

特集

pick up!

あなたの地域力が動き出す はじめての自治会入門

も く じ contents

高畑町をのぞき見 撮影：辻 益子さん

7月20日(日)は投票日です
選挙のお知らせ p6

6月下旬に「けんしんパスポート」を送付します
令和7年度各種健(検)診のお知らせ p26-27

市東部地域の新鮮な食材を販売します
Tobu高原マルシェ p29

生活・健康 p10 子育て p11

シニア・催し p14 スポーツ p17

文化情報 p18 生涯学習 p24

ならレポ！
&ならトピ p31

あなたの「地域力」が動き出す

はじめての 自治会入門

「ゴミの収集場所は、誰が決めているの？」

「防災訓練って、誰が呼びかけているの？」

そんな暮らしの“当たり前”を支えているのが自治会です。

今月号では、市内の自治会が何をしていてどんな課題を抱えているのか、

そして、今の暮らし方にマッチした自治会の取り組みを取材。

「ちょっと便利」「ちょっと安心」そんな身近な関わり方から始めてみませんか？

【問合せ】地域づくり推進課（☎ 0742-34-5193）

暮らしに身近な 自治会の活動

自治会は、住みよいまちを目指して地域の人で組織される団体です。地域の活性化や課題解決はもちろん、防災訓練の実施やごみステーションの整備等、誰もが暮らしやすいまちづくりに携わっています。普段はあまり意識することがないかもしれませんが、実は私たちの生活のすぐそばで、自治会の力が生かされています。

地域の見守り活動

子どもの登下校時のサポート、
高齢者への声かけ等

地域の防災・防犯活動

防災訓練の実施、防犯パト
ロール、非常食の備蓄等

清掃・美化活動

ゴミ拾いや花壇の整備、
公園の掃除

地域行事の開催

お祭り、運動会、夏祭り、
餅つき大会等の
交流イベント

自治会の主な活動

行政との連絡窓口

市区町村との橋渡し役を担い、
行政情報を住民に伝達

回覧板・掲示板での 情報共有

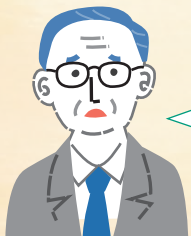
地域の重要な
お知らせ等を共有

支え合いが 少し遠くなった時代

暮らしのそばにある活動を担ってきた自治会。
今、「担い手不足」という課題に直面しています。
地域で何が起きているのか。
地域活動に携わる人の声を聞きました。



Q. 今の自治会の状況はどうか？



地域活動に携わる人

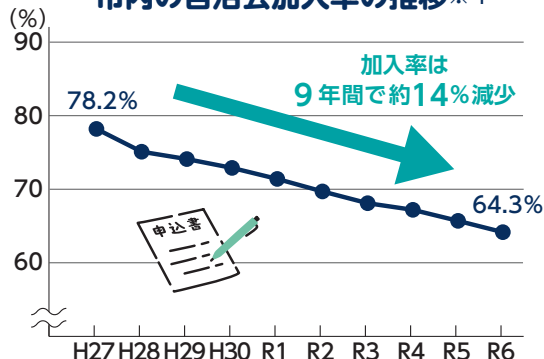
昔は自然に皆が加入してくれましたが、今は声をかけても難しいですね。最近は、共働き世帯や定年後も働き続ける人が増え、仕事との両立が厳しいと感じる人が増えている印象を受けます。

近年、自治会では担い手の確保が大きな課題となっています。その背景には、共働き世帯の増加や仕事・子育ての多忙化により、地域活動に参加する余裕がない家庭が増えていることがあります。また、地域に転入しても自治会との接点がなく、関わり方が分からないままという人も少なくありません。

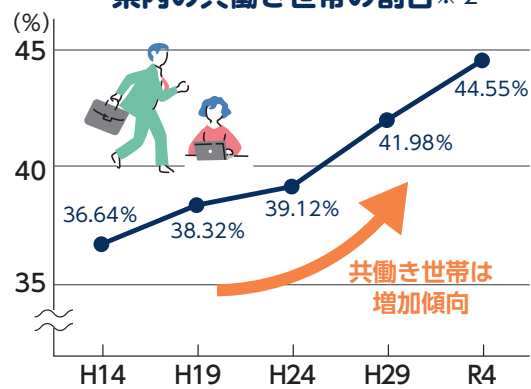
一方で、長年活動を支えてきた世代は高齢化が進み、負担が集中しやすくなっています。こうした社会の変化が、自治会の継続的な運営を難しくしているのが現状です。

【出典】※ 1 奈良市「自治会・地区自治連合会の加入率の推移」
※ 2 総務省「就業構造基本調査」

市内の自治会加入率の推移※ 1



県内の共働き世帯の割合※ 2



そばにある安心。 なくしたくないもの



自治会の運営は難しくなっていますが、いざという時、やはり自治会は必要です。例えば災害時。多くの人々が身を寄せる避難所の運営補助や情報共有は、自治会が担っています。また、近年増加している一人暮らしの高齢者に対する見守りや声かけ等、地域の支え合いがより大切になっています。こうした活動は、子どもから高齢者まで、地域で暮らす全ての人の安心につながっています。普段は気づきにくいですが、自治会は地域を支える大切な存在です。

Q. 自治会活動を続けていくために必要なことは何でしょうか？



地域活動に携わる人

人々の生活スタイルに合わせて、自治会のあり方・活動の仕方も変えていく必要があると思います。地域に住む、幅広い年代の人と関わる中で「これからの自治のカタチ」を見つけていきたいと、日々模索しています。1人で100歩進むのではなく、100人それぞれが1歩踏み出せるような、地域活動ができるように変えていきたいですね。



◀ Next Page 実際に市内で広がる「これからの自治のカタチ」をみてみましょう

手作り居酒屋で 広がる交流



唐揚げに焼き鳥、ビールにジュース。おいしそうな香りの中、にぎやかな笑い声が響く「ふれあい居酒屋」は、毎回200人以上が参加する朱雀地区の人気イベントです。コロナ禍で何もできない日々の中、全世代が楽しめる場を作ろうと始まりました。「楽しいことが地域を元気にする」。その思いが、**世代や組織を越えたつながりを生み出し、若者を含め地域活動に関わる人を増やしています。**



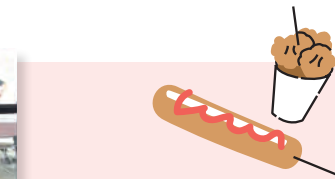
▲地域の拠点「ふれあい会館」で年に3回程度開催。毎月の開催を望む声も多い

Report

おそろいのピンクの
ポロシャツで餃子を販売▶

居酒屋メニューは地域でのアンケートを基に決定。焼きおにぎりやおでん等、バラエティーに富みます。運営には普段関わることの少ない10代の若者も参加。コミュニケーションが広がります

ふれあい会館の中では、毎回イベントを開催しており、地域の人から寄付された玉ねぎを景品にするじゃんけん大会も人気です



▲母の日にちなんだ、カーネーションをプレゼントした回も



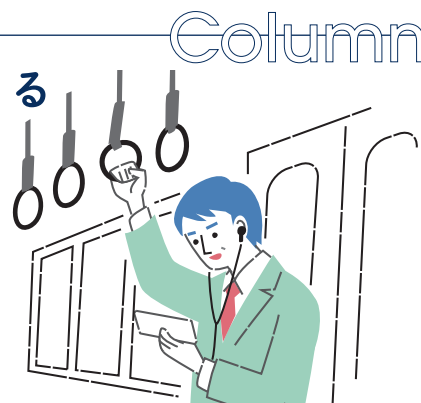
運営に関わる横山直子さん

仕事が休みの日に、お手伝いをしています。ふれあい居酒屋では、おつまみメニューの調理・買い出しを担当。和気あいあいと楽しく活動しています。子どもの同級生のお母さんに誘われたのがきっかけで、気づけば6年。メンバーの皆さんも当初から温かく受け入れて下さって、今では近所で声をかけてもらうことが増えました。料理をしたり、テントを立てたり、まるで文化祭のような慌ただしさの中で、さまざまな人と自然体で話す。かけがえのない機会だと思っています。

朱雀地区では、自治会やPTA等、地域内の団体や個人で構成されるまちづくり協議会(地域自治協議会)の活動が活発。自治会等、複数の地縁団体が連携し「朱雀地区やその周辺の人々」を対象とすることで、より若年層の数も増え、人手を必要とする大きなイベントも実施可能に。また、イベントの参加をきっかけに、自治会活動に携わるようになった人も。**自治会の垣根を超えた、幅広い地域への関わり方が生まれています。**

DXが助けに。仕事と自治会長は両立できる

次世代の地域の担い手が減少している一方、30・40代で自治会長に就任する人も出てきています。ある自治会では、コロナ禍をきっかけにオンライン会議を導入。最初は使い方に苦労したが、おかげで現在は移動時間を気にせずに会議に参加できる仕組みができたそう。「オンライン会議中、ふと画面を見ると、つり革をもって電車で揺られる自治会長が！議題についてジェスチャーで反応もしてくれるんですよ」というエピソードも。現役世代だからこそその「DXの視点」が、地域活動をより柔軟に変えていくのかもしれません。





▲地域の空き地で買い物を楽しむ人々

Case2 菅野台自治会

買い物難民をなくす



市では、移動販売を行う事業者・市社会福祉協議会等と協力し「買い物支援ネットワーク」を立ち上げ、買い物に困っている人への支援を進めています。この支援を活用し、菅野台自治会での移動販売の導入に尽力した1人が、当時自治会長を務めていた久米さん。実施に至った思いを伺いました。

Interview



発起人の久米廣信さん

菅野台前自治会長。今年度より顧問に就任。住みよいまちづくりを掲げ、6年間会長として活動

毎週木曜日、地域内に響くにぎやかな音楽。移動販売車の到着を聞きつけ、地域の人が販売場所に集まってきます。6年前、断りきれなかった自治会長を引き受け「やるからには納得できるまで」と地道に地域の課題解決に努めてきました。その1つが、ダイエーの協力を得て始めた移動販売です。実施場所の確保や周知等、課題もありましたが、地域の皆さんに支えられて、4年経った今も続けることができます。

移動販売の開始を喜んでくれた人中には、残念ながら亡くなられた人もおり、利用者は少し減りました。しかし、少人数でも、暮らしに困っている人がいれば、一緒に解決策を探る。これが自治会の良さだと思います。住民の代表として、自治会が行政や事業者に関わり、住みよいまちができれば、まちの魅力も高まります。私の大好きな菅野台。これからも多くの人に愛され続けるまちになるよう、地道に活動を続けていきたいです。

▶販売員が、利用者の購入品の持ち帰りをお手伝い

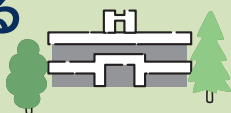


利用者の声

近くのスーパーまでは坂道も多く、自転車や徒歩だと厳しいので助かっています。歳をとって車に乗れなくなってから、よりありがたみを感じます。販売員の人、よく私が買っているものを覚えてくれたり、重いものは家まで運んでくれたり、とても親切。安心して買い物ができます。



自分らしい関わり方で 地域とつながる 一步を



市では、地域活動への参加を応援するため相談窓口を設けています。「興味はあるけど、どうしたらいいの?」という人も、まずは気軽に相談してください。はじめのきっかけをお手伝いします。

地域の絆が深まり
暮らしやすいまちを目指して
できることから始めてみませんか?



▲地域づくりコーディネーターのみなさん

あなたの住まいの 自治会を調べる

市地図情報サイトから
自治会名を確認できます

市地図情報サイト
はこちら▶



自治会長の連絡先が 知りたい

近隣の人に確認できないときは、専用フォームより問い合わせてください。後日、地域づくり推進課より自治会長の連絡先を伝えます

専用フォームは
こちら▶



参議院議員通常選挙・奈良市長選挙・奈良市議会議員選挙のお知らせ



選挙について

投票日 7月20日(日) 午前7時～午後8時

大切な一票を無駄にすることなく、みなさんそろって投票しましょう。

※以下の日程は、投票日が7月20日(日)の場合です。国会会期の延長等により投票日が変動する場合があります

投票できる人

平成19年7月21日以前に生まれた日本国民で、今年4月12日以前から引き続き奈良市の住民基本台帳に登録され、居住している人

※奈良市長・市議会議員選挙は、市外への転出者は投票不可

●今年6月10日以後に市内転居の届出をした人は、転居前の住所の投票所で投票してください

●今年4月13日以後に市へ転入の届出をした人は、前の住所地で選挙人名簿の登録の有無を確認し、前の住所地の投票所で投票してください(参議院議員選挙のみ投票可)

※くわしくは前の住所地の市区町村選挙管理委員会へ問合せ要

投票方法

投票日の午前7時～午後8時に、所定の投票所へ自身の選挙通知書を持参してください。投票所は選挙通知書に記載しています。

選挙通知書※転出者には個別郵送

世帯ごとに封書で送付します。投票時は必ず本人が持参してください。くわしくは、しみんだより6月号の6ページに掲載しています。

期日前投票

投票日に仕事や用事がある等で、投票所に行くことができない人のために、期日前投票を行っています。選挙通知書が届いた場合は、裏面の宣誓書に記入し、期日前投票所に本人が持参してください。まだ届いていない等、選挙通知書がない場合は、宣誓書の用紙を用意しています。

※投票場所により期間・時間が異なるので、注意してください。

いずれも期間の後半は大変混雑します

※できるだけ公共交通機関を利用してください

とき	ところ
7月4日(金)～19日(土) 午前8時半～午後8時	市庁舎中央棟1階 正面玄関ホール 西部公民館 西部会館5階 (学園南三丁目)
7月14日(月)～19日(土) 午前8時半～午後8時	北福祉センター 北部会館2階 (右京一丁目) 都祁行政センター1階 (都祁白石町)
7月14日(月)～19日(土) 午前9時～午後8時	県経済倶楽部ビル3階 (東向中町)
7月14日(月)～19日(土) 午前10時～午後8時	ならファミリー1階 らくだ広場 (西大寺東町二丁目)
7月15日(火)～19日(土) 午前8時半～午後8時	月ヶ瀬行政センター1階 (月ヶ瀬尾山)

不在者投票

●選挙期間中に奈良市にいない人は、滞在地での不在者投票ができます。「不在者投票用紙等交付請求書兼宣誓書※」に必要事項を記入の上、奈良市選挙管理委員会事務局に送付か持参してください。また、マイナンバーカードや読み取り対応のスマートフォン等を持っている人は、オンラインでの請求もできます。不在者投票ができる期間・場所は、滞在先の市区町村選挙管理委員会に確認してください。

※市ホームページからダウンロード可

●不在者投票指定施設に指定された病院や老人ホーム等に入院・入所している人は、その施設で不在者投票ができます。施設の職員に申し出てください。

●身体障害者手帳を持っていて、法に定める障害名・等級に該当する人、介護保険の被保険者証の要介護状態の区分が「5」の人は、「郵便等投票証明書」の交付を受けることで、自宅等で投票ができます。請求には期限があるので、早めに手続きしてください。

在外投票

在外選挙人名簿に登録されている人で、一時帰国した場合や、帰国直後で国内の選挙人名簿に登録されるまでの間は、参議院議員選挙のみ投票することができます。くわしくは同事務局に問合せしてください。

代理投票・点字投票

「誰かの代わりに投票に行く」ことはありません。自分で字を書くことのできない人には、投票所の係員が代筆します。また、目の不自由な人で点字投票を希望する場合は、投票所で申し出てください。

選挙公報

参議院議員選挙の選挙公報は、市長・市議会議員選挙分とともに、投票日の2日前までに各世帯に配布します。届かない場合は、同事務局へ連絡してください。

開票

【とき】7月20日(日)午後9時半(予定)

【ところ】ロートアリーナ奈良 中央体育館
(法蓮佐保山四丁目)

※開票結果は市ホームページに掲載

選挙について
くわしくは
こちら▶



【問合せ】同事務局 (☎ 0742-34-3501)

風水害に 備えて



発達した積乱雲に注意

竜巻・落雷は、台風・寒冷前線・低気圧等で発達した積乱雲に伴い、発生します。次のような兆候があります。

- ・黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる
- ・雷の音が聞こえる
- ・急に冷たい風が吹く
- ・大粒の雨やひょうが降りだす



落雷対策

雷は、積乱雲の位置次第で、海面・平野・山岳等、場所を選ばずに落ちます。また、周囲より高い場所に落ちやすいという特徴もあります。

< 避難のポイント >

- ・雷鳴が聞こえたら、すぐに建物や自動車の中に入る
- ・建物等がない場合は、電柱や木から4m以上離れて身を低くする
- ・傘やゴルフクラブ等の金属製品は持たない

日頃からできる風水害への備え

- ・下水や側溝・排水口を掃除し、水はけを良くする
- ・ゴミ箱や鉢植え等は、風に飛ばされないように固定する
- ・停電に備えて、懐中電灯を手元に置いておく
- ・水や常温保存できる食料品を備える



< 避難のポイント >

- ・集中豪雨で河川や用水路があふれる可能性があるため、絶対に近づかない
- ・流水や冠水の中で歩ける水深は、膝下ぐらいまで。それ以上の水深の場合、建物の2階等、少しでも高く安全な場所に避難する



台風や豪雨は、正確な気象情報の収集や事前の備えで、被害を最小限に抑えられます。自身や周りの人の命を守るため、日頃から自宅周辺の点検や非常用品を準備する等、災害に備えましょう。

【問合せ】危機管理課（☎ 0742-34-4930）

マイ・タイムライン（防災行動計画）の検討

大雨や台風等の接近時に余裕をもって安全に避難するため、自身がとる避難行動をあらかじめ決めておくものです。家族構成や生活環境にあった行動をこの機会に見直してみてください。



防災情報収集に役立つツール

市や民間企業では随時、防災関連情報を発信しています。日頃から情報収集し、災害時に役立ててください。

防災スピーカー

災害発生時等は、市内72か所に設置している防災スピーカーで災害・避難情報を放送します。以下から内容を確認できます。

市防災スピーカー確認ダイヤル

0120-090-163



◀市防災スピーカーの放送内容はこちら

防災情報メール

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（登録要）。下の二次元コードから空メールの送信で登録できます。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・停電情報をプッシュ通知で受信できるアプリです。ぜひ活用してください。



◀くわしくはこちら



子ども会議 参加者募集

子どもが市に自由に意見を伝えられる「子ども会議」を今年も開催します。今回のテーマは「みんなの防災」。いざという時に自分たちができることを、みんなで楽しく考えてみましょう。

【と き】 7月25日(金)・29日(火)、8月1日(金)・5日(火)・8日(金)

【ところ】 市庁舎中央棟地下1階会議室

※ 7月29日(火)のみ大宮小学校(車送迎不可)

【定 員】 小学5年生～高校3年生 30人

【申 込】 専用フォームから7月10日までに申込。多い場合は抽選。くわしくは市ホームページに掲載



【問合せ】 子ども政策課 (☎ 0742-34-4792)

くわしくはこちら▲

こどもお仕事体験

市フードバンクセンターを見学し、寄附された食品の活用方法を学びます。この機会に、みんなでSDGsについて考えてみませんか。

【と き】 8月9日(土) 午前10時～正午

【ところ】 市フードバンクセンター(佐紀町)

【定 員】 小学生10組程度(保護者同伴要)

【申 込】 申込フォーム、電話かEメールに氏名、電話番号、子どもの参加人数を書いて、7月31日までにフードバンク奈良(☎ 0742-81-3666 Eメール: narashi.foodbank@gmail.com)へ

【問合せ】 子ども育成課 (☎ 0742-34-4804)



くわしくはこちら▶

環境審議会 委員募集

環境基本計画に関する重要事項の調査・審議を行う委員を募集します。年2・3回程度、会議への参加が必要です。

【定員】

市に1年以上継続して在住・通勤・通学している、応募時に18～75歳未満の人1人

※現在、市の他の附属機関の委員や公務員(会計年度任用職員は除く)、同審議会委員として通算10年を超えて活動している人は除く

【任期】

令和7年10月1日～令和9年9月30日

【問合せ】 同課 (☎ 0742-34-4591)

【申込】 FAXかEメールで、環境政策課、各出張所・

行政センターに設置の必要書類と作文を、7月1日～31日必着で同課(〒630-8580 二条大路南一丁目1番1号 FAX 0742-36-5466 Eメール: kankyoseisaku@city.nara.lg.jp)へ。持参・送付可。くわしくは市ホームページに掲載

【審査方法】 書類審査・面接審査



くわしくはこちら▶

／65歳以上の人へ／

補聴器購入費用の一部を補助します

加齢により耳の聞こえにくさを感じ、日常生活に不安を感じている人に対して、4月1日以降に購入した補聴器購入費用の一部を補助します。



【問合せ】長寿福祉課（☎ 0742-34-5439）

【対象】以下の全てに該当する人

- ① 市内に住所がある 65 歳以上で、市民税非課税世帯か被保護世帯
- ② 聴覚障害による身体障害者手帳の交付を受けていない
- ③ 耳鼻咽喉科の医師の診断を受け、難聴による補聴器の使用が必要であると診断された
- ④ 過去に補聴器購入の補助を受けたことがない

【補助内容】

管理医療機器として認定された補聴器本体に対し、25,000 円を上限に補助。1 人 1 回限り。

- ※ 左右いずれかの補聴器 1 台分のみ対象（付属品、集音器、メンテナンス費用等は対象外）
- ※ 診察料、検査料、文書料等は自己負担

【申請方法】

同課に備え付けの申請書に必要事項を記入し、医療機関で発行される診療情報提供書、補聴器店の見積書を添えて、同課へ事前申請。申請後、審査を経て補聴器を購入し、同課へ補助金申請。

- ※ 購入済の場合は、見積書の代わりに領収書（コピー可）を提出



国民健康保険、後期高齢者医療制度（75歳以上）について

国民健康保険

■資格確認書、資格情報のお知らせの送付

従来の保険証の発行終了に伴い、マイナ保険証の未所持者に「資格確認書」を簡易書留で、所持者に「資格情報のお知らせ」を普通郵便で、7月下旬に送付します。必ず確認してください。



くわしくは
こちら



■期限内納付・給付のため、口座振替・登録を利用してください

- ① 保険料の納付の口座振替
- ② 高額療養費支給口座の登録

持物

保険証・資格確認書・マイナンバーカードのいずれか、①はキャッシュカード（暗証番号の入力要）、②は世帯主の口座が分かるもの

申請場所

国保年金課、各出張所・行政センター

- ※ 電子申請も可
- ※ ①の登録申込書は市内の銀行・郵便局に備え付け



くわしくはこちら▶

■限度額適用認定証の更新

現在の認定証は7月末で期限が切れるため、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。

- ※ 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

持物

保険証・資格確認書・マイナンバーカードのいずれか、転入者は課税・非課税証明書

申請場所

国保年金課、各出張所・行政センター

- ※ 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

【問合せ】国保年金課：限度額適用認定証の更新、高額療養費支給口座の登録について（☎ 0742-34-4736）、資格・納付について（☎ 0742-34-4991）

後期高齢者医療制度

■限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証の廃止

これまでの限度額適用認定証等は廃止され、資格確認書に限度区分を記載しています。

■資格確認書を全員に送付します

マイナ保険証の有無に関わらず、これまでの保険証に代わる「資格確認書」を特定記録郵便で7月中に送付します。資格確認書でこれまで通り医療機関等を受診できます。

【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。

区域	燃やせる	燃やせない
A・F	月・木曜日	9日・23日の水曜日
B・E	の地域	
C・H	火・金曜日	2日・16日の水曜日
D・G	の地域	30日の水曜日

◆7月の収集日・区域

◆集積所の蜂の巣の駆除
利用者・作業員ともに危険です。集積所の管理者が利用で駆除してください

◆生ごみは水けをよく切りましょう
収集作業中に汚水が飛散するので、注意してください

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

市民のうごき

6月1日現在、()内は前月比

【総人口】346,099人 (▲238人)
男性：161,447人 (▲128人)
女性：184,652人 (▲110人)
【世帯数】169,390世帯 (▲2世帯)

総合福祉センター(体育館含む)、はり・きゅう治療所の休館日変更
10月から休館日に火曜日



申込はこちら

市・県民税、森林環境税(第2期分)の納期
納期：8月15日(金)～9月1日(月)※納税は口座振替(金融機関の窓口で納期限の1か月前、ゆうちょ銀行は40日前までに手続き要)の他、スマートフォンアプリ等の納付が便利です 国納税課(☎34・4727)

子育て

※7月21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
国収集課(☎71・3012)、市清美公社(☎33・8782)、同共同企業体(☎63・2552)

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

糖尿病相談窓口

とき：7月14日(月)・28日(月)、8月4日(月) ▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼内容：管理栄養士等による相談と生活指導(医師の診察はなし) ▼対象：血糖値が高め、肥満で糖尿病が心配な人等 ▼持物：あれば健診結果 申電話：健康増進課(☎34・5129)



申込はこちら

臨床心理士によるこころの健康相談(予約要)

とき：7月14日(月)・28日(月)、8月4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：保健予防課(☎93・839)

が追加されます 国障がい福祉課(☎34・4593)

へ。専用の申込フォームからも可

ごみ減量コラム vol.69

土が巡る、新たな循環のカタチ
あなたの園芸用土、生まれ変わります

日差しが心地よく、草花の緑が目鮮やかな季節。ガーデニングや家庭菜園に精を出す人も多いのではないのでしょうか。しかし、園芸を楽しむ中で直面するのが「使用後の園芸用土」の処理方法。園芸用土は一般家庭ごみとして市の収集には出せません。

そこで、カインズ奈良二名店(二名三丁目)では、6月28日(土)から、家庭で不要になった園芸用土の無料回収を開始。回収後は「循環型園芸用土」として、再び販売されます。園芸から生まれる土が、再び豊かな緑を育む未来へ。この新しい循環のカタチに、あなたも参加してみませんか？

令和7年度の可燃ごみ総搬入量(5月末時点)：
12,135.4トン
〈前年度同月比：-5.4%〉
さらなるごみ減量へ、協力をお願いします。

国回収条件等について：カインズ奈良二名店(☎53-0333)、その他について：廃棄物対策課(☎71-3001)

健康講座「60歳からはじめる血管の若返り術」

とき：7月23日(水)午後2時～3時25分 ▼ところ：市医師会館(柏木町)講師：市職員の保健師その他：WEB配信も予定 国市総合医療検査センター(☎33・7876)

7)へ※8月実施分は7月28日から受付開始

くわしくはこちら



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

サマースクール2025「君もレントゲン博士だ！」

とき：8月3日(日)午前9時～午後4時 ▼ところ：市立奈良病院（東紀寺町一丁目）※マスク着用要 ▼内容：最先端の治療機器を見学し、仕組みを学ぶ ▼対象：中学生とその保護者 12組 申込フォームから7月13日までに申込。多い場合は抽選



集団リハビリ教室（追加募集）

とき：8月～来年3月末までの水・木曜日 午後2時～3時45分（1時受付・体調確認）32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 申込はがき、FAXに、教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて

て、7月10日までに同センター（〒630-8031 柏木町519-5）FAX 33・5800へ。多い場合は抽選 同センター（☎33・7876）

健康あつぽ講座 目指せ！健康雑学王！（初級編）

とき：7月15日(火)午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター3階 ▼内容：生活習慣に関するクイズと解説 ▼持物：水分補給できるもの、動きやすい服装 同健康増進課（☎34・5129）

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27ページに掲載しています ◆啓発展示 とき：6月30日(月)～7月4日(金) ▼ところ：市庁舎1階連絡通路 同健康増進課（☎34・5129）



蚊に刺されておこる感染症に注意

大阪・関西万博により人との交流や外国人旅行者が増えており、特に注意が必要で、草むら等では肌の露出を避け、虫除け剤を使用しましょう 同保健予防課（☎93・8397）

子育て

予防接種のお知らせ

◆日本脳炎予防接種開始（令和4年7月生まれ）
 ◆予防接種予診票綴りを6月下旬に発送（令和7年5月生まれ）
 同健康増進課（☎34・5129）



スマイルキッズまつり

とき：7月27日(日)午前10時～午後1時 ▼ところ：はぐくみセンター1階 ▼

乳幼児の検診

内容：歌・マジックのステージ、体験型ブース等 ▼対象：プレママ、乳幼児、小学生とその家族 同ボランティアインフォメーションセンター（☎93・8435）

健診名（対象）	とき	ところ
4か月児健診（令和7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6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5年12月生まれ）	8月7日(木)・21日(木)・28日(木)	中央保健センター（はぐくみセンター2階）
3歳6か月児健診（令和4年1月生まれ）	8月5日(火)・19日(火)・26日(火)	

持物：問診票、母子健康手帳※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 同課（☎34・1978）

配偶者と一緒にいると不安、緊張してつらい…
 そう感じるのは、DVかもしれません。
 1人で悩まず、まずは相談してください。

市配偶者暴力相談支援センター

☎ 93-3150
 （市DV相談ダイヤル）

【受付】月～土曜日の午前10時～正午、午後1時～4時
 ※祝日を除く。緊急時は警察へ

0～3歳の
 子どもと
 保護者
 向け



知っていますか？

子育て広場・スポット

子どもを遊ばせながら情報交換したり、遊び・子育てに関する講習が受けられます。
 気軽に利用してください。

同子ども育成課（☎34-4804）



子育て
 スポット

子育て
 広場▶



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。

妊娠婦・乳幼児のための
教室・歯科健診

◆1歳0か月児歯びか教室
(むし歯予防)

とき：7月15日(火)午前10
時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼内容

：生え始めた歯の手入れの
話、実習 ▼定員：令和6
年7月生まれの子(第1子)
と保護者24組※令和6年4
～6月生まれも可 ▼持物
：母子健康手帳、使用中の
歯ブラシか口ふきガー
ゼ 締7月11日

◆5か月児はぐくみ教室(離
乳食)

とき：7月16日(水)午前10
時～11時 ▼ところ：はぐくみセンター2階 ▼内容

：栄養士による離乳食の
話、保健師による子育ての
話 ▼定員：令和7年2月
生まれの子(第1子)と保
護者40組 ▼持物：母子健
康手帳、4か月児健診の問
診票に同封の離乳食リーフ
レット等 締7月11日

◆令和5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18日(金)午前9
時半～10時・10時半(各30

分) ▼ところ：はぐくみセ
ンター2階 ▼定員：各25

人 ▼持物：母子健康手
帳、毛先が広がっていない
歯ブラシ、タオル 締7月
15日

◆マタニティー歯つぴい
チエツク

とき：7月24日(木)午前9
時半～11時半 ▼ところ：

はぐくみセンター2階 ▼
内容：歯科健診、歯みがき
指導、フッ化物塗布(希望
者のみ) ▼定員：開催日
におおむね妊娠16週～32週未
満の人28人 ▼持物：母子
健康手帳、タオル 締7月
17日

◆パパママサロン

とき：8月8日(金)午前9
時45分～11時45分 ▼ところ

：はぐくみセンター2
階 ▼内容：助産師・保健
師による赤ちゃんや育児に
ついての話、沐浴実習 ▼
定員：開催日に妊娠22週～
32週未満の初妊婦とその
パートナー16組(妊婦のみ
の参加可) ▼持物：母子健
康手帳 締8月1日

◆40歳からのママ育サロン

とき：8月29日(金)午前10
時～11時半 ▼ところ：は
ぐくみセンター2階 ▼内

奈良市部活動地域移行(展開)
シンポジウムを
開催します

子どもたちのスポーツ・文化芸術活動の「新しいあり方」の方向性について、意見を募集します。
興味のある人は、ぜひ参加してみてください。

【とき】7月27日(日) 午後1時～4時

【ところ】はぐくみセンター 9階大講座室

【登壇】立命館大学産業社会学部現代社会学科
教授の中西純司さん 他

【定員】以下に該当する人 150人

- ・保護者 ・教員等の学校関係者
- ・スポーツクラブ等の関係者
- ・部活動の地域移行に関心のある人 等

申 専用フォームか、FAX、Eメールに住所、氏名、
年齢、電話番号、Eメールアドレス、参加人数を
書いて、7月18日までに学校教育課へ。1通に
2人まで。多い場合は抽選し、当選者のみ通知

申込は 配信は
こちら オンライン 配信も開催
こちら

問 同課 (☎ 34-4763 FAX 34-4597

Eメール：gakkoukyouiku@city.nara.lg.jp)

里親制度説明会(里セツ)

とき：7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

容：健康運動指導士による
親子運動、母親同士の交
流、個別相談等 ▼定員：
40歳以上の初妊産婦で、妊
婦は開催日に妊娠32週未
満、産婦は子どもが1歳未
満の人15組 ▼持物：母子
健康手帳、赤ちゃんに必要
な物 締8月22日

申 電話で各締切日までに母子
保健課(☎ 34・1978)へ

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

申込はこちら▼



預かり保育・認可外保育
施設等利用費の請求手続
き(令和7年4～6月分)

申請期間：7月22日(火)～
31日(木)※令和7年3月以前

くわしくはこちら▼



の利用分も併せて申請可(請
求権は2年間) 申 子ども給
付課まで送付か持参※私立
幼稚園・認定こども園の利
用は園へ提出可能の場合あ
り。くわしくは各園へ 問
同課(☎ 34・5086)

生活

健康

子育て

シニア

しごと

募集

催し

スポーツ

文化情報

国・県・団体

生涯学習

がん検診（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の人は無料。申込時に申出要

申込受付期間：
7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
8/12(火)	9:45～10:45	西部図書館	20人
8/13(水)	9:15～10:15	北福祉センター	26人
8/14(木)	9:15～10:15	富雄南公民館	27人
8/15(金) 8/18(月) 8/20(水) 8/26(火) 8/29(金)	9:00～10:00	はぐくみセンター	各30人
8/19(火)	9:30～10:30	登美ヶ丘公民館	26人
8/21(木)	9:15～10:15	コープおしくま	27人
8/25(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
8/27(水)	9:15～10:15	富雄公民館	27人

肺がん検診

とき・受付時間		ところ	定員
8/12(火)	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
（当日バリウムを飲みます）

肺がん検診：胸部エックス線検査
（結核の判定も含みます）

【費用】 1,500 円（胃のみ 1,000 円、肺のみ 500 円）
※肺がん検診の問診の結果、喀痰検査実施の場合は 600 円の加算（別途送付費用が必要な場合あり）

【対象】 受診日当日、市に住民登録のある 40 歳以上の人。ただし、妊娠中、胃・肺・腸等の病気で現在治療中か過去 5 年以内に手術を受けた人、バリウムによる過敏症や誤えんをしたことがある人（肺がん検診は可）、前年度・今年度に市の胃がん内視鏡検診を受診した人（肺がん検診は可）、今年度に市の肺がん低線量 CT 検診を受診した人（胃がん検診は可）は対象外

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

☎健康増進課（☎ 34-5129）



くわしくは
こちら

ファミリー・サポート・センター

◆説明会
とき：① 7月15日(火) ② 8月2日(土) 午前10時～11時
▼ところ：はぐくみセンター 2 階 ▼対象：依頼会員への登録希望者 ▼持物：顔写真（縦 3 cm×横 2.5 cm）2 枚、身分証明書 ③ ① 7月14日 ② 31日

◆スキルアップ講座
とき：7月25日(金) 午前10時～11時半 ▼ところ：はぐくみセンター 8 階 ▼内容：歯科衛生士による歯の

健康の話 ▼対象：援助・両方会員とその登録希望者 ▼持物：筆記用具 ③ 7月22日

◆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

ひとり親家庭等医療費支給資格証の手続き

◆未申請の対象者は新規申請を
対象：ひとり親家庭かそれに準ずる家庭で市内に住する 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をくわしくは市ホームページに掲載

◆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	ところ
7月11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29日(火) 午前10時～11時半	興東公民館（大柳生町）

・巡回相談（保健師）
とき：平日の午前9時～午後5時
・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
・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
・母子保健課（☎ 34・1978）



◆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
☎同相談室（☎ 0743・92・0480）

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。

不登校生徒のための定時制通信制高校個別相談会

とき：8月2日(土)午後0時半～4時 ▼ところ：はぐくみセンター8階 ▼内容：県内外の定時制や通信制高校の約19校が出席 専用申込フォームから8月1日午後5時までに申込 大阪朝日広告社(☎06・6867・9407)

くわしくはこちら▼



シニア

後期高齢者医療保険料の納期(第1期)は7月15日(火)31日(木)です

岡福祉医療課(☎34・4754)

結核住民検診(胸部レントゲン検査)

とき：7月19日(土)午前10時 ▼ところ：市総合医療検査センター(柏木町) ※マスク着用要 ▼定員：65歳以上の15人 申電話で

7月1日～18日に保健予防課(☎93・8397)へ

成人用肺炎球菌予防接種(昭和35年6月生まれ)

接種期限：66歳の誕生日の前日まで ▼持物：健康保険証等 ▼費用：3千円 ※生活保護受給世帯等は、接種当日に受給証明書を持参すれば免除。助成は1度限り 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1702-1
☎24・3151 FAX 27・9028

◆栄養講座「認知症予防」

20P長 とき：7月25日(金)午後1時半～3時 ▼講師：健腸アドバイザーの藪字輝さん ▼定員：60歳以上の60人 申7月18日までに電話か直接同センターへ

西福祉センター

〒631・0024 百葉園二丁目9-13
☎41・3151 FAX 41・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：7月11日(金)午後1時半～3時 ▼定員：60歳以上の人とその家族5組 締7月10日

②楽しくストレッチ 50P長

とき：7月17日(木)午前10時～11時 ▼内容：ストレッチ、脳トレ、軽い体幹トレーニング等 ▼講師：健康運動指導士の保田裕也さん ▼定員：60歳以上の80人 締7月11日

③栄養健康講座「ストレスと睡眠」 20P長

とき：7月18日(金)午後1時半～2時半 ▼講師：健康管理士の樋口善輝さん ▼定員：60歳以上の70人 締7月11日

④楽しく学ぼう！スマホ講座

とき：7月30日(水)、8月6日(水)・20日(水)、9月3日(水)午後1時半～3時半(全4回) ▼内容：ソフトバンクスマホアドバイザーによるLINEやスマホ決済等の中級者向け講座 ※貸出しのスマートフォンを使

用 ▼定員：60歳以上の20人 締7月16日 申各締切日までに電話か直接同センターへ。②③④多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

南福祉センター

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

◆暮らしの相談会

とき：7月29日(火)午後2時～3時 ▼内容：介護保険サービスや成年後見制度、遺言・相続に関する相談等 ▼対象：60歳以上の人とその家族、子育て世帯 申当日までに電話か直接同センターへ

催し

応急手当定期講習

①成人への手当180分(普Ⅰ) 午前9時～ 午前9時～ 7月26日(土)、8月9日(土)・16日(土)・24日(日)・26日(火) 午後1時半～ 8月1日(金)・10日(日)・17日(日)・28日(木)

②乳幼児への手当180分(普Ⅲ)

午前9時～ 7月21日(祝)、8月1日(金)・10日(日)・17日(日)・20日(水)・28日(木) 午後1時半～ 7月26日(土)、8月9日(土)・11日(祝)・16日(土)・26日(火)

③救命入門コース90分

午前9時～ 8月11日(祝) 午後1時半～ 7月21日(祝)、8月24日(日)

④上級救命講習8時間

午前9時～ 7月23日(水)

⑤普及員新規講習(3日間)

午前9時～ 8月6日(水)～8日(金)

ところ：消防局第2庁舎(八条五丁目) ▼定員：中学生以上各20人程度。③は小学校高学年も可 申開催日の10日前までに専用の申込フォームから申込 岡消防局救急課(☎35・1106)

くわしくはこちら▼



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

認知症サポーター養成講座

とき：7月22日(火)午後1時半～3時
▼ところ：市庁舎北棟6階
☎ 電話かEメール (orange@city.nara.nara.jp) に住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、7月18日までに長寿福祉課へ 同課 ☎ 34・4598

「ジェンダーギャップを考えるカルタ」で学んでみよう

とき：7月19日(土)午前10時半～正午
▼ところ：男女共同参画センター「あすなら」(杉ヶ町)
▼講師：帝塚山大学法学部教授の末吉洋文さん
▼定員：中学生以上30人。在学も可
☎ 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、7月10日までに同センター(〒630・8357杉ヶ町23)へ。1枚に1人限り。多い場合は抽選。専用の申込フォームからも可
同センター ☎ 23・3111



くわしくはこちら↓

専門職（弁護士・司法書士）相談

とき：7月～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
▼ところ：市庁舎中央棟2階
▼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
☎ 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 FAX 34・4514へ

史料保存館

〒630・8337 陽戸町1-1
☎ 27・0169 (月曜日休館)

企画展示 昭和100年記念 史料と写真でみる奈良市の昭和

とき：7月8日(火)～8月31日(日)※展示解説：7月26日(土)、8月15日(金)午後1時半(約30分)
▼内容：市の昭和の主な出来事の史料や写真の展示
◆タイムトラベル奈良町 史料と写真でみる奈良市の昭和
とき：7月19日(土)午後2時～4時※展示解説：午後2時(約30分)
▼ところ：奈良町

にぎわいの家（中新屋町）

◆特別陳列 ならまち歳時記 奈良奉行と万燈籠

とき：7月29日(火)～8月24日(日)※展示解説：8月9日(土)午前11時(約30分)
▼内容：奈良町の人々が奈良奉行本田淡路守繁親に奉納した燈籠の紹介

◆館蔵史料特別公開 戦時下の奈良町

とき：7月29日(火)～8月24日(日)※展示解説：8月9日(土)午前11時(約30分)

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19日(土)午後2時～3時半
▼ところ：はぐくみセンター1階
▼定員：20人。在勤・在学も可
☎ 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12日午後5時までに同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡

総合福祉センター

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

◆アミーゴ・コース

とき：練習：8月2日(土)・23日(土)、9月6日(土)・20日(土)、10月25日(土)、11月22日(土)午後1時45分～3時半、10月4日(土)午前10時半～午後0時15分、本番：11月2日(日)・29日(土)
▼講師：声楽家の飯田善広さん
▼定員：中学生以上50人。在勤・在学も可
☎ 電話で7月28日までに同センターへ。直接来館も可。定員に達し次第終了

インターカレッジフォーラム2025 in 奈良きたまち



昨年度の実施風景

近鉄奈良駅の北に広がる「きたまち」。7つの大学の学生が独自の視点で調査を行い、地域課題に取り組んだ成果を発表します。

【とき】8月8日(金)午後1時～5時
【ところ】ならまちセンター市民ホール(東寺林町)

【定員】200人(空席があれば当日参加可)
☎ 専用の申込フォームか、FAXに参加人数、聴講者全員の氏名、電話番号を書いて、奈良町にぎわい室へ

申込はこちら▶



同室 ☎ FAX 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。

なら工芸館

〒630-8346 阿字万字町1-1
☎ 0742-00033

◆夏休み子ども工芸教室

①木工「木の宝箱をつくる」
とき：7月27日(日)午前10時半・午後1時半(各90分)
▼講師：木工作家の今池七重さん ▼定員：各8人 ▼費用：2500円

②陶芸「お茶碗の絵付け体験」
とき：8月2日(土)午前10時半・午後2時(各90分)
▼講師：赤膚焼陶芸家の大塩正史さん ▼定員：各20人 ▼費用：2500円※作品受け渡しは8月下旬

③Eメール (website: admin@nara-kogekan.city.nara.nara.jp) に教室名、希望時間帯、子どもの氏名(ふりがな)・学年・年齢、保護者氏名、住所、電話番号、Eメールアドレスを書いて、7月14日必着で同館へ。兄弟は連名可。小学3年生までは保護者同伴要。1通に1人限り。多い場合は抽選

◆企画展「なら すみ きたでぎるまじ」
とき：7月24日(木)～10月

中頃 ▼内容：奈良墨の歴史や工程、道具、職人等を紹介する展示

くわしくはこちら↓



奈良町にぎわいの家

〒630-8333 中新屋町5
☎ 0742-1917

①伝えたい奈良墨の魅力展(蔵展示)
とき：7月5日(土)～17日(休)午前9時～午後5時
▼内容：書家の土橋華さん他による奈良墨の紹介

②親子かまど体験(カレー作り)
とき：7月25日(金)午前10時～午後1時 ▼講師：同館職員 ▼定員：10人 ▼費用：700円 ▼持物：エプロン、お茶、タオル

③夏休み子ども企画 床の間に飾って味わおう
とき：色紙作り…8月2日(土)、お茶会…3日(日)午前10時～正午 ▼内容：床の間に飾る作品を作り、ミニ茶会で披露 ▼講師：美術指導者の細

露

奈良ひとまち大学

https://nhmu.jp

【第534回】 はじめてのアナログレコード～聴いてみよう、感じてみよう～

【とき】 7月26日(土)午後2時～4時
【ところ】 日+月+星(多門町)
【定員】 10人

【第535回】 世界に誇る奈良のバー文化～「Cocktail Good History」の流儀～

【とき】 8月3日(日)午後0時半～2時半
【ところ】 Cocktail Good History(小西町)
【定員】 20歳以上の人15人
【費用】 2,000円

④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

⑤「奈良ひとまち大学」事務局(市生涯学習財団内) 〒630-8357 杉ヶ町23 ☎ 26-5600

くろかみやま自然塾

〒630-8106 佐保台西町1-39

◆いいところ再発見 黒髪山 キャンプフィールド
とき：8月17日(日)午前10時～午後3時 ▼ところ：同フィールド(奈良阪町) ▼定員：小学生以上40人 ▼費用：1500円

⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

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
☎ 0742-0029

①森のムツレ教室②ストロバレー③フリールフサレ
とき：8月17日(日)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止 ▼定員：①0歳～

②1～3年生25人③小学4～6年生15人 ④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

**勤労者総合福祉センター
 (サン・アクティブ奈良)**
 〒 630-8106 佐保山西町 1-15
 ☎ 71-2444

パソコン中級教室

①ワード②エクセル

とき：①8月9日～9月13日の毎週土曜日②8月10日～9月14日の毎週日曜日 午前10時～正午。各6回 ▼内容：①段落書式、作表、グラフィックス等②書式設定、関数、ピボットテーブル等 ▼定員：各13人。在勤も可 ▼費用：各8500円

社交ダンスレッスン

とき：8月17日(日)・31日(日)、9月7日(日)・14日(日)・28日(日)、10月5日(日)・13日(日)、11月2日(日)・9日(日)・23日(日)午後1時15分～2時45分。10回 ▼定員：経験者15人。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：1万5500円 ※年度内継続受講可

社交ダンスフリー

とき：8月9日・23日・30日、9月13日・20日、10月11日・25日、11月1日・15日・29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：ダンスシューズ。室内用スニーカーも可 ▼費用：7500円 ※年度内継続受講可

申往復はがき、Eメール (yoku@wellby-nara.or.jp)

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

くわしくはこちら▶



ならまち格子の家

〒630-8332 元興寺町44
 ☎ 23-4820

◆マイフォト短歌

とき：7月20日(日)午前10時～正午 ▼内容：格子の家で撮影した写真に歌をつけ、後日展示をする ▼講師：写真家の河村牧子さん 他 ▼定員：10人 ▼持物：スマートフォン、筆記用具 申電話かEメール (yainote@gmail.com) に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数を書いて、7月13日必着で同館へ

◆折り紙で鹿を折ろう

とき：7月21日(祝)午後1時半～3時半 ▼講師：同館職員 書に触れる～みんなの作品道場(展示)

とき：7月5日(土)～17日(木) 午前9時～午後5時 ▼内容：書家の山口彩苑さんによる書の展示

奈良町からくりおもちゃ館

〒630-8338 陰陽町7
 ☎ 26-5656

◆「のぼり人形」を作ろう

とき：7月26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要 ▼費用：7000円 申専用の申込フォームか往復はがきに、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通につき2人まで。多い場合は抽選

くわしくはこちら▶



スポーツ

奈良クラブホームゲーム

とき・対戦相手：7月26日(土)午後6時・ツエーゲン金沢 ▼ところ：ロートフィールド奈良(法蓮佐保)



山四丁目) ▼チケット：同クラブ公式ホームページに掲載 同同クラブ(☎93・3815 火・金曜日の午前9時～午後6時)

手話
 コラム
 vol.68

**手話は言語です
 ～「スポーツ」編～**

手話は耳の不自由な人にとって大切なことばです。市は、手話を使って安心して暮らせるまちを目指しています。

ろう者の国際スポーツ大会「デフリンピック」での、これまでの日本の選手の活躍を知っていますか。ブラジルでの開催となった前回大会では、過去最高となる30個のメダルを獲得しました。そして11月15日には、日本で初となる東京大会が開催されます。日本の選手のさらなる活躍に期待し、ぜひ応援してください。

覚えてみよう! 「予選」

①



手首で折り曲げた右手拳を鼻先で振る

②



斜めにした両手人差し指を触れ合わせて交互に前後させる

出典：全日本ろうあ連盟「使える! スポーツ手話ハンドブック」

同連盟ホームページはこちら▶



図障がい福祉課(☎34-4593 FAX 34-5080)

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

青山プールが7月19日(土)にオープンします

とき：7月19日(土)～8月31日(日)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		
小人	大人	小人	大人	
120 円	240 円	150 円	300 円	午前
160 円	320 円	200 円	400 円	午後
・ 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が必要)				

▼その他：ロッカー代50 円。小学生以下が利用する場合、は大人(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 同プール(☎26・2996)

土用稽古

とき：7月12日(土)・13日(日)午前6時～7時(5時半受付) ※坐禅・なぎなたは

空調工事のため中止 ▼ところ：剣道・ロート奈良武道場、柔道・ロート奈良第二武道場、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 同市総合財団(ロート奈良第二武道場 ☎27・6163)

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14日(月)、22日(火)、28日(月)、8月4日(月)

入江泰吉記念奈良市写真美術館

〒630・8301 高畑町600-1 ☎22・9811

生誕120年 入江泰吉

自選「奈良大和路春夏秋冬」とき：7月19日(土)～10月19日(日) ▼費用：小・中学生100 円、高校・大学生200 円、一般500 円。毎週土曜日は小・中学生、高校生無料。70歳以上の人、障

害者(手帳要)と介護者は無料



▲入江泰吉「親子鹿」1975 年

音声館

〒630・8335 鳴川町32-1 ☎27・7700

音声館ましかどピアノ

とき：7月12日(土)、8月23日(土)午後2時～4時

レコードは語る!

とき：7月19日(土)、8月16日(土)午後2時～3時 ▼

内容：持参のレコードを聞く

四季うたものがたり vol.2

とき：7月20日(日)午後2時～3時 ▼内容：季節の歌を歌う

音声館エントランス劇場

戦後80年、平和を願ってとき：8月9日(土)午後7時～8時 ▼内容：一人芝居や朗読等 ▼出演：小町座他

犬・猫 サンデー譲渡会を開催します

市では、保護した犬・猫の新しい飼い主を募集中です。愛情をたっぷり注いで最期まで飼える人は、ぜひ参加してください。

※当日譲渡なし。後日迎えに来てください

【とき】7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(受付)

【定員】12 組(1 枠30 分)

☎ 電話で7月11日の午後3 時までに保健衛生課へ

※定員に達し次第終了

同課(☎93-8395)

※かけ間違いに注意



杉岡華邨書道美術館

〒630・8337 脇戸町3 ☎24・4111

江戸の書画―うつすしごと

とき：7月12日(土)～9月28日(日) ▼内容：江戸の能書や文人等の仕事を紹介

作品解説会

とき：7月26日(土)午後2時 ▼講師：同館学芸員

夏休みクイズ 仮名文字

なぞとき隊とき：7月19日(土)～8月31日(日)午前9 時～午後5 時

※ワークショップ・8月2

日(土)・6 日(水)・8 日(金)・11 日(祝) ▼内容：幼児・高校生向けの書道や展示作品のクイズを出題。参加賞あり

◆書道文化講座「開館25 周年記念講演と席上揮毫」

とき：8月3日(日)午前10 時半 ▼講師：館長の高木

厚人さん、日展会員の山本高邨さん、日展会友の秋山

英津子さん

【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

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

ならまちセンター

〒 630-8362 東寺林町 38 ☎ 27・1151
（月曜日休館）

◆エントランスコンサート

「楽つゝ duo live」

とき：7月11日(金)午後1時

▼出演：水谷浩子さん（サククス）、上田麻美さん（ピアノ）

◆カタン（ボードゲーム）クラブ

①第3回奈良子どもカタン

とき：①7月12日(土)午後1時②26日(土)午前11時

▼定員：①10人程度②20組程度

◆声優トークイベント「喫茶しーぷいへようこそ」

第40回奈良店

とき：7月20日(日)正午・午後4時

▼定員：各300人

▼費用：各5500円

◆「飛び出せ！昆虫」コルク画展

とき：7月29日(火)～8月10日(日)午前10時～午後5時

（最終日は午後4時まで）

◆コルク画教室

とき：8月3日(日)午後1時

▼定員：10人

申 電話で同センターへ

◆ならまちdeシネマ「35年目のラブレター」

とき：8月30日(土)午前10時、午後2時

▼定員：300人

▼費用：各千円

北部会館市民文化ホール

〒 631-0805 右京一丁目1-4 ☎ 71・5747

◆夏休み子ども体操教室①

幼児・小学生

とき：8月9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

▼対象：①3～5歳②6～10歳の人

▼費用：700円

◆夏休み子ども切り絵体験教室（ローズウインドウづくり）

とき：8月10日(日)午前10時～11時半

▼講師：Worksの埴田由里子さん

▼定員：小学生と保護者10組

▼費用：1人千円

※保護者も制作参加の場合

は人数分要

申 同館ホームページの申

とき：8月30日(土)午前10時、午後2時

▼定員：300人

▼費用：各千円

▼その他：エントランスでパネル展を開催。西畑保さん登壇イベントあり

申 直接同センターへ。定員に達し次第終了

7月30日は国際フレンドシップ・デーです

この国際デーは、国籍や文化等を超えた友情を育むための記念日として、2011年の国連総会で制定されました。この機会にやさしい日本語を使ってあなたの思いを伝えてみませんか？

●やさしい日本語とは

文法や言葉レベル、文章の長さに配慮し、わかりやすくした日本語のこと。子どもや高齢者、障害のある人、外国人等、さまざまな人に伝わるよう配慮した使い方です。

「はっきり・さいごまで・みじかく」を意識して話してみてください



●アンケートに協力してください

やさしい日本語についてアンケートを実施しています。ぜひ回答してください。



回答フォームはこちら▶



アンケート内で、多文化共生社会の実現に向けて作られた「やさしい日本語ラップ」の動画も紹介しています

問 共生社会推進課 (☎ 34-4733)

込フォームか、往復はがきに教室名（体操教室は○の別）、住所、氏名（ふりがな）、年齢、保護者氏名、電話番号、切り絵教室は保護者制作参加の有無を書いて、7月28日必着で同館へ。窓口の場合は返信はがき持参要。多い場合は抽選

◆新星アーティストの響演

2025 ①器楽②声楽（新人・若手） 出演者募集

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16～39歳の人6組程度

※伴奏者は

年齢対象外も可

▼費用：1人1500円

※伴奏者分要

▼その他：①連弾・アンサンブル②デュエット等を含む。和太鼓、マイク・アンプ要の楽器等は不可。

本番は12月13日

申 7月15日～9月16日に専用の申込フォームから申込。応募時に音源提出、演奏時間の選択要。選考のうえ、10月中旬にEメールで発表

申込はこちら▶



名勝大乗院庭園文化館

〒 630-0801 高畑町1083-1 ☎ 24・0808 FAX 24・0807

◆フォークソングをみんなで歌おう

とき：8月3日(日)午後2時～3時

▼出演：トリッ

プ

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

入江泰吉旧居

〒630-8208 水門町49-2
TEL 27-1689

◆入江泰吉と奈良ゆかりの人々～志賀直哉編～

とき：7月20日(日)午後2時～3時 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 締 7月12日

◆親子で作るピンホールカメラ教室

とき：①7月26日(土)②8月2日(土)午後1時～4時半 ▼内容：手作りのカメラで写真撮影、現像 ▼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 締 ①7月19日②25日



▲手作りのピンホールカメラで撮影

◆入江泰吉旧居の10年を振り返る～ノートの言葉から～

とき：7月27日(日)午後2時～3時 ▼講師：旧居コーディネーター ▼定員：20人 ▼費用：500円 締 7月19日

申 電話かFAX、Eメール (irietaikichi_kyuko@yahoo.co.jp) に講座名(○の別)、氏名、年齢、電話番号を書いて、各締切日まで同館へ。多い場合は抽選

「入館料」200円(別途要)

奈良市美術館

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

◆奈良市美術館活性化事業「体験！シルクロードの暮し」

「絨毯、飲茶そして建築」展
とき：7月29日(火)～8月31日(日) ▼内容：伝統的仏教建築の模型やペルシャ絨毯等を展示し、シルクロードが運んできた文化を体験

◆ワークショップ「シルクロードの文字をかく」
とき：8月の毎週土・日曜日 午前10時半～午後4時半(約30分) ▼内容：ペルシャやモンゴル等の文字で名前を書く ▼その他：くわしくは同館ホームページへ ※未就学児は保護者同

伴要

◆パフォーマンス「中国の茶人による古茶道の作法の披露」

とき：7月29日(火)～8月3日(日) ▼その他：くわしくは同館ホームページへ

◆市民実技講座

◆Aこども建物デザイン体験

とき：8月3日(日)午後1時半～4時半 ▼講師：市美術家協会の倉本宏さん ▼定員：小学3年生～中学生6組(保護者同伴要) ▼費用：1500円(親子2人1組、3人目から500円増) ▼持物：定規、ハサミ、のり、木工ボンド、色鉛筆、サインペン等 締 7月11日

◆B粘土で干支を作ろう

とき：8月9日(土)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20人(小学生は保護者同伴要) ▼費用：千円 締 7月11日

◆C初めてのデッサン教室①②

とき：①8月17日(日)②23日(土)午前9時半～正午 ▼内容：①デッサン②鉛筆で頭部(顔)を描く ▼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 締 7月18日

【ところ】中部公民館(上三条町)
申 市美術館ホームページの

オンラインカジノは犯罪!

最近、多くの芸能人やスポーツ選手が検挙された要因「オンラインカジノ」。そこには、ある思い込みがありました。



「海外で合法なら日本でも合法だと思っていた」。検挙された人の多くが、そう語りました。海外で合法的に運営されていても、日本国内から接続してオンライン上で賭博を行うことは犯罪です。費用の有無や名称、内容に関わらず、利用は絶対にやめましょう。「知らなかった」では済まされません。

賭博罪：50万円以下の罰金又は科料
常習賭博罪：3年以下の懲役

電話相談窓口：奈良県警察本部(＃9110)

関 危機管理課(☎34-4930)

申込フォームか、往復はがきに講座名(◎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

◆8月12日(火)は休館

なら一〇〇年会館

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

◆浴衣を着て日本の伝統文化を学ぼう

とき：①8月23日(土)②24日(日)午前10時半～正午 ▼内容：着付けや礼儀作法の学習、日本舞踊の体験 ▼

費用：千円 ※両日参加は2千円 ▼定員：小学生各15人程度 ▼持物：浴衣一式 ※貸出可 申 往復はがき、Eメール(yukata2025@nara100.com)に講座名、希望日、住所、氏名(ふりがな)、学年、保護者氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、8月2日必着で同館へ。多い場合は抽選

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

国・県・団体

内容・申込・費用等は各団体に問合せてください

■9月開講のハロートレーニング（公的職業訓練）

募集期間：7月1日（火）～31日（木） ▼ところ：ポリテクセンター奈良（橿原市） ▼訓練科：①CAD②住宅リフォーム技術科③CAD④NC技術科⑤電気設備技術科 ▼期間：9月3日（水）～来月2月27日（金）※③④は3月31日（火）まで ▼定員：①②各6人程度③④各10人程度 問同センター（☎ 0744・22・5226）

■春日大社国宝殿 特別展

「究極の国宝 大鑑展」
とき：前期展示：7月5日（土）～8月3日（日）、後期展示：8月9日（土）～9月7日（日）午前10時～午後5時 ▼ところ：同施設（春日野町） ▼費用：要 問同施設（☎ 22・7788）

■平城宮跡いざない館歴史講座「平城京内の出先機関―左京五条四坊の調査―」

とき：7月12日（土）午前10時半～正午 ▼ところ：同館（二条大路南三丁目） ▼定員：150人 ▼費用：要 申 当日までに電話で平城宮跡管理センター（☎ 36・8780）へ

■「お能って何？―バスターDE能楽入門講座―」
とき：7月12日（土）午前10時～午後1時 ▼ところ：奈良公園バスターミナル（登大路町） ▼費用：要 ▼定員：296人 問奈良能（☎ 24・5171）

■治療や疾患で気になる外見のこと、話してみませんか？
とき：7月20日（日）午後1時半～2時半 ▼ところ：住まいと暮らしのぷらっとHOME西大寺（西大寺南町） ▼定員：10人 問 Alive With Proof（Eメール：alivewithproof-2025@yahoo.co.jp）

■合唱団 Rinte 第16回定期演奏会
とき：7月20日（日）午後2時～4時 ▼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20日（日）、8月17日（日）、9月21日（日）、10月19日（日）、11月16日（日）、12月21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奈良西支部へ。定員に達し次第終了 問同会の川添さん（☎ 090・3928・8040）

■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：①7月23日（水）中部公民館（上三条町）②25日（金）西部公民館（学園南三丁目）③29日（火）北部会館（石京二丁目）④30日（水）県人権センター（大安寺一丁目）午前9時半～11時半 申 電話で同人材センター（☎ 50・4004）へ

■地域デザイナー養成講座 2025
とき：7月26日（土）、8月

17日（日）、9月7日（日）、10月11日（土）、11月8日（土）午後2時～4時半 ▼ところ：漢国神社（漢国町）他 ▼定員：30人 ▼費用：要 申 Eメール（info@nara-design.org）に氏名、電話番号を書いて、7月24日までに奈良地域デザイン研究所へ 問同研究所の田中さん（☎ 080・1506・4533）

■文化庁伝統文化親子教室「無料子どもお琴教室」
とき：7月26日（土）、8月2日（土）、9月9日（土）、9月13日（土）

■なら燈花会能
とき：8月2日（土）午後1時半 ▼ところ：春日野国際フォーラム（春日野町） ▼定員：500人 ▼費用：要 申 8月1日まで電話で奈良能（☎ 24・5171）へ

（土）、10月4日（土）、11月9日（土）午前9時15分～10時10分・11時5分 ▼ところ：北部会館（石京一丁目） ▼定員：小学生・高校生12人 申 電話で絲朋社・朋の会の山口さん（☎ 72・0555）へ

リニア通信

リニア中央新幹線 奈良駅設置推進会議を開催しました



4月30日に約3年ぶりの開催を迎え、昨年度の活動や今年度の事業計画等を報告しました。

同会議で採択された決議
・リニア中央新幹線の東京・大阪間の早期全線開業
・東海道新幹線のリダンダンシー機能※を備える「奈良市附近駅」を経由するルートの早期確定
※災害時等のための交通ネットワークの予備機能
市は今後も、市内への新駅設置に向けて、検討を進めていきます。
問 観光戦略課（☎ 34-5607）

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。

■みんな集まれ 8月2日は ハーモニカの日

とき…8月2日(土)午後1時
▼ところ…学園前ホール(学園南三丁目) ▼定員…200人 関西ハーモニカ連盟の岩本さん(☎46・7850)

■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(木)午前7時～11時 ▼ところ…県庁前、大仏殿、転害門、西大門跡、県庁前 ▼定員…100人 ▼費用…要 申 7月30日までになら・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「飛鳥・藤原京の万葉歌について」

とき…8月9日(土)午前10時半～正午 ▼ところ…同館(二条大路南三丁目) ▼定員…150人 ▼費用…要 申 当日までに電話で平城宮跡管理センター(☎36・8780)へ

■学童水泳記録会

とき…8月31日(日)午前10

時半 ▼ところ…西部生涯スポーツセンター屋内温水プール(中町) ▼対象…学校長が保護者の承認を得た小学生。在学も可 ▼費用…500円 申 往復はがきに必要事項を書いて、7月25日必着で市水泳連盟理事長の上阪さん(〒631-0044 藤ノ木台一丁目8-28-130 ☎090・8369・1151)へ。くわしくは市ホームページに掲載

■放送大学第2学期入学生募集

出願期間…第1回…8月29日(金)まで、第2回…8月30日(土)～9月11日(木) ▼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) ▼教育課程…教養学部(300科目以上から好きな科目を学ぶ) ▼期間…6ヶ月在学(科目履修生)、1年間在学(選科履修生)、4年以上在学(全科履修生) ▼対象…15歳以上の人 ▼費用…要 関 放送大学奈良学習センター(☎20・7870)

■小規模企業共済制度の案内

廃業や退職時に備える、小

規模企業向けの退職金の積立制度です。くわしくは「小規模共済」で検索してください 関 中小企業基盤整備機構 共済相談室(☎050・5541・7171)



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。
各1枚 300円
7月11日(金)2種類同時発売!
発売期間 7/11(金)～8/11(祝)
公益財団法人奈良県市町村振興協会

みなさんからの 寄附

善意銀行4月分 (敬称略)

- 一般
 - ・森田信之(四条大路) 16万円
 - ・ボランティアグループウインドウズ 1万円
 - ・ハッピーサービスグループ利用者 31,000円
 - ・グリーンマザーズ 3千円
- 指定
 - ・山田博(四条大路南町) 13万円

関 市社会福祉協議会
(☎93-3100)

令和6年度企業版ふるさと納税(敬称略)

関 総合政策課 (☎34-4786)

- あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
- アクアソリューション株式会社
- 浅野アタカ株式会社
- 株式会社浅沼組
- 株式会社麻生
- アデコ株式会社
- 株式会社アドバンス
- 株式会社ウインライト
- 株式会社ウォーターテック
- 株式会社岡田工務店
- 株式会社奥村組
- 京都ブレインシステム株式会社
- 株式会社グローバルキャピタル
- 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
- ジェネロ株式会社
- 株式会社ゼロアクセス
- 大和ハウス工業株式会社
- 弁護士法人デライト法律事務所
- 株式会社中西製作所
- 奈良信用金庫
- 株式会社日本旅行
- 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
- 株式会社丸嘉
- 村本建設株式会社
- 大和信用金庫
- ロート製菓株式会社
- 株式会社 IDOM
- 株式会社 JECC
- 株式会社 Liam
- 株式会社 SEEC
- 株式会社 Soelu
- 株式会社 STAYGOLD
- 株式会社 VALUE FIRST
- ZEROUM 株式会社
- 合同会社 1

寄附は
市の地方創生事業に
活用します。
ありがとうございます。

Pick Up Contents

市外の人に、おすすめしてください

ふるさと納税に新しい使い道 「古都奈良の農林業の活性化」が増えました



くわしくは
こちら▶



市では、みなさんからの寄附金を、選択された事業を推進する資金として活用しています。今回、21 個の事業に加えて、新たに「**古都奈良の農林業の活性化**」という使い道ができました。

「大和茶」「米」「古都華」等の美味しい食と豊かな自然環境を次世代につなぐためには、農林業の継続・発展が不可欠です。担い手確保や生産力向上等、さまざまな課題解決に活用し、古都奈良の**持続可能な農林業の実現**を目指していきます。

みなさんも遠方の知人にこの制度を紹介し、市の成長を応援してみませんか。

【問合せ】 ふるさと納税室（☎ 0742-93-3274）

公園をお試し利用しませんか

トライアル・サウンディング を引き続き実施します（西大寺エリア）

フリーマーケットやマルシェ等、公園を利活用するアイデアを募集し、実際に使用してもらう「トライアル・サウンディング」。今年度も西大寺エリアで継続します。西大寺エリアに住んでいる人はもちろん、まちづくりに興味がある法人、奈良を盛り上げたい団体もぜひ応募してください。

期 間 来年3月31日（火）まで **費 用** 無料

と ころ

- ・西大寺近隣公園（西大寺東町一丁目）
- ・西大寺東門前公園（西大寺南町）
- ・西大寺南町丘のうえ公園（西大寺南町）

応 募 募集要項を確認のうえ、
希望するアイデア等を公園緑地課へ提出

【問合せ】 同課（☎ 0742-34-4916）

※事前相談は専用フォームから

NARA CITY TRIAL SOUNDING

奈良市トライアル・サウンディング

2026. 3.31 TUE.

公園をもっと自由に
あなたのアイデアを
公園で実現してみませんか？



※高の原エリアは昨年度で終了していますが、引き続き利用できます（有料）

くわしくは
こちら▶



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

information

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

田原公民館

〒630-2175 茗荷町 1078-1
 ☎・ℱ 81-0888

講座名	開催日・内容	締切
超初心者 和太鼓 入門	8/6、8/20、9/3、9/17 18:30～19:30(4) ◎車で来館できる小学生以上8人(在勤・在学も可)	7/24
田原ファン 倶楽部☆夏	竹の学習と流しそうめん 8/16 9:30～13:00 ◎小学生と保護者6組(最大15人、在学も可) ¥1人500円	7/31

中部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
公民館の お仕事体験	仲間と協力して講座の企画・運営体験 7/23、7/30 10:00～16:00(2) ◎小学2～6年生10人(在学も可)	7/10
夏休み 子ども 映画まつり	映画上映やマジックショー等 7/30 12:30～15:30 ◎幼児～小学生と保護者、入場自由 ¥工作・遊び・販売コーナー各100円	申込 不要
第7回興福 寺・朝日新 聞社杯小学 生将棋大会	クラス別対局 8/24 10:00～17:00 ◎5歳児～小学生100人※申込時に初級者・中～上級者・有段者を明記 ¥500円	8/7

月ヶ瀬公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
あなたが 主役! オン ステージ	ピアノの試弾や楽器演奏等のステージ体験 7/26 10:00～15:00 ◎小学生以上5組(在勤・在学も可) ※申込時に希望時間帯を明記。1組1時間	7/11
夜の図書室・ ちよっぴり 怖い絵本を 読もう	図書室の夜間開室で、怖い絵本と一緒に読む 7/18 19:00～20:00 ◎小学生と保護者(在学も可)、入場自由	申込 不要
こども 映画まつり	「まんがイソップ物語」他の上映 8/6 9:30～11:00 ◎おおむね3歳児～小学生と保護者、入場自由	

都祁公民館

〒632-0251 針町 2191
 ☎・ℱ 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 8/17 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1,000円 場所:上深川観光農園(上深川町)	8/8

富雄公民館

〒631-0065 鳥見町二丁目 9
 ☎・ℱ 43-5386

講座名	開催日・内容	締切
この夏、 マジシャン に变身☆	大学生からマジックを教わる 8/17 10:00～11:30 ◎小学生20人	8/2

富雄南公民館

〒631-0052 中町 501-3
 ☎・ℱ 48-3066

講座名	開催日・内容	締切
おさらい 中学校 社会	パレスチナ問題について学ぶ 講師:都跡中学校元教頭の白濱毅さん 7/24 13:30～15:00 ◎成人30人(在勤・在学も可)	7/15
とみなん キッズ 夏まつり	Mr.ミロルのパフォーマンスショー、 子ども食堂、真夏の怖いおはなし会等 8/2 11:00～14:00 ◎小学生(家族同伴可)、入場自由	申込 不要

飛鳥公民館

〒630-8306 紀寺町 984
 ☎・ℱ 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	親子でオリジナルの絵本を作る 7/26、8/2 9:30～12:00(2) ◎小学生と保護者12組(最大30人) ¥小学生1人300円	7/15
夏のこわい おはなし会	臨場感あふれる話や絵本の読み聞かせ 7/18 18:00～19:30 ◎おおむね4歳児～小学生、入場自由 ※未就学児は保護者同伴要	申込 不要

京西公民館

〒630-8044 六条西一丁目 3-43-2
 ☎・ℱ 44-2669

講座名	開催日・内容	締切
こどもまな び隊～七宝 焼にチャレ ンジ～	七宝焼のキーホルダー作り 7/25 10:00～12:00 ◎小学生16人(在学も可) ¥500円	7/15
自習できる 4日間 in 京西公民館	夏休みの学びの場として開放する 7/29、7/30、7/31、8/1 9:00～16:00 ◎小・中学生、入場自由	申込 不要

生涯学習センター

〒630-8357 杉ヶ町 23
 ☎ 26-8811・ℱ 26-8813

講座名	開催日・内容	締切
サロン コンサート (入場自由)	◆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 7/19 14:00～14:30	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のよもやま話 7/20 14:00～15:00	
	◆童謡・昭和歌謡を楽しもう♪ わらべの広場・すこやか倶楽部による 懐かしの曲を楽しむ 7/27 13:00～14:30	
	◆ピースフェスタ 2025 平和のための市戦争展実行委員会による コーラスやギターの演奏、落語等 8/3 13:00～14:30	
こども パソコン 講座	◆なつかしい音色のハーモニー ならやまハーモニカクラブによる演奏と歌 8/6 13:30～15:00	7/23
	ワードで文字入力や編集を学び、 マグネットシートを作る 8/2 9:30～12:00 ◎小学3～6年生18人(在学も可) ¥200円 ※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

■彩友会作品展
【期間】7月16日(水)～20日(日) 午前9時～午後4時※16日は午後1時から
【内容】水彩画の展示

西部公民館

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

講座名	開催日・内容	締切
子ども アートラボ in せいび	陶芸体験でオリジナル作品を作る 7/29 10:00～12:00 ◎小学3～6年生20人(在学も可) ¥500円	7/16
せいび親子 キッチン	親子で飲茶を作って食べる 8/20 10:00～14:00 ◎小学3～6年生と保護者10組(最大25人、在学も可) ¥1組1,000円	8/8



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



■平城西公民館

〒631-0804 神功四丁目 25
☎・FAX 71-5711

講座名	開催日・内容	締切
子ども アートラボ in 平城西	液晶ペンタブレットで描いて、カードを作る 7/24 10:00～11:30 ◎パソコンのマウス操作ができる小学3～6 年生20人（在学も可） 場所:関西文化芸術高等学校（山陵町）	7/11
親子で クッキング	リボンパンとそうざいパンを作る 8/9 13:30～15:30 ◎小学生と保護者8組（最大20人、在学も可） ¥1組1,000円	7/25

■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 7/19 9:30～12:00 ◎小学生と保護者 10 組（2 人 1 組） ¥1 組 1,500 円	7/11

■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 サロン椅子 ヨガ体験	講師：フレンドリーヨガ 7/15 10:30～11:30 ◎65 歳以上の人、入場自由	申込 不要
ゆるゆる ボードゲー ム大会	ボードゲームで交流 7/26 10:00～15:00 ◎小・中学生（在学も可）、入場自由	
さくっと 宿題 だんどりー	夏休みの学びの場として開放する 7/29、7/30、8/5、8/6 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 DIY	親子で木製収納ボックスを作る 8/3 13:30～15:30 ◎小学生と保護者 10 組（最大 25 人） ¥1 組 1,500 円	7/15
プチ田舎 暮らし・柳 生一季節の マクロビご 飯ー	季節の食材でマクロビオテックの基本、 料理方法を学ぶ 7/26 10:30～13:00 ◎成人 12 人（在勤・在学も可） ¥1,500 円	7/18

■若草公民館

〒630-8202 川上町 575
☎・FAX 26-0130

講座名	開催日・内容	締切
文月トーク	「列車にのった阿修羅さん」で人権学習 7/29 13:30～15:00 ◎成人 30 人	7/18
旬の野菜を おいしく 食べよう!	夏野菜や米についての学習と調理実習 7/31 10:00～14:00 ◎小学生 16 人 ¥800 円	
わくわく☆ というラン タンづくり	「きたまち宵あかり」を彩るランタンを作る 8/3 13:30～15:30 ◎小学生 16 人 ¥1,000 円	7/23

■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
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 7/23 10:00～13:00 ◎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	ダンボールで対戦型ホッケーゲームロボ工作 講師：千光士義和さん 7/27 10:00～12:00 ◎小学生と父親 10 組（2 人 1 組、在学も可） ¥1 組 800 円	7/17

■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
とびだせ! 絵本の パン教室 8月	「パンどろぼう」の読み聞かせとパン作り 8/3 9:30～13:00 ◎小学生と保護者 7 組（最大 18 人、在学も可） ¥1 組 900 円	7/24

■南部公民館

〒630-8434 山町 27-1
☎・FAX 62-5931

講座名	開催日・内容	締切
なんば サマー チャレンジ	自然のものをを使った工作 7/30 10:00～12:00 ◎小学生 16 人（在学も可） ¥100 円	7/17

■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
親子で カラフル 色鉛筆画	7/26、8/23 10:00～12:00(2) ◎小学生と保護者 10 組（2 人 1 組、在学も可） ¥1 組 400 円	7/16
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 7/20 13:00～17:00 ◎小学生～高校生の保護者（在勤も可）、 入場自由 ¥400 円	申込 不要
パパと 料理に 挑戦!(夏)	もちもちパンとゼリーづくり 8/2 10:00～12:00 ◎小学生と父親 8 組（2 人 1 組） ¥1 組 1,400 円	7/23
子ども ワクワク 工作教室	プーメランを作って遊ぶ 8/9 10:00～11:30 ◎小学生 20 人	7/29

■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
夏休み 自然 観察隊!	ツバメの生態学習とねぐら入りの観察 8/16 17:30～19:00 ◎小学生と保護者 15 組（最大 35 人） 場所：平城宮跡（佐紀町）	8/5

■平城公民館

〒631-0811 秋篠町 1468
☎・FAX 48-3578

講座名	開催日・内容	締切
子ども お天気教室	奈良地方気象台の職員から天気について学ぶ 8/5 10:30～11:30 ◎小学生 20 人（在学も可）	7/23
絵本の 読書会	8/23 10:00～12:00 ◎成人 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

【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▶

各種健(検)診のお知らせ

令和7年度

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)が一目でわかります。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

【けんしんパスポート 見本(表)】

※(特定)健康診査対象外の人には青の点線部分のみ送付



(特定)健康診査

上記見本「けんしんパスポート」の青の塗りつぶし部分

後期高齢者医療被保険者

【問合せ】福祉医療課 (☎ 0742-34-4754)

項目〈実施期間〉	内容〈費用〉	持物	申込	受診場所
①健康診査 〈7月～来年2月末〉	身体計測、血液検査、尿検査、血圧測定等 〈500円〉	・受診券 (けんしんパスポート) ・質問票 ・資格確認書等	対象者に通知 (6月下旬) ※1	県内登録 医療機関

※1 4月1日～8月31日の加入者には、別途同課から受診券を送付

国民健康保険被保険者(40歳以上)

【問合せ】国保年金課 (☎ 0742-34-4736)

項目〈実施期間〉、対象	内容〈費用〉	持物	申込	受診場所
②特定健康診査 〈7月～来年2月末〉 令和7年4月1日時点の国民健康保険加入者(40～74歳) ※2。5月1日以降の加入手続きで受診希望の場合は問合せ要	身体計測、血液検査、尿検査、血圧測定等 〈無料〉	・受診券 (けんしんパスポート) ・質問票 ・資格確認書等	対象者に通知 (6月下旬)	県内登録 医療機関
③頭部MRI検査 〈7月～来年3月末〉 国民健康保険加入者で今年度の②を受診している保険料の未納がない人600人。定員に達し次第締切	頭部MRI検査 〈8,100円〉	・資格確認書等 ・健診結果表 ・利用券	同課へ (7月～来年2月末)	市総合医療 検査 センター (柏木町)

※2 8月末までに75歳になる加入者は①を7月以降順次通知。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

- 健診結果は後日、市から本人宛に文書で通知(上記以外の健保加入者は、加入の保険者に問合せ要)
- 健康保険未加入者(生活保護受給者等)も同様の健診(無料)受診券を送付(4月25日以降の生活保護受給者は、健康増進課に申出要)
- 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



がん検診等

右記見本の青の点線部分

実施期間：7月1日～来年2月28日 【胃がん・肺がん検診：5月～来年3月下旬】

【問合せ】健康増進課（はぐくみセンター3階 ☎ 0742-34-5129）

項目、対象※3	内容〈費用〉	持物	申込	受診場所
④胃がん検診 40歳以上の人	問診、胃部エックス線撮影（バリウム検査）〈1,000円〉	受診票	同課へ （8月実施分は13ページ参照）	集団検診 （検診車が市内各所を巡回）
⑤肺がん検診 40歳以上の人※4	問診、胸部エックス線撮影〈500円〉、喀痰検査（必要な人のみ〈600円加算〉）			
⑥胃がん内視鏡検診 50～70歳の偶数年齢の人	問診、胃内視鏡検査〈4,000円〉		対象者に通知 （6月下旬）	市内実施 医療機関
⑦大腸がん検診 40歳以上の人	問診、便潜血検査〈1,000円〉 ※令和7年4月1日時点で40歳の人には無料の受診票を送付			
⑧子宮頸がん検診 20歳以上の偶数年齢の女性 ※奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要	問診、視診、細胞診〈2,000円〉 ※令和7年4月1日時点で20歳の人には無料クーポン券で受診			県内実施 医療機関
⑨乳がん検診 40歳以上の偶数年齢の女性 ※奇数年齢で昨年度未受診の人は申出要	問診、乳房エックス線撮影（マンモグラフィ）〈2,000円〉 ※令和7年4月1日時点で20歳の人には無料クーポン券で受診			市内実施 医療機関
⑩骨粗しょう症検診 40・45・50・55・60・65・70歳の女性	問診、骨塩定量検査（DXA法による）〈1,200円〉			
⑪歯周疾患検診 20・30・40・50・60・70歳の人	問診、歯周組織検査〈1,000円〉			
⑫胃がんリスク検診 40～70歳でこの検診を未受診の人	問診、血液検査〈無料〉 ※⑥に替えて、この検診を希望する人は申出要			
⑬肺がん低線量CT検診 50・55・60・65・70歳の人	問診、胸部低線量CT撮影〈4,000円〉		対象者に通知 （6月下旬）	市内実施 医療機関
⑭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 ※対象外でも感染の不安がある人は、期間に関わらず同課へ問合せください	C型肝炎検査（HCV抗体検査）、B型肝炎検査（HBs抗原検査）選択可〈無料〉			

※3 令和8年3月31日時点の年齢

※4 結核の判定も含まれます

●各種がん検診等受診料の免除について

④～⑪は、市区町村民税非課税世帯の人と生活保護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）の受診票を送付します。受診後に申請した場合は、返金（免除）できません。

7月は「社会を明るくする運動」 強調月間です

犯罪や非行のない地域社会を築くため、あらゆる立場の人が力を合わせる「社会を明るくする運動」。毎年7月には更生保護に関わる人々を中心に、全国各地で取り組みを行っています。

更生保護とは？

更生保護は、罪を償った人の、社会の一員としての再出発を導き、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐことで、地域社会の安心と安全を守る仕組みです。

日本で日々発生する犯罪のうち、約半分が再犯者によるものです。再犯をさせない工夫や努力をすれば、犯罪率はぐっと減り、地域住民が安心して安全な生活を送ることができます。立ち直りには、本人の努力や意志の他、居場所づくりも重要です。立ち直りの場である地域社会から、更生保護に対する理解と協力を得て、地域とつながりを持つことが不可欠です。

【問合せ】長寿福祉課（☎ 0742-34-5439）



立ち直りを 支える人々

保護司：

国家公務員という立場で立ち直りを支える民間のボランティア

更生保護女性会：

地域の犯罪予防活動や、非行のある子どもたちの更生を支援する、女性ボランティア

協力雇用主：

犯罪歴等のために、就職が難しい人々に対し、その事情を理解した上で雇用し、支援する事業主

BBS会：

非行等のさまざまな問題を抱える子どもたちに、兄や姉のような立場で成長を助ける成年ボランティア

7月は「差別をなくす強調月間」です

県内各地で、基本的人権が尊重される社会の実現をめざして、差別をなくすための取り組みが進んでいます。

戦後 80 年事業 映画「太陽の子」上映

◎作品出演者：柳楽優弥、有村架純、三浦春馬

【と き】8月2日（土）午後1時半～3時半（1時開場）

【ところ】ならまちセンター市民ホール（東寺林町）

【定 員】300人

【申 込】専用の申込フォームから、7月17日までに申込

※多い場合は抽選。当落に関わらず代表者に結果を通知

※公共交通機関での来場をお願いします

※警報等により事業が中止になる場合あり

申込はこちら▶



【問合せ】共生社会推進課（☎ 0742-34-4733）

無自覚に 差別していませんか？

「マイクロアグレッション」（無自覚な差別）という言葉聞いたことがありますか。

傷つけたり、差別する意図はないものの、相手に不利益や不平等が生じる行為や、心にちょっとした影をおとすような言動・行動のことです。誰もが加害者、被害者になるおそれがあるため、まずは自分自身の意識を改革してみませんか。誰もが安心して過ごせる社会を築くため、マイクロアグレッションへの理解を深めていくことが大切です。

奈良さとやま SUMMER 2025 キャンペーン

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、子どもたちの宿題にピッタリのイベントに、ぜひ参加してみてください。

★宿題やお出かけに！

夏休みの体験メニューが盛りだくさん

とき 7月19日(土)～8月31日(日)

内容 工作・自由研究等、
宿題にも役立つ体験メニューを紹介

申込 右の二次元コードから申込

★体験ブースが大集合！「夏休み宿題フェスタ 2025」

とき 8月2日(土) 午前10時～午後4時

ところ 満天ひろば（水間町）



杉玉づくり / マイカップ作り
手作り時計工作と秘密基地開拓
サンドブラスト絵画 / 染めもの
大和茶・ブルーベリー摘み / 和紙すき
お菓子・パフェ作り / すいか割り
ガラスを組み合わせたアート
おくどさんでごはんを炊く
蜂蜜採取とパウンドケーキ作り
和ハーブ狩り・クッキング 等

一覧・申込はこちら▶



別日程でも実施。
くわしくはこちら



Tobu高原 マルシェ 2025 夏

Tobu高原マルシェ

市東部地域の農産物直売所で取り扱う、新鮮な食材や加工品を販売します。旬の農産物や特産品との出会いが、あなたを待っています。

とき 8月3日(日) 午前10時～午後1時頃
※雨天決行、荒天中止。売り切れ次第終了。
時間の前後あり

ところ ならファミリー 1階らくだ広場
(西大寺東町)

出店 湖畔の里つきがせ

【問合せ】 東部出張所 (☎ 0742-93-0001)



教育センター キッズ学びのフロア

講座名	とき	申込締切
キッズプラネタリウム「ニジーロと季節の星座たち ～七夕物語（7月6日）・はくちょう座のおはなし（12日～）～」 【定員】各 40 席	7 月の毎週土・日曜日、祝日 ①午前 10 時半～10 時 50 分②午後 1 時半～2 時	当日受付
キッズプラネタリウム夏休み投影「星の一生」（動画のみ） 【定員】各 40 席	7 月 23 日（水）・30 日（水）、8 月 6 日（水） ①午前 10 時半～11 時②午後 1 時半～2 時	
夏休み映画上映「ブンナよ木からおりてこい」 【定員】各 200 席	7 月 24 日（木） ①午前 11 時～正午②午後 1 時～2 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 25 日（金）午後 6 時半～7 時 10 分	当日受付
夏休み映画上映「ぼくときどきぶた」 「だるまちゃんととらのこちゃん、だるまちゃんとうさぎちゃん」 【定員】各 200 席	7 月 26 日（土） ①午前 11 時～正午②午後 1 時～2 時	申込不要
科学実験教室「ミラクル！カガクる！ ～雲の種類やでき方と天気～」 【定員】小学 1 年生以上各 15 人	7 月 30 日（水） ①午前 10 時半～11 時半②午後 1 時半～2 時半	7 月 14 日
ものづくり体験教室「竹細工の名人から学ぼう ～竹とんぼと小鳥のふえを作ろう～」 【定員】5 歳以上の人 15 人 ※カッターナイフ等使用	8 月 1 日（金）午前 10 時～正午	
科学実験教室「入浴剤をつくろう」 【定員】5 歳以上の人 15 人	8 月 2 日（土）午前 10 時～11 時半	
おはなしの会「いぬとにわとり」他	8 月 2 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 屁ひり女房 / 旅人馬」 【定員】200 席	8 月 3 日（日）午後 1 時～1 時半	
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 【持物】タオル 【費用】300 円	8 月 7 日（木）午後 1 時～3 時	7 月 21 日
ロボット教室 連続講座「ワクワク Robot 講座」 【定員】小学 3 年生以上 10 人 ※2 日とも参加できる人	8 月 7 日（木）・19 日（火） 午前 9 時半～11 時半	
宇宙教室「空力翼艇を飛ばそう」 【定員】小学 1 年生以上 18 人 【持物】1L 紙パック 2 個	8 月 9 日（土）午前 10 時～11 時半	
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 18 人 【費用】300 円	8 月 11 日（祝） ①午前 10 時～11 時半②午後 1 時半～3 時	8 月 4 日
ものづくり体験教室「墨彩画家さんから学ぼう ～墨の濃淡を上手に使って描こう～」 【定員】5 歳以上の人 18 人 【持物】あれば習字セット	8 月 21 日（木）午前 10 時～11 時半	
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 18 人	8 月 22 日（金） ①午後 1 時～2 時半②午後 3 時～4 時半	
プログラミング教室「高校生によるプログラミング教室」 【定員】小学 3～6 年生各 9 人	8 月 23 日（土） ①午前 10 時半～正午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 10 人	8 月 24 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】特に記載のない場合、当日受付は開始 15 分前から。定員に達し次第終了。保護者同伴要。
上記以外も開催あり。プラネタリウムは途中入場不可。団体利用可（申込要）。最新情報は
市ホームページか、直接問合せください。

申込は
こちら▶



Nara Report ならしポ! 知っていますか? こんな奈良

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

今回のテーマ

過去の万博がつないだ、スリランカとの縁 /

万博を契機に、門外不出の秘宝を奈良で
昭和 60 年 9 月 「スリランカ国宝特別公開展」



イラスト: 3 ヨシノマホ
生まれ育った奈良を愛する奈良クリエイター

▲スリランカ美術の最盛を象徴するものや、美術家に高く評価されたものも出展

連日盛り上がりを見せる「大阪・関西万博」。過去、万博をきっかけに、市で海外の秘宝が公開されたのを知っていますか。今から 40 年前、「つくば科学万博」で当時の市長がスリランカの展示を見学した際、同国より「日本の仏教発祥の地、奈良でも公開したい」と申し出が。意外な接点「仏教」から、史跡文化センター※での出張展示が決まりました。そして、迎えた初日。市長と駐日スリランカ大使のあいさつで、幕が開きました。展示物は、8 世紀頃に制作されたとされる門外不出の仏像等、国宝級のもものが 18 点。ブロンズの菩薩像や目にクリスタルが散りばめられた仏坐像、黄金色に輝く展示の数々に、多くの市民が魅了されました。

※当時、三条大路一丁目に立地。平成 16 年に閉館



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

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

応募、求ム!

みんなの
フォトギャラリー



「ロータス@喜光寺」

【撮影】寺活女子さん 【場所】喜光寺

応募についてくわしくはこちら▶

【問合せ】秘書広報課 ☎0742-34-4710



〳 市民応募のお子さん写真 〳

エンジェルスマイル

大好評につき、現在 100 人以上の応募・申込があります。順に掲載しますので、楽しみに待っていてください。



にちこ
日子ちゃん(1歳)



きいちくん(6か月)



みなとくん(2歳10か月)



しゅうかちゃん(1歳4か月)



たいちゃん(9か月)



さちかちゃん(1歳4か月)

集い、語らう奈良の若人
学生交流イベントを開催

5月29日、JR奈良駅前のコミュニケーションスペースで、奈良の学生がつながる「奈良の学生Meet Up」を開催しました。まちの魅力を高める、学生によるプロジェクトを応援するため、4年前から始まったこの企画。ここでの交流を足掛かりに、多くの学生が社会への一歩を踏み出しています。

当日は、県外出身の参加者も多く、奈良の情報交換で交流がスタート。子ども向けイベントを企画する学生や、消防団員の学生等、個性豊かなプレゼンで会場は盛り上がりました。終盤には、県内で活躍する経営者からも登壇。学生の夢の実現に向けた熱いエールが送られ、企業インターンを通じた活躍にも期待が寄せられました。

市は今後も、「学生のまち・奈良市」の躍進に向けた取り組みを、積極的に行います。ぜひ注目してみてください。



〔写真〕自身の活動を
紹介する学生

くわしくは
こちら▶

まちのみんなで考える、
理想の「子どもの居場所」

6月8日、トークイベント「まちごこち作戦会議vol.2」を開催しました。この会議は、まちの居心地をテーマに、誰もが集える交流の場です。

第2回は、市の創業支援施設BOONCHIに、親子連れや大学生、社会人が集い「子どもの居場所」について考えました。市内で子どもの居場所づくりに関わるゲストの活動紹介後、参加者は「幸せって?」「子どもだったらほしい場所は?」等のアイデアを共有。後半は、元興寺塔跡へ移動し、具体案をグループで考えました。子どもだけが入れるツリーハウスや、自由に改造できる家等ユニークな案が発表され、まちについて考える楽しさを実感する場となりました。

まちに、いつもよりちょっと手を伸ばす、「まちごこち作戦会議」。次回はあなたも参加してみませんか。



〔写真〕多様なアイデアを生かした
理想の「子どもの居場所」
が発表され、笑顔が広がる会場

雨の中でも大盛況
押熊でもったいない食器市

〔写真〕開始直後の様子（上）、
押熊でもったいない食器市
の様子（下）



6月10日、市はコープ押熊でもったいない食器市を開催しました。家庭で不要になった食器類を回収・再配布し、資源循環を図る人気事業で、同施設ではコロナ禍以後、初の開催となりました。

当日はあいにくの雨でしたが、市の担当者の不安をよそに、開始から大勢の人が訪れました。長い机の上に並ぶ100を超える食器類の前に、片手に傘、もう片方にマイバッグを持ち、じっくり吟味する姿も。絶え間なく人が訪れ、「柄に一目ぼれしました」「この場所で復活してうれしい。家で使うのが楽しみ」と、喜びの声も聞かれました。

市は今後も、資源循環の取り組みを推進します。いらなくなった食器類は、ぜひ、もったいない食器市へ。



子どもたちが弦楽器に触れる瞬間に立ち会いませんか？

弦楽器トレーナーを募集します

市では、今年度から試行的に、市立小学校の子どもたちに向け、弦楽器の試奏・鑑賞体験を行います。楽器体験の指導や実演の協力者として、弦楽器トレーナーを募集します。子どもたちが初めて楽器に触れる楽しい機会を、一緒に作ってみませんか。



実施内容

- ① トレーナー数人で各学校に訪問
- ② 児童が弦楽器を試奏する体験の指導
- ③ なじみのある鑑賞曲を演奏

※時期は9～12月で、1日2～6時間程度（午前8時半～午後3時半の間）。
実施日時は、各学校・トレーナーと調整して決定

募集条件

満20歳以上70歳未満の人で、音楽大学・芸術大学の在校生・卒業生か、卒業と同等以上の技術のあるバイオリン、ビオラ、チェロ奏者10～15人程度

※子ども向けの音楽ワークショップ・アウトリーチ・レッスン等での指導経験や、プロのオーケストラ・室内楽等で演奏経験のある人を歓迎します

※謝礼・交通費あり。体験用の楽器は市で手配（演奏時の楽器は各自で準備要）

募集要項や申込フォーム等、
くわしくはこちら



応募方法

募集要項を確認の上、専用の申込フォームから、7月1日午前8時半～8月1日午後5時に申込

※定員に達し次第終了。応募者多数の場合は書類等選考あり。選考を行う場合は、応募者に別途通知

【問合せ】

トレーナーの募集について：

文化振興課（☎ 0742-34-4942）

事業の実施校について：

学校教育課（☎ 0742-34-4763）



～さっぱり簡単～ トマトのナムル



市産の旬のトマトで、火を使わない、暑い夏でも食が進むナムルを作りました。「トマトが赤くなると、医者が青くなる」のことわざの通り、赤く熟したものは栄養価が高く、夏バテ予防や疲労回復に効果的です。ぜひ試してみてください。

【材料】

- ・トマト 2個 ・ごま油 大さじ3
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・しらす、韓国のに、うま味調味料（各適量）



【作り方】

- ①食べやすい大きさに切ったトマトと、全ての材料をボウルに入れて、和える
- ②冷蔵庫で冷やして完成

●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）

7月の主な行事・市の催し

- 1日(火) 社会を明るくする運動強調月間（～31日）
差別をなくす強調月間（～31日）
- 6日(日) 茅の輪くぐり（小倉町八柱神社）
- 7日(月) 弁才天供（興福寺）
- 11日(金) 人権を確かめあう日
- 14日(月) 盂蘭盆法話（・15日 喜光寺）
- 17日(木) 蓮華会式（茅の輪くぐり）（法華寺）
子ども安全の日
- 18日(金) 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(日) 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(水) 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(月) 解除会（東大寺大仏殿）

※緑字は寺社年中行事

■奈良の新発見、探してみませんか

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

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

※市の公式 SNS で掲載する場合あり

Old History, New Discovery.

NARA CITY



既に 1,000 件以上の投稿が集まっています



▲くわしくは
はこちら

一般広告

内容については、各広告主にお問合せください。