



## 健康づくり講座〈笑いヨガ〉

「～笑って元気、楽しい笑いヨガ～人生ますますパワフル」

時 7月15日(水) 13時～15時



元気いっぱい笑う事は、健康長寿に良い影響を与えているといわれています。未経験の人も「笑いヨガ」を体験してみましよう。心身共にスッキリします。資料代300円。定員30人(抽選)。

① ハガキ・FAX・電話で講座名・住所・氏名・電話番号を下記へ。7/1必着。

② 所・問 県介護実習・普及センター  
〒636-0345 田原本町多722  
☎0744-32-8848 FAX0744-34-2800

## 夏休み子ども下水道教室

時 7月31日(金) 13時～16時30分



下水道のしくみを楽しく学び、環境について考えませんか。

【対象】小学3～6年生  
(要保護者同伴)

定員30組程度(抽選)

① 詳しくは下記HPで。7/10締切。

② 所・問 県流域下水道センター  
〒639-1035 大和郡山市額田部南町160  
☎0743-56-2830

③ www.pref.nara.jp/20519.htm



## 祈りの回廊「仏像の変遷歩き」バスツアー

時 9月5日(土)・6日(日) 9時集合

所 県内各所

国宝仏の半分以上が集まる仏像の宝庫、奈良。Nara観光コンシェルジュで自身も大の仏像好きである友松洋之子さん(奈良まほろばソムリエの会所属)のガイドで県内の魅力的な仏像を拝観します。

【参加費】各日9,800円。

① 詳しくは下記HPで。

② 所 県観光プロモーション課  
☎0742-27-8482

③ inori.nara-kankou.or.jp/



壺阪寺・十一面千手観音菩薩坐像

## 募集

### 育休中の県職員に代わって勤務する職員を募集します! [性別・年齢不問]

【任期】育児休業期間(おおむね5カ月以上3年未満)

【採用】原則令和2年8月以降(随時)

【給料等】採用までの前歴などに応じて決定

その他手当も支給。原則地方職員共済組合にも加入。詳しくは下記HPで。

① 郵送(書留)か持参で必要書類を下記へ。

【事務職】令和2年6月10日締切(必着)。

【技術・資格職】募集職種に応じ随時受付。

② 所 県行政・人材マネジメント課  
☎0742-27-8057

③ www.pref.nara.jp/45593.htm

掲載内容は5月8日時点のものです。新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止・延期となる場合がありますので、実施状況については、事前に各主催団体へ直接お問い合わせください。

## 学ぶ

### 高齢者介護者向け介護講座 「身体にやさしい介助方法(入浴編)」

時 7月1日(水) 13時～15時



入浴は心身共にリラックスできる大切な時間です。

身体に優しい介助動作の練習と、介助される人に合わせた重心移動を学びます。資料代300円。定員30人(抽選)。

① ハガキ・FAX・電話で講座名・住所・氏名・電話番号を下記へ。6/17必着。

② 所・問 県介護実習・普及センター  
〒636-0345 田原本町多722  
☎0744-32-8848 FAX0744-34-2800

### 健康づくり講座〈骨盤底筋力向上〉 「女性のための骨盤底筋トレーニング～尿失禁予防・改善編～」

時 7月8日(水) 14時～16時



「尿もれ」は誰にでも起こる症状です。「腹圧性尿失禁」や「切迫性尿失禁」のタイプなどを学び、尿もれに悩まない人生を送りましょう。資料代300円。定員30人(女性限定、抽選)。

① ハガキ・FAX・電話で講座名・住所・氏名・電話番号を下記へ。6/24必着。

② 所・問 県介護実習・普及センター  
〒636-0345 田原本町多722  
☎0744-32-8848 FAX0744-34-2800

■FI ■GI ■GⅢ  
■ナイターFI ■ナイターFⅡ  
♡ガールズケイリン

6月 奈良競輪  
開催日程

現在、インターネット投票および電話投票で車券をお買い求めいただけます。詳しくは下記へ。※6月は本場開催はありません。

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6 久留米記念 函館	7 四日市♡
8 久留米記念 四日市♡	9	10	11 青森(トラック支援) 平塚	12	13 向日町	14 玉野
15 西武園(関東カップ♡) 名古屋♡	16	17 小倉	18 和歌山(高松宮記念杯)	19	20 川崎♡	21 いわき平♡
22 松山(ジャパンカップ) 伊東♡	23	24 松阪	25	26	27 取手記念	28 佐世保
29 福井 取手記念 佐世保	30					

問 県営競輪場 ☎0742-45-4481 ③ www.narakeirin.jp



文化の力で奈良を元気に!



奈良県大芸術祭  
奈良県障害者大芸術祭

県民きらめきステージ 出演者募集!



9/11(金) ~ 13(日) イオンモール大和郡山

9/25(金) ~ 27(日) イオンモール橿原

【募集期間】6/15(月)~7/13(月)

音楽やダンスなどのパフォーマンスが行われる「県民きらめきステージ」。県内で芸術文化活動をしている皆さんの出演を募集します。日頃の練習の成果を披露し、会場を盛り上げませんか。詳しくは下記問またはHPで。

問 大芸祭・障芸祭実行委員会事務局  
(県文化振興課 内)  
☎0742-27-8488 FAX0742-27-8481  
nara-arts.com/



若者の就職を応援!  
ジョブカフェセミナー(7月)

就職活動のコツを学ぶ参加型のセミナー。  
各回10人程度(先着)。



●グループディスカッション&グループワーク

時 ①7月3日(金)  
②7月22日(水)  
いずれも13時30分~16時30分

所 ①高田しごとセンター(大和高田市)  
②ならジョブカフェ(奈良市)

【対象】就職活動中の学生やおおむね35歳未満の求職者  
(40代前半までの不安定就労者を含む)

●就職氷河期世代向けセミナー

時 7月10日(金) 14時~16時  
所 ならジョブカフェ(奈良市)

【対象】35~44歳の人で現在正規雇用についていない就職を希望する人

●面接対策セミナー

時 7月17日(金) 13時30分~16時30分  
所 ならジョブカフェ(奈良市)

【対象】就職活動中の学生やおおむね35歳未満の求職者  
(40代前半までの不安定就労者を含む)

申 各セミナー前日までに、電話・FAXでセミナー名・開催日・氏名(ふりがな)・居住地の市町村名・電話番号・年齢・性別を下記へ。

問 ならジョブカフェ  
☎0742-23-5730 FAX0742-23-5757  
www.pref.nara.jp/item/63392.htm



なら食と農の魅力創造国際大学校(NAFIC)  
オープンキャンパス

●フードクリエイティブ学科

時 6月21日(日)  
所 NAFIC 安倍校舎(桜井市)  
カリキュラム・入試概要説明、施設見学、在校生との座談会、個別相談会、模擬授業+農業実習の授業形式を体験。



模擬授業では「牛フィレ肉のロッシェ二風」の料理実演(試食あり)、農業実習(野菜の収穫)を予定。

申 下記HPから。6/11締切。

●アグリマネジメント学科

時 6月28日(日)  
所 NAFIC 池之内校舎(桜井市)  
カリキュラム・入試概要説明、施設見学、在校生との座談会、個別相談会、農業実習(野菜の収穫)を予定。



申 下記HPから。6/25締切。

問 県立なら食と農の魅力創造国際大学校(NAFIC)  
フードクリエイティブ学科 ☎0744-46-9700  
アグリマネジメント学科 ☎0744-47-3430  
www3.pref.nara.jp/nafic/briefings/

奈良文化財研究所  
平城宮跡解説ボランティアの募集

【活動期間】令和3年1月1日~令和5年12月31日

【活動日時】原則 火~日曜日の8時45分~16時

【募集定員】180人程度(令和3年1月1日時点で18歳以上の人)

申 応募用紙(下記HPまたは平城宮跡資料館で入手可)に必要な事項を記入し、持参・郵送・Eメールで下記へ。  
6/15~7/31(必着)。

問 奈良文化財研究所 広報企画係  
〒630-8577 奈良市二条町2-9-1  
☎0742-30-6753

✉ vola\_nabunken@nich.go.jp  
www.nabunken.go.jp/

伝統工芸なら・ふれあい体験

時 7月28日(火)~30日(木)

【28日】奈良団扇 ①10時~ ②13時30分~

【29日】高山茶筌糸かけ ③10時~ ④13時30分~

【30日】赤膚焼 ⑤10時~ ⑥13時30分~

【費用】①②1,500円、③~⑥2,000円  
各回2時間程度。定員20人(③④のみ6人)。抽選。

申 ハガキ・FAX・HPの申込フォームに希望番号・代表者の住所・氏名・電話番号と参加者全員の氏名・小学生以下は学年、付添い者氏名(必須)を記入して、下記へ。  
希望時間(上記①~⑥の番号)ごとに応募が必要。1品目につき2人まで応募可。詳しくは下記HPで。6/30締切(必着)。

所・問 県産業振興総合センター  
〒630-8031 奈良市柏木町129-1  
☎0742-31-9084 FAX0742-34-6705

www.pref.nara.jp/50628.htm





## 試験

### 調理師試験および製菓衛生師試験

- 時 8月17日(月) 14時～16時(集合13時30分)  
所 奈良女子高等学校(奈良市)  
甲 郵送(簡易書留)で下記へ。  
【願書受付】6月22日(月)～7月10日(金)(消印有効)  
願書は5月25日(月)より、下記および県内保健所で配布(HPからも入手可)。  
問 県消費・生活安全課 ●  
☎0742-27-8681  
🌐 www.pref.nara.jp/4687.htm

### 奈良県立病院機構職員採用試験

- 【臨床検査技師・臨床工学技士】  
時 一次試験 6月20日(土)  
所 奈良県立病院機構看護専門学校(三郷町)  
奈良県立病院機構(奈良県総合医療センター・奈良県西和医療センター・奈良県総合リハビリテーションセンター)に勤務する職員を募集します。受験資格など詳しくは下記HPで。  
甲 郵送か持参で6/1～10 17時(必着)に必要な書類(下記で入手可)を下記へ。  
問 奈良県立病院機構 法人本部事務局  
〒630-8581 奈良市七条西町2-897-5  
☎0742-81-3400  
🌐 www.nara-pho.jp/

## お知らせ

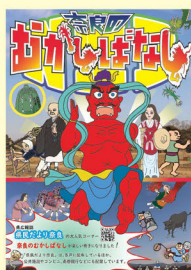
### 特別定額給付金の給付が始まっています

- 新型コロナウイルス感染症緊急経済対策に基づき、基準日(4月27日)において、市町村の住民基本台帳に記録されている人は、お住まいの市町村から1人あたり10万円を世帯主に給付する事業が始まっています。  
申請期限は市町村の郵送申請方式の受付開始日から3カ月となっていますので、申請漏れのないようご注意ください。  
詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。  
問 県市町村振興課 ●  
☎0742-27-8420

### 「奈良のむかしばなしパネル展」 in 天川村

¥0 無料 申込不要

- 時 6月8日(月)～7月3日(金)  
※土・日・祝は除く  
所 天川村山村開発センター  
問 県広報広聴課 ●  
☎0742-27-8326  
FAX 0742-22-6904



## 奈良マラソン 2020 開催予定





11回目を迎える奈良マラソン。雨天決行  
自然や文化財に恵まれたコースを快走しませんか?

- 時 12月12日(土) 3kmジョギング  
13日(日) マラソン(42.195km)・10km  
所 ならでんフィールド(スタート・フィニッシュ)

大会へのエントリーについては  
大会HPでご案内します。  
詳しくは大会HPをご覧ください。

奈良マラソン2020 検索

### 県立野外活動センターからのお知らせ

- 第1回 ハンターから逃げ切れ! サバイバルおにごっこ   
時 6月28日(日)   
自然いっぱいのはやまの森で行う本格的なおにごっこ!  
みんなで協力しハンター放出を阻止するミッションにも挑戦しよう! 君はハンターから逃げ切れるか!?  
【対象】小学3～6年生を含む友だちや家族(2～3人のグループ)  
【募集人数】60人(応募多数の場合は抽選)  
【費用】1人300円  
甲 電話・FAXで参加者全員の氏名・年齢・学年・性別・電話番号・郵便番号・住所・アレルギーの有無・交通手段を下記へ。または下記HPから。  
【受付】6/8～18 9時～17時(6/18は12時まで)

### 第2回 もりのようちえん～もりのレストラン～

- 時 7月12日(日)  
「もりのレストラン」へようこそ! みんなでかわいいコックさんに変身し、森の中にある葉っぱや木の実を使った楽しいメニューを考えよう!  
【対象】4～5歳児クラスの園児とその保護者・引率者  
【募集人数】20組(応募多数の場合は抽選)  
【費用】1人200円  
甲 電話・FAXで参加者全員の氏名・年齢・学年・性別・電話番号・郵便番号・住所・アレルギーの有無・交通手段を下記へ。  
【受付】6/22～7/2 9時～17時(7/2は12時まで)  
所・問 県立野外活動センター(奈良市)  
☎0743-82-0508 FAX 0743-82-2026  
🌐 www.pref.nara.jp/31607.htm



### 福祉のお仕事探しは「奈良県福祉人材センター」へ!

福祉のお仕事で、あなたの人生を豊かにし、社会貢献しませんか。奈良県福祉人材センターは、福祉のお仕事に興味のある人と、働く仲間を求める施設や事業所をつなぐ「福祉のお仕事相談窓口」です。福祉専門のキャリア支援専門員があなたの希望に寄り添い、丁寧にサポートしながら、お仕事を紹介しますので、未経験の人でも安心です。電話相談や県内8カ所の出張相談も行っています。まずはお電話ください。



¥0 無料

所・問 奈良県福祉人材センター(橿原市)  
☎0744-29-0160 FAX0744-29-6114  
🌐 www.nara-shakyo.jp/



### PCB含有電気機器の処分期限が迫っています 古い工場やビルをお持ちの場合はご注意ください!

高濃度PCB(ポリ塩化ビフェニル)含有電気機器(変圧器、コンデンサー、業務用蛍光灯安定器など)は、使用中であっても、令和3年3月31日までの処分が法律で義務付けられ、処分期限が迫っています。

期限までに処分しないと罰則の対象となる可能性があります。電気室・キュービクルや事務所、倉庫などを確認し、発見した場合は、すぐに届出のうえ、適正に処理してください。詳しくは下記へ。

問 県廃棄物対策課 ☎0742-27-8747  
県景観・環境総合センター ☎0744-47-3790  
🌐 www.pref.nara.jp/12570.htm

(公財)産業廃棄物処理事業振興財団 ☎0120-985-007 (技術的相談窓口)  
🌐 www.sanpainet.or.jp/service03.php?id=8

### 県営うだ・アニマルパークブレイメンの音楽隊

時 6月20日(土) 11時10分~/13時10分~

¥0 無料 申込不要 WC

所 県営うだ・アニマルパーク(宇陀市) うだ・アニマルパークでは童話「ブレイメンの音楽隊」をモチーフにミニ音楽会を開催します。その他、動物クラフト作り体験も実施します。



問 県うだ・アニマルパーク振興室 ☎0745-83-2631  
🌐 www.pref.nara.jp/1839.htm

### アンダーパスの冠水にご注意ください。

近年、短時間に想定を超える大雨により道路や鉄道の下をくぐるアンダーパスが冠水し、車が水没する事故が発生しています。車は浸水するとエンジンが停止し、自動スライドドアなどが動作用しなくなり脱出できなくなる恐れがあります。

大雨や台風の時は、アンダーパスに不用意に進入せず、路面状況に十分注意を払って、迂回するなど危険回避を最優先にしてください。



問 県道路保全課 ☎0742-27-7502

### 6月9日はロックの日です!!

県内で、空き巣や忍込み等の住宅侵入窃盗が多発しています!被害に遭われた人のうち、半数以上が無施錠での被害でした。



大切な家族と財産を守るため、この機会にお宅の防犯を見直しませんか。

- 外出・就寝時には、全てのドアや窓に鍵をかけましょう
- 補助錠を取り付け、ワンドア・ツーロックにしましょう
- 侵入に5分以上を要する防犯性能の高い「CP錠」を取り入れましょう

問 県警察本部生活安全企画課 ☎0742-23-0110

生活不安やストレスによる児童虐待やDV被害の増加、深刻化が懸念されています。

児童虐待やDV被害に悩んでいる方、子どもや女性の周りで気づいた方は下記へ連絡をお願いします。



児童虐待に気づいたときは すぐに連絡を!

いち はや く 児童相談所 全国共通ダイヤル 189

- 県中央子ども家庭相談センター ☎0742-26-3788
  - 県高田子ども家庭相談センター ☎0745-22-6079
- 平日 9時~17時(祝日・年末年始を除く)  
※児童虐待等、緊急相談・通報は、県中央子ども家庭相談センターで24時間受付

緊急時には 110番!!



DV被害に悩んでいる方 ひとり悩まず、まずは相談を!

DV相談+(プラス)(SNS・メールでも相談可能) 0120-279-889

- 県中央子ども家庭相談センター(配偶者暴力相談支援センター) ☎0742-22-4083
- 平日 9時~20時(祝日・年末年始を除く)

相談や連絡に関する秘密は守られます

問 県子ども家庭課 ☎0742-27-8605



## 2人乗り用タンデム自転車の走行が可能に

奈良県道路交通法施行細則の一部が改正され、令和2年4月1日から奈良県内の全ての道路で、2人乗り用タンデム自転車の走行ができるようになりました。



●**タンデム自転車の特徴や交通規制上の注意点について、下記HPで紹介していますのでご覧ください。**

問 県警察本部交通企画課

☎0742-23-0110

🌐 [www.police.pref.nara.jp/](http://www.police.pref.nara.jp/)

奈良県警察 タンデム自転車 **検索**

## 後期高齢者医療制度の保険料が改定されました

保険料は、定額の均等割と所得に応じて計算される所得割の合計となり、被保険者一人一人に課されます。

令和2年度から保険料が均等割額48,100円、所得割率9.41%に改定されました。

【年間保険料額計算方法】

48,100円+(総所得金額等-33万円)×9.41%

※保険料の年間上限額は64万円です。

なお、一定所得以下の人への軽減措置のうち、均等割額の2割または5割が軽減される人の範囲が拡大されますので、詳しくは下記へ。

問 奈良県後期高齢者医療広域連合 ☎0744-29-8430

または市町村担当窓口

🌐 [ssl.nara-kouiki.jp/](http://ssl.nara-kouiki.jp/)

## サマージャンボ宝くじ・サマージャンボミニ発売

今年のサマージャンボ宝くじの1等と前後賞を合わせた賞金額は、7億円です。また、「ミニ」は1等(1千万円)の当せん本数が80本となっています。

県内で購入された宝くじの収益金は、少子高齢化対策や環境対策など、皆さんの身近な暮らしに役立てられています。宝くじは奈良県内で購入しましょう。

【主な賞金・本数】

サマージャンボ1等(5億円):21本

1等の前後賞(1億円):42本 等

問 県市町村振興課 ●

☎0742-27-8422



7月14日発売!!

奈良県の推計人口(令和2年4月1日現在)

総数1,326,241人  
(対前月-1,622人)

男性: 624,547人

女性: 701,694人

県民お役立ち情報コーナーには各種パンフレットなどを配置しています。

- 県庁屋上ギャラリー(奈良市)
- 市町村会館(橿原市)
- 県立図書情報館(奈良市)★
- 橿原総合庁舎(橿原市)★
- 県産業会館(大和高田市)★
- 吉野町中央公民館(吉野町)★

★印のある場所および県庁舎屋上階には、専用紙で県政に関してのご意見・ご提案をお寄せいただく「県政ポスト」も配置しています。

問合せにFAX番号の記載がない場合は  
県広報聴課 ☎0742-22-6904で取り次ぎます。

# 川柳



今回も多数のご応募  
ありがとうございました! **482句**

一夜ごと背伸びしている夏の苗

小野安廣さん/80代河合町

ゆとりない財布が背伸びして困る

胡内敏雄さん/80代王寺町

竹の子のとなりで僕も背伸びする

河野ひかりさん/10代香芝市

初デートちょっと背伸びの大人服

牧さん/30代生駒市

背伸びして張り合う我が子愛おしい

ヒロさん/50代上牧町

維持よりも夢に向かって背伸びする

宮狭淳泰さん/60代奈良市

背伸びして見る合格の掲示板

宮西洋子さん/60代三郷町

### あっぱれ

【ひとこと】  
父の真似テレワークする四歳児  
パパがおうちにいるのがうれしくて、机を並べた4歳児。ほほえましい情景です。お仕事は、はかどっていますか。  
木目田美咲さん/20代・神奈川県

### あっぱれ

【ひとこと】  
背伸びして未知の世界を見てみよう  
その心意気です。好奇心が未知の世界のドアを開けてくれるでしょう。  
しるのすけさん/10代・斑鳩町

### あっぱれ

【ひとこと】  
背伸びして読んだ十五の罪と罰  
背伸びしてドキドキしながら本を読んだ人も多いことでしょう。ドストエフスキーは、15歳の作者に何を語りかけたのでしょうか。  
甲斐田八重さん/70代・奈良市

※選者: 全日本川柳協会 松本 征子さん

## 9月号のお題

『絆』

特に「つひかな」な作品については、  
今月の「あっぱれ」として、

「**記紀万葉プロジェクト**」  
グッズ(せんとくぬいぐるみ)を  
セットでプレゼント。

●郵送がFAX、HPから  
川柳作品(5-7文字)を基

●本形で17文字(住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を左記へ。発表の際、匿名を希望する人は、その旨明記。7/19必着。

問 県広報聴課 ●

☎0742-22-78326

FAX 0742-22-6904

🌐 [www.pref.nara.jp/28118.htm](http://www.pref.nara.jp/28118.htm)



8月号「つき」  
6/19まで  
募集中!