

特集

奈良を、 現代アートから見る

BEYOND TIME AND SPACE

未来

FUTURE

近 来

RECENT TIMES

ANCIENT TIMES

古 来

も く じ contents

Graphic Work : 上浦智宏 (ubusuna)

応募期間は9月15日~10月15日

物価高騰対策プレミアム付商品券の発行 p6

家庭での備蓄や防災訓練の参加等

大規模地震への備え、できていますか？ p9

スポーツで秋を感じよう

第20回スポーツ体験フェスティバル p28

ならレポ p31

生活 p10 健康 p11 子育て p12

シニア p14 募集・催し p15

スポーツ p19

文化情報 p20

生涯学習 p24



奈良を、

現代 アート

から 見る

古都の歴史に触れ、

いま生まれる表現

東アジア文化都市

2014年から続く文化庁の国家プロジェクト。日本・中国・韓国、3か国が連携し、文化芸術に関するさまざまなプログラムを実施。2016年の開催地に奈良市・寧波市（中国）・濟州特別自治道（韓国）が選ばれ、奈良市のコア期間には「古都祝奈良 時空を超えたアートの祭典」を開催しました。

10年前、日中韓の文化交流「東アジア文化都市 2016 奈良市」の核として、市内で開催したアートの祭典「古都祝奈良^{ことほぐなら}」。世界的なアーティストたちが、奈良の歴史的空間に挑み、その「場の力」との共鳴を表現しました。

当時の思いを継承し、未来を展望する特別な「時空旅行」が今秋始まります。

ことほぐなら 古都祝奈良

CULTURE CITY OF EAST ASIA 2016, NARA
ART CELEBRATION IN NARA BEYOND TIME AND SPACE



古都祝奈良—時空を超えたアートの祭典

「^{ことほ}ぐ」は祝いの言葉を述べることです。かつて多様多層な人々が交錯し、日本史上最も開かれた都市、古都奈良。その魅力を、芸術によって明らかにし、寿ぐ試みとして、

2016年9月3日から51日間にわたり開催しました。世界遺産の社寺等を舞台に、シルクロードゆかりの国から世界的アーティストが集結し、アート表現や平城宮跡での大掛かりな野外演劇を通して、1300年の歴史と東アジアのつながりを鮮やかに浮かび上がらせました。



川俣 正「足場の塔」



サハンド・ヘサミヤン「開花」



SPAC—静岡県舞台芸術センター「マハーバーラタ〜ナラ王の冒険〜」

写真右上…シルクロードを巡り伝播した蓮をモチーフに、多様な文化の融合を興福寺の景観に重ねました。／写真右下…平城京の中核であった平城宮跡を舞台に、アジアの物語を国や言葉を超えた祝祭劇として蘇らせました。／写真左…かつて多国籍な僧が学んだ大安寺で、太古の巨大な塔の幻を建造。



船を作る過程も作品

当時、東大寺の鏡池に浮かべた全長 13m の木造船。アーティスト蔡國強^{さいこくきやう}さんが中国の船大工とともに作ったこの作品は、1300 年の時を超え、海を介して影響し合ってきた東アジアの交流の象徴です。「私たちは共にひとつの船に乗って、もう一度この水域を帆走できるだろうか?」。蔡さんが投げかけた問いは、政治や環境の壁を越え、文化でつながる大切さを、今も私たちに問いかけています。

なぜ奈良で 現代アート なのか

1300 年という時間軸でさまざまな歴史が深く刻まれている奈良。だからこそ、アーティストが文化や文明の断層を発掘しつつ、私たちの生きる世界を映しこんだ作品が生まれる可能性に満ちています。現代アートを通じて歴史を感じる営みは、今を見つめ直し、地域とともにこれからの新たな価値を創り出すプロセスです。私たちはこの取り組みに 10 年間携わってきました。

また、かつて多様な文化を受け入れてきた歴史を持つ奈良から、社会の分断が顕著な現代に向けて文化受容の精神を発信することには大きな意義があります。文化交流を祝福する「古都祝奈良」を通じて、言葉や立場の違いを超えて対話と感動を重ねること。それは、ともに平和な未来を目指す一歩となりえるでしょう。

10 年の時を超えて、 再び響き合う 「時空旅行」へ

奈良の「時空旅行」へ出かけよう!

今秋、東アジア文化都市10周年を記念して、「古都祝奈良の時空旅行」を開催します。

開催期間：11月7日(土)～29日(日)

コア期間：11月21日(土)～23日(祝) ※全ての作品が楽しめます

古都祝奈良
ホームページ▶



タイムマシンになる 奈良のまち

奈良は、さまざまな時代の面影が日常に残る「時間が重なり合う都市」です。

この秋開催する「古都祝奈良の時空旅行」は、そんな特別な空間を歩いて巡る都市型アートプロジェクト。市民や来訪者はそれぞれの時代性が色濃く残る歴史ある場所を巡り、美術展示・演劇・市民活動との出会いを通して、奈良の時間を「移動する」体験をお届けします。

未来 写真を織る 積層の先に見えるもの

顧問 剣亨ケンリョウさんの代名詞は、自身が考案したデジタル・ウィービング(デジタル織物)というこれまでにない手法です。街の風景写真を切り貼りし、「布を織る」ように再構成。どこにもピントが合っていないような、不思議な奥行きのある写真空間を生み出します。

今展では、鎌倉時代の病の救済、保護施設であった北山十八間戸きたやまじゅうはちけんこで、奈良の街の写真や地図、絵図を扱った作品を制作予定。かつては救いの場であった空間で、過去と現在の時間が幾重にも重なり合い、未来への思いをはせる、この会場ならではの体験が待っています。

近 来 コミュニケーションの ズレを面白がる

《看板屋なかざき》は中崎透さんの代表作のシリーズ作品。中崎さんが受注者となり看板を作成する、という契約から作品制作が始まります。発注内容のとおりに作成することが本来の進め方ですが、発注者・受注者の関係性をくずし、作家が発注内容を



BEYOND TIME AND SPACE

ズラしたデザインで仕上げます。思いどおりにならない歯がゆさを楽しむことが、この作品の魅力です。

この秋、中崎さんが奈良のまちでさまざまな活動をしている人と向き合い、新たな作品を生み出します。どこか懐かしい魅力あふれる椿井市場に《看板屋なかざき》の作品が立ち現れた空間をお楽しみください。

古 来 包む、解く、 つながりからみえる奈良

現在国際的にもっとも活躍されている現代美術家の一人、韓国出身のキムスージャさん。彼女の代表作のひとつに韓国の行商用の風呂敷包み、「ボッター」を使った作品があります。布に荷物を包む。日本でいえば「風呂敷」を背負った旅でしょうか。日常の営みを通して生きること、その移動の蓄積で文化は伝播されていきます。

今回は東大寺の観音院を舞台に「奈良晒ならせ」等、素材や展示方法を検討しています。シルクロードの終着点でもあった奈良の地から1300年以上の時間を現代までつなぎ、人々の営みを表現する作品に、期待が高まります。

まだまだ楽しめる 時空旅行

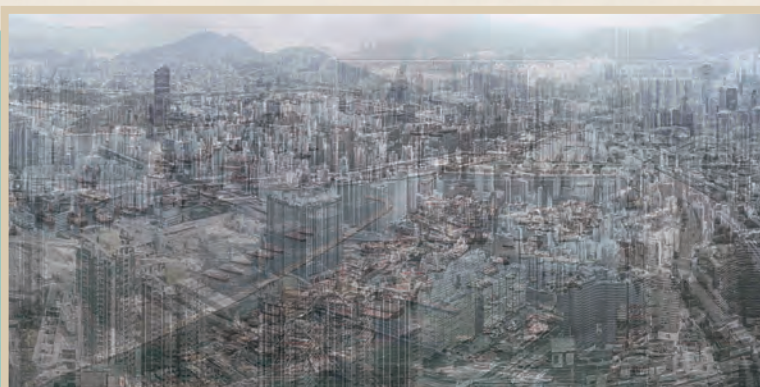
開催期間中は、近鉄奈良駅前基広場が時空旅行の出発地点に。劇団やパフォーマーが来場者を迎える「まちなか舞台」等のプログラムも展開します。

一人でじっくり、あるいは誰かを誘って語り合いながら。過去から未来へつながる奈良の時間を感じ、歴史の上に重なる新しい風景を体感しませんか。

アートで巡る、 奈良の古来・近來・未来

アーティストと同じ目線で
歴史に触れ、まちを見る、
新しい文化体験を。

未来



International Commerce Centre, 2023
© Kenryou Gu, Courtesy of Yumiko Chiba Associates



会場：北山十八間戸



奈良のまちを撮影する顧 剣亨さん

顧 剣亨(中国)
きたやまじゅうはちけんこ
北山十八間戸

中崎透(日本) × 椿井市場



会場：椿井市場



看板作成の
契約を結ぶ



中崎透《看板屋なかざき》2014
撮影：小山田邦哉

近來

キムスージャ(韓国) × 東大寺観音院



会場：東大寺観音院



会場を視察し構想を練る
キムスージャさん



▲「キムスージャさん
特別インタビュー」
10年ぶりの奈良で、
いま創る理由

古来



Dimensions of a Needle, Museum of Contemporary
Arts (MOCA), Toronto, Canada 2026

「古都祝奈良の時空旅行」 サポーター募集

アートのそばで過ごし、訪れる人と想いを共有する時間は、感性を揺さぶる
体験になるはずです。アートとまち、そして人を結び、あなたにしかできな
い「おもてなし」をしてみませんか。

【とき】11月7日(土)～29日(日)

午前枠：午前9時半～午後1時半

午後枠：午後1時半～5時半

【謝礼】1枠3,000円

【対象】事務局等との円滑な調整、地域の環境等を尊重できる人

【申込】古都祝奈良ホームページの応募詳細を熟読し、
10月15日までに申込。多い場合は書類選考。

申込はこちら▶



【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）

奈良市物価高騰対策 プレミアム付商品券 を発行します

／応募期間／
9月15日(火)～10月15日(木)



券面はイメージ▲

物価高騰に対する家計支援のため、市在住の全世帯を対象に「奈良市物価高騰対策プレミアム付商品券」を発行します。

※本事業は、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用しています



購入は1世帯3口まで
(有効期間：来年2月10日まで)

子育て世帯 (平成20年4月2日以降に生まれた子を持つ世帯)

15,000円の
デジタル商品券1口を
10,000円で
購入できます



申込 上の応募期間中に、市公式アプリ「SHIKA no ASHIATO」内の申込フォームから申込

※事前に同アプリをダウンロードし、マイナンバーカードでの本人認証・会員登録要(会員登録済みの人はマイナンバーカードでの本人認証のみ要)

※応募期間前は会員登録のみ可

申込締切後に抽選し、結果は11月上旬にアプリ内で案内します



◀アプリの
ダウンロード
はこちら



子育て世帯以外

13,000円の紙商品券1口
(1,000円×13枚)を
10,000円で購入できます



申込 上の応募期間中に、専用サイト (<https://nara-premium.jp/>) から申込



申込締切後に抽選し、
当選者には11月上旬に
購入引換券を発送予定



専用サイトはこちら▲

●インターネット環境のない人

はがきに①世帯主名(ふりがな)②郵便番号③住所④電話番号⑤購入希望口数を書いて、10月9日(消印有効)までに下記送付先へ送付。持参不可。
はがき、切手代は応募者負担※はがきは1世帯につき1枚のみ有効で、紙商品券(13,000円分)での申込となります※記入漏れや誤りがないか確認してください

問合せ 市物価高騰対策プレミアム付商品券コールセンター

0120-370-220 (平日の午前9時～午後5時)

※申込・販売期間等は電話がつながりにくくなる場合があります。よくある問合せは事前に専用サイトを確認してください

※抽選結果の問合せには対応していません

送付先 市物価高騰対策プレミアム付商品券事務局

(〒630-8241 高天町 38-3 近鉄高天ビル 3階)

商品券の取扱店舗を募集 / (専用サイトと市公式アプリに 店舗名を掲載)

必ず募集要項を読んでから、専用サイトの登録申込フォームより申請してください。紙商品券とデジタル商品券の両方を取り扱うことが登録の条件です(いずれかのみ取り扱い不可)。大型店・量販店・チェーン店・系列店等、市内に複数の店舗を持っている場合は、店舗ごとに申請が必要です。

取扱店舗の申込はこちら▶



大学生歓迎

中学生のクラブ活動 指導員を大募集！

【問合せ】部活地域展開推進室
(Eメール: chiikitenkai_narashi@city.nara.lg.jp)

特に募集している種目・市立中学校

バドミントン	バスケットボール	陸上	ソフトテニス
興東館柳生、二名、飛鳥 等	都南、富雄、富雄南、飛鳥、登美ヶ丘北 等	田原 等	伏見、平城東、三笠 等

勤務時間 平日(週2～4日・2時間以内)、土・日曜日(週1日・3時間以内)、祝日も含め週5日以内の勤務。大会等の引率は8時間以内の勤務あり

詳細・応募はこちら▼

報酬 時間給1,635円※片道2km以上の場合は通勤手当あり

応募対象 18歳以上の人



第9回 なら国際映画祭
「CROSS」 2026

9月19日(土)～23日(祝)

世界81か国・地域から選ばれた若手監督の作品が集結



平城遷都 1300 年目を機に始まった「なら国際映画祭」。インターナショナルコンペティションや国際学生映画コンペティションを軸に、ベルリン国際映画祭やカンヌ国際映画祭の受賞作品・推薦作品等を上映します。9 回目となる今年のテーマは「CROSS」。2 年に 1 度のこの機会に、ぜひ参加してください。

【開催内容】

- オープニングイベント&レッドカーペット
- インターナショナルコンペティション
- NARA-wave 学生映画コンペティション
- カンヌ映画祭招待作品上映
- ベルリン国際映画祭ジェネレーション部門 推薦作品上映
- ショート・ショート・フィルムフェスティバル& アジア優秀作品上映
- NARActiveJr.2026 作品「袖ふきかへしても」上映
- イタリア映画特集上映 他

【ところ】
ならまちセンター (東寺林町)
奈良公園バスターミナル レクチャーホール (登大路町)
東大寺総合文化センター (雑司町) 他

初開催 受賞作品 県民・市民ご招待上映会
映画祭の成果をみなさんに還元するため、無料上映会を開催します。

とき	9月27日(日)午前11時～午後6時半(予定)
ところ	ならまちセンター (東寺林町)
定員	250人(多い場合は抽選)
上映作品	ゴールデンSHIKA賞(コンペティション部門)、ゴールデンKOJIKAWA賞(NARA-wave/学生部門)、クリスタルSHIKA賞(ユース審査員選出)

message



河瀬直美さん

(映像作家・エグゼクティブディレクター)

なら国際映画祭は、才能を一方的に「育てる」場所ではなく、一人一人の中にある未来が花開いていく映画祭です。規模の大きさではなく、映画の中身とこれから生まれてくる才能に注力してきました。これほど未来を見据え、作り手の次の一歩まで考えている映画祭は、他にない

と自負しています。奈良で映画に出逢った若者が、やがて自分の作品を携え、映画監督としてこの場所に戻ってくる。世界から届けられた映画が奈良で観客と出逢い、新たな可能性が開かれていく。国、世代等を越えて、人と人、映画と未来が交差する。その全ての「CROSS」から、新しい物語が始まります。その瞬間を、みなさんと共に見届けたいと思います。

【問合せ】なら国際映画祭事務局 (☎ 0742-27-2216 Eメール: info@nara-iff.jp)

令和9年度
奈良市文化振興
補助金を公募します

市では文化芸術の分野で、文化団体の活動や奈良の魅力を発信する取り組みを募集し、市の文化振興につながる事業に補助金を交付しています。

募集内容

- ▶ スタートアップ支援事業 (限度額: 20 万円)
- ▶ 市民文化活動支援事業 (限度額: 50 万円)
- ▶ 都市文化推進支援事業
広域参加型 (限度額: 240 万円)
国際発信型 (限度額: 800 万円)

申込

募集要項を熟読の上、専用の申込フォームか、申請書類を文化振興課へ送付か持参

申込フォームはこちら▲

【問合せ】文化振興課 (〒 630-8580 二条大路南一丁目 1-1 ☎ 0742-34-4942)

～ひとりで抱え込まないで～ 9月10日～16日は 自殺予防週間です

悩みや不安を抱えた時は、誰かに話してみませんか。また、「いつもと違うな」と感じる人がいたら、声をかけてみてください。あなたの行動が、心と命を支える力になります。

◆ゲートキーパー養成講座を10月に開催
悩んでいる人に「気づき」「声をかけ」「支援につなぐ」ために、声のかけ方や相談先を学びます。

【申込】専用の申込フォームから9月1日より申込。定員に達し次第終了
くわしくはこちら▶



◆相談窓口

◎こころの健康相談（臨床心理士：予約要）

【とき】第2・4月曜日の午後1時半～4時半

◎精神保健福祉相談

【とき】月曜日～金曜日の午前9時～午後5時

【内容】こころの不調・病気の相談



その他相談窓口一覧はこちら▶

採用作品
2作品決定

若者が制作した啓発作品が決定！



みたらし団子さん



omochi さん

「若者発！こころといのちを守るデジタル作品」に2作品が決定。市内各駅のデジタルサイネージ等で掲示されます

◆デジタル作品の募集

3月の自殺対策強化月間に向けて、ポスター用のデジタル作品を募集します。

【応募期間】9月1日（火）～11月13日（金）

くわしくはこちら▶



◆啓発展示

【とき・ところ】9月7日（月）～11日（金）・市庁舎1階連絡通路 ※市内図書館でも9月中に実施

【問合せ】保健予防課（☎ 0742-93-8397）

2年に1度の応募チャンス！

運動習慣づくり推進員ボランティア養成講座

実技や講義、グループワークを通じて、筋力トレーニングやウォーキング等を地域で広げる推進員「愛称:運推さん」を養成します。

【ところ】はぐくみセンター3階健康増進室（4・5・7回目は現地実習）

【定員】原則全回参加でき、修了後は運動習慣づくり推進員協議会に所属し、地域で運動普及活動ができる人40人

【応募方法】電話か専用の申込フォームから9月30日までに申込。
多い場合は抽選 申込はこちら▶



第1回	10月16日(金)		運動と健康のいい関係
第2回	10月30日(金)	午後1時半～4時	筋力トレーニング・ストレッチで身体づくり
第3回	11月5日(木)		運動の伝え方のコツ①
第4回	11月20日(金)	午前8時15分～正午	20日ならウォーク参加
第5回	11月中	活動先と調整	地域活動の見学
第6回	12月4日(金)	午後1時半～4時	運動の伝え方のコツ②
第7回	12月20日(日)	午前8時15分～正午	20日ならストレッチの実践
第8回	来年1月22日(金)	午後1時半～4時	今日からあなたも運動習慣づくり推進員

運推さんの運動教室

【とき】9月28日(月)午後1時半～2時半（1時受付）

【ところ】はぐくみセンター3階

【内容】筋トレ、ストレッチ、脳トレ等

【持物】飲み物、タオル

20日ならウォーク(運推共催事業) 「ゆうがやま 瑜伽山園地から ねぎみち 禰宜道」

【とき】9月20日(日)午前9時集合（30分前受付）、11時半解散
※雨天・高温時中止。開催確認は市ホームページか健康増進課 SNS 等へ

【コース】ならまちセンター（東寺林町）～瑜伽山園地～禰宜道～春日大社～ならまちセンター解散（約4.9km）【費用】100円

【申込】はがき、FAXに事業名、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号を書いて、9月16日必着で健康増進課（〒630-8122 三条本町13-1 ☎ 0742-34-3145）へ。専用の申込フォームからも可
申込はこちら▶



【問合せ】健康増進課（☎ 0742-34-5129）

大規模地震への備え、できていますか？

日常の備え

7月28日、熊本で大規模な地震が発生しました。市の直下にも最大震度7の地震が予想される活断層が存在しており、日頃からの備えが不可欠です。家庭での備蓄や防災訓練への参加、ハザードマップの確認等、命を守る準備を進めましょう。

● 備蓄は最低3日分、できれば1週間分

備蓄には、普段食べているレトルト食品や缶詰、水、日用品を「少し多め」に買い置きし、古いものから消費するローリングストックがおすすめ。災害時にも食べ慣れた味で過ごすことができます。

● 夜中や早朝の地震への備え

- ・寝室にタンスや本棚等、高さのある家具を置かない。置く場合は必ずL字金具等で壁に固定
- ・万が一家具が倒れても、「ベッドや布団に倒れてこない」「ドアをふさがない位置」に配置を変更
- ・枕元やベッドのそばに、以下の3点を袋に入れて準備

- ①厚手のスリッパ（スニーカーも可）：割れたガラスや破片から足を守る
- ②懐中電灯（ヘッドライトも可）：停電時の暗闇で足元を照らす
- ③スマートフォン・携帯電話：情報収集と連絡

● 「在宅避難」も選択肢に

地震発生時の避難には、状況に応じた判断が必要です。市ホームページ等に掲載のハザードマップで、自宅や職場周辺の土砂災害等のリスクを事前に確認しておきましょう。

◇自宅の安全が確保されている

➤できるだけ在宅避難

◇自宅の倒壊・損壊、延焼の危険があるか、土砂災害警戒区域等があり、二次災害の危険がある

➤速やかに避難



ハザードマップはこちら▶

【問合せ】危機管理課
(☎ 0742-34-4930)

補助金を活用した備え 耐震関連補助

【対象】昭和56年5月31日以前に建築された住宅・建築物

(同年6月1日以降に増改築した場合は相談要) ※診断・設計・工事の契約前に申請要

くわしくはこちら▶



1. 木造住宅無料耐震診断 (一般診断法)	3. 耐震診断補助 (特定既存耐震不適格建築物等)	4. 木造住宅耐震改修設計補助
耐震診断員を派遣し、耐震診断を行います。 【募集件数】3件	【補助額】耐震診断に要した費用×3分の2(千円未満切り捨て。限度額は1,333,000円) ※別途、床面積あたりの限度額あり ※木造の長屋住宅で一般診断法を行う場合の限度額は1戸につき31,500円 ※木造の共同住宅・特定既存耐震不適格建築物は精密診断法に限る 【募集件数】1件	【補助額】評点を1.0以上にする耐震改修設計に要した費用×3分の2(千円未満切り捨て。限度額は90,000円) 【募集件数】3件
2. 耐震診断補助(戸建て住宅)		5. 木造住宅耐震改修工事補助
【補助額】耐震診断に要した費用×3分の2(千円未満切り捨て。限度額は90,000円) 【募集件数】3件		【補助額】評点を1.0以上にする耐震改修工事に要した費用×3分の1(千円未満切り捨て。限度額は500,000円) 【募集件数】3件

ブロック塀等撤去費補助

【対象】地域防災計画で定める緊急輸送道路・避難路か、住宅等から避難所等へ至る不特定多数の人が利用する道路(建築基準法第42条規定の道路)に面し、高さ80cm以上あり、通行人の安全を確保するために撤去の必要があるブロック塀等 ※撤去の契約前に申請要

【補助額】撤去工事に要した費用(8,000円/㎡上限)×2分の1(千円未満切り捨て。限度額は150,000円) 【募集件数】5件

【申込】建築指導課に備え付けの申込用紙(市ホームページにも掲載)に必要書類を添えて、11月30日までに建築指導課へ。送付不可。募集件数に達し次第終了

【問合せ】建築指導課 (☎ 0742-34-4750)

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

8月1日現在、()内は前月比

【総人口】343,857人 (▲258人)

男性：160,154人 (▲149人)

女性：183,703人 (▲109人)

【世帯数】170,372世帯 (▲56世帯)

生活

申込先は、**区、締切日は、区、問合せ先は区と表記しています**

ごみ収集について

◆草木類の収集について

燃やせるごみ等と同じ場所に排出してください。問合せの多い内容は、市ホームページで随時更新しています。

くわしくはこちら▼



◆9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	2日・5日	16日の水曜日
B・E	火・金	3日・6日	17日の木曜日

D・G	C・H
火・金曜日	火・金曜日
23日の水曜日	23日の水曜日
9日の水曜日	9日の水曜日

※9月21日(祝)～23日(祝)も通常通り収集。A～Dは市、E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。

区収集課(☎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3期分)の納付

納期：10月15日(木)～11月2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4日前までに手続き要)の他、スマートフォンアプリや地方税お支払いサイトでの納付が便利です
区納税課(☎34・4727)

地方税お支払いサイトはこちら▼



最高裁判決を踏まえた生活保護費追加給付のお知らせ

対象：平成25年8月～令和8年3月の生活保護受給世帯※その期間に受給し、現在未受給の世帯は申

出要 区市生活保護費追加給付専用コールセンター(☎050・20335・0449)

くわしくはこちら▼



消防団へのあなたの意見を聞かせてください

みなさんの意見を消防団運営に生かすため、ぜひ回答してください 区消防局総務課(☎35・1199)

回答はこちら▼



任期満了に伴うJR奈良駅南特定土地地区画整理審議会の委員選挙

同区域内の宅地の所有者と借地権者が、選挙権、被選挙権を行使できます。所有者が借地権者が共有の場合には代表者選任通知書を、また死亡の場合は相続届出書(相続人が複数の時は代表者選任通知書も)の提出が必要です※既に申告した人は不要
とき：選挙人名簿の縦覧…

ごみ減量コラム vol.83

「てまえどり」で食品ロス削減

スーパーやコンビニの商品棚で、奥の方から商品を取っていませんか。実は、この何気ない習慣が、お店での期限切れによる「食品ロス」を生む原因となっています。そこで今、全国的に推奨されているのが「てまえどり」。購入してすぐに食べる場合に、棚の手前にある商品を積極的に選ぶ購買行動のこと。「すぐ食べるから手前から」という選び方に変えてみませんか。

今月のごみ量レポート

令和8年度の可燃ごみ総搬入量(6月末時点)：

17,214.9トン

〈前年度同月比：-4.9%〉

さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

区廃棄物対策課(☎71-3001)

市空き家相談窓口

親の家が空き家になった、遠方で家の管理ができない、荷物が多くて手が付けられない等、空き家の悩みは空き家コンシェルジュ(市委託事業者 ☎0744・45・5210)へ 区住宅課 ☎34・5175

9月21日(祝)～30日(水)は秋の交通安全県民運動

歩行者の安全確保、反射材用品の着用促進、自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解と遵守の徹底、飲酒運転やながらスマホの根絶、夕暮れ時の早めのライト点灯

◆秋の交通安全運動市民大会

とき：9月25日(金)午後1時～3時 ▼ところ：ならい〇〇年会館(三条宮前町) 9月30日は交通事故死ゼロを目指す日

区危機管理課(☎34・4930)

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

健康

9月19日(土)は市民サービスセンターを臨時休所します
同センター(☎36・5913)

糖尿病相談窓口(管理栄養士等による生活指導)

とき：9月14日(月)・28日(月)、10月5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：肥満や血糖値が気になる人等 ▼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▶



学ぼうーにーに奈良ごはん旬を知ると、食べたくなる。プロから学ぶ野菜の話

とき：9月25日(金)午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼講師：ふくふくファーム主宰で看護師の福島明子さん ▼持物：筆記用具、飲み物 同健康増進課(☎34・5129)

国民健康保険の特定健診を来年2月末まで実施

県内実施医療機関の他、各市立診療所でも実施

興東診療所(大柳生町)
☎93・0130

田原診療所(横田町)
☎81・0027

月ヶ瀬診療所(月ヶ瀬尾山)
☎0743・92・0030

都祁診療所(都祁白石町)
☎0743・82・1411

柳生診療所(邑地町)
☎94・0210

対象：市国民健康保険加入中の40～74歳の人 ▼持物：受診券、質問票、マイナ保険証が資格確認書 申電話で各実施医療機関へ 同国保年金課(☎34・4736)

骨粗しょう症検診実施医療機関の訂正

実施医療機関の追加：済生会奈良病院(八条四丁目643 ☎36・1881)、記載の取り消し(骨粗しょう症検診のみ)・・・とうぎ内科・循環器内科クリニック(西大寺東町2-1-1 西大寺スクエア4階 ☎95・7300) 同健康増進課(☎34・5129)

各種検(健)診のお知らせ

大腸がん検診実施医療機関の登録：つむぎクリニック(大宮町六丁目1-8 公健ビル4階 ☎81・8731)、医療機関の所在地表記の変更：いずみクリニック(新)(西大寺南町17-13 カールサウエルネス2階)、大腸がん検診、生活保護世帯者健康診査、肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検診、胃がん内視鏡検診実施医療機関の登録：みぞた総合診療クリニック(押熊町436-1 ☎81・8720)、北山医院(芝辻町1-9-5 ☎33・6383) ※北山医院は胃がん内視鏡検診なし 同健康増進課(☎34・5129)

集団リハビリ教室

とき：10月～来年3月末の水・木曜日 午後2時～3時45分(1時から受付)。月4回(全24回) ▼ところ：市総合医療検査センター(柏木町) ▼対象：脳卒中の後遺症等で身体機能に障害がある人3人 ▼費用：1回500円 申はがきかFAXに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、9月11日までに同セ

ンター(〒630・8031 柏木町519-5 ☎33・5800)へ募集要項・申込書を請求し申込。多い場合は抽選 同センター(☎33・7876)

糖尿病からの重症化を防ぐポイント(ヘルスアップ事業市民講座)

とき：9月18日(金)午後2時～3時半 ▼ところ：市医師会館(柏木町) ▼講師：市立奈良病院腎臓内科部長の西谷喜治さん ▼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 同センター(☎33・7876)

お酒のお悩み相談(予約要)

とき：10月2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：お酒の悩みがある人やその家族 申電話で保健予防課(☎93・8397)へ

指定難病特定医療受給者証の更新手続きは9月中旬に

対象：有効期間が令和8年12月31日までの受給者証の交付を受けた人 申個別通知の添付書類を添えて、9月30日までに保健予防課へ送付 同課(☎95・5888)

申請多数につき早期の検討を

省エネ性能の高い エアコン・冷蔵庫 購入支援中

登録店舗での購入時に1人につき各1台まで**30,000円**を値引き

【対象】次の①から③の要件を満たす家庭用のエアコンか冷蔵庫(中古品は対象外)

- ①登録店舗で購入し市内の自宅に設置
- ②統一省エネラベル3つ星以上
- ③1台あたりの販売金額が税込60,000円以上

【持物】マイナンバーカード等の本人確認書類

残り4,133件(8月12日時点)
※予算上限に達し次第終了



最新の申請受付状況等はこちら▶

同環境都市推進課(☎34-5652)

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。

香りへの配慮について

香水等の香りで周囲の人の体調不良を引き起こさないよう、次に注意してください
① 洗剤や柔軟剤等は使用料の目安を守る ② 特に公共施設等では周囲に配慮 ③ 保健衛生課（☎93・8395）※かけ間違いに注意

子育て

予防接種のお知らせ

- ◆ 日本脳炎予防接種開始（令和5年9月生まれ）
- ◆ 予防接種予診票綴りを8月下旬に発送（令和8年7月生まれ）
- 閩健康増進課（☎34・5129）



こんにちは赤ちゃん訪問（生後4か月未満）

◆ 育児の心配がある家庭（助産師が保健師の訪問）
対象：授乳や育児等を相談したい人や出生体重が2

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

乳幼児の健診

健診名（対象）	とき	ところ
4 か月児健診 （令和8年6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12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7年2月生まれ）	10月8日（木）・15日（木）・ 22日（木）	中央保健 センター
3 歳6 か月児健診 （令和5年3月生まれ）	10月6日（火）・20日（火）・ 27日（火）	

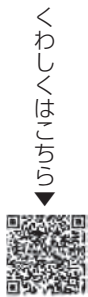
500g未満の赤ちゃんがいる人 ④ 電話で母子保健課（☎34・1978）へ。専用の申込フォームからも可
◆ 特に心配事がない家庭
市が委託する訪問員が電話連絡し、訪問します ⑤ 子ども育成課（☎34・4804）



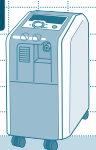
持物：問診票、母子健康手帳※問診票は9月に送付。9月1日以降の転入者等で届かない人は母子保健課へ ⑥ 同課（☎34・1978）

妊産婦・乳幼児のための教室・歯科健診（電話予約）

- ◆ 1歳0 か月児歯びか教室（むし歯予防・令和7年9月生まれの第1子）
とき：9月15日（火）
- ◆ 5 か月児ばくばく教室（離乳食・令和8年4月生まれの第1子）
とき：9月16日（水）
- ◆ マタニティー歯つびいチェック（妊娠16週～32週）
とき：9月17日（木）
- ◆ むし歯予防のためのフッ化物塗布（令和6年9月生まれ）
とき：9月18日（金）
- ◆ 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：10月9日（金）
- 閩母子保健課（☎34・1978）

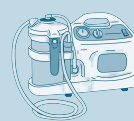


医療機器使用者等災害時用 個人情報リストの登録に 協力をお願いします



市は、電源が必要な医療機器を使用しながら在宅生活を送る患者を対象に、災害時用のリストを作成しています。

- 「自分たちでできる備え」を支援
 - どこで、どのような助けが必要かを把握
 - 災害時等の医療機器使用者を支える体制づくり
- ※優先的に救助等の対応をするものではありません



【対象者】市在住の在宅療養児・者（人工呼吸器装着・喀痰吸引・酸素投与・腹膜透析等）※長期入院、施設入居者を除く

【登録】市ホームページ掲載の電子フォームから申請 登録はこちら▶

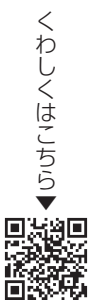


相談窓口
療養生活上の相談もできます

閩 保健予防課（☎93-8397）

妊産婦乳幼児健康相談（専門職）

- ◆ はぐくみセンター3階
・電話相談（随時）・来所相談（予約要）
閩母子保健課（☎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（保健師）

- とき：9月25日（金）午前10時～11時半 ▼ところ：月ヶ瀬福祉センター（月ヶ瀬尾山）▼持物：母子健康手帳
閩都祁保健センター（☎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 閩同相談室（☎0743・92・0480）

がん検診（10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：
9月1日～18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
10/8(木) 9:15～10:15	北福祉センター	26人
10/9(金) 10/14(木) 10/19(月) 10/22(木)	9:00～10:00 はぐくみセンター	各30人
10/13(火)	イズミヤショッピングセンター学園前	20人
10/15(木)	9:15～10:15 西部生涯スポーツセンター クラブハウス	27人
10/16(金)	9:45～10:45 西部図書館	20人
10/21(木) 10/29(木)	9:15～10:15 コープおしくま 富雄公民館	各27人

◆肺がん検診

とき・受付時間	ところ	定員
10/14(木)	14:00～15:00 コープおしくま	40人
10/30(金)	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）

【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）



くわしくはこちら

はぐくみ絵本コンサート

とき：9月23日（祝）午前10時半～11時10分 ▼ところ

申込はこちら



里親制度説明会（里セツ）
とき：9月20日（日）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

ファミリー・サポート・センター説明会

とき：①9月25日（金）②

くわしくはこちら



ろ：はぐくみセンター9階 ▼定員：乳幼児・小学校低学年の子とその保護者200人 ▼出演：読み聞かせラポ「絵本の森」 申9月1日から専用の申込フォームより申込。定員に達し次第終了 問同センター管理室（☎ 34・2303）

就学時健康診断

10月3日（土）午前10時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼対象：依頼会員への登録希望者 ▼持物：筆記用具、顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚と身分証明書 申電話で①9月24日②10月1日までにファミリー・サポート・センター（☎ 34・3305）へ

大宮児童館からのお知らせ

◆おのみや卓球

とき：10月10日～来年2月13日の毎月第2土曜日 午前10時半～正午 ▼定員：小学4～6年生25人

◆こども和太鼓

とき：10月10日～来年3月13日の原則毎月第2・4土曜日 午前9時半～10時

日程はこちら



旬に送付の封筒で確認 問保健給食課（☎ 34・4830）

半 ▼定員：小学3～6年生10人
【ところ】大宮児童館（西之阪町）
申電話かFAXに講座名、氏名、住所、電話番号、学校名、学年を書いて、9月29日までに同館（FAX 27・2228）へ。窓口、専用の申込フォームからも可。定員に達し次第終了 問同館（☎ 27・2220）

申込はこちら



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

さんすうがくであそぼう

とき：10月4日(日)午前10時
～正午 ▼ところ：西部図書館(鶴舞西町) ▼内容：ゲームや工作を通して算数で遊ぶ
▼講師：同志社中学校教諭の園田毅さん ▼定員：小学1～3年生30人 ▼持物：筆記用具、定規、はさみ、のり
▼申専用申込フォームから9月23日までに申込。多い場合は抽選 岡同館(☎45・5669)



シニア

成人用肺炎球菌予防接種
(昭和36年8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 ▼市ホームページ掲載の登録医療機関へ予約 岡健康増進課(☎34・5129)

くわしくはこちら▼



東福祉センター

〒630-8113 法蓮町1-702-11
☎24・3151 FAX27・9028

① にこにこオタムDAY

とき：9月21日(祝)午後1時半～3時半 ▼内容：自主グループ発表会と作品展示等 ▼対象：60歳以上の人とその家族

② 栄養講座「老化の原因? 慢性炎症の対策とは」

とき：9月25日(金)午後1時半～3時半 ▼講師：健康管理士の星健一さん ▼定員：60歳以上の60人 岡9月18日

③ ゆるっとモルック交流会「みんなで楽しもう」

とき：9月29日(火)午後1時半～3時半 ▼定員：60歳以上の人とその家族、モルックに関心のある人20人 岡9月19日

④ 演劇公演「博士の愛した数式」

とき：10月3日(土)午後1時半～3時半 ▼出演：演劇サークル「集」 ▼対象：60歳以上の人、おおむね5歳までの子とその家族

▼申各締切日までに電話か直
接同センターへ

西福祉センター

〒631-0024 百楽園一丁目9-13
☎41・3151 FAX41・3150

① 暮らしのお困り事相談(行政書士による、遺言・相続等)

とき：9月11日(金)午後1時半～3時半 ▼定員：60歳以上の人とその家族5組 岡9月10日

② 栄養健康講座「腸トレ・脳トレ」

とき：9月18日(金)午後1時半～2時半 ▼講師：健腸アドバイザーの藪野輝さん ▼定員：60歳以上の70人 岡9月11日

③ 「子どもから高齢者まで笑顔満開! エンジョイフェス」

とき：9月21日(祝)午前9時半～午後3時半 ▼内容：軽スポーツ&ゲーム、合唱&合奏発表、ボッチャ・モルック、絵本の読み聞かせ等

④ 「暮らしの生け花」体験会

とき：10月7日(水)午前10時半～11時半 ▼講師：六車紀子さん ▼定員：60歳以上の15人 ▼持物：花ばさみ 岡9月30日

▼申各締切日までに電話か直
接同センターへ。②④は多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

南福祉センター

〒630-8443 南永井町45-1
☎62・3730 FAX62・3780

社会全体で暴力団を排除



暴力団排除には社会全体の連携が不可欠です。一人一人が意識を高め、誰もが安心して暮らせる街を作りましょう。

◆「3 ない運動+1」で付け入る隙を与えない

- 恐れない：毅然とした態度で対応する。
- 金を出さない：不当な要求を断固拒絶する。
- 利用しない：弱みを握られるリスクを避ける。
- 交際しない：暴力団活動の助長や社会的排除を防ぐ。

あなたの「恐れぬ勇氣」が暴力団に対抗する最大の武器です。一人で悩まず、まずは専門機関へ相談してください。

◆相談先 暴力団追放県民センター(☎24-8374) 県警本部【暴力110番】(☎25-0110) 岡危機管理課(☎34-4930)



① 防災講話

とき：9月15日(火)午前10時～11時半 ▼講師：市危機管理課 ▼定員：60歳以上の人とその家族、子育て世帯等50人 岡9月11日

② リフレッシュ体操：番外編

とき：9月21日(祝)午前10時半～11時半 ▼内容：介護予防体操 ▼講師：健康運動指導士の保田裕也さん ▼対象：60歳以上の人、おおむね5歳までの子とその家族

③ シニアカー試乗体験

とき：9月21日(祝)午前11時～午後2時 ▼指導：トヨタユニイテッド奈良 ▼対象：60歳以上の1人

④ 健康増進生活講座

とき：9月25日(金)午後1時半～2時半 ▼内容：睡眠と健康 ▼講師：明治安田生命保険 ▼定員：60歳以上の60人 岡9月18日

⑤ 暮らしの相談会

とき：9月29日(火)午後2時～3時 ▼相談員：コスモス成年後見サポートセンター行政書士 ▼対象：60歳以上の人とその家族、子育て世帯等 岡9月29日

▼申各締切日までに電話か直
接同センターへ。④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

北福祉センター
〒631-0805 右京二丁目 1-4
☎ 71-3501 FAX 71-3548

① CoCoカフェスペシャルデー（学生との交流会・歌謡ショー他）
とき：9月26日（土）午後2時～4時
▼定員：60歳以上の人40人
締 9月17日

② 介護保険セミナー
とき：9月30日（水）午後1時半～3時
▼内容：北部地域包括支援センターの業務内容等
講師：同センター長の福田博好さん
▼定員：60歳以上の人とその家族60人
締 9月17日

③ かなづきコンサート（木管アンサンブル）
とき：10月3日（土）午後1時半～2時半
▼出演：あひるみかどぞ
▼対象：60歳以上の人とその家族

④ 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

募集

総合福祉センター「市障がい者・児作品展」の作品募集

11月14日（土）～22日（日）に開催する作品展の出品作品を募集します※在勤・在学も可

部門：写真、絵画、書道、手工芸。過去1年以内に完成した作品で1部門1点。複数部門への応募可
▼搬入：同センターに備え付けの申込書を添えて、10月25日～11月8日午前9時～午後8時半に同センターへ（水曜日は午前9時～午後4時半）。10月26日・27日、11月2日・3日は休館
▼その他：作品規格等、くわしくは同センターホームページに掲載
問 同センター（☎ 71-0770 FAX 71-0773）
くわしくはこちら▶



奈良市行政改革推進計画（案）の意見を募集します

計画の策定のため、広く意見を募集します
意見書の提出：専用の申込フォームから9月25日までに申込。送付・窓口も可。くわしくは市ホームページ

に掲載 問 AI・行革推進課（☎ 93-3425）

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～
10月2日（金）・6日（火）・14日（水）・17日（土）・22日（木）・25日（日）
＜午後の部＞午後1時半～
10月3日（土）・10日（土）・11日（日）・18日（日）・26日（日）

② 乳幼児への手当180分（普Ⅲ）
＜午前の部＞午前9時～
10月3日（土）・10日（土）・18日（日）・26日（日）・31日（土）
＜午後の部＞午後1時半～
10月2日（金）・6日（火）・17日（土）・22日（木）・25日（日）

③ 救命入門コース 90分
＜午前の部＞午前9時～
10月11日（日）
＜午後の部＞午後1時半～
10月31日（土）

④ 上級救命（8時間）
午前9時～
10月27日（火）

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）

くわしくはこちら▶



世界遺産の夜 元興寺寄席

とき：① 9月26日（土）② 27日（日）午後6時～7時半※極楽堂の特別拝観は5時半～6時
▼ところ…元興寺（中院町）▼定員：小学3年生

女性の悩みを LINE で 24 時間相談できる

わたしのミカタ AI ちゃん 9月1日 開始

DV や望まぬ妊娠、生活困窮、社会的孤立等、誰にも言えない悩みを抱えていませんか。LINE のトーク画面から「AI 相談支援サービス」がいつでも相談に乗ります。ぜひ活用してください。※サービス導入により、9月から従来の相談電話番号は利用不可

AI が緊急性の高い事案と判断した場合等は、市の専門相談員へ引き継ぎます

対象：市在住・在勤の人（女性以外も可）

利用方法：右の二次元コードから

「友だち登録」

登録はこちら▶

問 男女共同参画室（☎ 81-3100）



申込はこちら▶



以上各150人 ▼出演：① 露の紫さん他 ② 笑福亭純瓶さん他 ▼費用：2千円
※小学生千円 申専用申込フォームから9月23日までに申込。空きがあれば当日観覧可
問 観光戦略課（☎ 34-5609）

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。

犬猫サンデー譲渡会（予定）

とき：9月13日(日)午前10時～午後1時 ▼ところ：はぐくみセンター1階 申
電話で9月11日までに保健衛生課（93・8395※）かけ間違いに注意）へ

考えよう！地域で子どもを支えるには

とき：10月3日(土)午後2時（1時半受付） ▼ところ：生涯学習センター（杉ヶ町） ▼講師：ピースホープ理事長の吉田泰貴さん、青少年の自立を支える奈良の会理事長の浜田進士さん ▼対象：フードバンク事業や子ども食堂に興味がある人等 申電話で9月25日までにフードバンク奈良（81・3666）へ。申込フォームからも可 岡子ども育成課（34・4804）



はぐくみ歴史セミナー

とき：10月17日(土)午前10

時：11時半 ▼ところ：はぐくみセンター9階 ▼内容：富雄丸山古墳からシルクロードを語る ▼講師：埋蔵文化財調査センターの村瀬陸さん ▼定員：200人 申9月1日から専用の申込フォームより申込。定員に達し次第終了 岡同センター管理室（34・2303）



奈良きたまちスケッチ&フォト大会／歴史のモザイクのまちを描く・撮る

とき：10月17日(土)午前10時～午後4時（雨天中止） ▼ところ：旧鍋屋交番きたまち案内所（半田横町）集合 ▼定員：50人 ▼費用：500円 申往復はがき、FAX、Eメールに住所、氏名、電話番号、スケッチかフォトの別を書いて同案内所（〒630・8284半田横町37-2 FAX 23・1928 Eメール：sketch@kitamachi.info）へ 岡同案内所（23・1928）

読み聞かせボランティア養成講座①初心者向け（2回）②経験者向け（1回）

とき：①10月28日(水)、11月4日(水) ②25日(水)午後1時半～3時 ▼ところ：中央図書館（東寺林町） ▼講師：帝塚山大学客員教授の徳永加代さん ▼定員：26人 ▼持物：筆記用具、秋らしい絵本1冊 申電話で中央図書館（26・6101）へ。専用の申込フォームからも可。定員に達し次第終了



男女共同参画センター「あすなろ」

◆「生成AIで広がる働き方とライフスタイル」講座
とき：9月19日(土)午後1時～3時 ▼内容：デジタ



ルツールの基本知識と活用方法 ▼講師：中小企業診断士の林大祐さん ▼定員：再就業を望む成人20人 ▼その他：託児（6か月～就学前）あり。事前申込要、定員あり 申往復はがきに、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、9月11日までに同センターへ。1枚に1人限り。申込フォームからも可。多い場合は抽選



起業&事業成長サポート相談会

とき：9月19日(土)午前10時～午後4時

総合福祉センター

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

①親亡き後の不安に寄り添う学習会&相談会

とき：①9月17日(木)午後2時～3時半 ②10月3日(土)16日(金)、11月7日(土)・19日(木)、12月5日(土)・17日(木)、来年1月21日(木)、2月6日(土)・18日(木)、3月6日(土)・18日(木) ▼内容：①ライフ&マ

ネープランについて ▼講師：あかるいみらい準備室代表の山口まゆみさん
②きこえの相談会（聞こえや補聴器について）
とき：10月3日(土)午前10時10分～午後0時10分・1時10分～3時10分 ▼定員：各12人（在勤・在学も可） 申電話かFAXに事業名、住所、氏名、電話・FAX番号、希望時間、手話通訳・要約筆記が必要な場合はその旨を書いて①9月11日②各開催日の10日前③9月23日までに同センターへ。多い場合は抽選

青少年野外活動センター

〒630-1241阪原町25-1
☎93-0029

①森のムツレ教室②ストローパレ③フリールフサレ

とき：10月18日(日)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼内容：①植物や生き物でフィールドビンゴ ②夏から秋への変化の観察 ▼定員：①0才～年長園児の親子20組 ②小学1～3年生25人 ③4～6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

奈良町にぎわいの家

〒 630-8333 中新屋町 5
☎ 20・1917

① 簡漆金継ぎ体験

とき：9月13日(日)午後1時～3時半 ▼定員：5人 ▼費用：1500円

② かまど体験 おはぎ作り

とき：9月19日(土)午後1時～3時半 ▼定員：8人 ▼費用：500円 ▼持物：エプロン

③ 中秋の夜、ならまちの灯り

とき：9月25日(金)午後5時～8時半 ▼内容：当館と近隣2館で夜の風情を楽しむ灯りやしつらえ

④ ならまち御霊神社 輝きを取り戻した儀式刀展

とき：9月26日(土)～10月17日(土)午前9時～午後5時 ※最終日は3時まで ▼内容：儀式刀修復の裏側と、例大祭御渡御式を紹介

⑤ 蔵から出てきた御霊神社の奉納刀・伝統技術、研ぎの世界

とき：10月3日(土)午後2時～3時半 ▼講師：日本刀研士の関山和進さん ▼定員：30人

①②Eメールnigivainojie@gmail.comに住所・氏名・電

話番号、○の別を書いて①9月10日②12日までに同館へ

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 11-5
☎ 71・2444
Eメール：yoyaku@welly-nara.or.jp

① ヨガ教室

とき：①10月6日～12月15日の原則毎週火曜日②10月8日～12月10日の原則毎週木曜日③10月10日～12月12日の原則毎週土曜日④10月12日～12月14日の原則毎週日曜日⑤10月14日～10月16日の原則毎週火曜日⑥10月16日～10月18日の原則毎週木曜日⑦10月18日～10月20日の原則毎週土曜日⑧10月20日～10月22日の原則毎週日曜日⑨10月22日～10月24日の原則毎週火曜日⑩10月24日～10月26日の原則毎週木曜日⑪10月26日～10月28日の原則毎週土曜日⑫10月28日～10月30日の原則毎週日曜日⑬10月30日～11月1日の原則毎週火曜日⑭11月1日～11月3日の原則毎週木曜日⑮11月3日～11月5日の原則毎週土曜日⑯11月5日～11月7日の原則毎週日曜日⑰11月7日～11月9日の原則毎週火曜日⑱11月9日～11月11日の原則毎週木曜日⑲11月11日～11月13日の原則毎週土曜日⑳11月13日～11月15日の原則毎週日曜日㉑11月15日～11月17日の原則毎週火曜日㉒11月17日～11月19日の原則毎週木曜日㉓11月19日～11月21日の原則毎週土曜日㉔11月21日～11月23日の原則毎週日曜日㉕11月23日～11月25日の原則毎週火曜日㉖11月25日～11月27日の原則毎週木曜日㉗11月27日～11月29日の原則毎週土曜日㉘11月29日～11月31日の原則毎週日曜日

② 陶芸教室（基礎を学ぶ）

とき：10月7日～12月9日の原則毎週水曜日 午後1時半～4時、11月18日(水)午前10時半～午後5時、8回 ▼定員：16人。在勤も可 ▼費用：1万6500円

③ フラダンス教室

①初心者対象②kaholoとkaaoのベシックが出来る人とき：10月7日～12月23日の原則毎週水曜日①午後1時15分～2時15分②午後2時45分～4時。各10回 ▼定員：各若干名。在勤も可 ▼費用：各7500円

④ パソコン入門教室

①ワード②エクセルとき：①10月10日～11月14日の原則毎週土曜日②10月11日～11月22日の原則毎週日曜日 午前10時～正午。各6回 ▼定員：初心者各13人。在勤も可 ▼費用：各9千円

⑤ 社交ダンス教室

① 入門② 初級

とき：10月10日(土)・18日(日)・31日(土)、11月7日(土)・15日(日)・21日(土)・29日(日)、12月5日(土)・13日(日)・19日(土)①午前9時半～10時半②午前10時40分～正午。各10回 ▼定員：各若干名。在勤も可 ▼持物：ダンスシューズ。室内用スニーカーも可 ▼費用：①6千円②7千円

③ フリトリック教室 0歳から3歳クラス

とき：10月14日～11月18日の原則毎週水曜日 午前10時～10時40分。5回 ▼定員：親子5組。在勤も可 ▼費用：8千円

④ 往復はがき、Eメールに教室名(○の別)、住所、氏名、子の氏名、学年、性別、電話番号、勤務先を書いて、9月15日必着で同センターへ。1枚に1人1教室限り。多い場合は抽選※⑤年度間継続受講可

感謝DAY2026(参加者募集)①フリーマーケット出店者とき：10月25日(日)午前10時～午後4時 ▼内容：20ブース(1ブース2.5m×3mか2m×3.5m)まで。机等の設備は出店者で準備。コピー商品、くじびき等は不可 ▼費用：1ブース5000円

② 球技大会出場者③卓球④テニス

とき：③A午前10時半～午後0時半④B午後1時～4時 ▼定員：③20組④A6組⑤B6組(ダブルス)⑥6組(ダブルス)⑦6組(ダブルス)⑧6組(ダブルス)⑨6組(ダブルス)⑩6組(ダブルス)⑪6組(ダブルス)⑫6組(ダブルス)⑬6組(ダブルス)⑭6組(ダブルス)⑮6組(ダブルス)⑯6組(ダブルス)⑰6組(ダブルス)⑱6組(ダブルス)⑲6組(ダブルス)⑳6組(ダブルス)㉑6組(ダブルス)㉒6組(ダブルス)㉓6組(ダブルス)㉔6組(ダブルス)㉕6組(ダブルス)㉖6組(ダブルス)㉗6組(ダブルス)㉘6組(ダブルス)㉙6組(ダブルス)㉚6組(ダブルス)㉛6組(ダブルス)㉜6組(ダブルス)㉝6組(ダブルス)㉞6組(ダブルス)㉟6組(ダブルス)㊱6組(ダブルス)㊲6組(ダブルス)㊳6組(ダブルス)㊴6組(ダブルス)㊵6組(ダブルス)㊶6組(ダブルス)㊷6組(ダブルス)㊸6組(ダブルス)㊹6組(ダブルス)㊺6組(ダブルス)㊻6組(ダブルス)㊼6組(ダブルス)㊽6組(ダブルス)㊾6組(ダブルス)㊿6組(ダブルス)

③ ピックルボール④ フラダンス⑤ ヨガ⑥ パソコン体験

とき：③午後1時半～3時半④午前10時半～11時45分⑤午後1時～2時15分⑥午後1時～3時 ▼定員：③④⑤⑥各15人⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿各13人

祝・地域環境美化功績者表彰 市内2団体が受賞

【受賞団体】

- ・S.C.C(アダプトプログラム・清掃ボランティア)
- ・佐保台グリーンサポートパンジークラブ(アダプトプログラム・清掃ボランティア)

地域の美化活動に参加しませんか？

各種清掃ボランティア制度を実施中

- ◆グリーンサポート制度・公園ボランティア制度：公園の清掃、除草・低木のせん定、花壇の管理等
- ◆アダプトプログラム：市道や河川の美化活動
- ※グリーンサポート制度・アダプトプログラムは2月～3月初旬にボランティア募集予定です



くわしくはこちら▶

図 地域づくり推進課 (☎ 34-5193)

④ 往復はがき、Eメールに○の別、住所、氏名、電話番号、①は出品物内容を書いて、9月15日必着で同センターへ。1通に1人1催し限り。多い場合は抽選◆ほっと安心セミナー「防犯対策講座」く忍び込み・詐欺等の防犯対策、とき：9月18日(金)午前10時～11時 ▼定員：30人 ⑤ Eメール、はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、9月10日までに同センターへ。落選者のみ連絡

なら工芸館

〒 630-8346 阿字万字町 1-1
☎ 27・0033

◆漆芸家 北浦雄大さんに よる制作実演

とき：9月26日(土)午後0時半～4時半



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。

ボランティアセンター

〒630-8113 法連町1702-1
☎ 26・2270 FAX 26・2003

◆暮らしの応援ボランティア講座

とき：10月3日(土)・17日(土)・31日(土)、11月14日(土)午前10時～正午
▼定員：4回全て受講できる人30人 申込電話か所定の申込用紙をFAX、Eメール(naravc@citrus.ocn.ne.jp)で9月30日までに同センターへ。直接来館も可。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

申込用紙はこちら↓



史料保存館

〒630-8337 腸戸町1-1
☎ 27・0169 月曜日休館

◆特別陳列ならまち歳時記 鹿の角きり

とき：9月21日(祝)～10月17日(土)

◆館蔵史料特別公開 引札

とき：9月21日(祝)～11月8日(日)

◆9月24日(木)、10月13日(火)、11月4日(水)は休館

くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町13-9

◆みんな集まれ！黒髪山キャンプフィールド

とき：10月25日(日)午前10時～午後3時※9時半受付
▼ところ：同フィールド(奈良阪町) ▼内容：芋ほり・焼き芋作り等
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
申専用申込フォームから10月8日までに申込。多い場合は抽選 岡同塾の鹿野さん(Eメール：osamu_s@qf6.so-net.ne.jp)

申込はこちら↓



ボランティアインフォメーションセンター

〒630-8122 三条本町13-1
☎ 93・8435 FAX 34・2336

◆奈良PHP友の会月刊PHP誌読書体験会

とき：9月26日(土)午後1時半～3時半 ▼定員：10人 ▼持物：月刊PHP誌

(10月号) 申込電話で奈良PHP友の会の後藤さん(☎090・8659・0476)へ

◆ボランティア入門講座「つながる、広がる、ボランティアの輪」

とき：9月26日(土)午後2時～3時半 ▼講師：折り紙ボランティアおりがみの輪 ▼定員：30人。在勤、在学も可 申込電話、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、9月19日午後5時までに同センターへ。窓口、専用フォームからも可。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

申込はこちら↓



西部生涯スポーツセンターからのお知らせ スポーツ教室 (各15回)

時間…①午前9時50分～10時50分 ②午前10時～11時 ③午前11時～正午 ④午後1時～2時
⑤午後1時半～2時半 ⑥午後2時～3時 ⑦午後2時40分～3時40分 ⑧午後3時～4時

教室名	コース(曜日)・とき	定員・費用
たのしいフロアウォーキング(かんたん有酸素プログラム)	水曜日③⑦：10月21日～来年2月17日	成人各30人 12,000円
やさしいストレッチング(肩こり・腰痛予防プログラム)	水曜日①⑤：10月21日～来年2月17日 金曜日⑤⑦：10月16日～来年2月19日	
ダンベル&健康運動(体幹トレーニングプログラム)	月曜日①⑤：10月19日～来年2月22日 火曜日①⑤：10月20日～来年2月16日 金曜日①③：10月16日～来年2月19日	成人女性各25人 12,000円
ハードエアロビクス	月曜日③：10月19日～来年2月22日 水曜日⑤：10月21日～来年2月17日	成人各25人 12,000円
ソフトエアロビクス	月曜日⑦：10月19日～来年2月22日 火曜日③：10月20日～来年2月16日	
やさしいヨガ	水曜日③：10月21日～来年2月17日	成人各20人 22,500円
水泳	水曜日：10月21日～来年2月17日 ②上級・③初級・⑧中級	
水中健康運動	水曜日④⑥：10月21日～来年2月17日	成人各25人 22,500円

申 右記二次元コードか往復はがきに教室名、時間、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、9月10日必着で同センター(〒631-0052 中町4860)へ。同センターのホーム

ページからも可(受信設定に注意)。直接来館も可(返信用はがき持参)。多い場合は抽選。定員に満たない時は開催しない場合あり 岡同センター(☎52-0100)



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

スポーツ

奈良クラブ①ホームゲーム②奈良市民デー

とき・対戦相手…①9月12日(土)午後6時・FC岐阜②26日(土)午後3時・レイラック滋賀FC ▼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…①同クラブホームページに記載②左記二次元コードから申込 同同クラブ(☎0745・43・6890 平日の午前10時～午後6時)

②申込はこちら▼



バンビジャス奈良 開幕戦ホームゲーム招待

とき…9月26日(土)午後5時半、27日(日)午後2時5分 ▼対戦相手…福島ファイヤーボンズ ▼ところ…ロートフィールド奈良(法蓮佐保山四丁目) ▼対象…県在住・在勤・在学の人 申専用フォームから8月28日午後6時～各前日に申込 同同チケット係(Eメール: ticket@bambious.jp)

bambious.jp)

申込はこちら▼



エンジョイランニング講座

とき…10月17日(土)、11月14日(土)・28日(土)午後2時～3時半。3回 ▼ところ…鴻ノ池陸上競技場(法蓮佐保山四丁目) ▼定員…成人20人 ▼費用…1回1500円(個別参加可) 申込復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を書いて、10月10日までにロートフィールド奈良(〒630・8108 法蓮佐保山四丁目5-1)へ。専用フォームからも可。多い場合は抽選。最低催行人数に満たない時は中止。くわしくはロートフィールド奈良ホームページへ 同ロートフィールド奈良(☎22・0001)

内容・申込はこちら▼



ロート奈良武道場

剣道教室

①小学生 基本の部
とき…10月2日からの毎週月・火・金曜日 午後5時半～6時半 ▼定員…小学生30人 ▼費用…9千円

②小学生 上級の部
とき…10月2日からの毎週月・火・木・金曜日 午後5時半～7時 ▼定員…小学生20人(3級以上) ▼費用…1万円

③親子体験の部
とき…10月10日・24日、11月14日・21日、12月5日・19日の土曜日 午前9時半～10時半 ▼定員…5・6歳児と保護者15組(子どものみの参加可) ▼費用…2千円

④中学生以上の部
とき…10月1日からの毎週月・火・木・金曜日 午後7時～8時 ▼定員…中学生以上の経験者20人 ▼費用…4千円、当日券3000円

なぎなた教室

とき…10月1日からの毎週火曜日 午前10時～正午、木曜日 午後4時半～6時半、土曜日 午後1時～3時(高校生以下は木・土曜日のみ) ▼定員…年長以上20人 ▼費用…5千円

やり教室(宝蔵院流)

とき…10月3日からの毎週土曜日 午前10時～正午 ▼定員…高校生以上10人 ▼費用…6千円

坐禅教室

とき…10月4日からの毎週日曜日 午前7時～8時半 ▼定員…高校生以上10人 ▼費用…2500円

ロート奈良第二武道場

柔道教室

①小学生の部
とき…10月1日からの毎週火・木曜日 午後5時～6時半、土曜日 午後1時半～3時 ▼定員…小学生20人 ▼費用…6600円

②中学生以上の部
とき…10月1日からの毎週火・木曜日 午後6時～7時半、土曜日 午後2時半～4時 ▼定員…中学生以上20人 ▼費用…中学生6600円、高校生以上7500円

ロート奈良弓道場

弓道教室 高校生以上の部
とき…10月3日からの毎週土曜日 午後5時～7時 ▼定員…高校生以上の初心者20人 ▼費用…3千円※最長1年間継続受講可

その他…費用は3か月分(10～12月分) ※剣道・柔道・弓道教室は別途傷害保険料要 申込復はがき、Eメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学生は学校名・学年も)、性別、電話番号を書いて、9月10日必着で市総合財団(〒630・8108 法蓮佐保山四丁目 6-13) 同

ト奈良第二道場内 Eメール: budo-school@joy.ocn.ne.jp)へ。申込フォーム、返信用はがき持参で直接来館も可。多い場合は抽選 同剣道・なぎなた・やり・座禅教室…同武道場(☎26・1060)、柔道・弓道教室…同第二武道場(☎27・6163)

申込はこちら▼



秋季市民硬式テニスフル

とき…10月4日(日)・12日(祝)・18日(日)・25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3千円 申Eメール(nts.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、9月17日までに市テニス協会へ 同同協会の島田さん(☎080・2532・8415)

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。

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、9月14日(月)・24日(木)・28日(月)、10月5日(月)

音楽館

〒630-8335 鳴川町32-1
☎ 27・7700

① 音声館まちなかピアノ

とき：9月13日(日)午後2時～4時

② スタインウェイを弾いてみませんか？

とき：9月19日(土)午前9時半～午後4時半(1枠1時間) ▼費用：1枠千円 編

③ 四季うたものがたり vol.16、17

とき：9月20日(日)、10月18日(日)午後2時～3時

④ 親子で！セリフと音楽の広場参加者募集

とき：①9月20日(日)②10月11日(日)午前10時～11時 ▼定員：年長～小学生の親子10組程度 ▼講師：当館ディレクターの小野小町さん他 ▼費用：1回1

組500円 ※追加1人500円要 ①9月13日 ②10月4日

⑤ わらべうたといっしょ

とき：①9月27日(日)②10月25日(日)午前10時～11時半 ▼定員：親子20組 ▼費用：500円 ①9月20日②10月18日

⑥ 電話かEメール(jokan@naramachinigiwai.sakura.ne.jp)に氏名、電話番号、○の別を書いて、各締切日までに同館へ

なら一〇〇年会館

〒630-8121 三条宮前町7-1
☎ 34・0100 (火曜日休館)

⑦ 馬場俊英 BAND LIVE TOUR 2026

とき：11月23日(祝)午後5時～7時 ▼費用：全席指定7900円 ※1人4枚まで。未就学児入場不可

⑧ wacci Hall Tour 2026

とき：12月26日(土)午後5時～7時 ▼費用：全席指定一般8500円、学割6500円 ※1人4枚まで。3歳未満入場不可

⑨ 9月26日⑩10月3日午前10時から同館チケット予約(☎34・0111 https://www.nara100.com/) へ。

⑩ 先行販売あり

健康いきいき講座(後期)

なら一〇〇ヨガ

とき：10月・3月の月曜日①午前9時15分②午前10時25分③午前11時35分④いずれでも可(各1時間)。各12回 ▼講師：ヨガインストラクターの小野昌代さん ▼定員：各若干名 ▼費用：各9千円 ①9月11日

なら一〇〇ストレッチング

とき：10月・3月の水曜日①午前9時15分②午前10時25分③午前11時35分④いずれでも可(各1時間)。各12回 ▼講師：フィットネスインストラクターの堀貴子さん ▼定員：各若干名 ▼費用：各9千円 ①9月11日

なら一〇〇プレイス

とき：10月・3月の水曜日①午後1時②午後2時10分③いずれでも可(各1時間)。各12回 ▼講師：STOTT PILATES 認定インストラクターの仲林幸子さん ▼定員：各若干名 ▼費用：各9千円 ①9月11日

なら一〇〇教室(ゆうゆう)(後期)

とき：10月・来月3月の木曜日 午前10時～正午。全12回 ▼講師：大阪芸術大学講師の河田早紀さん他 ▼定員：若干名 ▼費用：1万円 ①9月11日

たのしいリトミック教室(中期)

とき：10月15日(木)・22日(木)、11月5日(木)・12日(木)・26日(木)①午前10時②午前11時③いずれでも可(各45分) ▼講師：リトミック上級指導資格保持者の金井佳子さん ▼定員：1・2歳児(受講初日時点)と保護者各15組程度 ▼費用：各5千円(子ども2人の場合は7500円) ①9月16日

シヨップ

とき：9月27日(日)午前10時～正午 ▼講師：石賀直之さん ▼費用：500円 ▼定員：10人

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630-8301 高畑町600-1
☎ 22・9811

◆10月1日(木)から改修工事により休館します

西部会館市民ホール

〒631-0034 学園南三丁目1-5
☎ 51・2001

◆スタインウェイフルコンサートピアノをホールで弾いてみよう！

とき：10月8日(木)、11月13日(金)午前9時半～午後8時55分、10月9日(金)午前9時半～午後3時55分、11月12日(木)午後2時～8時55分(1枠55分) ▼定員：各1組3人まで ※1組2枠まで ▼費用：1枠2千円(追加1人につき千円増) ①9月16日午前10時から同館で抽選会を開催 ※15分前から受付

④ 奈良の切り絵ワーク

とき：9月13日(日)・10月4日(日)午前10時半～午後4時 ※最終日は3時まで

⑤ 奈良の切り絵ワーク

とき：9月13日(日)・10月4日(日)午前10時半～午後4時 ※最終日は3時まで

⑥ 奈良の切り絵ワーク

とき：9月13日(日)・10月4日(日)午前10時半～午後4時 ※最終日は3時まで

⑦ 奈良の切り絵ワーク

とき：9月13日(日)・10月4日(日)午前10時半～午後4時 ※最終日は3時まで

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

北部会館市民文化ホール

〒631-0805 右京一丁目1-4
☎71・5747

◆高の原健康講座・文化講座 途中入会募集中

講座：フラダンス、こども体操教室（幼児3～5歳児）、姿勢改善ストレッチ・エアロビクス、健康びんしゃんウォーキング、ヨガA、ゆるる体操、整体リズムヨガB、気功体操、高の原コーラス※くわしくはしみんだより3月号へ 申電話で同ホールへ。直接来館も可※体験・見学は電話確認要

◆大人が楽しむ朗読と音楽のコンサート 宮沢賢治×ヘルマンハープの調べ

とき：10月9日（金）午前10時半～11時半 ▼出演：オトコトノハ ▼定員：50人程度 園北部図書館（☎72・2291）

杉岡華邨書道美術館

〒630-8337 陽戸町3 ☎24・4111

①ワークショップ・金文の書を学ぶ―対話型鑑賞を通して―
とき：9月19日（土）午後2時～3時半 ▼講師：延暦

寺学園比叡山高専学校教諭の北川智輝さん ▼定員：20人程度 ▼費用：千円 申往復はがき、Eメール（shodou@m3.kcn.ne.jp）に住所、氏名、電話番号、Eメールアドレスを書いて同館へ。定員に達し次第終了

②ワークショップ・なんでも書こう！だれでも書こう！書道体験

とき：9月22日（祝）・23日（祝）午前10時～正午、午後1時～3時 ▼ところ：ならまちセンター（東寺林町）▼その他：小学生はミニ華邨賞に出品

③筆書き体験コーナー

とき：9月19日（土）・23日（祝）午前9時～午後5時 ▼内容：水で書ける紙で手軽に書道体験

④作品解説会

とき：9月26日（土）午後2時～3時 ▼内容：開催中の「西橋香峰展」の解説

⑤第3回 書で巡るまほろば展

とき：10月3日（土）～25日（日）▼内容：奈良教育大学の学生を中心に企画された特別展

⑥ワークショップ・漢字かな混じりの書を知る

とき：10月10日（土）午後2時～3時

時 ▼内容：調和体に関する解説と作品制作の実演 ▼講師：第1回なら華邨賞南都賞受賞の鎌田龍佑さん

⑦ワークショップ・世界にひとつだけの紙傘orうちわ作り！

とき：10月10日（土）・24日（土）午前10時～午後4時 ▼ところ：同館駐車場※天候次第で館内ロビー

【入館料】一般300円、団体（20人以上）240円。

16歳未満、高校生、70歳以上の人、障害者（手帳要）と介護者は無料

奈良市美術館

〒630-8012 二条大路南一丁目3-11 ミ・ナール5階 ☎30・1510 FAX 35・7160（月曜日休館）

◆創立45周年記念 奈良市美術家展

とき：9月15日（火）～10月12日（祝）午前10時～午後5時半※入館は5時まで

◆奈良市美術家展 ギャラリートーク

とき：9月19日（土）午後2時～3時、20日（日）3時～4時、26日（土）5時～6時、27日（日）2時（各1時間）▼内容：講師①建築・倉本宏さん②日本画・渡辺章雄さん

③洋画・鮎川功さん④彫刻・杉村仁さん⑤書・喜多芳邑さん⑥工芸・木村美智子さん⑦写真・久保田秀典さん

くわしくはこちら▼



入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-2 ☎27・1689 FAX 27・1689

①万葉の花を訪ねてハギとクズ編
とき：9月13日（日）午後2時～3時半 ▼定員：20人 ▼費用：500円

②入江泰吉さんぽみちく秋の東大寺編
とき：9月19日（土）午後2時～3時 ▼定員：10人 ▼費用：300円 締9月11日

③入江泰吉と奈良ゆかりの人々―会津八一編―
とき：9月27日（日）午後2時～3時 ▼定員：20人 ▼費用：500円 締9月19日

【講師】旧居コーディネーター ①9月4日午前9時半から電話で②③電話かFAX、Eメール（frieaichi@kyukyo@yahoo.co.jp）に氏名・年齢、電

話番号を書いて各締切日まで同館へ。①定員に達し次第終了②③多い場合は抽選

国・県・団体

■不動産無料相談会

とき：9月12日（土）午前10時～午後4時 ▼ところ：北部会館（右京一丁目）申 県不動産コンサルティング協会（☎0743・86・4285）

■大人のはじめての雅楽教室

とき：9月12日（土）（プレ練習会）・26日（土）から全10回 ▼ところ：三笠公民館（大宮町四丁目）等 ▼定員：笙・箏・篳篥・笛各3人 ▼費用：要 申Eメール（kansai.sagakukai@gmail.com）に住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、9月15日までに関西雅楽會の佐竹さんへ

■「下水道の日」施設見学会

とき：9月13日（日）午前10時～午後4時※受付は3時まで ▼ところ：浄化センター（大和郡山市）、第二浄化センター（北葛城郡広陵町）他 園県流域下水道センター（☎0743・56・2830）

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。

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

■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：9月16日（水）・西部公民館（学園南三丁目）、18日（金）・北部会館（右京一丁目）、28日（月）・西大寺北地域ふれあい会館（西大寺東町一丁目）、29日（火）・県人權センター（大安寺一丁目）
午前9時半～11時 同入会センター（☎50・4004）

■学園前シニアいきいきスマホ教室（アンドロイドスマホの基礎：A・J・エニニ等）

とき：9月17日からの隔週木曜日 午後1時半～3時半。6回 ▼ところ：西部公民館（学園南三丁目） ▼定員：16人 ▼費用：要 申電話で9月11日午後4時までに電子自治体アドバイザークラブ（☎36・8520）へ

■奈良市茶華道展覧会

とき：9月20日（日）午前10時～午後4時、21日（祝）午前10時～午後3時半 ▼ところ：茶華道連盟会長の岡本さん（☎46・8585）

■村上裕亮 ピアノリサイタル～名曲で巡る音の風景～

とき：9月23日（祝）午後2時 ▼ところ：なら一〇〇年會館（三条宮前町） ▼費用：要 ▼定員：434人 岡ムジカショピナー（☎084・916・2380）

■観月の夕べ～夜の庭園で楽しむお月見～

とき：9月26日（土）午後5時～9時 ▼ところ：けいはんな記念公園水景園（京都府相楽郡精華町） 岡同公園管理事務所（☎0774・93・1200）

■県総合医療センター「あをによし祭」

とき：9月26日（土）午前10時～午後4時 ▼ところ：県総合医療センター（七条西町二丁目） 岡同祭事務局（☎46・6001）

■市医師会音楽部によるミニコンサート・市民健康ひろば

とき：9月26日（土）午後2時半～4時 ▼ところ：市医師会館（柏木町） ▼講師：県立医科大学附属病院精神科助教の南昭宏さん 岡同会事務局（☎33・5235）

■歴史・景観・学びを未来へつなぐシンポジウム

とき：9月26日（土）午後1時半～4時半 ▼ところ：奈良教育大学（高畑町） ▼定員：200人 申公式ホームページ（<https://nara-manabibabi.com/naturepositive/>）から9月14日までに申込 岡学びの旅（☎22・1588）

■けいはんな寄席「桂米朝一門会」

とき：9月27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 岡けいはんな学研都市活性化促進協議会（☎0774・95・5034）

■春日野音楽祭

とき：9月27日（日）午前10時～午後5時 ▼ところ：春日大社境内（春日野町）、奈良公園等 岡同実行委員会（☎93・9460）

■奈良再発見・歴史と自然！ちよつとミステリアス、新薬師寺周辺を巡る

とき：9月27日（日）午前9時半～正午 ▼ところ：近鉄奈良駅行基像前集合 ▼費用：要 ▼定員：24人 申電話で9月22日ま

でにならなきの村上さん（☎090・6981・6360）へ

■「法の日」週間記念無料法律相談

とき：10月1日（木）午前9時半～正午、午後1時～3時半 ▼ところ：奈良弁護士会館（中筋町） ▼定員：10人 申電話で9月1日～25日までに同会（☎22・2035）へ。定員に達し次第終了

■日中友好学院中国語講座

とき：10月1日（木）～来年3月31日（水） ▼ところ：中部公民館（上三条町）他 ▼費用：要 申電話で9月30日までに同学院事務局（☎090・3277・0513）へ

■POAYパソコン教室「H3 ワード中級」講座

とき：10月1日からの毎週木曜日 午後1時半～4時。8回 ▼ところ：はぐくみセンター ▼定員：20人 ▼費用：要 申電話で9月24日午後5時までに奈良シニアIT振興会の松本さん（☎090・5891・0032）へ

■令和8年度おどりの発表会

とき：10月3日（土）午後1時～3時半 ▼ところ：西部会館市民ホール（学園南三丁目） 申電話でレクリエーション協会の福山さん（☎090・5650・1607）へ

■第7回奈良クラフトビル祭り

とき：10月3日（土）・4日（日） 午前10時～午後5時 ▼ところ：奈良公園浮雲園地（春日野町） 岡同実行委員会事務局（ワインの王子様内 ☎0743・62・0323）

■ボランティアガイドと歩く奈良「秋色の奈良公園を歩く」

とき：10月3日～11月29日の毎週土・日曜日 午前9時 ▼ところ：市総合観光案内所前（三条本町） 集合：春日野国際フォーラム麓前（春日野町） ▼定員：各20人 岡なら・観光ボランティアガイドの会（☎27・9889）

中部公民館

〒630-8228 上三条町 23-4
 ☎ 26-6506

講座名	開催日・内容	締切
立命文華会 共催講座	木簡の世界一木に書いた文字から見えてくるものー 9/19 13:30 ~ 15:00 講師：奈良文化財研究所文化遺産部長の吉川聡さん ◎成人 ¥500 円 場所：西部会館市民ホール(学園南三丁目)	申込 不要
歴史文化 連続講座 「奈良へ 第三弾！」	日本の仏教を築いた人々をテーマに講演 10/17「良弁」、11/28「鑑真」、12/12「空海」 10:00 ~ 12:00 (3) 講師：東アジア仏教文化研究所代表の西山厚さん ◎成人 250 人 ¥2,000 円 場所：西部会館市民ホール(学園南三丁目)	10/6

★同館は秋頃まで休館。往復はがきの宛先は生涯学習センター
 (〒630-8357 杉ヶ町 23) 気付に

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
プチ田舎暮らし・月ヶ瀬 ー奈良晒ー	奈良晒の学習と、お漬物・機織の体験 10/14 10:00 ~ 12:00 ◎成人 8 人(在勤・在学可) ¥1,000 円 場所：ロマンピア月ヶ瀬(月ヶ瀬長引)	10/1

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目 9
 ☎・FAX 43-5386

講座名	開催日・内容	締切
子どもが 主役！ はじめて ごはん	「ごはん作り」に挑戦 10/17、10/31 10:00 ~ 12:00 (2) 講師：発酵食品ソムリエの吉田奈緒さん ◎小学生と保護者 8 組(2 人 1 組) ¥1 組 1,000 円	9/30

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
いきいき サロン	9/18 相続の話、10/16 健康講座とミニコンサート 13:30 ~ 15:00 11/20 映画「人生、いろいろ」上映 13:30 ~ 15:30 ◎65 歳以上の人	申込 不要

とみなん歌声ひろば♪うたの種をまこう

発声を学び、歌う楽しさを体験しませんか。最終回は、西部会館市民ホールで練習の成果を発表します。

とき 10 月 3 日(土)・17 日(土) 午前 10 時~11 時半
 24 日(土) 午前 10 時~正午(全 3 回)

講師 声楽家の上司直子さん

定員 小学生以上 80 人 締切 9 月 24 日

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	薬師寺領と郡山藩領を測量した伊能忠敬 10/11 講義 10:00 ~ 12:00 11/8 現地 9:30 ~ 12:30 講師：奈良大学教授の土平博さん ◎成人 30 人(在勤・在学可) ¥900 円	9/25

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
自主グループ 体験講座~ いきいき 健康体操~	健康をめざして理念に基づいた体操をする 9/18 10:00 ~ 12:00 持物：バスタオル、タオル、飲み物 ◎成人(在勤可)	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
プチ田舎暮らし・興東 ー竹ぼうきー	竹ぼうき作り 9/26 10:00 ~ 12:00 ◎成人 12 人(在勤・在学可) ¥300 円	9/15
竹細工に 挑戦	竹かご作り 9/26、10/3 13:30 ~ 16:00 (2) ◎成人 10 人(在勤・在学可) ¥500 円	9/16
古刹円成寺	境内を見学し自然に触れ、僧侶から歴史を学ぶ 9/27 10:00 ~ 11:30 ◎成人 15 人(在勤・在学可) ¥500 円 場所：円成寺(忍辱山町)	9/17

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
サロン コンサート [入場自由]	◆つながる心 女声合唱団詞華による合唱と歌を楽しむ 9/12 14:00 ~ 14:45 ◆マンドリンの調べ 伏見マンドリンギタークラブによる演奏 9/20 13:30 ~ 14:10	申込 不要
子どもの 育ちを 支える講座	児童虐待の現状と家庭に寄りそう支援とは 9/24 10:00 ~ 11:30 講師：こども家庭庁参与の辻由起子さん ◎子育て支援に関心のある成人 30 人(在勤可)	9/16
ワード 2021 ~初級編~	文章作成ソフトの Word で縦書き文書を作成 10/14、10/21 9:30 ~ 11:30 (2) ◎マウス操作・文字入力ができる成人 18 人(在勤・在学可) ¥500 円	9/29

※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

■奈良の高齢者の作品展(奈良県高齢者運動連絡会)

とき…9 月 18 日(金) ~ 20 日(日) 午前 9 時~午後 5 時
 (18 日は午後 1 時から、20 日は午後 4 時まで)

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 ~太極拳編~	太極拳のデモンストレーションと体験 9/17 10:00 ~ 12:00 ◎成人(在勤・在学可)、入場自由	申込 不要
せいぶ 大和学講座 ~平城京の 歴史と その文化~	平城京の歴史・文化をテーマに講演 9/30 10:00 ~ 11:30 講師：奈良文化財研究所埋蔵文化財センター長の馬場基さん ◎成人 200 人(在勤・在学可) ¥300 円 場所：西部会館市民ホール(学園南三丁目)	9/18
自主グループ 体験交流会~ フラダンス編~	フラダンスの体験 9/25 9:30 ~ 11:30 ◎成人(在勤・在学可)、入場自由	申込 不要
公民館 入門講座	日常に役立つマナーと美しい文字の書き方 10/18、10/25 10:00 ~ 12:00 (2) ◎成人 30 人(在勤・在学可) ¥500 円 *託児可	10/9

*託児…6 か月~就学前。事前申込要

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
さとやま 男の野遊び 講座	野外料理と DIY で心身のリフレッシュを図る 10/24 10:00 ~ 14:00 ◎成人男性 8 人(在勤・在学可) ¥1,800 円	10/8

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
めもりある・うおー～平和への道しるべ～	講演「誰もが安心して暮らせる平和な社会」 講師：ナラ・ファミリー&フレンド代表のアドルシュ・バラ・シャルマさん 9/26 10:30～12:00 ◎16歳以上の人40人（在勤・在学可）	9/19
三笠公民館 サロン♪ ギターコンサート	クラシックやポップス等のギターアンサンブル 9/29 10:30～11:30 出演：バロック・ギターアンサンブル他 ◎おおむね65歳以上の人、入場自由	申込不要

柳生公民館

〒630-1237 柳生町 340
☎・FAX 94-0504

講座名	開催日・内容	締切
はじめてのウクレレ	ウクレレの扱い方、弾き方を学ぶ 9/19、9/26、10/3 14:00～15:30(3) 持物：ウクレレ ◎成人8人（在勤・在学可）	9/11
スタンドグラス入門	端グラスを組み合わせて、スタンドグラスの小物入れを作る 10/7、10/14、10/21 14:00～15:30(3) ◎成人10人（在勤・在学可） ¥3,000円	9/29

若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
スイーツ男子～あつまれお菓子教室～	冷製菓子と焼き菓子を手作りする 10/18 13:30～15:30 ◎18歳～おおむね55歳の男性16人（在学可） ¥1,800円	10/9



奈良ひとまち大学

https://nhmu.jp



茅葺き屋根の古民家をお宿に

～[Light House TAWARA]を訪問～

【と き】9月27日(日)午前10時～午後2時
【ところ】Light House TAWARA（中貫町）
【定 員】10人 【費 用】1,500円



「ガレージ文庫」へようこそ！

～自分らしい時間と場所のつくりかた～

【と き】10月3日(土)午後1時45分～3時半
【ところ】本とおもちゃとオルゴールガレージ文庫（西登美ヶ丘）※「西登美ヶ丘5丁目」バス停集合
【定 員】8人 【費 用】300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、9月15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 ☎ 26-5600

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
二名シニア健康体操 秋冬編	長く元気に過ごすための健康体操や脳トレ 9/15、10/27、11/17、12/22、 来年1/26、2/16 10:00～11:00 ◎60歳以上の人、入場自由 ¥1回100円	申込不要
二名「昭和歌謡の集い」秋編	昭和歌謡をピアノの演奏に合わせて歌う 9/26、10/24、11/28、12/26 13:30～14:30 ◎成人（在勤・在学可）、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
頭もカラダもスッキリ脳トレ体操	10/3、10/17 10:00～11:30(2) 講師：作業療法士の湯野哲司さん ◎成人30人	9/24

平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
公民館開放 DAY	ダンスや楽器の練習等、公民館の利用体験 10/3 10:00～15:00（1組1時間） ◎小学生以上5組（1組最大30人、在勤・在学可）※申込時に希望時間帯を明記、小学生は保護者同伴要	9/24
わんどく IN 平城	読書介助犬に本を読み聞かせる 10/4 1部：13:30～14:10、2部：14:40～15:20 ◎小学生と保護者各5組（在学可） ※2人1組で申込	
朝活！週一回公民館で健康づくり（後期）	動画を見ながらストレッチや筋トレ、ラジオ体操 10/7～来年3/24の原則毎週水曜 9:30～10:00 ◎成人（在勤・在学可）	申込不要

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
heini カフェ～大人のボードゲーム体験～	お茶を飲みながらゲームで脳トレ 9/12 10:30～11:30 ◎成人（在勤可） ¥100円	申込不要
知れば知るほどおもしろ文化講座	僧侶から学ぶ「いのち」と「へいわ」の話 10/3 10:30～12:00 講師：三輪山平等寺住職の丸子孝仁さん ◎成人30人（在勤・在学可）	9/18

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
光雲寺に学ぶ	仏教の理解を深め、寺での作法等を体験 10/21 講義 11/18 現地 10:00～11:30(2) ◎成人30人（在勤・在学可）	9/30

【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▶

認知症とともに生きるまちづくり

「認知症に関するクイズ」

- ① 認知症は脳の病気？
② 認知症は高齢者の病気？
回答はページの最後に掲載



～奈良市の取組を紹介します～

9月21日は世界アルツハイマーデーです。この機会に、市が行う認知症に関する活動を知り、参加してみませんか。

展示・啓発

■市役所北棟通路 啓発展示

9月14日(月)～18日(金)

認知症の知識や市の取組を展示しています。



■オレンジライトアップ

9月19日(土)～24日(木)

午後6時～9時

市庁舎が、認知症支援シンボルカラーに染まります。



■NARA 伴

10月4日(日)

午前9時～午後5時15分

認知症になっても住みやすいまちを目指し市内でタスキリレーを開催。見かけたらぜひ応援してください。

講座・イベント

■認知症サポーター養成講座

【と き】① 9月15日(火) ② 16日(水) 午前10時～11時半

【と ころ】① 中央図書館(東寺林町) ② 西部図書館(鶴舞西町)

【定 員】認知症に関心のある成人
各30人

【持 物】筆記用具



←申込はこちら①



申込はこちら②▲

■みどりのペットショー

【と き】③ 9月23日(例) 午後2時～2時半

④ 26日(土) 午前10時～10時半

【と ころ】③ 中央図書館(東寺林町) ④ 西部図書館(鶴舞西町)

【定 員】③ 小学生以下入場自由 ④ 小学3年生以下40人



←申込はこちら④

【申 込】専用の申込フォームから①② 9月13日 ④ 23日までに申込。定員に達し次第終了

【問合せ】① 長寿福祉課(☎ 0742-34-4598) ③ 中央図書館(☎ 0742-26-6101) ②④ 西部図書館(☎ 0742-45-5669)



■認知症相談窓口

※年末年始、祝日を除く

認知症に関するさまざまな相談に応じます。

とき	ところ
毎週月曜日の 午前10時～午後3時	市庁舎1階 玄関ホール会議室
毎週木曜日の 午前10時～午後3時	西部会館2階 相談室

■認知症カフェ

認知症への理解を深めるため、各地域で開催しています。

その他の取り組み

■認知症ガイドブック 「奈良市認知症ケアパス」

認知症の人やその家族を中心に地域生活をおくるため、生活の工夫や利用できるサービス等を示したガイドブックです。ぜひ活用してください。

【配布場所】長寿福祉課、

各出張所・地域包括支援センター等

■本人ミーティング

毎月開催の、認知症の人やその家族が集まり、日ごろ思っていることを気軽に語り合う場です。



【クイズの答え】

- ① ○ 認知症とは、脳の病気により一部日常の動作ができなくなった状態
② × 年齢に関係なく発症する。65歳未満の場合は「若年性認知症」

【問合せ】長寿福祉課(☎ 0742-34-5439)

親子で学ぶさとやま体験 in ならやま参加募集

自然豊かな里山「ならやま」で、さまざまな体験活動を行います。親子で自然と触れあう楽しさと、森や里山の大切さを感じる一日を過ごしましょう。

【とき】 9月26日（土）午前10時～午後3時

※雨天時は27日（日）。荒天時中止

【ところ】 ならやま里山林（佐紀町）

【内容】 飯ごう炊さん（カレー作り）、植樹、里山遊び・散策

【定員】 小学生と保護者 50人

【申込】 市ホームページで応募条件等を確認し、9月10日までに申込フォームから申込。多い場合は抽選

【問合せ】 農政課（☎ 0742-34-5142）

申込はこちら▶



Tobu高原マルシェ

Tobu高原マルシェ 2026秋 in ならファミリー

豊かな里山が広がる市東部地域の新鮮な食材を扱う農産物直売所の出張販売イベントを開催します。市産の旬の農産物や特産品に出会えるマルシェに来てみませんか。

【とき・出店者】

10月3日（土）	午前10時～ 午後1時頃	阪原直売所コスモス
10月4日（日）		つげの畑高原屋
10月18日（日）		月ヶ瀬温泉ふれあい市場

（雨天決行、荒天中止。売り切れ次第終了）

【ところ】 ならファミリー 1階
らくだ広場（西大寺東町）

くわしくはこちら▶



【問合せ】 東部出張所（☎ 0742-93-0001）

奈良の食レシビ

野菜たっぷり！かぼちゃスープ

市内でも生産されている秋の味覚の1つ、かぼちゃ。甘味があり、子どもにも好かれるかぼちゃに、複数の野菜を混ぜ込み、おいしく栄養を取れるスープにしてみました。

【材料】（2人分）

・かぼちゃ 1/4 個 ・玉ねぎ 1/2 個 ・にんじん 1/2 本
・牛乳 300mL ・塩、胡椒、コンソメ、バター 適量

【作り方】

1. かぼちゃの皮をむき、3cm程度に角切りにし、レンジで5分ほど加熱（竹串等で確認し、足りない場合は1分ずつ加熱）
2. にんじんの皮をむき、乱切りにし、レンジで3分ほど加熱。玉ねぎはみじん切りにし、バターであめ色になるまで炒める。
3. 粗熱を取った全ての野菜と、牛乳の3分の1をミキサーにかけ、ざるでこしながら鍋に移す。
4. 残りの牛乳でのばし（好みの濃さに調整）、調味料で味を調える。

【問合せ】 農政課（☎ 0742-34-5142）



Pick Up

農家さんおすすめ
レシピを掲載

地産地消推進パンフレット「おいしい 奈良の10の食べ方」を発行しています。市内で作られる伝統野菜や果物等の食材を紹介。生産者の思いやこだわりが伝わる一冊です。

くわしくはこちら▶



スポーツで秋を感じよう!

スポーツ体験
フェスティバル

10月11日(日)

午前9時半～午後3時半
(抽選会：午後4時)幅広い年齢層の人が、さまざまなスポーツを
「見て・触れて・体験できる」イベント。2031年に奈良県で国民スポーツ大会の
開催も予定され、市で開催予定の競技も体験可能です。
ぜひ、この機会にスポーツの楽しさを味わってみませんか。

ロート奈良鴻ノ池パーク(法蓮佐保山四丁目)

※雨天時は屋外のみ中止。各ブースで当日受付。抽選券・参加賞は、
総合受付で配布(なくなり次第終了)

【問合せ】スポーツ振興課(☎0742-34-5376)

当日の緊急連絡先(☎070-1350-8992)

□スポーツテスト体験 ※年齢により測定する種目の指定あり

午前の部：午前10時～正午

握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳び、50m走、6分間歩行、10m障
害物歩行、20mシャトルラン、反復横跳び、開眼片足立ち、ソフトボール投げ、
ハンドボール投げ

午後の部：午後1時～3時

□スポーツ体験

午前の部：午前9時半～正午

バレーボール、バスケットボール、なぎなた、卓球、弓道、軟式野球、柔道、ラグビー
フットボール、ホッケー、ソフトテニス、レクリエーション、ゲートボール

午後の部：午後1時～3時半

体操、ボッチャ、フェンシング、ライフル射撃、剣道、ボクシング、少林寺拳法、
ウエイトリフティング、相撲、サッカー、陸上、グラウンド・ゴルフ

【その他】競技は変更の場合あり。最新情報は市ホームページに掲載

シカの交通事故が多発しています。

突然道路に飛び出してくることがあるので、
安全運転を心がけましょう。「奈良のシカ」…2026年版…
交通事故多発地帯マップ

総交通事故発生件数

152件発生※(うち99頭死亡)

※前年比：+24件

県庁東交差点～東向交差点
20件発生(うち8頭死亡)

2位

至京都

転害門

県庁東交差点～福智院交差点
30件発生(うち19頭死亡)

1位

春日野園地

奈良春日野
国際フォーラム
(旧新公会堂)大仏殿交差点～高畑交差点
14件発生(うち8頭死亡)

3位

春日大社

至大阪

至JR奈良駅

近鉄奈良駅

興福寺

登大路園地

三条通り

N

福智院

高畑

至天理

飛火野

県営高畑
駐車場入会・寄付について
くわしくはこちら

【問合せ】奈良の鹿愛護会(☎0742-22-2388)

令和8年度 秋季特別展

「もう！ナニこれ？ 奈良市出土 用途不明品精選」

謎に包まれた“用途不明品”を一挙公開。この機会にぜひ足を運んでみませんか。

10月5日(月)～12月4日(金)
午前9時～午後5時 ※土曜日のみ休館

埋蔵文化財
調査センター
(大安寺西二丁目)



●埋蔵文化財講演会

とき	講師	内容
10月25日(日)	同センター職員の 山口等悟さん 他2人	「蓋に突起がある陶棺」 他2本
11月3日(祝)	元興寺文化財研究所の 江浦洋さん 他2人	「用途不明石製品のナニこれ？ 一楕円形温石の軌跡」 他2本
11月15日(日)	元同センター職員の 三好美穂さん 他2人	「ナニこれ？— 土器工房は人手不足—」 他2本
11月29日(日)	同センター職員の 菊井佳弥さん 他2人	「車形木製品」 他2本

【定員】 各50人

【申込】 市ホームページに掲載の申込フォームから10月9日までに申込。複数回希望可。多い場合は抽選

くわしく
はこちら▶



【問合せ】 埋蔵文化財調査センター
(☎ 0742-33-1821)

「奈良市斎苑 旅立ちの杜」 コンサート&施設見学会



自然豊かな木々に囲まれ、
季節の移ろいを感じられる

「奈良市斎苑 旅立ちの杜」。

施設見学会とコンサートを同時開催します。

朝の澄んだ空気の中、生演奏を聴きながら、
大切な人に思いを馳せてみませんか。

※施設見学会は希望者のみ

とき 10月3日(土) 午前7時半～8時45分

定員 80人

申込 市ホームページに掲載の申込フォームか、往復はがき、FAXにイベント名、代表者の住所・氏名・年齢・電話番号、同行者の氏名・年齢を書いて、9月18日までに斎苑管理課(〒630-8580 二条大路南一丁目1-1 ☎ 0742-34-4732)へ。多い場合は抽選

申込はこちら▶



【問合せ】 斎苑管理課 (☎ 0742-34-5161)





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～お月さまと天の川～」 【定員】 各回 40 席	9月の土・日曜日、祝日（12日・13日・21日・22日・23日は除く） ①午前 10 時半～ 10 時 50 分②午後 1 時半～ 2 時	当日受付
プチプチ☆クラフト「ストローのふき上げを作ろう」 【定員】 各回 12 人	9月19日(土) ①午前 10 時～ 10 時 20 分②午前 11 時 10 分～ 11 時半③午後 2 時 10 分～ 2 時半	
プラネタリウム特別投影（動画のみ） 【定員】 各回 40 席	9月21日(祝)～23日(祝) ①午前 10 時半～ 11 時②午後 1 時半～ 2 時(予定)	
シルバーウィーク映画上映 「すみっコぐらし～青い月夜のまほうのコ～」 【定員】 各回 190 席	9月21日(祝)・22日(祝) ①午前 10 時半～ 11 時 40 分 ②午後 1 時半～ 2 時 40 分	申込不要
プチプチ☆サイエンス「ビー玉万華鏡を作ろう」 【定員】 各回 12 人	9月23日(祝) ①午前 11 時 10 分～ 11 時半 ②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	9月25日(金)午後 6 時半～ 7 時 10 分	
科学実験教室「手回し発電機を作ろう」 【定員】 小学 2 年生以上各回 18 人	10月3日(土) ①午後 1 時～ 2 時②午後 2 時半～ 3 時半	9月14日
おはなしの会「赤ずきん」他	10月3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 かしき長者／ソラ豆の黒いすじ」 【定員】 190 席	10月4日(日)午後 1 時～ 1 時半	
科学実験教室「ミラクル！カガクル！～雲の種類やでき方と天気～」 【定員】 小学 1 年生以上各回 15 人	10月10日(土) ①午前 10 時半～ 11 時半 ②午後 1 時半～ 2 時半	9月14日
ロボット教室（初級）「たんけんロボットを作って動かそう」 【定員】 5 歳以上の人各回 12 人	10月11日(日) ①午前 10 時～ 11 時半②午後 1 時半～ 3 時	9月23日
ものづくり体験教室「ローラーで描こう！」 【定員】 4 歳以上の人各回 15 人	10月12日(祝) ①午前 10 時～ 11 時②午後 1 時半～ 2 時半	
宇宙教室「注射器ロケットを飛ばそう」 【定員】 小学 1 年生以上 18 人	10月17日(土)午前 10 時～ 11 時半	9月28日
科学実験教室「ロケットコプターを飛ばそう」 【定員】 小学 2 年生以上 12 人 【費用】 300 円	10月18日(日)午前 10 時～ 11 時半	
天体観察会「望遠鏡で月とアルビレオを見よう」 【定員】 小学 1 年生以上 12 人 【場所】 なら 100 年会館南側駐車場 ※雨天・曇天時はプラネタリウム	10月20日(火)午後 6 時～ 7 時	
ものづくり体験教室「職人さんから学ぼう～大和瓦の土で手びねり鬼を造ろう～」 【定員】 5 歳以上の人 18 人 【費用】 1,600 円	10月25日(日)午前 10 時～ 11 時半	10月5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】 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。上記以外の講座も開催することあり。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ら直接問合せください

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

申込はこちら



Nara Report ならレポ! 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 かそん かな書の至宝・杉岡華邨先生 /

杉岡華邨がたどり着いた美
書の体系を体得し、かな作品に昇華した偉大な書家



▲最期まで次の作品へと想いを馳せ、筆を持ち続けた華邨先生

奈良が生んだ現代かな書の第一人者、杉岡華邨先生を知っていますか。

下北山村出身の先生は、40歳を過ぎてから頭角を現した「遅咲きの巨匠」として知られます。平安朝の美学を深く追求した格調高い書風を確立し、かな書道界で初となる文化勲章を受章されました。また、奈良市に居を構え活動され、貴重な作品が市へ寄贈されました。これが礎となり、2000年に「奈良市杉岡華邨書道美術館」が開館。翌年に奈良市の名誉市民になり、今年で25年を迎えます。

昨年は第1回「なら華邨賞」を開催し、この10月末からは受賞者3人による展覧会も予定されています。芸術の秋、先生が愛した奈良で、高雅な書の世界に触れてみませんか。



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

HPV ワクチンの接種について

【問合せ】健康増進課 (☎ 0742-34-5129)

【対象】平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれの人
【助成】女子(定期接種): 全額助成、男子(任意接種): 1回あたり上限15,000円(差額は直接医療機関で支払い)

費用助成での接種は来年3月31日まで

ワクチンは2・3回の接種が必要で、完了まで約半年かかります。未接種者は9月末までに1回目の接種をお願いします。



女子(定期接種)はこちら

男子(任意接種)はこちら▶



9月24日～30日は結核・呼吸器感染症予防週間

【問合せ】保健予防課 (☎ 0742-93-8397)

注意する3つのこと

- ① バランスのよい食事、十分な睡眠、適度な運動、禁煙を心がける
- ② 咳やたん、微熱、体がだるい、体重が減る、食欲がない、胸の痛み等の症状が2週間以上続く時は受診を
- ③ 結核の早期発見・早期治療のために、年に1回胸部レントゲン検査を受検

結核の発病を防ぎましょう

結核は「結核菌」の空気感染によりうつる感染症です。国内で約1万人が発病し、令和7年の市の結核患者は36人。近年は、高齢者や外国生まれの人に多いのが特徴です。

結核ってどんな病気? — パネルで知る結核のこと —

【とき】9月24日(木)～10月2日(金)
【ところ】市庁舎1階連絡通路、はぐくみセンター1階ウェルカムホール

くわしくはこちら▶



結核住民検診のお知らせ(予約要)

電話申込 → 胸部レントゲン検査(15分程度) → 2～3週間後結果を郵送

【とき】9月19日(土)午前10時～10時半
【ところ】市総合医療検査センター(柏木町)
【定員】65歳以上の人15人程度※来館時はマスク着用要 【費用】無料
【申込】9月1日～18日に電話で保健予防課へ

9月は健康増進普及月間・食生活改善普及運動

【問合せ】健康増進課 (☎ 0742-34-5129)

「野菜+1皿」と「適塩」を心がけましょう。

啓発パネルの展示

【とき】9月7日(月)～30日(水) 【ところ】はぐくみセンター1階

くわしくはこちら▶



健康に関するお知らせ

ロボット世界大会へ！ 奈良の中学生が挑む



をボ
紙の
りる
▲折
折ッ
演
物口
の

ぶ
ト
運
ッ
明
を
ボ
説
の

8月3日、奈良教育大学附属中学校科学部の生徒6人が、市長へロボットの世界大会出場を報告しました。同部は6月の「ワールド・ロボット・オリンピックアード(WRO)」で、見事2チームも日本代表に選抜されました。さまざまな物体を運ぶ正確性と速さを競う「ロボミッション」と、開発した創作ロボットの技術力を競う「フューチャーイノベーションズ」の2部門で、9月にインドで開催される世界大会に出場します。

市長は「世界中の同世代と交流し、新しい発見を持ち帰ってほしい」とと激励しました。生徒たちは「他チームの技術を学びたい」と意気込みを語り、大会に向けてロボットの改良を重ねています。

100か国以上が参加する大舞台に挑む奈良の若き技術者たちを、みんなで応援しましょう。

落ち着いたデザインに一新 近鉄奈良駅観光案内所



▲テープカ
ットの様子



観光情報
スペース▶

7月31日、市は近鉄奈良駅周辺にある観光案内所のリニューアルオープンを祝し、記念セレモニーを開催しました。セレモニーには、仲川市長、近鉄不動産代表取締役会長、市議会議長、近鉄奈良駅長等が出席し、テープカットをとり行いました。

リニューアル後の案内所は、木目調の落ち着いた空間で、奈良の旅をより快適にサポートします。従来通りの対面カウンターによる案内に加え、タブレット等を活用した無人での観光情報スペースを新設。開館時間を午後10時まで延長し、夜でも観光情報の収集が可能です。

みなさんも、新しくなった案内所に立ち寄り、奈良の観光の魅力を再発見してみてください。

地震で被災した熊本県宇土市 へ職員を派遣

7月28日に発生した熊本県熊本地方を震源とする地震を受け、奈良市では翌29日に応援本部を設置し、被災した宇土市から要請を受け支援を決定しました。

宇土市とは平成28年の熊本地震の際にも、延べ78人の職員派遣を行った経緯があり、今回もその絆と経験を生かし迅速に行動しました。

30日には先遣隊として職員3人が現地へ出発し、8月2日からは本隊が現地で、避難所運営や罹災証明書の受付業務に従事しました。また、飲料水約6万9千本や衛生用品等の物資輸送に加え、「ふるさと納税の代理寄附」の受付も開始しました。

市は、被災地の1日も早い復興に向け、支援を継続するとともに、今回の経験を市の防災力向上につなげます。

◀先遣隊
出発の様
子

宇土市の罹災
証明書受付▼



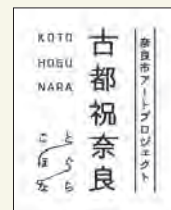


こ と ほ ぐ な ら **古都祝奈良 演劇作品創作、 中学生・高校生の参加者募集！ 青少年と演劇 Lite**

**近鉄奈良駅前
 行基広場が
 公演会場**



劇作家・演出家の田上豊さんと10・11月に創作活動の過程や発表を経験し、表現する面白さを体感できる企画です。今年は劇場を飛び出し、奈良のまちそのものを舞台に展開する「まちなか舞台」プログラムで開催。初心者、経験者どちらも楽しめます。ぜひ応募してください。



【とき】

- ① 10月17日(土) ② 18日(日) ③ 31日(土)
 ④ 11月7日(土) ⑤ 8日(日) ⑥ 14日(土)
 ⑦ 15日(日) ⑧ 21日(土) ⑨ 22日(日)

午後1時～5時

- ⑩ 11月23日(祝) 終日[発表会] ※最大3回公演

【ところ】 近鉄奈良駅前行基広場

【定員】 稽古・発表会に参加できる、平成20年4月2日～平成26年4月1日生まれの人10人程度

【参加料】 2,000円

【申込】 古都祝奈良ホームページの応募詳細をよく読み、9月28日までに申込。多い場合は書類選考

くわしくはこちら▶

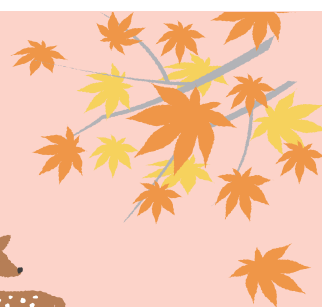


【問合せ】 市アートプロジェクト実行委員会事務局

(文化振興課内 ☎ 0742-34-4942 Eメール: art@city.nara.lg.jp)

＼ 市公式アプリ「SHIKA no ASHIATO」 ＼ **楽しさ2倍で、行くシカない！ 秋の奈良公園よくばりWキャンペーン**

9月1日(火)～11月30日(月)



【アプリで楽しく！ しかせんべいをもらおう】

「鹿苑(ろくえん)」でアプリのクーポンを利用すると、500人にしかせんべいをプレゼント(定員に達し次第終了)。

特典①

【集めて当たる！ スタンプラリー開催】

スタンプ数に合わせて、「鹿サポーターズクラブ公式グッズ」や市内300店舗以上でつかえるアプリポイントが抽選で当たります。

特典②

アプリのダウンロードはこちら▶



【問合せ】 観光戦略課 (☎ 0742-34-4739)

広告

一般広告

奈良市と
サマルカンド市の軌跡を紹介

ナルホド・ナラ・サマル

おおがたきりゅうもんきょう
vol.2 大型虺龍文鏡(コクテパ墳墓)

サマルカンド州のコクテパ墳墓は、2000年の調査で判明した豪華な金製装飾品を伴う高貴な女性の墓です。そこから奇跡の出土が。

富雄丸山古墳と同じ種類の鏡が出土

副葬品から紀元前1世紀（前漢・武帝のシルクロード開拓期）の墓と特定されました。出土した「大型虺龍文鏡」は、中国以外では富雄丸山古墳出土鏡を含めわずか5例のみ。文明の交差点サマルカンドと奈良市をつなぎ、シルクロード開拓の歴史を物語る奇跡の1面です。

【問合せ】観光戦略課
サマルカンド特別交流展
推進室（☎0742-34-1313）

展覧会情報
はこちら▶



9月の主な行事・市の催し

1日(火) 市立こども園・幼稚園始業式

10日(木) 自殺予防週間（～16日）

11日(金) 人権を確かめあう日

17日(木) **十七夜盆踊り（東大寺二月堂）**
子ども安全の日

20日(日) 20日ならウォーク
ならマイカーひとやすみデー

21日(祝) 秋の交通安全県民運動（～30日）
世界アルツハイマーデー

23日(祝) 手話言語の国際デー

24日(木) 結核・呼吸器感染症予防週間（～30日）

25日(金) **観月讀仏会（唐招提寺）**
采女祭（采女神社・猿沢池）

30日(水) 交通事故死ゼロを目指す日

※緑字は寺社年中行事

市長コラム
Vol. 160

再び熊本の地を襲った大地震に日本中が心を痛めています。一方この10年で大きく変わったことがあります。それは被災自治体と支援自治体をつなぐ絆の強さです。前回の地震で甚大な被害を受けた熊本市では、大西一史市長が自身の経験を基に、全国市長会で防災対策特別委員長を務め、防災庁の設置や災害廃棄物の広域処理の仕組み化等を政府に提言。また同じ九州の政令指定都市である福岡市では高島宗一郎市長が、災害時に個々の自治体が孤立せず、広域で防災力を高め合う「ワン九州」プロジェクトを立ち上げるなど、基礎自治体のリーダーシップによる支援体制の強化が図られてきました。

今回も台湾出張からの帰路、熊本空港に着陸できず困っていた熊本市長を福岡市の消防ヘリが送り届け、迅速な災害対策本部の稼働をアシストするなど、一歩踏み込んだ支え合いが多数生まれています。

奈良市もできる限りの支援を展開して参ります。

仲川 伸

広告

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。

広告