

今月号のテーマは、「食と旅」です。

観光地奈良の最大の課題は、「奈良での滞在時間を長くしてもらうこと」でした。滞在時間が長ければ良い印象を持って帰っていただくことができ、奈良を再訪問される方も増えてきます。

滞在時間を長くしていただくための定番のメニューは、ご当地でのおいしい食事とゆっくりとした楽しさです。奈良に欠けていたこの観光の二大要因の克服に必死になってきました。おかげ様でだんだん奈良が見直されるようになってきました。

東京で今評判の奈良観光の商業番組は、「いざいざ奈良」ですが、その中心コンテンツはなんともどかな奈良の雰囲気とおいしそうな食べ物です。とても人気が高い広告ですが、日本の観光もようやくゆっくり志向になってきたように思われます。

奈良がその持ち味を存分に活かした観光地になりますように心から願っていますが、それにも増して大事なことは、県民の皆さまが奈良での食と旅の楽しみをもっと実感していただくことでは、とも思います。



奈良県知事

荒井正吾

毎月11日は人権を確かめあう日

人権コーナー



もやもや
—コロナ禍での相談のすすめ—

原因がわからないのに、何か心に引っかかってすっきりしない時、いらいらして周りの人に八つ当たりをしたり、つい大声を出していることはないでしょうか。何か気が晴れることがしたいと思い、浪費・暴飲暴食・スマホやネットにのめり込み、気がついたら相当なお金や時間を費やして、人間関係・金銭面・健康面で「しまった」と後悔する、そのような経験はないでしょうか。

自分の気持ちや心の状態を言葉にして伝えることは難しく、まして、原因もわからない、いつまで続くかわからないこの「もやもや」とどのように付き合うか。このような時は、それを言葉にして書いたり、話し

たりして、心から「放す」ことをしてみませんか。長引くコロナ禍で、人との関係性を築く機会が不足して、周りに「聴いてくれる人がいない」「たった独り」と感じている人も少なくありません。理由がわからないがもやもやする、相談できる人もいない、どこに相談に行けばよいかわからない。そんな時は、電話相談やメールなどの相談窓口へアクセスしてみませんか。顔は見えなくとも、相談者と相談員という関係性の中で、今のその気持ちをそのまま言葉にして話してみてください。たったそれだけでも、今ある問題の解決に向かって一歩を踏み出しているのではないのでしょうか。

今月のポスター



すみなおき 角尚樹さん

アンケート&プレゼント

県公式スマホアプリ「ナラプラス」で「県民だより奈良」を読み、電子書籍版の感想をe古都ならで回答された方の中から抽選で10名にプレゼントが当たる!

11月号のプレゼント

そののわマルシェ
3種詰め合わせ

曾爾村の美しい水と自然の中で育つ野菜、果実、お米から作られる「そののわマルシェの加工品特別セット」をお届けします。

【商品のお問い合わせ先】そののわの台所katte ☎0745-88-9824



※左から柚子シロップ・グラノーラ・トマト味噌鍋のもと ※ご提供いただく個人情報、プレゼントの発送にのみ使用させていただきます。 ※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。 ※商品はそののわの台所katteから直接発送します。

アンケート応募方法

締め切りは
11月30日(水)

1 ナラプラスをダウンロード

ダウンロードはこちらから▼



Android版



iOS版



2 ナラプラスで下部メニューボタンのeブックを選択し、電子書籍版「県民だより奈良2022年11月号」を読む

3 e古都なら電子申請サービスにアクセスし、アンケートを回答



※パソコンやタブレットでも応募可。詳しくは「e古都なら」で検索。

※「県民だより奈良」への感想やご意見は引き続きハガキでも受け付けています。