問合せ】観光戦略課 (☎ 0742-34-4739)



ハザードマップ (イメージ図)



風水害に備えて



台風や豪雨による被害が増え始める7月。災害への対策はできていますか。全ては、自身や周りの人の命を守るために。水や食料、懐中電灯等、非常用品の備えだけでなく、日頃から正確な気象情報の収集や、自宅周りの点検等を行い、災害に備えましょう。

避難場所・避難経路の事前確認

ハザードマップ等を活用し、自宅だけでなく、勤務先や外出先からの避難先も確認しましょう。また、発災時に余裕をもって安全に避難するため、家族構成や生活環境にあわせた自身の避難行動を事前に決めておきましょう。

Point!

膝下を上回る水深での歩行は困難

- ▶ 避難経路に、冠水しやすい道路、アンダーパス、崖下、川沿いがないかを確認
- ▶ 豪雨時は河川や用水路、田んぼに近づかない
- ▶ 家族で、集合場所や連絡方法をあらかじめ決めておく

ハザードマップはこちら▶



家の中・周りの安全対策

家の中でのけがも想定されます。家具の固定等で、被害を最小限に抑えましょう。

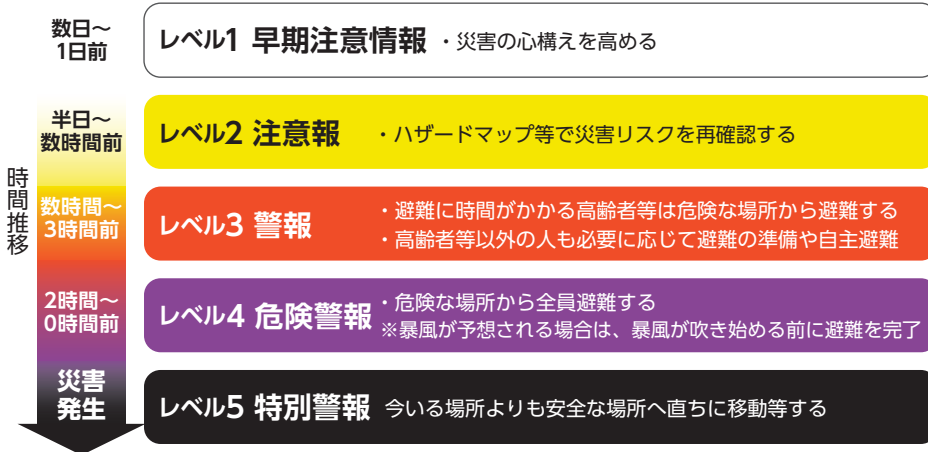
Point!

- ▶ 雨戸やシャッター、カーテンを閉め、窓ガラスの飛散等を軽減する
- ▶ 屋外のはものは片付けるか固定
- ▶ 家電や貴重品は高い場所へ移し、浸水を防ぐ
- ▶ 下水や側溝・排水溝を掃除し、水はけを良くする



最新の気象情報を入手

この5月から、注意報・警報の名前に「レベル」が設定されました。避難のタイミングを見逃さないために、最新の情報を入手するようにしましょう。



Point!

1人暮らしの高齢者等は単独での避難が困難です。普段から近所の人との協力体制を築き、地域全員で避難できる体制を整えましょう

高齢者、障害者、乳幼児、妊産婦等は危険な場所から避難

危険な場所から全員避難。避難完了

くわしくはこちら▶



防災情報収集に役立つツールを紹介

☐ 防災スピーカー

災害発生時は、市内72か所の防災スピーカーで災害・避難情報を放送します。

市防災スピーカー確認ダイヤル

0120-090-163

☐ 防災情報メール (事前登録要)

各種警報、避難指示等の災害に関する緊急情報を即時配信します。防災スピーカーの放送内容も配信しています。

☐ 防災関連アプリ

緊急地震速報や豪雨予測等の防災情報、災害・避難・停電情報等をプッシュ通知で受信できます。

くわしくはこちら▶



【問合せ】危機管理課 (☎ 0742-34-4930)

いざという時、スマホ1つで受付完了!

避難所受付システムへの 事前登録をお願いします

災害時の避難所での混雑を避け、スムーズに受付ができる「避難所受付システム」が新しくなりました。いざという時、あなたと家族の安全をすばやく確保するために、事前登録をお願いします。



新しくなったポイント

1 「事前登録」で 受付時間を大幅短縮

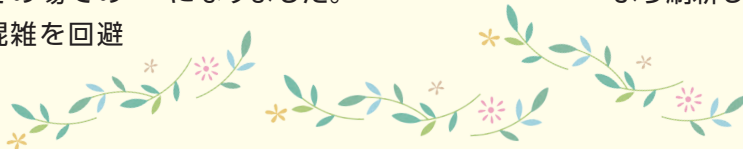
事前に氏名や連絡先を登録しておけば、避難所では二次元コードを読み取るだけ。その場での入力が簡素化され、混雑を回避できます。

2 家族まとめて 「一括登録」

同行する家族等の情報を最大10人まで一括で登録できるようになりました。

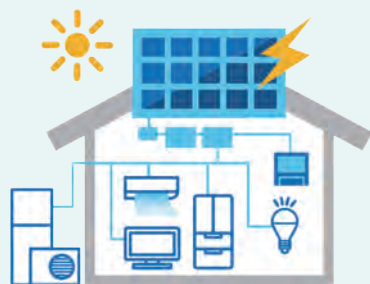
3 より見やすく、 使いやすく

スマートフォンの画面デザインを、誰もが迷わず操作できるよう刷新しました。



避難所での滞留を防ぐことは、感染症対策や防犯の観点からも非常に重要です。平常時の今、1分ほどで完了する「事前登録」をぜひ済ませておきましょう。

【問合せ】危機管理課 (☎ 0742-34-4930)



住宅の太陽光発電設備・ 蓄電池の設置を補助します

申請受付期間：12月25日(金)まで

市は、CO₂排出量の約30%を占める家庭部門への対策として、住宅の太陽光発電設備・蓄電池の設置費用に補助金を交付します。2050年の脱炭素社会実現に向けた環境への配慮だけでなく、高騰している電気代の削減効果も期待できます。この機会に、機器の設置を検討してみてください。

【補助率】太陽光発電設備：次のうち、金額が低い方

① 7万円×太陽光発電設備容量(kW)

② 補助対象経費

蓄電池：補助対象経費の2分の1

(上限は141,000円×蓄電池容量(kWh)×2分の1)

※太陽光発電設備と蓄電池は同時に設置し、いずれも申請要

【申請】市ホームページに掲載の公募要領等を確認のうえ、12月25日までに環境都市推進課へ。予算上限に達し次第終了

【対象】

●市内に住宅を
所有し、
居住している人

●自身で所有し、
居住予定の住宅を
市内に建築する人



くわしくはこちら



【問合せ】環境都市推進課
(☎ 0742-34-5652)

あなたのその症状、 COPD (慢性閉塞性肺疾患) かもしれません

主にタバコの煙等の有害物質、大気汚染による大気中の汚染物質を長期に吸入することで、肺胞※が破壊され、呼吸困難を起し、「息切れ・咳・痰」等の症状が続く病気です。現在だけでなく過去の喫煙習慣、受動喫煙が COPD の危険因子で、発症する可能性があります。

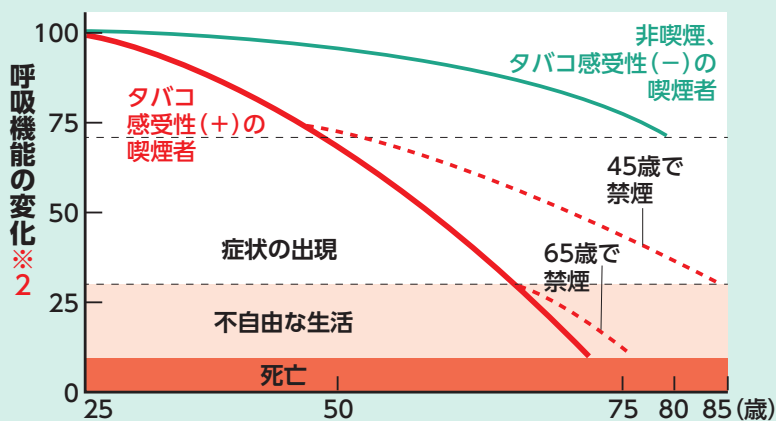
※肺の中で気管支につながる袋



くわしくはこちら▶



COPDの肺の様子(イメージ)※1



■ 早期発見・治療が重要

発病初期は無症状のことが多く、気づかないうちに進行し、壊れた肺胞は元に戻りません。早期に医療機関を受診してください。

※1 全ての COPD 患者が同様の経過をたどるわけではありません

※2 25歳の呼吸機能を100とした比率

■ 循環器疾患 (心不全・高血圧等) で治療中のあなたは要注意!

循環器疾患は COPD を合併することで、死亡リスクが高まることが報告されています。循環器疾患と並行して COPD の治療を開始することが大切です。



■ 高リスクの人は医療機関を受診してください

40歳以上で、次のいずれかに該当する人には、医療政策課からお知らせが届きます。届いたら内容を確認してください。

- 1 喫煙中か喫煙していた人で、循環器治療を受けている
- 2 COPD 診断がなされ、吸入製剤治療をしていないか増悪リスクがある

■ 動画で専門医師が解説しています

COPDについて、動画でくわしく解説しています。ぜひこの機会に視聴してみませんか。

動画はこちら▶



【問合せ】 医療政策課 (☎ 0742-93-8392)



令和8年度国民健康保険のお知らせ

1 資格確認書、資格情報のお知らせの送付

マイナ保険証を登録済みの人には「資格情報のお知らせ」を普通郵便で、未登録の人には「資格確認書」を簡易書留で7月下旬に送付します。簡易書留郵便で不在の場合は「郵便物等ご不在連絡票」が入りますので、郵便局へ問合せください。



くわしくは
こちら▶



3 高額療養費支給口座の登録は済んでいますか？

あらかじめ振込口座を登録すると、高額療養費に該当した場合、登録口座に自動振込します。登録申請からさかのぼって2年を超える診療分は時効により支給されないため、未登録の人は早めに申請してください。

- ▼申請場所…国保年金課、各出張所・行政センター
- ▼持物…資格確認書かマイナンバーカード、世帯主の口座が分かるもの

※スマートフォンからの電子申請も可

電子申請は
こちら▶



2 限度額認定証の更新

現在の認定証は7月末が期限のため、8月からも必要な人は申請してください。ただし、オンライン資格確認システム導入済みの医療機関等にかかる場合は、本人が同意し、適用区分がシステムで確認できれば交付手続きは不要です。

- ▼申請場所…国保年金課、各出張所・行政センター
- ▼持物…資格確認書かマイナンバーカード、転入者は課税・非課税証明書
- ※住民税未申告の国保加入者がいる世帯や、保険料に滞納がある世帯には交付不可
- ※即日交付は国保年金課のみ。スマートフォンからの電子申請も可

電子申請は
こちら▶



4 保険料の納付は口座振替が原則です

納付忘れの防止や、取り扱い窓口に行く手間が省けます。市内の銀行・郵便局に国民健康保険料口座振替登録申込書を備え付けています。国保年金課、各出張所・行政センターでの手続きの他、スマートフォンからの電子申請も可能です。

- ▼持物…キャッシュカード、資格確認書か資格情報のお知らせ

電子申請はこちら▶



【問合せ】国保年金課 (14 ☎ 0742-34-4991、23 ☎ 0742-34-4736)



令和8年度後期高齢者医療保険のお知らせ(75歳以上)

資格確認書、資格情報のお知らせの送付

国の方針に基づき、交付される書類が右のとおりになります。7月中旬に特定記録郵便(郵便受けに投函)で送付します。

85歳以上の人 ※1
マイナ保険証の登録状況にかかわらず、「資格確認書」を交付
84歳以下の人 ※1
マイナ保険証を一定回数以上利用している人(※2)へは「資格情報のお知らせ」を交付。マイナンバーカード未所持・マイナ保険証未登録者や、マイナ保険証をほとんど利用していない人へは「資格確認書」を交付

※1 令和8年8月1日時点 ※2 広域連合が把握可能な期間で、年6回以上かつ直近3か月以内に利用実績がある人

【問合せ】福祉医療課 (☎ 0742-34-4754)

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

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

市民のうごき

6月1日現在、()内は前月比

【総人口】344,214人 (▲179人)

男性：160,344人 (▲72人)

女性：183,870人 (▲107人)

【世帯数】170,346世帯(+58世帯)

生活

申込先は**国**、締切日は**国**、問合せ先は**国**と表記しています

ごみ収集について

◆生ごみは水けをよく切りまじょう

収集作業中に汚水が飛散するので、注意してください

◆鋭利な物を捨てる際は、安全措置をしましょう

ガラス・プラスチック・陶器類、刃物・申の破片等は、新聞紙や古布に包み、袋の外に品名を書いてください。安全措置のないごみは、けがや事故の原因となるため収集できません

◆7月の収集日・区域

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

※7月20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

回収課(☎71・3012)、市清美公社(☎33・8782)、共同企業体(☎63・2552)

市・県民税、森林環境税(第2期分)の納付

納期：8月17日(月)～31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)、スマートフォンアプリや地方税お支払サイトでの納付が便利です 問 納税課(☎34・4727)

男女共同参画推進事業に補助金を交付します

応募期間：7月1日(水)～29日(水)午前9時～午後5時 ▼補助額：1事業あたり10万円 ※事業認定後に補助額・条件等を変更する場合あり ▼対象団体：男女共同参画推進のために活動する市民活動団体等で、次の要件を全て満たす団体 ①市内に主たる事務所か住所、活動の場がある ②事業の目的・内容が適正で、明確な会計経理が行える ▼対象事業：男女共同参画を推進するため、団体が単独・連携して行う事業 ▼実施期間：来年3月31日(水)まで 申 申請書類に必要事項を書いて、男女共同参画室へ ※交付決定団体へは通知書を送付 問 同室(☎81・3100)

「市第5次障害者福祉基本計画」等策定のためのアンケートを送付します

期間：7月15日(水)～8月14日(金) ▼回答方法：市から送

ごみ減量コラム vol.81 自分の「もったいない」を知る 食品ロス日記のすすめ

食品ロスは、多くの家庭で無意識に同じパターンで出ていることを知っていますか。そこでおすすめなのが捨てた物・量・理由をメモする「食品ロス日記」。自分の「もったいない」傾向の見える化は、無駄のない買い物や調理につながり財布に優しくなります。まずは1週間、冷蔵庫横にメモを貼ることから。ごみ減量への最短ルートで、美しい環境を次世代へつなごう。

今月のごみ量レポート

令和8年度の可燃ごみ総搬入量 (5月末時点)：

11,646.9トン

〈前年度同月比：-4.0%〉

さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

問 廃棄物対策課(☎71-3001)

健康

糖尿病相談窓口(予約要)

とき：7月13日(月)・27日(月)、8月3日(月)・10日(月) 午前10時半、午後1時(1人約60分) ▼ところ：はぐくみ

回答ははこちら▼



肝炎ウイルス検診実施医療機関辞退のお知らせ

北山医院(芝辻町1-9-5) ☎33・6383 問 健康増進課(☎34・5129)

申込ははこちら▼



センター3階 ▼内容：管理栄養士等による相談 ▼対象：肥満や血糖値が気になる人等 ▼持物：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

* 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

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

臨床心理士による「うつ」の健康相談 (予約要)

とき：7月13日(月)・27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

7月28日は日本肝炎デー・世界肝炎デー

市の肝炎ウイルス検診は26ページに掲載しています
◆ 啓発展示
とき：6月29日(月)～7月3日(金) ▼ ところ：市庁舎1階連絡通路 閩 健康増進課 (☎ 34・5129)



市民公開講座「抗がん剤治療をすらいだけで終わらせない」

とき：7月31日(金)午後1時半～3時 ▼ ところ：市立奈良病院 (東紀寺町) ▼
講師：同院がん薬物療法看護認定看護師の玉井夕希子さん ▼ 定員：50人 閩 同

院地域医療連携課 (☎ 24・1251 ※ 平日の午前8時半～午後5時)

くわしくはこちら▼



健康講座「めまい・ふらつきから日常生活を守る」

とき：7月22日(水)午後2時～3時25分 ▼ ところ：市医師会館 (柏木町) ▼ 講師：県立医科大学耳鼻咽喉・頭頸部外科学教授の北原紀さん ▼ その他：Web配信も予定。くわしくは市総合医療検査センターホームページへ 閩 同センター (☎ 33・7876)

くわしくはこちら▼



健康あつぷ講座「沈黙の臓器を守ろう！腎臓と熱中症の意外な関係」

とき：7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：筆

記用具、飲み物、動きやすい服装 閩 健康増進課 (☎ 34・5129)

お酒のお悩み相談 (予約要)

とき：8月7日(金)午後1時10分～2時40分 ▼ ところ：はぐくみセンター4階 ▼
対象：お酒のお悩みがある人やその家族 申 電話で保健予防課 (☎ 93・8397) へ

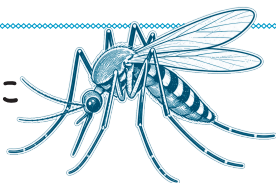
子育て

親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた！」

とき：8月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)午後1時半～3時半 (全4回) ▼ ところ：子どもセンター1号館2階 (柏木町) ▼ 定員：令和8年2月6日～6月5日生まれの第1子と母親12組 ▼ 費用：千円 (テキスト代) 申
電話かFAX、Eメールに住所、保護者の氏名・年齢、子どもの氏名・性別・生年月日、電話番号を書いて、7月24日までに子育て広場にじいろ (☎ 33・1022 FAX 33・1023 Eメール：nijiro.kodomocenter2@gmail.com) へ。多い場合は抽選

夏の健康を守る！

蚊媒介感染症に注意



デング熱や日本脳炎等、蚊が媒介する感染症は国内でも発生しています。自分や家族の健康を守るため、蚊に刺されない・増やさない対策を心がけましょう。

予防のポイント

- ① 肌の露出を少なくする
- ② 虫よけ剤を使用
- ③ 鉢受けや排水溝等にたまった水の定期的な除去・清掃



万が一、発熱や発疹等の症状が出たら、早めに医療機関を受診してください

閩 保健予防課 (☎ 93-8397)

ポイントためるなら「SHIKA no ASHIATO」アプリ



アプリの特長

- 毎日の買い物や食事等でポイントをお得にためて、使える ※ 100円で1ポイントがたまる
- 1ポイント=1円で使える
- 使える店舗は 300店以上

今すぐアプリをチェック▶



閩 観光戦略課 (☎ 34-4739)

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

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

手帳※問診票は7月に送付。
7月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ

健診名(対象)	とき	ところ
4か月児健診 (令和8年4月生まれ)	満4か月になった日から 5か月になる前日まで	市内指定 医療機関
10か月児健診 (令和7年10月生まれ)	満10か月になった日から 11か月になる前日まで	
1歳7か月児健診 (令和6年12月生まれ)	8月6日(休)・20日(休)・ 27日(休)	中央保健 センター (はぐくみ センター 2階)
3歳6か月児健診 (令和5年1月生まれ)	8月4日(火)・18日(火)・ 25日(火)	

乳幼児の健診

預かり保育・認可外保育施設等利用費の請求手続き(令和8年4~6月分)
申請期間:7月21日(火)~31日(金)※令和8年3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。電子申請も可 問同課(☎34・5086)

問同課(☎34・1978)

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 問母子保健課(☎34・1978)

都祁保健センター

電話・来所相談(保健師・栄養士)
とき:平日の午前9時~午後5時

巡回相談

とき	ところ
7月10日(金) 午前10時~ 11時半	月ヶ瀬福祉センター (月ヶ瀬尾山)
7月28日(火) 午前10時~ 11時	興東公民館 (大柳生町)

持物:母子健康手帳

問都祁保健センター(☎0743・82・0341)

月ヶ瀬健康相談室

電話・来所相談(保健師) 予約要
とき:平日の午前9時45分~午後4時 問同相談室(☎0743・92・0480)

くわしくはこちら



不登校生徒のための定時制通信制高校個別相談会

申込はこちら



里親制度説明会(里セツ)
とき:7月20日(祝)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

とき:8月1日(土)午後0時半~4時 ▼ところ:はぐくみセンター18階・9階 ▼内容:県内外の定時制や通信制高校約20校が出席 ▼定員:不登校児童・生徒やその保護者、多様な学びに関心のある人250人 申専用の申込フォームから7月31日午後3時まで申込 問大阪朝日広告社(☎06・6867・9407)

くわしくはこちら



予防接種のお知らせ

◆日本脳炎予防接種開始(令和5年7月生まれ)

◆予防接種予約票綴りを6月下旬に発送(令和8年5月生まれ)
問健康増進課(☎34・5129)

くわしくはこちら



国際交流に興味があるみなさんへ

奈良市子ども会議
参加者・サポーター
募集中



今回のテーマ:奈良市の国際交流

子どもが市に自由に意見を伝えられる「子ども会議」。今回はテーマに合わせて、外国人との交流も予定しています。この機会に参加してみませんか。

PickUp!

会議のサポート役

大学生・
大学院生も
同時募集!



市内近郊に在住・
在学の方は、ぜひ
応募してください。

とき:7月27日(月)・29日(水)・31日(金)、8月4日(火)・7日(金)

ところ:市庁舎中央棟地下1階会議室

※7月29日のみ JR 奈良駅近辺

対象:小学5年生~高校3年生 30人(在学も可)

申7月10日までに市ホームページの応募フォームから申込。多い場合は抽選

くわしくはこちら



問子ども政策課(☎34-4792)



がん検診 (8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・中国残留邦人等支援給付受給世帯の人は無料。申込時に申出要

申込受付期間：

7月1日～17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
8/10(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
8/12(水) 8/17(月) 8/21(金) 8/27(木)	はぐくみセンター	各30人
8/13(木) 9:15～10:15	富雄南公民館	27人
8/14(金) 9:15～10:15	北福祉センター	26人
8/18(火) 9:15～10:15	都跡公民館	27人
8/20(木) 9:15～10:15	コープおしくま	27人
8/28(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
8/24(月) 14:00～15:00	はぐくみセンター	60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)

くわしくはこちら

【費用】 1,500円 (胃のみ1,000円、肺のみ500円) ※国の指針改正を受け、今年度より肺がん検診時の喀痰検査の実施なし

【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1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

問健康増進課 (☎ 34-5129)

妊産婦・乳幼児のための教室・歯科健診 (予約要)

◆1歳0か月児歯菌びか教室 (むし歯予防)：令和7年7月生まれの第1子

とき：7月14日(火)

◆5か月児ばくばく教室 (離乳食)：令和8年2月生まれの第1子

とき：7月15日(水)

◆令和6年7月生まれの子のむし歯予防のためのフッ化物塗布

とき：7月17日(金)

◆マタニティー歯つぴいチェック (妊娠16週～32週)

とき：7月23日(木)

◆パパママサロン (妊娠22週～32週未満の初妊婦とそのパートナー) とき：8月7日(金) 問母子保健課 (☎ 34・1978)



ひとり親家庭等医療費受給資格証の手続き

◆更新対象者は必ず7月末までに手続きを

6月末に対象者に更新のお知らせを送付します。手続き後、新しい資格証を送

付します

◆未申請の対象者は新規申請を

対象：ひとり親家庭がそれ

に準ずる家庭で市内に居住する18歳未満の子 (18歳になった日以降の最初の3月31日までの子も含む) を扶養している人とその子等。くわしくは市ホームページに掲載

問子ども給付課 (☎ 34・5086)

ファミリー・サポート・センター (予約要)

◆説明会

とき：①7月21日(火) ②8月1日(土) 午前10時～11時

時 ▼対象：依頼会員への登録希望者 ▼持物：顔写真 (縦3cm×横2.5cm) 2枚と身分証明書、筆記用具

①7月17日②30日

◆スキルアップ講座

とき：7月28日(火) 午前10時半～正午 ▼内容：しゃ

ばん玉遊びの講義と、しゃばん液作り ▼対象：援助者 両方会員とその登録希望者 締7月22日

【注意】はぐくみセンター2階

☎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

シニア

成人用肺炎球菌予防接種 (昭和36年6月生まれ)

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1度限り 問市ホームページ掲載の登録医療機関へ予約 問健康増進課 (☎ 34・5129)



生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

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

結核住民検診（胸部レントゲン検査）

とき：7月18日(土)午前10時
10時半 ▼ところ：市総合医療検査センター（柏木町）
※マスク要 ▼定員：65歳以上の人15人 電話で7月1日～17日に保健予防課（☎93・8397）へ

北福祉センター

〒631-0805 右京二丁目1-4
☎71・3501 FAX71・3548

つながりフェスタ

とき：7月25日(土)午前9時半～午後1時 ▼内容：多世代交流イベント(ゲーム・マルシェ・カフェ等)

西福祉センター

〒631-0024 百葉園一丁目9-13
☎41・3151 FAX41・3150

①栄養健康講座「認知症予防」

とき：7月17日(金)午後1時半～2時半 ▼講師：健腸アドバイザーの數字輝さん ▼定員：60歳以上の人70人 7月10日
②みんなの音楽会
とき：7月18日(土)午後1時半～3時 ▼出演：歌声広場「クローバーの会」 ▼対象：60歳以上の人とその家族

③A暮らしのセミナーBお困り事相談

とき：7月24日(金)午後1時半～3時B午後3時～3時半
▼内容：A「自筆証書遺言の書き方」の話と実践B行政書士による遺言・相続等 ▼定員：60歳以上の人とその家族A40人B5組 7月17日

東福祉センター

〒630-8113 法連町1702-11
☎24・3151 FAX27・9028

◆栄養講座「指ツポ・笑いと免疫向上」

とき：7月24日(金)午後1時半～3時 ▼講師：健腸アドバイザーの數字輝さん ▼定員：60歳以上の人60人 7月17日までに電話か直接同センターへ

催し

都祁まちづくり協議会農業体験交流事業

①茶摘み体験
とき：7月25日(土)午前9時～11時 ▼ところ：県立山辺高等学校(都祁友田町) ▼内容：同校生徒が育てた2番茶の茶摘み体験
②ブルーベリー採り体験
とき：8月22日(土)午前9時～11時 ▼ところ：上深川観光農園(上深川町)
③秋野菜の収穫体験
とき：11月21日(土)午前9時～11時 ▼ところ：県立山辺高等学校(都祁友田町) ▼内容：同校生徒が育てた秋野菜の収穫体験等
【定員】車で来場可能な小学生以上50人。在勤・在学も可
【費用】1人千円(年間)
申はがきに住所、参加者全員の氏名、年齢(小学生は学年も)、当日連絡可能な電話番号、Eメールアドレスを書いて、7月13日必着で、同協議会(〒632-0021 都祁白石町1-1-33 都祁交流センター内)へ。多い場合は抽選
同協議会(☎0743・82・2112)

認知症サポーター養成講座

とき：7月21日(火)午前10時～11時半 ▼ところ：市庁舎北棟4階 申電話かEメールに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、7月20日までに長寿福祉課(☎34・4598 Eメール：orange@

こどもお仕事体験

参加者募集



～もったいないをありがとうに
フードバンクセンターで、お仕事体験してみませんか～

**7月25日出午前10時～正午
市フードバンクセンター(佐紀町)**

内容 同センターでの活動体験、食品ロスの説明、食品の仕分け、活用方法の学習等

定員 小学生10組程度(保護者同伴要)

申 申込フォームかEメールに保護者氏名、住所、電話番号、Eメールアドレス、子どもの参加人数を書いて、7月15日午後5時までに同センターへ。電話も可



申込はこちら▲

同センター(☎81-3666)
Eメール：narashi.foodbank@gmail.com

city.naranara.jp) へ

キケンを知れば怖くない！身近なモノの燃え方大解剖

とき：7月29日(水)午前10時～正午(30分前受付) ※雨天決行 ▼ところ：消防局第2庁舎(八条五丁目) ▼内容：天ぷら油火災、電気火災の体験型防火学習 ▼定員：小学4～6年生20人 ※保護者同伴要 ▼持物：筆記用具、カメラ(携帯電話も可)、飲み物 申7月15日までに専用の申込フォームから申込 同

おいしいぞ、奈良。夏の地産地消フェア

とき：7月18日(土)午前7時～11時 ▼ところ：JR奈良駅旧駅舎前広場 ▼内容：新鮮な奈良の野菜等を届ける朝市を実施 ※大和茶の試飲や飲食メニュー販売あり 同 農政課(☎34・5142)

消防局予防課(☎35・1192)



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



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

専門職(弁護士・司法書士)相談

とき：来年3月までの毎月第4水曜日 午後2時～4時※奇数月・司法書士、偶数月・弁護士 ▼対象：成年後見制度の利用を必要とする人やその家族、支援者等※継続相談については確認要 申電話かFAXに氏名、希望日時、連絡先を書いて権利擁護センター(☎34・4900 FAX34・4514)へ

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～8月1日(土)・8日(土)・19日(水)・23日(日)・24日(月)
 - 〈午後の部〉午後1時半～8月9日(日)・11日(祝)・16日(日)・22日(土)・27日(木)
- ②乳幼児への手当180分(普Ⅲ)
 - 〈午前の部〉午前9時～8月9日(日)・16日(日)・22日(土)・27日(木)
 - 〈午後の部〉午後1時半～8月1日(土)・8日(土)・24日(月)
- ③救命入門コース90分
 - 〈午前の部〉午前9時～8月11日(祝)
 - 〈午後の部〉午後1時半～8月23日(日)

④普及員新規

〈午前の部〉午前9時～8月4日(火)・5日(水)・6日(木)

ところ：消防局救急課(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 問同課(☎35・1106)



権利擁護支援の担い手(市民後見人等)養成講座

①事前説明会

とき：8月6日(木)午前10時～11時半 ▼ところ：県社会福祉総合センター(橿原市)

②研修会(A基礎B応用)

とき：A 8月27日(木)、9月10日(木)・24日(木)、10月8日(木)・22日(木)、11月12日(木)、B 12月3日(木)・17日(木)、来年1月28日(木) ▼ところ：県社会福祉総合センター(橿原市) 他 ▼対象：市で法人後見支援員等として実践する意志があり、①②の全日程に参加可能な人 ▼その他：B受講前にレポート提出要

男女共同参画センター「あすなら」

〒630-857 杉ヶケ町23 ☎23・3111



申①専用の申込フォームから8月3日まで申込。②は①の終了後に受付 問県社会福祉協議会(☎0744・29・1201)

①歴史から知るジエन्द्रーギャップ

とき：7月25日(土)午前10時～11時半 ▼講師：帝塚山大学法学部教授の末吉洋文さん ▼定員：成人30人※在勤も可

②私もできる！サイエンスラボ

とき：8月2日(日)午後1時半～3時 ▼講師：放課後研究室ナンデヤ?の脇本涼さん 他 ▼定員：小学3～6年生30人※在学も可。保護者同伴可 ③好き！を見つける探究ラボ とき：8月8日(土)午後1時半～3時 ▼講師：奈良女子大学名誉教授の久保博子さん

75歳以上が対象

高齢者実態把握調査に協力をお願いします

高齢者が地域で安心して暮らし続けられるよう、みなさんの生活状況等を伺う調査を実施します。この調査は、日々の見守りや必要な支援へつなげるための大切なものです。

■対象

市在住の75歳以上のひとり暮らしの人(来年3月31日までに75歳になる人を含む)

■調査方法

対象の人へ、7月上旬に調査票を郵送

記入後、返送をお願いします。

※返送がない場合、後日民生委員が訪問します

問長寿福祉課(☎34-5439)

くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町1339



他 ▼定員：中高生30人※在学も可。保護者同伴可 申往復はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、①7月15日②25日③31日までに同センターへ。多い場合は抽選。①1枚に1人限り

◆みんな集まれ！黒髪山キャンプフィールド

とき：8月16日(日)午前10時

時：午後3時 ▼内容：くろかみやま夏の陣、水鉄砲作り、水鉄砲合戦、流しそうめん ▼講師：ボーイスカウト指導者他 ▼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7月30日までに申込。多い場合は抽選 問同塾の鹿野さん(Eメール：osamu_s@gf6.so-net.ne.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。

**勤労者総合福祉センター
(サン・アクティブ奈良)**
〒630-8106 佐保台西町1-1-5
☎71-24444

① パソコン中級教室
① ワード ② エクセル
とき：① 8月8日～9月19日の毎週土曜日(8月15日は除く)
② 8月9日～9月13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、ピボットテーブル等 ②書式設定、関数、ピボットテーブル等 ▼定員：各13人。在勤も可 ▼費用：各9千円

② 社交ダンスレッスン教室
とき：8月11日(祝)・16日(日)・30日(日)、9月6日(日)・13日(日)、10月4日(日)・18日(日)、11月8日(日)・15日(日)・29日(日)午後1時15分～2時45分。10回 ▼定員：ステッパだけで物足りない経験者15人。在勤も可 ▼持物：室内用の靴 ▼費用：1万7千円

③ 社交ダンスフリー教室
とき：8月8日・22日・29日、9月12日・19日、10月3日・17日・31日、11月7日・21日の土曜日 午後1時15分～2時45分。10回 ▼定員：16人。在勤も可 ▼持物：室内用の靴 ▼費用：8千円

④ 健康体操・健美操体験教室
とき：8月7日(金)・21日(金)・28日(金)午前10時半～11時半。各1回 ▼内容：姿勢の改善、アンチエイジング ▼定員：各15人。在勤も可 ▼費用：各千円

申往復はがき、Eメール

(yoyaku@wellby-nara.or.jp) に教室名、①は○の別、郵便番号、住所、氏名、性別、電話番号、勤務先を書いて、7月15日必着で同センターへ。各教室に1人1通限り。多い場合は抽選



BONCHI
〒630-8217 橋本町3-1-1
☎27-11111

◆そのやりたいこと、何から始める? 最初の一步を考えよう 起業講座
とき：7月14日(火)午前10時～正午 ▼内容：思いやビジョンを言葉にするワーク、交流会等 ▼講師：中小企業診断士の梶純子さん ▼定員：30人 ▼費用：千円 申専用の申込フォームから7月14日まで



申込はこちら

ストーカー被害は相談!

「別れた相手に居場所を知られている」等、恋愛感情のもつれや恨みは、後の凶悪事件につながりかねません。

●早めの相談と証拠保存が鍵

ストーカーは放置するとエスカレートし、最悪の場合、殺人等に発展する恐れがあります。事前に被害を防ぐには、相手に拒絶の意思をはっきりと示し、安易に個人情報を教えないこと。また、一人で抱え込まず、家族や友人に相談してください。嫌がらせのメールや写真、着信履歴等は、警察が動く際の重要な証拠に。消さずに保存してください。



日頃から周囲に警戒を払い、危険を感じたらためらわずに警察へ相談し、適切な場所へ避難しましょう。



●相談窓口

緊急時：警察 (☎ 110)

平常時：奈良警察署 (☎ 20-0110)、奈良西警察署 (☎ 49-0110)、天理警察署 (☎ 0743-62-0110)、県警察本部 (☎ #9110)、みんなの人権110番 (☎ 0570-003-110)、県中央子ども家庭相談センター (☎ 22-4083)

閩 危機管理課 (☎ 34-4930)

なら工芸館

〒630-8346 阿字万字町1-1-1
☎27-00033

◆夏休み子ども工芸教室
①陶芸 赤膚焼のうつわを作ろう
とき：7月18日(土)午前10時半～正午、午後2時～3時半 ※作品受け渡しは8月下旬 ▼講師：赤膚焼陶芸家の大塩正史さん ▼定員：小学生各20人 ▼費用：3千円

②うるしのお話と螺鈿きらきらネームプレート作り体験
とき：8月1日(土)午前10時半～正午、午後1時半～3時



くわしくはこちら

青少年野外活動センター

〒630-1241 阪原町25-1-1
☎93-00229

①森のムツレ教室 ②ストローパレ ③フリールフサレ
とき：8月16日(日)午前10時～午後3時 ※雨天決行、荒天中止 ▼内容：①水で遊ぶ ②川下りに挑戦 ③生き物と海をつなぐ川の役割 ▼定員：①0歳～年長

園児の親子20組 ②小学1～3年生25人 ③小学4～6年生15人 申同センターホームページから申込



市役所 ▶ 〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1
 市コールセンター (代表電話) ▶ ☎ 0742-34-1111 平日：午前9時～午後5時 (土・日曜日、祝日、年末年始は除く)
 はぐくみセンター・中央保健センター (はぐくみセンター2階) ▶ 〒 630-8122 三条本町 13-1

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

ならまち格子の家
 〒 630-8332 興興寺町 44 ☎ 23-4820

◆書に触れる書は人なり展
 と き：7月5日(日)～17日(金) 午前9時～午後5時 ▼
 内容：書家の谷真理子さんによる作品展

◆折り紙で鹿を折ろう
 と き：7月20日(祝) 午後1時～3時
 奈良町にぎわいの家 (☎ 20-1917)

史料保存館
 〒 630-8337 脇戸町 1-1 ☎ 27-0169 月曜日休館

◆史料保存館でクイズに挑戦！
 と き：7月22日(水)～8月23日(日) ▼内容：展示を見ながらミニブックワークシートでクイズに回答 ▼対象：小学生
 ◆特別陳列ならまち歳時記 奈良奉行と万燈籠
 と き：7月28日(火)～8月23日(日)
 ◆館蔵史料特別公開 戦時下の奈良町
 と き：7月28日(火)～9月20日(日)
 ◆月曜日(祝日除く)、8月12日(水)は休館

ボランティアインフォメーションセンター
 〒 630-8122 三条本町 13-1 ☎ 93-8435 FAX 34-2336

◆NPO入門講座
 と き：7月18日(土) 午後2時～3時半 ▼内容：NPOとその公益性や立ち上げについて ▼定員：15人。在勤・在学も可 申 電話か FAX、Eメール (volunt-info@city.nara.jp) に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、7月11日午後5時までに同センターへ。多い場合は抽選

◆協働事業「戦時下のウクライナの子どものたちの絵画展」(展示・平和の会)
 と き：7月28日(火)～8月2日(日) ※最終日は午後3時まで

奈良町にぎわいの家
 〒 630-8333 中新屋町 5 ☎ 20-1917

①初めましての書く伝えたい 奈良墨の魅力 (蔵展示)
 と き：7月5日(日)～17日(金) 午前9時～午後5時 ▼
 内容：書家の谷真理子さんによる作品展
 ②声に出して読む！奈良

と き：7月12日(日) 午後2時～3時 ▼講師：劇作家・歌人の小野小町さん

③簡漆金継ぎ体験
 と き：7月19日(日) 午後1時半～3時半 ▼定員：5人 ▼費用：1500円 ▼その他：持ち帰りは1週間後 7月12日

④親子かまど体験カレージ作り
 と き：7月24日(金) 午前10時～午後1時 ▼定員：10人 ▼持物：エプロン、飲み物、タオル ▼費用：千円 7月17日

⑤四季の茶会～涼風茶会
 と き：7月26日(日) 午前11時 正午 午後1時 午後2時 午後3時 ▼講師：橋本宗玲社中 ▼定員：各10人 ▼費用：千円 7月19日

⑥夏休み子ども企画 床の間飾って味わおう (色紙作り)
 と き：8月2日(日) 午後1時半～2時半 午後2時半～3時半 ▼講師：美術指導者の細田七海さん ▼定員：各5人 ▼費用：500円 7月26日

⑦夏休み子ども企画 にぎわい夏広場
 と き：8月11日(祝) 午後1時

半～3時半 ▼内容：外スペースを使った夏遊びのコーナー ※有料のコーナーあり
 申 ③ ④ ⑤ ⑥ Eメール (nigwainoie@gmail.com) に、教室名、氏名(ふりがな)、電話番号、⑤⑥は○の別を書いて、各締切日までに同館へ

奈良町からくりおもちゃ館
 〒 630-8338 陰陽町 7 ☎ 26-5656

◆からくりおもちゃ製作体験講座「ずぼんぼ」を作ろう
 と き：7月25日(土) 午前10時～正午 ▼定員：小学生以上16人 ※低学年は保護者同伴 ▼費用：700円 申 往

復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小・中学生は学年も)、電話番号を書いて、7月16日必着で同館へ。1枚に2人まで。多い場合は抽選。同館ホームページからも可

南人権文化センター
 〒 630-8454 杏町 401-1 ☎ 61-2029

◆差別をなくす 人権を考える集い「部落差別と冤罪性」
 と き：7月14日(火) 午後7時～8時半 ▼講師：部落解放同盟横井支部書記長の古川隆一さん ▼定員：80人

スマイルキッズまつり
<http://www.volunt-info.jp/>
 子育て支援活動団体が多数出展！
 ～子どもから大人まで大歓迎～



7月26日(日) 午前10時～午後1時
 はぐくみセンター1階・3階 (三条本町)

【ステージパフォーマンス】
 ●歌、マジック、子ども落語、かみしばい等

【ブース・体験】
 ●おさがりひろば、バルーンアート、おもちゃづくり、手形足形計測等

【販売コーナー】
 ●各種軽食販売、野菜販売等

☎ ボランティアインフォメーションセンター (☎ 93-8435)

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。

スポーツ

青山プールが7月18日(土)にオープンします

とき：7月18日(土)～8月31日(月)午前9時～正午(遊泳は11時半まで)、午後1時～5時(遊泳は4時半まで) ▼施設概要：25m遊泳プール・幼児用プール

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

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

▼休館日：毎週水曜日と7月21日(火) ▼その他：ロッカー代50円。小学生以下が利用する場合は18歳以上の同伴要。原則、同伴者1人につき2人まで。団体利用も同様 問同プール(☎26・2996)

土用稽古・参禅会

とき：7月18日(土)・19日(日)

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

バスケットボールスクール 奈良校受講生募集

午前6時～7時(5時半受付) ▼ところ：剣道・ロート奈良武道場、柔道・坐禅・ロート奈良第二武道場、なぎなた・ロート奈良第二アリーナ、槍・ロート奈良武道場・中道場、弓道・ロート奈良弓道場 ▼対象：市内の道場に通っている小学生以上の経験者。在勤、在学も可 問市総合財団(ロート奈良第二武道場 ☎27・6163)

とき：原則毎週水曜日①午後5時～6時②6時15分～7時45分 ▼ところ

：南部生涯スポーツセンター 体育館(杏町) ▼内容：①ジュニアクラス②ステップクラス ▼定員：①小学1～3年生②4～6年生各25人 ▼費用：1か月5500円(別途スポーツ安全保険料年間千円要) 申往復はがき、Eメール(konoikesports-school@abelia.ocn.ne.jp)に①②の別、住所・氏名(ふりがな)、年齢(学年・生年月日)、保護者氏名・性別・電話番号を書いて、7月12日必着でロートワールド奈良(〒630・8108

法蓮佐保山四丁目5-1)へ。返信用はがき持参で直接来館も可 問ロートワールド奈良(☎22・0001)

くわしくはこちら▼



文化情報

オンラインチケット販売等、くわしくは各館に問合せてください

「各館の休館日」特に記載がない場合は、7月13日(月)・21日(火)・27日(月)、8月3日(月)

なら・あーと・スペース「モデリングペーストの作品展」①②

とき：①7月13日(月)～17日(金)②27日(月)～31日(金)午前9時～午後5時※搬入出時間含む 問文化振興課(☎34・4942)

入江泰吉旧居

〒630・8208 水門町49-2 ☎27・1689

①万葉の花を訪ねて～ハス編

とき：7月12日(日)午後2時～3時半 ▼内容：万葉集ミニレクチャーと散策 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 申電話で7月4日午前9時半から同館へ。定員に達し次第終了。

②入江泰吉のこぼれを観る

とき：7月19日(日)午後2時～3時 ▼内容：「自伝」から入江泰吉のこぼれを紹介 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 7月11日

③親子で作るピンホールカメラ教室

夏休み サンデー譲渡会 開催します



保健所で保護された犬・猫の新しい飼い主を募集中です。犬・猫の情報はいつもホームページに公開し、譲渡先を探しています。愛情をたっぷり注いで最期まで飼える人は、この機会にぜひ参加してください。

【とき】7月26日(日) 午前10時～午後1時

【ところ】はぐみセンター1階(受付)

【定員】12組(1枠30分)

【その他】当日譲渡はなし。手続き完了後、後日迎えに来てください。平日は通常どおり譲渡個別相談を行っています。

申 電話で7月24日午後3時までに保健衛生課へ

※定員に達し次第終了



くわしくはこちら▶

問同課(☎93-8395) ※かけ間違いに注意

とき：7月12日(日)午後2時～3時半 ▼内容：万葉集ミニレクチャーと散策 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 申電話で7月4日午前9時半から同館へ。定員に達し次第終了。

②入江泰吉のこぼれを観る

とき：7月19日(日)午後2時～3時 ▼内容：「自伝」から入江泰吉のこぼれを紹介 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 7月11日

③親子で作るピンホールカメラ教室

とき：8月1日(土)午後1時～4時半 ▼内容：手作りのカメラで撮影、現像 ▼講師：旧居スタッフ ▼定員：小学3～6年生と保護者5組 ▼費用：カメラ1台につき千円※保護者の入館別途要 7月25日

申 電話かFAX、Eメール(rietaikichi_kyukyo@yahoo.co.jp)に講座名、氏名、年齢、電話番号を書いて、各締切日までに同館へ。

多い場合は抽選

【入館料】200円(別途要)

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

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町600-1
☎22-9811

◆入江泰吉「Yamatoji」大和路三部作を巡る〜

とき：7月18日(土)〜9月27日(日) ▼内容：「古色大和路」「萬葉大和路」「花大和」の作品紹介 ▼費用：500円※16歳以下、学生、70歳以上の人、障害者(手帳要)とその介護者は無料

◆月曜日(祝日除く)は休館



▲二上山暮色

奈良市美術館

〒6308012 二条大路南一丁目3-1-1
ミ・ナール5階 ☎30-1510
FAX 35-7160 (月曜日休館)

◆映像作家・重田佑介「しかくいけしき〜ひかり・ピクセル・アニメーション」展
とき：7月28日(火)〜8月23日(日) 午前10時〜午後5時

半(入館は5時まで) ▼内容：小さくて大きなアニメーションの世界を紹介

◆市民実技講座

①書の講習会 ②仮名の部 ③漢字の部

とき：①8月9日(日)②23日(日) 午前10時〜午後4時半 ▼講師：市美術家協会の①山本高郷さん②北山転石さん ▼定員：高校生以上各19人 ▼費用：①2千円②3千円 ▼持物：筆、墨、下敷き、文鎮、半紙、色紙、画仙紙等 編7月10日

⑧子ども建物デザイン体験

とき：8月16日(日)午後1時半〜4時半 ▼内容：夢の住まいや建物の紙模型を作る ▼講師：市美術家協会の倉本宏さん ▼定員：小学3年生〜中学生の親子6組 ▼費用：1組1500円※子ども1人追加ごとに500円増 ▼持物：定規、はさみ、のり、木工ボンド、色鉛筆、サインペン等 編7月17日

⑦初めてのデッサン教室②

とき：8月23日(日)午前9時半〜正午 ▼講師：市美術家協会の杉村仁さん ▼定員：小学生以上15人(小学生は保護者同伴要) ▼費用：千円 ▼持物：タオル 編7月17日

⑥粘土で干支を作ろう

とき：8月29日(土)午前9時半〜正午 ▼定員：小学生以上20人(小学生は保護者同伴要) ▼費用：千円 ▼講師：市美術家協会の杉村仁さん 編7月17日

【ところ】生涯学習センター(杉ヶ町)

市美術館ホームページの申込フォームか、往復はがきに講座名(Aは○の別)、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、各締切日必着で市美術館へ。1枚に1講座限り。多い場合は抽選



くわしくはこちら▼

音声館

〒630-8335 鳴川町32-1
☎27-7700

①スタインウェイを弾いてみませんか?

とき：7月18日(土)午前9時半〜午後4時半(1枠60分) ▼費用：1枠千円 編7月11日

②四季うたものがたり vol.14、15

とき：7月19日(日)、8月30日(日)午後2時〜3時

③α+音楽企画 vol.3 わが街の暮らしの音、季節の音

とき：7月26日(日)午後2時〜3時 ▼内容：街で聞こえる音と音楽の話 ▼定員：40人 ▼講師：同館共

同代表の藤野正文さん

④世界の音楽に出会おう vol.2 ガムランコンサート&体験

とき：8月2日(日)午後2時〜3時半 ▼内容：インドネシアのガムランの演奏と体験 ▼講師：ダルマ・ブダヤ(ガムラン演奏グループ) ▼定員：50人 ▼費用：500円 編7月26日

⑤ Music for You (チエコからの贈り物 クラシックギターコンサート)

とき：8月7日(金)午後2時〜3時半 ▼内容：ギターと歌によるクラシックの名曲や日本の歌の演奏 ▼出演：

マーティン・クレハナツさん(クラシックギター)、ヤン・ヤンダさん(クラシックギター・歌)、ペトラ・ヴォンドロヴァーさん(歌) ▼定員：50人 編7月31日

⑥音声館エントランス劇場「平和を願って」

とき：8月8日(土)午後7時〜8時 ▼内容：戦時の子どもたちの芝居や朗読

申④⑤電話かEメール(On: okan@naramachinigiwai.sakurane.jp)に氏名、電話番号を書いて、各締切日までに同館へ

奈良ひとまち大学

https://nhmu.jp

日々の暮らしに寄り添う食を
【第560回】〜「UNE TABLE」に込めた思い〜

【とき】7月25日(土)午前10時〜11時半

【ところ】UNE TABLE (西大寺北町)

【定員】8人 【費用】2,000円

【第561回】奈良時代の伽藍がCGで蘇った!
〜大安寺・副住職の発信力に迫る〜

【とき】7月25日(土)午後2時〜4時

【ところ】大安寺 (大安寺二丁目)

【定員】20人 【費用】600円

申 往復はがきに授業名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、7月14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 同大学事務局 (市生涯学習財団内) 〒630-8357 杉ヶ町23 ☎26-5600

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

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

北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎71-5747

①夏休み子ども体操教室幼児クラス
とき：7月18日(土)①午前10時～10時45分②11時15分～正午 ▼講師：日本フィッ

トネス協会公認インストラクターの山本三歌代さん ▼定員：3～5歳の人各25人 ▼費用：700円 締7月10日

②夏休み子どもたき染め体験教室(オリジナルバッグづくり)
とき：8月11日(祝)午前10時～11時半 ▼講師：もりの

いりぐち主宰の森野ゆかりさん ▼定員：小学生と保護者15組 ▼費用：千円 ※保護者・兄弟参加の場合は1人につき300円要

③Eメール(hokubu-hall@narashi.shakyo.com)に教室名(Aは希望時間)、子どもの氏名(ふりがな)・年齢、保護者氏名、電話番号を書いて、7月10日まで④2日午前9時から同館へ。多い場合は抽選。⑤定員に達し次第終了。保護者参加希望の場合は問合せ要

③新星アーティストの響演2026 ①器楽②声楽出演者募集
とき：12月12日(土)午後2時(1時半開場) ▼定員：在勤・在学や市出身者・市内

学校卒等、市に縁のある、申込時に16～29歳の人6組程度 ※伴奏者は年齢対象外も可 ▼費用：1500円 ※伴奏者無料 ▼その他：①アンサンブル②デュエット等含む。和太鼓、マイク・アンプ等の楽器等は不可 ④7月7日～9月6日に専用の申込フォームから申込 ※音源動画提出、演奏時間の選択要。選考のうえ10月初旬にEメールで通知

なごい100年会館

〒630-8121 三条宮前町1-1
☎34-0100 (火曜日休館)

①手寫楽20th Anniversary Concert 2026-2027
とき：10月10日(土)午後4時 ▼費用：全席指定7800円 ※当日500円増、未就学児入場不可



②Osaka Shion Wind Orchestra 21st in Fukuoka Concert in Nara
とき：10月31日(土)午後3時 ▼費用：全席指定S席5500円、A席4500円 ※1人4枚まで。未就学児入場不可 ④7月11日午前10時から同館チケット予約(☎34-0111)へ ※先行販売あり

ならまちセンター

〒630-8362 東寺林町38
☎27-1151 (月曜日休館)

◆ギャラリー展示
とき：6月24日(水)～7月12日(日)午前10時～午後4時 ※最終日は午後3時まで ▼内容

：3Dサラウンド音楽体験 ◆NARA BIKAKU EXHIBIT ON ～鹿の角と暮らす、珍奇植物の世界～
とき：7月15日(水)～20日(祝)午前10時～午後4時 ※最終日は午後3時まで

◆エントランスコンサート「ならまちサマーコンサート」
とき：7月18日(土)午後4時 ▼出演：成瀬紀子さん(ピアノ)

◆ならまちdeシネマ「栄光のバックホーム」
とき：8月30日(日)午前11時半、午後3時15分 ▼定員：各300人 ▼費用：

各1500円 ※当日300円増 ▼その他：舞台挨拶あり ④7月10日午前10時から同センターへ

杉岡華邨書道美術館

〒630-8337 藤戸町3
☎24-4111

◆作品解説会
とき：7月18日(土)午後2時 ▼内容：開催中の「書の紙」展の解説 ▼講師：同館学芸員

◆ワークショップ「唐紙体験」
とき：7月20日(祝)午後1時～4時 ※材料が無くなり次第終了 ▼講師：成田山書道美術館学芸員の田村彩華さん ▼費用：500円

◆筆書き体験コーナー
とき：7月25日(土)～8月30日(日)午前9時～午後5時 ▼内容：墨を使わず水で書ける紙を使い手軽に書道体験

◆夏休みクイズ「めざせ仮名文字博士」などとき大作戦
とき：7月25日(土)～8月30日(日)午前9時～午後5時 ▼対象：幼児～高校生 ▼その他：参加賞あり

◆奈良県実力作家展回顧「西橋香峰展」
とき：7月25日(土)～9月27日(日) ▼内容：県実力作家を振り返り、大阪教育大学名誉教授の故・西橋香峰さんの作品展

◆書道文化講座「開館記念日特別席上揮毫」
とき：8月2日(日)午後2時 ▼出演：同館館長の高木厚人さん他

◆トークセッション「西橋先生との思い出を語りつくす会」
とき：8月9日(日)午後2時 ▼出演：大阪教育大学教授の池田毓仁さん他 ④Eメール(shodou@m3.ken.ne.jp)、往復はがきに氏名、住所、電話番号を書いて、7月30日必着で同館へ

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せください

◆「奈良のシカ」保護啓発ポスターコンクール作品募集

募集期間：7月1日(水)～9月4日(金) ▼対象：小学生 ④奈良の鹿愛護会のホームページから9月4日必着で申込。1人1点まで ⑤同会の谷元さん・狭川さん(☎22-2388)

* 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



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

■9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：7月1日(水)～30日(木) ▼ところ：ポリテクセンター奈良(橿原市) ▼訓練科：①CADものづくりサポート科②住宅リフォーム技術科③ものづくりエンジニア科④電気設備技術科(③④ビジネススキル講習、企業実習付) ▼訓練期間：9月1日(火)～来年2月26日(金)(③④は3月30日(火)まで) ▼定員：①②各6人③④各10人 ▼費用：要 問同センター(☎0744・22・5226)

■文化庁伝統文化親子教室(無料子どもお琴教室)

とき：7月11日(土)・25日(土)、8月8日(土)・29日(土)、9月12日(土)、10月10日(土)、11月8日(日)午前9時半 ▼ところ：北部会館(右京一丁目) ▼定員：小学生、高校生12人 問糸朋社・朋の会の山口さん(☎72・0555)

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

原市) ▼定員：膠原病患者、家族、医療従事者等50人 申電話で7月10日まで全国膠原病友の会奈良支部の所谷さん(☎0745・31・2980)へ

■奈良の面白い企業が大集合！～インターンシップ合同説明会
 とき：7月14日(火)午後1～5時 ▼ところ：県コンベンションセンター(三条大路一丁目) ▼対象：大学・短大・専門学校の学生、既卒・第二新卒等おおむね30歳までの人 申県中小企業家同友会ホームページ(https://nara.doyu.jp/intern/)から申込※当日参加可 問同会(☎25・5660)

■外国人観光ボランティアガイド説明会
 とき：7月18日(土)午後2時～3時半 ▼ところ：ならまちセンター(東寺林町) ▼定員：英検2級程度以上の人15人(学生不可) 申奈良SGGクラブホームページ(https://narasgg.com/)で7月1日午前9時から申込 問同クラブ(☎22・5595)

■合唱団Rit's第17回定期演奏会

とき：7月19日(日)午後2時～4時(1時15分開場) ▼ところ：なら一〇〇年会館(三条宮前町) ▼費用：要 問同団の森本さん(☎080・5305・0579)

■親子で学ぶ浴衣と着物の着付け

とき：7月19日(日)、8月16日(日)、9月20日(日)、10月18日(日)、11月22日(日)、12月20日(日)午前10時～11時 ▼ところ：大原和服専門学園(富雄元町一丁目) ▼費用：要 ▼対象：小・中・高校生 申Eメール(wasou.narawest@gmail.com)に氏

名、電話番号を書いて、和装教育国民推進会議奈良西支部へ。定員に達し次第終了 問同支部の川添さん(☎090・3928・8040)

■「お能って何？」～バスタDE能楽入門講座②なら燈花会能

とき：ところ：①7月20日(祝)午前10時・奈良公園バスターミナルレクチャーホール(登大路町)②8月1日(土)午前11時・奈良春日野国際フォーラム薨(春日野町) ▼費用：要 ▼定員：①300人②500人 申電話で①7月19日②31日までに奈良能(☎24・5171)へ



手話は言語です ～「学校」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。

「みんなで楽しく手話体験」

とき：8月7日(金) 正午～午後1時
 ところ：市役所玄関ホール
 内容：・一緒に手話を表してみよう
 ・聞こえない人が困っていることって何 他
 対象：手話に興味のある人
 ※初めての人も大歓迎


覚えてみよう! 「体育」

両手拳を平行にして向かい合わせ、同時に前後させる



出典：全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話学習辞典Ⅰ」

今月の手話は、動画でも分かりやすく紹介しています▶



問障がい福祉課(☎34-4593 FAX 34-5080)

サマージャンボプレミアム12億円 (1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

サマージャンボ7億円 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ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。

プレミアム：1枚 500円
 ジャンボ・ミニ：1枚 300円

6月30日(火)3種類同時発売!

発売期間 6/30(火)～7/31(金)
 公益財団法人奈良県市町村振興協会

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。

■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：7月22日(水)・西大寺北地域ふれあい会館（西大寺東町）、23日(木)・北部会館（右京一丁目）、27日(月)・県人権センター（大安寺一丁目）、28日(火)・西部公民館（学園南三丁目）午前9時半～11時 申電話で同人材センター（☎50・4004）へ

■子どものうたコンサート
ト 童謡・唱歌を歌いましよう

とき：7月25日(土)午後2時～▼ところ：秋篠音楽堂（西大寺東町）▼費用：要
▼定員：304人 固同運営協議会（☎35・7070）

■ガイドと巡る古都奈良の伝統行事「大仏様のお身拭い」見学会

とき：8月7日(金)午前7時～11時 ▼ところ：県庁前（登大路町）集合・解散 ▼定員：100人 ▼費用：要 申電話でなら・観光ボランティアガイドの会（☎27・9889）へ

■平城宮跡いざない館歴史講座「平城京に暮らす人々がささげた祈り」

とき：8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 申電話で平城宮跡管理センター（☎36・8780）へ

■奈良カレッジズ学問祭2026（一般参加可）

とき：8月24日(月)～29日(土)午前10時45分～午後0時15分・1時5分～2時35分・2時50分～4時20分 ▼ところ：奈良商工会議所5階（西大寺南町）▼内容：さまざまな学問分野の専門家が登壇し、講演 ▼費用：要 申学問祭ホームページ（<https://x.gd/Q7qQI>）から7月31日までに申込 固奈良国立大学機構奈良カレッジズ連携推進センター（☎20・3411）

■放送大学10月入学生募集

出願期間：第1回…8月31日(月)まで、第2回…9月1日(火)～9日(水) ▼ところ：奈良女子大学コラボレーションセンター（北魚屋東町）▼費用：要 固同大学奈良学習センター（☎20・7870）

■労働相談会（解雇・賃金問題・パワハラ等）

ところ：県奈良総合庁舎（法蓮町）▼その他：相談は1人30分。実施日は県労働委員会のホームページを確認要 申同会のホームページから開催日の2開庁日前の午後2時までに申込 固同会事務局（☎20・4431）

NEWS

「なら農業委員会だより」が全国コンクールで表彰！



この度、「なら農業委員会だより」が第32回農業委員会だより全国コンクールで表彰されました。最新号では、地域の農業を支える人々のインタビューや最新情報を掲載。農業関係者だけでなく、地元の食や街づくりに関心のあるみなさんも、ぜひ読んでみてください。

最新号はこちら▶



担当者のコメント

市の農業の今を伝え、地域と農業をつなぐ取り組みが評価されたことを大変うれしく思います。今後も、奈良の農業の魅力をより深く、分かりやすくお届けします。

固 農業委員会事務局（☎ 34-4776）

市立中学校の部活動地域展開 スポーツ・文化芸術活動指導員を大募集！

■急募の種目と学校

・バドミントン ・バスケットボール ・バレーボール

・卓球（田原小中学校・月ヶ瀬小中学校）

・陸上（都南中学校・田原小中学校）

・技術、英語、囲碁将棋（三笠中学校）他

※文化クラブは平日のみ活動の場合あり

■勤務条件

勤務時間：平日2時間以内（午後5時まで）／土・日曜日、祝日3時間以内

※大会等の引率が発生する場合、8時間以内（休憩時間除く）の勤務あり

報酬：時間給1,635円

※片道2km以上の場合は通勤手当あり

応募はこちら▶



固 部活地域展開推進室

(Eメール: chiikitenkai_narashi@city.nara.lg.jp)

奈良さとやま SUMMER

キャンペーン 2026

市東部地域で夏休みのお出かけにぴったりな、体験キャンペーンを実施します。工作、収穫体験、いきもの観察等、夏休みの宿題にも生かされます。ぜひ参加してください。

宿題やお出かけに！

夏休みの体験メニュー紹介

とき 7月18日(土)～8月31日(月)

内容 工作・自由研究等、宿題にも役立つ体験メニューの紹介

くわしくはこちら▶



体験ブースが大集合！

「夏休み宿題フェスタ 2026」

とき 7月25日(土)

午前10時～午後4時

ところ 満天ひろば(水間町)

内容 東部地域の体験ブースが満天ひろばに集合



【問合せ】東部出張所 (☎ 0742-93-0001)

令和7年度企業版ふるさと納税 (寄附企業一覧)

- 株式会社アイモバイル
- 株式会社浅沼組
- 株式会社イースマイル
- 株式会社大塚商会
- 株式会社岡田工務店
- 株式会社カトージ
- 京都グレインシステム株式会社
- 株式会社経営サポートプラスアルファ
- 株式会社合人社計画研究所
- 三機グリーンテック株式会社
- 株式会社サンジュウナナド
- 昭和株式会社

- シンセイホーム有限会社
- 税理士法人経営サポートプラスアルファ
- 大和ハウス工業株式会社
- 株式会社中央設計技術研究所
- 株式会社中和コンストラクション
- 東京ガスエンジニアリングソリューションズ株式会社
- 日本生命保険相互会社
- 日本メンテナンスエンジニアリング株式会社
- 株式会社ネクスト・アクシス
- 株式会社バルコムモーターズ

- 株式会社フナイワークス
- 株式会社プログレス
- 三ツ輪ホールディングス株式会社
- 名阪食品株式会社
- 大和川ポリマー株式会社
- ロート製薬株式会社
- 株式会社 DYM
- 株式会社 JECC
- 株式会社 5 core

くわしくはこちら▶



(名称順、敬称略)

～奈良市への寄附ありがとうございます。寄附は市の地方創生事業に活用します～

【問合せ】総合政策課 (☎ 0742-34-4786)

開催日は原則を掲載、()内は回数
 ◎定員 ¥費用(材料費、交通費は自己負担)

公民館の情報を掲載しています。
 電話番号の市外局番の表記がないものは、0742です。

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
キッズ夏休みいろいろ体験会	マジック、料理、木工、工作、絵画、手話等 7/29、7/30 9:30～16:30(2) ◎小学3～6年生30人(在学も可) ¥1,500円	7/17

田原公民館

〒630-2175 茗荷町1078-1
 ☎・☎81-0888

講座名	開催日・内容	締切
盆踊りを100倍楽しむ	田原地区の伝統芸能を学び、「祭文音頭」を踊る 7/23 13:30～15:00 ◎成人15人(在勤・在学も可)	7/14
盆踊りを100倍楽しむ☆夜	田原地区の盆踊り「祭文音頭」他を踊る 8/6 19:00～20:30 ◎車で来館できる小学生以上(在勤・在学も可)、入場自由	申込不要

月ヶ瀬公民館

〒630-2302 月ヶ瀬山2815
 ☎・☎0743-92-0346

講座名	開催日・内容	締切
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬-烏梅-	烏梅と紅の歴史について学ぶ 7/25 10:45～12:30 ◎成人15人(在勤・在学も可) ¥900円	7/10
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬-月ヶ瀬茶-	夏に味わう冷茶の煎れ方を学ぶ 7/29 10:45～12:00 ◎成人10人(在勤・在学も可) ¥500円	7/17

都祁公民館

〒632-0251 針町2191
 ☎・☎0743-82-1362

講座名	開催日・内容	締切
おやこでブルーベリー狩り!	ブルーベリー狩りとジャム作り体験 8/16 10:00～12:00 ◎小学生～高校生と保護者8組(最大20人、在学も可) ¥1人1,100円 場所:上深川農園(上深川町)	8/7

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
この夏、マジシャンに变身☆	大学生マジシャンからトランプマジックを学ぶ 8/8 10:00～12:00 ◎小学生20人	7/29

富雄南公民館

〒631-0052 中町501-3
 ☎・☎48-3066

講座名	開催日・内容	締切
とみなんキッズ夏まつり	トゥインクルのパフォーマンスショー、防災紙芝居、こども食堂、おはなし会等 7/25 10:30～14:00 ◎小学生(家族の同伴可)、入場自由	申込不要

登美ヶ丘公民館

〒631-0003 中登美ヶ丘三丁目4162-81
 ☎・☎43-7431

講座名	開催日・内容	締切
スイーツで学ぶ科学の世界	科学実験とお菓子の調理実習 7/22 10:00～12:30 ◎小学3～6年生16人 ¥500円	7/11
お父さんと作ろう! ゲーム工作	紙パネで動くUFOとロケットゲーム作り 8/9 10:00～12:00 講師:千光士義和さん ◎小学生と父親10組(2人1組、在学も可) ¥1組700円	7/29

【申込】往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号を書いて、締切日必着で各館へ。1枚に1人1講座(コース)限り。多い場合は抽選。生涯学習財団ホームページからのWeb申込も可。託児希望(定員あり。託児可の講座に限る)の場合は、「託児希望」と子の氏名・性別・月齢を記入

生涯学習財団ホームページ▶



飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町984
 ☎・☎23-2804

講座名	開催日・内容	締切
世界にひとつだけの絵本づくり	親子で一緒にオリジナルの絵本を作る 7/25、8/1 9:30～12:00(2) ◎小学生と保護者10組(最大24人) ¥小学生1人300円	7/14
夏のこわいおはなし会	臨場感あふれるお話や絵本の読み聞かせ 7/17 18:00～19:30 ◎おおむね4歳児以上、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要	申込不要

春日公民館

〒630-8141 南京終町一丁目86-1
 ☎・☎62-2253

講座名	開催日・内容	締切
おもしろ工作教室	木工立体パズルを作る 7/29 9:30～11:30 ◎小学生15人 ¥500円	7/14

京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目3-43-2
 ☎・☎44-2669

講座名	開催日・内容	締切
こどもまなび隊～ドライハーブアートにチャレンジ～	皿をキャンパスに見立てて楽しむ 7/30 10:00～12:00 ◎小学生12人(在学も可) ¥500円	7/16

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町23
 ☎26-8811・☎26-8813

講座名	開催日・内容	締切
サロンコンサート [入場自由]	◆昭和のヒット曲をもう一度! ジュー・シーズによるバンド演奏と歌 7/11 13:30～15:00	申込不要
	◆相撲甚句七月場所 平城山相撲甚句会による相撲についてのよもやま話や哀調ある相撲甚句 7/19 14:00～15:00	
	◆春日ギタマンの調べ 春日中学校ギターマンドリン部による演奏 7/22 14:00～14:30	
	◆2026ピースフェスタ 平和のための市戦争展実行委員会によるコーラス等 7/26 13:30～15:00	
レッツ! サマースタディ	◆陶芸編 陶芸用粘土を成形し、オリジナルの小皿を作る 7/30 10:00～12:00 ◎小学3～6年生16人(在学も可) ¥500円	7/22
	◆パソコン編 Excelでオリジナル万年カレンダーづくり 8/1 10:00～12:00 ◎小学3～6年生15人(在学も可) ¥600円	
	◆ロボット編 ロボットを使ってプログラミングの基本を学ぶ 8/4 10:00～12:00 ◎小学1～3年生16人(在学も可)	
	◆プログラミング編 マイクロビットを使ってプログラミングを学ぶ 8/4 13:30～16:00 ◎小学4～6年生20人(在学も可)	7/25

*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

■平和のための奈良市戦争展

(平和のための市戦争展実行委員会)

【とき】7月23日(木)～26日(日) 10:00～17:00

【内容】パネル展示、戦争遺品等

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
子ども陶芸教室	オリジナルの陶芸作品づくり 7/29 10:00~12:00 ◎小学生 20人(在学も可) ¥500円	7/16
夏休み宿題大作戦!	夏休みの学びの場として開放 8/7 10:00~16:00 ◎小・中学生(在学も可)、入場自由 ※13:00~16:00は大学生講師に質問等可	申込不要

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
パパとチャレンジ! DIY	木製のスライド式本棚を作る 8/1 9:30~12:00 ◎小学生と保護者 10組(2人1組) ¥1組 1,500円	7/22

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
三笠公民館サロン~おりがみタイム~	おりがみで小物入れづくり 7/14 10:00~11:30 講師:ゆるおりがみ部 ◎おおむね65歳以上の人、入場自由 ¥100円	
ゆるゆるボードゲームの時間	ボードゲームで遊んで交流(昼休憩あり) 7/25 10:00~15:00 ◎小・中学生、入場自由	申込不要
さくっと宿題だんどりー	夏休みの学びと交流の場として開放 7/28、7/29、8/4、8/5 9:30~11:30 ◎小・中学生、入場自由	

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
☎・FAX 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
親子で陶芸	陶器の作品作り 7/18 10:00~12:00 ◎小学生と保護者 10組(最大25人) ¥1人 1,000円	7/10
親子で学ぶ出汁教室	和食の「出汁」について学ぶ 7/25 10:00~12:00 ◎小学生と保護者 8組(2人1組) ¥1組 1,000円	7/17
親子でDIY	木製掛時計を作る 8/2 13:30~15:30 ◎小学生と保護者 10組(最大25人) ¥1組 2,000円	7/25

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
鼓阪ふれあいこここ食堂	竹笛や竹とんぼづくりとカレーを楽しむ 7/26 10:30~14:00 ◎小学生と保護者 10組(最大25人) ¥1人 100円	
文月トーク	帝塚山大学「ジェンダーギャップを考えるカルタ」で学ぶ男女共同参画 7/28 14:00~15:30 ◎成人 30人	7/17
旬の野菜をおいしく食べよう!	夏野菜の種類や特徴と卵調理による温度変化の学習と料理実習 7/30 10:00~14:00 ◎小学生 16人 ¥900円	

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
親子de動物パンを作ろう	手ごねパンとサラダを作る 8/2 9:30~13:00 ◎小学生と保護者7組(最大18人、在学も可) ¥1組 950円	7/23
ためして納得! こども自然科学実験	実験を通して水の移動と原理を学ぶ 8/9 10:00~12:00 講師:近畿大学農学部サークルFeeLink ◎小学生 20人(在学も可)	8/1

南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
図書ボランティアのススメ	POPの作り方、読み聞かせ、本の補修等 7/31、8/28、9/25、10/23、11/27 14:00~16:00(5) ◎成人 12人(在勤・在学も可)	7/22
親子でプログラミングにチャレンジ	ロボットを動かすプログラミング体験 8/1 10:30~12:00 ◎小学1~3年生と保護者 10組(2人1組、在学も可)	7/23
こわ〜いおはなし会IN南部	怖い話の朗読、紙芝居、絵本の読み聞かせ等 7/25 19:00~20:00 ◎幼児~小学生(在学も可)、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要	申込不要

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
親の笑カフェ7月編	不登校の子どもを持つ保護者の集いの輪 7/19 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
パパとお菓子作りに挑戦!	輪っかのフルーツ入りロールケーキを作る 7/26 10:00~12:30 ◎小学生と父親 8組(2人1組) ¥1組 1,700円	7/15
みんなで楽しく音楽体験~ドレミの広場~	親子でリトミックや色々な打楽器を楽しむ 8/1 10:00~11:00 ◎4歳児~小学生と保護者 10組(最大25人)	7/21
おどる楽しさキッズ体操	夏休みにカッコいいダンスや体操を楽しむ 8/8 10:00~11:30 ◎小学生 20人	7/23

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
親子でLEDランタンを作ろう!	省エネについて学び、LEDランタンを作る 8/4 10:00~11:30 ◎小学生と保護者 10組(2人1組、在学も可) ¥1組 900円	7/24

平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
心を整える文章教室	200文字の手書き文章を作成するコツを学ぶ 7/28、8/25、9/29、10/27 10:30~12:00(4) ◎成人 10人(在勤・在学も可) ¥1,100円	7/16
子どもお天気教室	奈良地方気象官の職員から天気について学ぶ 8/4 10:30~11:30 ◎小学生 20人(在学も可)	7/23
絵本の読書会	8/22 10:00~12:00 ◎中学生以上 10人(在勤・在学も可) *託児可	8/6

*託児...6か月~就学前、事前申込要

けんしんパスポートを6月下旬に送付

健康診査と各種がん検診等の受診券(票)が1枚になった「けんしんパスポート」を6月下旬に送付しました。今年度対象の健診(検診)が一目で分かり、がん検診や健康診査が手軽に受けられます。生活習慣の見直しや疾病の早期発見のため、ぜひ受診してください。 ※発病等の体調不良の場合は、受診を控えてください



がん検診等

「けんしんパスポート見本」の青の点線部分

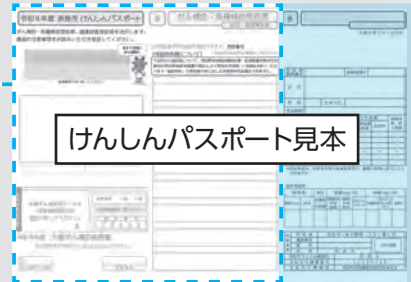
実施期間：

7月1日～来年2月28日

【①②は5月～来年3月下旬】

♥項目(対象) ※1 【問合せ】健康増進課(☎0742-34-5129)

- ①胃がん検診(40歳以上の人)
- ②肺がん検診※2(40歳以上の人)
- ③胃がん内視鏡検診(50～70歳の偶数年齢の人)
- ④大腸がん検診(40歳以上の人)
- ⑤子宮頸がん検診(20歳以上の偶数年齢の女性)※3
- ⑥乳がん検診(40歳以上の偶数年齢の女性)※3
- ⑦骨粗しょう症検診(40・45・50・55・60・65・70歳の女性)
- ⑧歯周疾患検診(20・30・40・50・60・70歳の人)
- ⑨胃がんリスク検診(40～70歳でこの検診を未受診の人)
- ⑩肺がん低線量CT検診(50・55・60・65・70歳の人)
- ⑪肝炎ウイルス検診(40歳の人か、40歳以外でこの検診を未受診の人)※4



※(特定)健康診査対象外の人には、青の点線部分のみ送付

※1 令和9年3月31日時点の年齢 ※2 結核の判定も含ます ※3 奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要 ※4 40歳以外の人への通知はなし。感染の不安がある人は健康増進課へ問合せ要

●各種がん検診等受診料の免除について

①～⑧は、市区町村民税非課税世帯・生活保護世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の人は無料です。受診予定の10日前までに「がん検診等受診料免除申請書」で、申請してください(市ホームページ

から電子申請も可)。免除となった人には、受診料無料(一部検診を除く)のけんしんパスポートを送付します。受診後に申請した場合は、返金(免除)できません。



(特定)健康診査

「けんしんパスポート見本」の青の塗りつぶし部分

実施期間：7月1日～来年2月28日

※国保、後期以外の健保加入者は加入の保険者に問合せ要

国民健康保険被保険者(40～74歳※)

【問合せ】国保年金課(☎0742-34-4736)

項目(費用)	内容
特定健康診査 (無料)	身体計測、血液検査、 尿検査、血圧測定等

※令和8年4月末日時点の国保加入者(40～74歳)が対象。9月～来年2月に75歳になる加入者は誕生日の前日まで受診可能。5月1日以降に加入手続きし、受診を希望する人は国保年金課まで問合せ要

後期高齢者医療被保険者

【問合せ】福祉医療課(☎0742-34-4754)

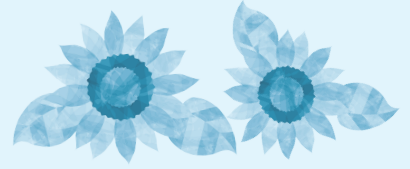
項目(費用)	内容
健康診査 (500円)	身体計測、血液検査、 尿検査、血圧測定等

※4～8月に75歳になる加入者には、健康診査受診券(青色の塗りつぶし部分)は付きません。後期高齢者医療加入後に、別途福祉医療課から受診券を送付します

- 生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付受給者も同様の健診(無料)受診券を送付(4月14日以降の生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付受給者は、健康増進課に申出要)
- 健診結果は後日、市から本人宛に文書で通知 ●施設入居者は、厚生労働省の指針に基づき同診査の対象外

／7月は／

「社会を明るくする運動」 強調月間です



【問合せ】長寿福祉課 (☎ 0742-34-5439)

私たち全員が犯罪や非行の防止と立ち直りについて考え、犯罪や非行のない地域社会を目指す全国的な運動です。この機会に、それぞれの立場からできることを考えてみませんか。

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

思ってもみなかった。



立ち直りを支える、更生保護のボランティア、さまざまな年齢や経歴の人が、同じ志を同じうに人々に寄り添って活動しています。

保護司になるなんて、

立ち直りを支援する「更生保護」

誰もが安心して安全な暮らしを望む中、毎日のように事件や犯罪のニュースが報道されています。犯罪者を厳しく罰することも必要ですが、罪を償い立ち直ろうと決意した時には社会で受け入れていくことが重要です。

再犯防止が犯罪率低下への鍵

日本の犯罪のうち、約半分が再犯者によるものです。再出発をしようとする人の立ち直りの支援は、その人自身だけでなく、安心して安全なまちづくりにもつながります。

立ち直りを支える人々

指導や助言を行う「保護司」

保護観察を受けている人の相談や指導を行う民間ボランティアで非常勤の国家公務員。立ち直ろうとする人の近況の把握や、指導・助言を行います。地域に精通した人で、農業やサービス業、主婦等の幅広い人が活躍しています。



▲クジラ先生

優しく見守る

「更生保護女性会」

犯罪予防活動や子どもの健全育成のための支援活動を行う女性ボランティア。公民館や学校等で地域の非行問題を話し合うミニ集会や、親子の行事、子育て支援の活動等に取り組んでいます。



オコジョさん▲

働く場を提供「協力雇用主」

犯罪や非行の前歴があるために、定職に就くことが難しい人に対し、その事情を理解した上で雇用し支援する事業者。建設業やサービス業、製造業等、さまざまな業種が登録されています。



アシカ親方▶

兄・姉のような存在「BBS会」

非行等の問題を抱える子どもたちに、兄や姉のような立場で接する青年ボランティア。自分で問題を解決し、健全に成長するのを支えます。児童福祉施設での学習支援活動、児童館での子どもの行事の企画等を行っています。



イルカ兄さん・姉さん▶

ひとりで悩まないで。

保護司による電話相談更生保護

「ひまわりテレホン」

☎ 0742-20-6000 (月～土曜日の午後1時～4時)

※日曜日、祝日、12月28日～来年1月4日を除く

匿名で大丈夫です。
自分や周囲のこと等、
気軽に相談してください

／第1回／

奈良平和フォトコンテストを開催します

／応募テーマ／
わたしの
みつけた平和

／応募期間／
7月1日(水)
～8月31日(月)



写真：作品例

市では、昭和60年の「非核平和都市宣言」以来、恒久平和に向けた取り組みを推進しています。このコンテストでは、みなさんの身近にある「平和」を表現した写真を募集します。この機会に平和の尊さについて考えてみませんか。

対象作品

日常の中で感じる「平和だな」と思う瞬間や、平和への願いを込めた風景・人々の姿等、自由な感性で捉えた写真例) 家族や友人との笑顔、美しい奈良の風景、平和の象徴となるモニュメント、守りたい日常等

応募資格

市在住・在勤・在学の人(プロ・アマ不問)

応募方法

市ホームページの応募フォームから、応募規定を熟読の上、応募



[応募はこちら▶](#)

審査員

入江泰吉記念奈良市写真美術館技術員の兼古健悟さん

賞・副賞

10月上旬に、入賞者へ直接電話で通知。市ホームページでも発表
最優秀賞(1点)、優秀賞(1点)、入賞(2点)、佳作(6点)：表彰状・賞品
※入賞作品は市ホームページ等で紹介

その他

作品は、市庁舎、同美術館に展示予定。くわしくは市ホームページへ

作品規定

- 1人1点まで。単写真で、令和8年以降に撮影のもののみ(組写真不可)
- データ形式はJPEG・PNGのみ可
- 明るさ、コントラストの調整、トリミングは可。実景を著しく変更する合成や不要物の削除、生成AIで作成した画像は不可
- 撮影にまつわるエピソード(100字程度)要



／7月は／

「差別をなくす強調月間」です

「ダイバーシティ&インクルージョン」から考える

私たちの周りには国籍や性別等、さまざまな違いを持つ人々が共に暮らしています。その違いを受け入れ、共生していくためには、「ダイバーシティ(多様性)」だけでなく、一人一人の個性を認める「インクルージョン(包摂)」の視点も重要です。しかし、その実現を阻むのが「無意識の思い込み」という見えない壁です。「普通はこうだ」という悪意のない決めつけは、誰かの機会を奪い、傷つけているかもしれません。

誰もが自分らしく生きられる社会への第一歩は、壮大な計画ではなく、私たちの「小さな気づき」です。まずは自分の中の偏見に目を向け、隣の人々の視点を受け入れてみませんか。その心の歩み寄りが、真に豊かな社会につながるかもしれません。

誰もが自分らしく輝ける社会へ



【問合せ】 共生社会推進課 (☎ 0742-34-4733)



パフォーマンス見本市 /

今回の会場は、近鉄奈良駅前行基広場!

劇場を飛び出して、まちなかで
演じる特別な演劇体験

「古都祝奈良 まちなか舞台」 —奈良パフォーマンスラボ— 参加団体募集!

2017年から、さまざまなアートのかたちを通じて、まちに新たな魅力を届けてきたアートプロジェクト「古都祝奈良」。今年度も、「まちなか舞台」を開催します。

■まちなか舞台とは

劇場を飛び出し、奈良のまちそのものを舞台に展開する演劇・パフォーマンスプログラムです。今年度は「今ならこれ奈良」をテーマに、まちの風景と物語が響き合う、多彩な作品が生まれます。演劇の魅力を広く届け、まちと人がつながる場を作ってみませんか。

【とき】11月22日(日)・23日(祝)

【ところ】近鉄奈良駅前行基広場

【対象】下記内容をすべて満たす団体・個人

- 企画運営・上演に関して、事務局と円滑なコミュニケーションができる
- 地域の人や環境を尊重し、適切なコミュニケーションを図る意思がある
- 広報・当日運営等の制作業務、設営・撤収を含む舞台運営業務を自ら行える
- 会場利用に関し、各種利用規定やガイドライン等に同意できる

【応募方法】専用の申込フォームから、
7月1日午前8時半～31日午後5時
に申込

[申込はこちら▶](#)



※募集要項の確認要。多い場合は書類選考を実施

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

ジャパン・ナショナル・ オーケストラとの共演 合同演奏会で共演する 小・中学生を募集します



市の魅力発信パートナーであるジャパン・ナショナル・オーケストラのメンバーと一緒に曲を作り上げる小・中学生を募集します。世界で活躍するプロの演奏家から指導を受け、共演ができる貴重な機会です。ぜひチャレンジしてみませんか。

【とき・ところ】

8月16日(日) 午後開演・

なら100年会館中ホール(三条宮前町)

※7月中旬に演奏する楽譜を公開。下旬に参加者説明会を予定

【定員】

次の楽器の基本演奏ができる小・中学生各若干名

・バイオリン ・ビオラ ・チェロ

※楽器は持参要

【応募方法】

専用の申込フォームから7月10日までに申込

※募集要項の確認要。多い場合は書類選考を実施

募集要項はこちら▶



【問合せ】文化振興課 (☎ 0742-34-4942)



教育センター キッズ学びのフロア

講座名	と き	申込締切
キッズプラネタリウム「ニージーロと季節の星座たち ～七夕物語(4日・5日)・さそり座のおはなし(18日～)～」 【定員】各回40席	7月の土・日曜日、祝日(11日・12日は除く) ①午前10時半～10時50分 ②午後1時半～2時	
プチプチ☆クラフト「お魚すくいを作ろう」 【定員】各回12人	7月19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
夏休み投影「ぼくたち惑星8兄弟」(動画のみ) 【定員】各回40席	7月22日(水)・29日(水)、8月5日(水) ①午前10時半～10時55分 ②午後1時半～1時55分	
夏休み映画上映 「劇場版アニメ 忍たま乱太郎～忍術学園全員出動!の段～」 【定員】各回190席	7月23日(木)・24日(金) ①午前10時～11時半 ②午後1時半～3時	申込不要
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	7月31日(金) 午後6時半～7時10分	当日受付
おはなしの会「なぞなぞのすきな女の子」他	8月1日(土)午前11時～11時半	申込不要
映画上映「まんが日本昔ばなし むりどん/小僧がま」	8月2日(日)午後1時～1時半	
ロボット教室(連続講座)ワクワクRobot講座 【定員】2日とも参加できる小学3年生以上10人	8月6日(木)・19日(水)午前9時半～正午	7月13日
ものづくり体験教室「蚕の繭から真綿を作ろう」 【定員】5歳以上の人15人【費用】300円【持物】タオル	8月7日(金)午後1時～3時	
宇宙教室「スペースシャトルを飛ばそう」 【定員】小学1年生以上18人【持物】1L紙パック2個	8月8日(土)午前10時～11時半	
科学実験教室「昆虫博士になろう」 【定員】小学1年生以上20人【費用】500円 【持物】標本にしたい昆虫(1～5cm)※カブトムシやバッタ等	8月9日(日)午前10時～11時半	7月20日
ものづくり体験教室「五感で楽しむ!ボタニカル万華鏡」 【定員】5歳以上の人各回15人【費用】300円	8月11日(祝)①午前9時40分～10時40分 ②午前11時10分～午後0時10分	
ものづくり体験教室「万年カレンダーを作ろう」 【定員】5歳以上の人各回18人	8月20日(木) ①午後1時～2時半②午後3時～4時半	7月27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	8月21日(金) ①午前10時～11時半②午後1時半～3時	
プログラミング教室「高校生によるプログラミング教室～光 と音で遊ぼう～」【定員】小学3～6年生各回9人	8月22日(土) ①午前10時半～正午②午後1時半～3時	8月3日
科学実験教室「花火の不思議」 【定員】5歳以上の人各回15人	8月23日(日) ①午前10時～11時半②午後1時半～3時	
ロボット教室「高校生によるロボット教室」 【定員】小学1～6年生各回10人	8月23日(日) ①午前10時半～正午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】保護者同伴要。当日受付は開始15分前から。定員に達し次第終了。上記以外も開催あり。プラネタリウムは子ども優先、団体利用可(申込要)。最新情報は市ホームページか直接問合せください

申込はこちら



【問合せ】キッズ学びのフロア(教育支援課内 ☎0742-36-0401)

TOPICS! ならトピ

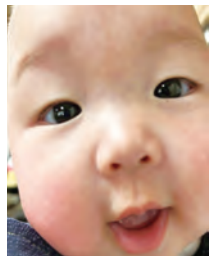
みなさんから応募のあったまちの情報を紹介

市民応募のお子さん写真 // エンジェルスマイル



まちの風景や赤ちゃんの写真、ごみ削減のアイデアを募集しています。順に掲載しますので楽しみに待っててください。

※応募数により掲載までに時間がかかる場合があります



おはなちゃん(5か月)



なえちゃん(1歳)



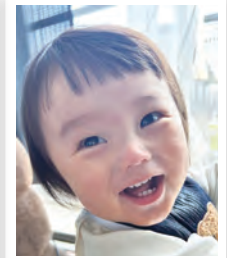
そうくん(9か月)



みおちゃん(生後2週)



ゆうちゃん(8か月)



はるふみくん(10か月)



あいとくん(10か月)



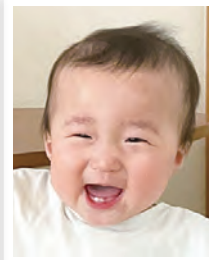
じょうくん(8か月)



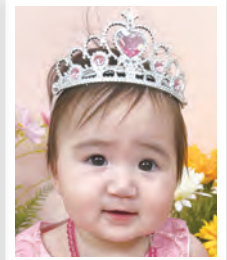
あい愛ちゃん(1歳)



るりちゃん(1歳)



みなとくん(9か月)



さくらちゃん(8か月)



はるくん(1歳)



ゆずちゃん(6か月)



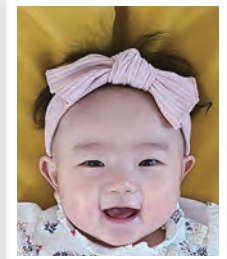
みとちゃん(4か月)



なゆちゃん(5か月)



みいたん(6か月)



かほちゃん(5か月)

みんなのフォトギャラリー

応募、求ム!

写真の応募はこちら▶



はじめてみた西大寺のしだれ梅
〔場所〕菅原天満宮 〔撮影〕礼音さん



でんでん鹿
〔場所〕奈良公園 〔撮影〕村上雅江さん

あなたのアイデアがまちの力に

教えて! みんなのごみ削減術

【投稿】ゆうゆうさん

- ・お茶殻と卵の殻は腐葉土にして、庭の栄養に
- ・シリコン蓋の容器や蜜蝋ラップで保存し、食品ラップの使用を減らす
- ・量り売りの焼酎、水を購入し、使い捨ての瓶やペットボトルを買わない

アイデアの応募はこちら▶



【問合せ】広報課 (☎ 0742-34-4710)

災害時の「飲み水」確保に
新たに飲料水の供給協定締結

発災時の迅速かつ円滑な避難者支援や復旧活動を目的として、市は民間企業や団体等との連携を進めています。5月11日、新たに、永伸商事と「災害時等における飲料水の供給に関する協定」を締結しました。これにより、災害時等の協力協定は総件数130件になりました。

市内の月ヶ瀬工場と鳥取県大山工場の2拠点でミネラルウォーター事業を展開する同社は、多様な流通経路の対応を得意とする飲料水メーカー。供給される「奥大和の銘水」は、月ヶ瀬にある約400万年前の花崗岩層の水脈をもとに製造されており、市のふるさと納税の返礼品に登録されています。協定では、災害時に、ペットボトルの飲料水を供給する体制を平常時から整えることを確認しました。

市は、今後も災害時等に市民のみなさんの安心・安全が確保されるよう、官民連携による協定を推進します。



▲協定締結式の様子

その他の協定はこちら▶



起源から、世界へ。
酒フェス「KIGEN」開催

5月29日～31日の3日間、県コンベンションセンターで酒フェステイバル「KIGEN」が開催されました。清酒発祥の地・奈良から誇りある一杯を全国に広めようと、県内の蔵元を中心に、全国の酒蔵やクラフトサケ、クラフトビールの醸造所等、約60団体が集結。多彩なキッチンカーやグルメブースも並び、多くの来場者がお酒とグルメを楽しみました。また、トークショーや限定のペアリングランチ等の体験型企画も実施。会場は活気で満ちていました。東京からの来場者は「奈良の酒のおいしさと、グルメブースの質の高さに驚いた」と話し、奈良の魅力を認識できる貴重な機会となりました。

市は今後も、奈良の文化を世界へ発信し、まちを盛り上げるイベントを積極的に応援していきます。



▲燗酒セミナー
でおいしさの理由を学ぶ参加者

出店蔵元のブース▶



遊びが進化する公園へ
中登美ヶ丘にキッズパーク誕生



▲いろいろな遊具で楽しめる

◀のんびりできる展望ハンモック

市は中登美ヶ丘近隣公園を全面リニューアルし、6月10日に「キッズパーク」第2弾としてオープンしました。

整備にはふるさと納税の寄附金等を活用し、障害の有無を問わず遊べるインクルーシブ遊具や、斜面を生かした超ロングゲレンデ等、子どもが安全にのびのびと遊べる遊具を導入。またゆったりと読書や休息を楽しめるハンモック等も新設され、誰もが楽しめる公園になりました。

今後は民間活力を導入し、さらなる公園の魅力向上とコミュニティーの活性化を図る予定です。中登美ヶ丘の新拠点にぜひ遊びに来てください。

※公園に駐車場はありません。公共交通機関を利用してください

市内で起業・就業したい人向け

奈良で働くってこんな選択肢がある。自分らしい働き方に出会える「奈良しごとLibrary」を開設しました!

市には、市内企業で働く人や起業家等、多様な働き方を実践している人がたくさんいます。本サイトでは、職住近接の心地よさや、自然との距離感、そして新しい挑戦を支える環境等、奈

良でいきいきと働く人々のインタビューを通じて、このまちで描く「働く未来」のヒントを紹介しています。まちで働く人の声を足掛かりに、あなたも一歩を踏み出してみませんか。 くわしくはこちら▲



掲載内容

起業した人・企業で働く人へのインタビュー

奈良市ならではの仕事と暮らしのバランスや活動のきっかけ、やりがい、奈良で働くことの魅力を語ったインタビュー記事を掲載しています



インタビューの一部を紹介します



株式会社 JITSUGYO
福島 真美さん



【問合せ】産業政策課
(☎ 0742-34-4741)

奈良生まれ奈良育ち、奈良が大好きだから、迷わず地元で就職

● 地域密着で得た信頼と取材力で、顧客のニーズに応える

短期大学で得た栄養士の資格を生かし飲食店で働いていましたが、興味があった「紙・印刷・書くこと」を仕事にしたいと、2019年に現在の会社へ転職しました。工場での印刷ノウハウを学ぶことから始まり、現在は「採用支援事業部」の事業部長を任されています。この部署の強みは、60年以上地域密着で育んだ信頼や取材力を背景とする採用支援力。アニメを入口に、動画配信や公式サイトを整備等、企業の魅力をターゲットへどう届けるかまで含めた+αのトータル提案を行っています。

● いつも迎えてくれるまちと仲間

結婚を機に大阪へ引っ越しましたが、リモートを活用しながら週に一度は奈良本社へ通っています。奈良には奈良にしか流れていない特別な時間があると、あらためて感じました。奈良はいつも私を「迎え入れてくれる」場所。沢井代表の「誰と仕事をするかが大切だ」の通り、支えてくれる魅力的な仲間に応えたいという思いが今の私の大きな原動力となっています。

今後は自身のライフステージの変化も見据え、誰もが長くキャリアを形成できるシステム作りを実践していきたいです。日々の中で“今”という瞬間を大切にしながら、後悔のない選択を積み重ねていきたいと考えています。

7月の主な行事・市の催し

- 1日(水) 社会を明るくする運動強調月間（～31日）
再犯防止啓発期間（～31日）
差別をなくす強調月間（～31日）
- 5日(日) 茅の輪くぐり（小倉町八柱神社）
- 7日(火) 弁才天供（興福寺）
- 11日(土) 人権を確かめあう日
盂蘭盆法話（・12日 喜光寺）
- 17日(金) 蓮華会式〈茅の輪くぐり〉（法華寺）
子ども安全の日
市立学校園終業式
（こども園、幼稚園、小・中学校、高等学校）
- 20日(祝) 20日ならウォークの日
ならマイカーひとやすみデー
- 23日(木) 帯解子安地藏会式大法要・岩田帯練供養
（・24日※法要のみ 帯解寺）
夏祭・帯解子安地藏大会式（・24日 龍象寺）
地藏盆（福智院）
地藏盆法要（十輪院）
- 28日(火) 解除会（東大寺大仏殿）

※緑字は寺社年中行事



ズッキーニの焼き浸し

実はウリ科カボチャ属に分類されるズッキーニ。くせがなく、酢を入れると夏でもさっぱりいただけます。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）

- ・ズッキーニ1本（1cm幅に切る）
- ・パプリカ1/2個（8等分に切る）
- ・サラダ油 大さじ2

- (A) 酢 大さじ2、水 100mL、
砂糖・しょうゆ 大さじ1、
和風顆粒だし 小さじ1/2

【作り方】

- ①フライパンにサラダ油を引き、ズッキーニとパプリカを焼く
- ②バットに(A)を入れ混ぜ合わせる
- ③野菜の両面に焼き色がついたら②で作ったたれにつけ15分ほど味を浸み込ませれば完成

●大和野菜等を使った簡単レシピを募集中

応募のレシピは、
この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）

市長コラム

Vol. 158



「春はあけぼの。やうやう白くなりゆく山際、すこし明かりて、紫だちたる雲の細くたなびきたる」昔、中学校で暗記した枕草子の一節を今でも覚えていきます。続く季節は「夏は夜」、清少納言は月明りやホテルだけでなく、雨や闇さえも趣ある存在として愛でたと言われます。

奈良を訪れる観光客の中には「ここには本物の闇がある」と、人工的な音や光が無い（少ない）ことに価値を見出す声もあります。その一方で比較的早じまいの奈良観光に物足りなさを感じるとともに、経済成長という観点でもナイトタイムエコノミー（夜観光）の充実に期待する向きも。

今月の特集では夜の街で静かに広がりつつあるバー文化に注目しました。芸術的とも言える個性豊かなバーに惹かれた人々が、夜遅くまで滞在してゆっくと流れる「奈良時間」を体験することで、日中とは異なる古都の表情を楽しんでもらえたらと思います。

仲りげん

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。