

奈良

県民だより

3月号

2010

特集

豊かに歳を重ねて、健やかに生きたい ～地域で支える高齢者の暮らし～

とっておきの奈良

梅林巡りに農園料理
(五條市西吉野地区)

奈良印
良品

(株)飯塚製作所
シートベルト用部品で世界へ急発進!



今月の表紙

まほろば眺望スポット百選 より ひばら 檜原神社 (桜井市三輪)



第27回全国都市緑化ならフェア
開催(9/18)まで **201**日

平城遷都1300年祭
好評開催中!





豊かに歳を重ねて、健やかに生きたい

地域で支える高齢者の暮らし

高齢になっても、生きがいを持って、健やかに楽しく暮らす、そんな社会を築くために私たちはどうすればいいのでしょうか。急速に高齢化が進展する状況の中、一緒に考えてみませんか。

✦ 高齢化の現状は？

現在、県内の約5人に1人が65歳以上です。2030年には、約3人に1人になると予測されており、急速に高齢化が進んでいます。また、一人暮らしや夫婦二人暮らしの高齢者世帯も増加しています。

奈良県年齢別人口と高齢化率



出典：総務省統計局「国勢調査」
国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」（平成19年5月推計）

高齢者の生活・介護等に関する実態調査*

※2009年8月～12月にかけて、40歳以上の県民の方、介護を必要とされる方とその家族などを対象にアンケート調査等を実施。ここでは、介護を必要とされていない65歳以上の方にお聞きした調査結果（2010年1月集計 [回答数：3,259]）を記載しています。

家事についての将来の不安

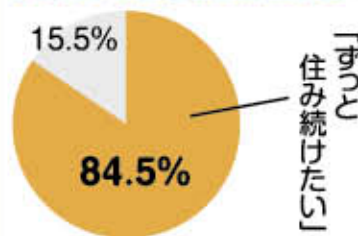
- 「食事の準備」に不安を感じる…55.4%
- 「日常の買い物」に不安を感じる…54.0%
- 「掃除」に不安を感じる ……48.1%
- 「洗濯」に不安を感じる ……45.1%

外出する機会

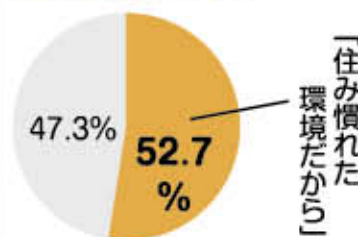
- 「1日1回は外出する」
- 65歳～74歳 ……51.0%
 - 75歳以上 ……32.1%
- 外出しない理由（健康面からみると）
- 「腰痛など持病のため」 ……30.8%
 - 「転倒などが心配で外出できない」…25.9%
- 外出しない理由（気持ちの面からみると）
- 「行きたいところがない」 ……25.6%
 - 「外出する気力がない・気が起きない」 ……23.9%

住み慣れた自宅で暮らしたい

今後も今の自宅で住み続けたいか



住み続けたい理由は



住

住み慣れた自宅での生活を希望している人が多い一方、高齢化に伴って、外出機会が減ったり、家事への不安を感じたりという傾向があります。

高齢者が住み慣れた自宅や地域で暮らし続けることができるよう 地域でさまざまな取組が行われています

お互い様の精神で、地域の“輪”を広げたい

家事支援（食事の用意、部屋の模様替えなど）、庭仕事などのちょっとした力仕事を引き受ける有償ボランティアをしています。隣近所を知らない人も多いニュータウンで、気をつかわずお互い助け合える基盤ができたらと、1999年に活動を始めました。

生活に、楽しみを

手作品を展示・販売する「手作りフェスタ」や、男性の料理教室も開催しています。参加者からは「日々にハリが出た」「教室で新しい人間関係ができた」という話を聞いています。

一人暮らしでなくても、夫婦で家に閉じこもってしまうケースも多いようです。認知症や体力の衰えを防ぐためにも、高齢者が自然に外に出る機会として、楽しいイベントなどを行っていきたいです。

支え合う

サポートしらかし (檜原市)



ひろみ
井上日磨美さん、阿部郁代さん(左から)

居心地よく

より愛どころ ありがとう (桜井市)



田口アキ子さん。畑に咲く菜の花の前で。

安心して過ごせる場を地域に

小規模多機能型居宅介護[※]とグループホームを併設した介護サービスを提供し、家のように安心できる場作りに取り組んでいます。

高齢者に、楽しみやご自身の役割を見つけてもらうことが大切です。自分の得意なことで「人の役に立つことができるんや」という実感をもつなどの経験が、心をイキイキと変えていきます。

※小規模多機能型居宅介護：「通い」を中心に、「宿泊」や「訪問」サービスを組み合わせ、自宅で継続して生活するために必要な支援を行います

一緒に地域を作りませんか

犬の散歩に出ると、通りすがりの人から話しかけられ会話が始まる、このような「声かけ」がいろいろな場で自然にできれば良いですね。

当施設の年4回のお祭りには、子どもを含めた地域の方も多数参加されます。今後、高齢者や子どもがふれあう地域づくりのお役に立てればと思っています。

毎朝続けて、元気にラジオ体操

朝7時から15分間、グラウンドで体操しています。誰でも参加でき、矢田山町の高齢者を中心に一日平均60人が集まります。体操の前におしゃべりをしたり草取りをしたり、いつも参加される方が来られない時は、どうしたのかなと気づかったり…そんな人との交流も、楽しめる秘訣。

毎朝続けることで、生活リズムが整います。歩くのに苦労していた女性が、杖なしで歩けるようになる嬉しい出来事もありました。

自分のできる範囲で、地域に貢献

「自分のできることで地域にお返しをしたいと、体操を企画しました」
(太田尾さん)

「自分より年上の方々の素晴らしいところを次の世代にも伝えていきたいと思っています」(清家さん)

健康づくり

デ ヤッタ DE ラジオ体操の会 (大和郡山市)



せいけ
せいた
世話人の清家秀秋さん、太田尾昌幸さん
(左から)

地域包括支援センターは、高齢者の介護に関することなど、
高齢者とその家族、地域住民の身近な相談窓口です。

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう、保健・医療・介護・福祉などさまざまな方面から総合的に支援しています。

横のつながりを ～つるまい団地見守りネットワーク会～

「見守り」が必要な方に、電話や訪問による安否確認を団地内のボランティアの方々と行っています。活動を通して住民同士のコミュニケーションが増えました。「今まで横のつながりが希薄だったけれど、以前より近所に目を向けるようになった」という声もあります。

“ひとごと”と思わないで

老いは誰にでもやってきます。「ひとごと」と思わず、皆さんに関心をもっていただきたいですね。特定の人が見守りをするより、皆で少しずつ支え合えば、誰もが暮らしやすい社会になるのではないのでしょうか。

高齢者訪問を 行うなどの活動

にみょう
二名地域包括
支援センター
(奈良市)



センター長 柳川剛秀さん

成年後見制度の 相談・支援

三宅町地域包括
支援センター
(三宅町)



センター職員の皆さん。三宅町マスコットを囲んで。

さまざまな相談に応じた支援を行う

悪徳商法などから高齢者を守るために、成年後見制度[※]を活用しています。平成19年度には3件の成年後見制度の市町村長申立を利用し、後見人等が選ばれました。

私たちは日頃から、高齢者の訪問ボランティアや民生委員、自治会などと連携。「お年寄りに何かあった時、誰に連絡したらよいか」など、相談しあっています。

※成年後見制度：認知症、知的障害、精神障害などによって物事を判断する能力が十分ではない方について、援助者を選び、法律的に保護する制度

「たまたま参加した教室が、人生を変えた」

センターの体操教室に参加した女性が、地域に新たな友人もでき「人生が変わった」と喜んでおられました。私たちも活力をもらっています。

【地域包括支援センターの主な役割】

- ・介護に関することをはじめ、さまざまな相談に応じます
- ・高齢者虐待防止に努め、高齢者の安全や権利を守ります
- ・介護に携わる方々と連携し、高齢者をさまざまな方面から支援します
- ・介護予防に取り組み、高齢者の自立した生活ができるよう支援します

県内の全市町村、計59か所に設置されています。詳しくは、お住まいの市町村にお問い合わせください。

県では、相談機能の充実を図るなど、機能強化に向けた支援に取り組んでいきます。



高齢者の豊かな生活の確立に向けて

今後、奈良県では急速な高齢化の進展が予想されます。

今から高齢化のピークといわれている20年先を見据え、歳を重ねても自分らしさを失うことなく、より豊かな生活を送ることができる、そんな社会の実現を目指して、高齢者が暮らしやすい「奈良県モデル」を構築します。

健やかで実り豊かな人生を送ることができる健康長寿の実現を目指す

住み慣れた地域で、自分に合った「健やかな老い」を目指した取組を支援します。

- 県民への効果的な健康長寿情報の発信
- わたしの健康づくり、コミュニティ・レベルでの健康づくり など



ヤッタ DE ラジオ体操の会



高齢者自身が主体的に関わる社会システムを作る

今までの経験や新たに学んだことを生かしたり、新しい出会いのある「社会参加の促進」を支援します。

- 社会貢献型起業の促進、ビジネスモデルの開発
- 高齢者が孤立せず、人との関わりを維持できる居場所づくり など

地域みんなで支え合う社会づくりを推進する

支え合いを大切にしながら、高齢者の生活に必要な「暮らしのサポート」となる商品サービスの開発を支援

- 民間事業者等との連携による新たな商品やサービスの開発（高齢者が簡単に作っておいしく食べられるメニューづくり など）
- 買い物や移動の支援など日常生活のサポート など



- 高齢者の多様なニーズに合った住まいの充実や歩いて楽しく買い物できるまちづくり（バリアフリー化の促進、高齢者が歩きやすい歩行空間の確保） など

県政テレビ番組
奈良！そこが知りたい
「高齢者の暮らしはどうなる」
もご覧ください
(3/20放送。番組案内はP.18)



県長寿社会課
☎0742・27・8540 ☎0742・27・3075

奈良県長寿社会課

検索

奈良県知事
荒井 正吾



健康長寿で自立した生活を送る上で、重要な視点は、「食」と「外出」ではないかと思えます。「食」を楽しみ、安心して「外出」できる暮らしやすいまちづくりに取り組んでまいります。

県庁で行われている定例記者会見などから、
知事の発言や方針を紹介。県政の新たな動きをお伝えします。

◇お知らせ◇

ホームページ「こちら知事室です」に、
定例記者会見の内容や「**あらい日誌**」を
掲載しています。ぜひご覧ください!

あらい日誌

検索



奈良で「一日中小企業庁」初開催!

～歴史・文化を活かした「地域の産業」を考える～



がんばる中小企業を応援します!

「地域資源・農商工連携フォーラム」



▲県内「元気」企業4社、(株)中川政七商店、(株)呉竹、石井物産(株)、(株)粟が県の
伝統素材や特産品を使った地域の強みを生かす商品開発等について語りました。

県 中小企業庁・近畿経済産業局では、1月15日に県新公会堂で「一日中小企業庁 in 奈良」を開催しました。この催しは、中小企業支援施策の紹介や、地元経済団体と意見交換等を行い、今後の支援施策をより良いものにするためのものです。毎年、国と都道府県が連携して実施しており、奈良県では初開催です。

会場には、経営者や商工団体など延べ約1,300人が参加し、活発な交流が行われました。

「中小企業フォーラム」

▼優れた技術をもつ「元気なモノ作り中小企業300社」と地域の魅力を発信する「新・がんばる商店街77選」に選ばれた県内16社・2商店街が紹介されました。



▶最新の中小企業支援施策を紹介する
長谷川榮一中小企業庁長官

▼「2009なら・グッドデザイン セレクト10」大賞、優秀賞の3社に荒井知事から賞状が授与されました。
(右からナカコ醤油(株)、(株)サカガワ＝各優秀賞、ライクイット(株)＝大賞、荒井知事、福田商工労働部長)



「県内経済団体との意見交換会」

▼「意見交換会での成果を奈良の経済活性化につなげていきたい」とあいさつする荒井正吾奈良県知事



◀県内中小企業への金融支援や人材育成等についての意見・提言書を高橋千秋経済産業大臣政務官に手渡す西口廣宗県商工会議所連合会会長

同時開催

一日中小企業相談室
中小企業施策普及コーナー
県内企業紹介コーナー

地域活性化リレーシンポジウム in 奈良
[主催]モノづくり推進会議
日刊工業新聞社



▲せんとくんも登場!「奈良のうまいもの」あじわいグランプリ入選弁当を販売。

県民の方からいただいたご意見やご質問と、
県からお答えした内容を紹介합니다。

Q 平城遷都1300年祭の平城宮跡(メイン会場)への便利な交通手段を教えてください。

A

平城宮跡へは公共交通機関が便利です。

4月24日から始まる平城宮跡でのイベントでは、3つのフェア期間(春季、夏季、秋季)に多くの来訪者が見込まれます。この期間の交通混雑を避け、快適にお越しいただくため、公共交通機関の利用をお願いします。会場は、近鉄大和西大寺駅から徒歩10分程度です。また、近鉄大和西大寺駅とJR奈良駅から平城宮跡までシャトルバスを運行しますので、ご利用くだ

さい。
やむを得ず車でお越しの方は、3つの郊外駐車場に車を止め、シャトルバスで平城宮跡までご案内するパーク&バスライドのご利用をお願いします。

* 春季フェア (4/24~5/9)
夏季フェア (8/20~8/27)
秋季フェア (10/9~11/7)



平城遷都1300年記念事業協会コールセンター
☎0742・25・2010 FAX 0742・20・0710
県道路建設課 ☎0742・27・7495 FAX 0742・27・5339

Q せんとくんクーポンが欲しいのですが、どこで売ってますか？

A

県内の主な書店、宿泊施設などで販売しています。

せんとくんクーポンは、県内文化施設・温泉施設割引券と平城宮跡会場2施設無料券のセットで1,010円(金券付きは2,010円)で、県内の主な書店やホテル・旅館、大手旅行会社などで販売しています。詳しくは、せんとくんクーポン販売センター係へお問い合わせいただくか、ホームページ(www.sento-cp.com/hanbai/)でご確認ください。



☎(社)平城遷都1300年記念事業協会
せんとくんクーポン販売センター係
奈良市法蓮町757 奈良県法蓮庁舎2階
☎ 0742・20・1313
FAX 0742・20・1311

せんとくんクーポン

検索

* 国宝巡礼奈良まほろば手帳も売ってます！



県政へのご質問・ご意見はこちらへ

県民相談室

☎ 0742・27・9900 FAX 0742・22・8653

EX-メール koho@office.pref.nara.lg.jp

ホームページ「県政の窓」でもご意見・ご提案を募集しています

URL www.pref.nara.jp/kensei/f_input.htm

県政の窓フォーム

検索

奈良の歴史散歩

れきしさんぽ

文：奈良県高等学校教科等研究会歴史部会

※イラストはイメージです。
なお、神田阿礼については女性という説もあります。

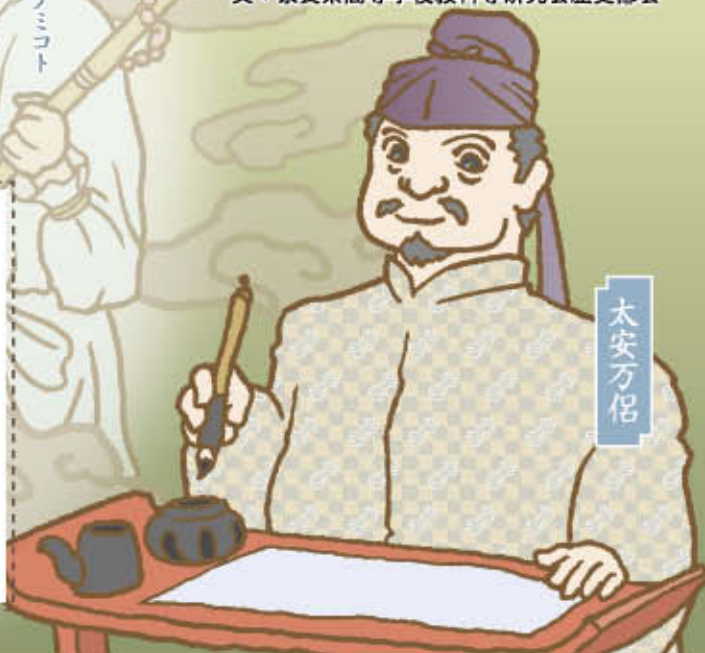
神田阿礼



イザナミノミコト

イザナギノミコト

太安万侶



歴史書「古事記」の
編者
「太安万侶」の
(?~723年)

年表

飛鳥時代

681? 天武天皇による国史の編纂開始

奈良時代(710年~)

710年 平城遷都
712年 古事記完成
720年 日本書紀完成

太安万侶

天武天皇の国史編纂の詔

壬申の乱を制して即位した天武天皇は、正しい歴史を後世に伝えるため「帝紀(天皇家の系譜)」や「旧辞(説話や伝承など)」を舎人(下級の官人)の神田阿礼によりならわせた。阿礼は大変聡明で、一度目にしたり耳で聞いたりしたことは忘れないという抜群の記憶力を持っていた。しかし、天武天皇は686年に亡くなり、国史は完成をみないまま20年余りが過ぎた。

元明天皇から太安万侶への下命

平城京への遷都を行った元明天皇は、律令国家が確立され国家意識が高まったことを反映して、中断していた国史の編纂を再びこころざした。天皇は711年に太安万侶に神田阿礼がよみならつていた「帝紀」「旧辞」を書物に著して献上せよと命じ、翌年の712年、「古事記」が完成した。

「古事記」の表記での工夫

「古事記」が編纂された当時はまだ仮名はなかった。日本語を漢字で表記するのに苦労したことを安万侶は「古事記」の序文で述べている。そこで彼は記述にあたっていろいろ工夫をこらした。例えば、一句の中に漢字の音と訓を交えて用いたり、一つの事柄の全部を漢字の訓だけで表現したりなどである。こうして完成した「古事記」での活躍が認められた安万侶は、舎人親王

太安万侶の墓誌

左京四条四坊に居住していた「太安万侶」が癸亥年(723年)7月6日に死去したと刻まれている。(長さ29・1cm 幅6.1cm 厚さ0.1cm 銅製)



太安万侶の墓 (1979年当時)

平城京跡の東約10km離れた茶畑から墓誌・遺骨が発見された。



アクセス / 近鉄・JR奈良駅から奈良交通バス奈良市駅前交流センター、下水溝、北野行き乗車、田原下車徒歩

らとともに「日本書紀」の編纂にも参加したとされる。

安万侶の死と墓の発見

「続日本紀」によれば安万侶は723年に没した。1979年、奈良市此瀬町の茶畑から火葬された人骨と銅製の墓誌が発見された。墓誌には「...從四位下勳五等太朝臣安萬(万)侶以癸亥年七月六日卒...」とあり、これが安万侶の墓であることが確認された。現在、墓誌は重要文化財、発見の地は国の史跡になっている。

古事記

天地のはじまり、日本の国生みから、日本武尊の地方征伐などの神話・伝承から推古天皇までの天皇を中心とした歴史を3巻にまとめた物語。現存する日本最古の歴史書。

梅林巡りに農園料理 里の魅力を まるごと体験



農悠舎王隠堂の皆さん。撮影当日は干し柿づくりの真っ最中。「ごはんを食べて古道を巡って収穫や加工をして。里の農と一緒に体験しませんか」

「農業生産法人 農悠舎王隠堂」

- 所** 五條市野原中4-5-30(体験は賀名生の里一帯)
- 料** 小学生以上3,500円～ *食事付。体験内容により異なる。食事は農園料理のほか、山上バーベキューもあり。2週間前までに要予約。体験内容・人数・日時、要相談。料理教室も随時開催。
- TEL** ☎0120-740-018
- URL** <http://www.nouyusha.com/>



約2万本もの梅が山間に咲き誇る「賀名生梅林」。白、桃、紅色の花々が山里に、甘い春の香りを漂わせる。



手もぎ梅の梅干しやゼリー、柿ジャムなど、安全・安心にこだわりの加工品や野菜など。直売所には、里で採れたての、旬の味覚が並ぶ。

芳しい梅の香り漂う南朝ゆかりの賀名生の里で、里人の心づくしのもてなしが人気です。ところは全国有数の有機栽培で知られる農家の協同組織「農悠舎王隠堂」。自家農園では古道散策から農園料理、農体験にいたるまで、季節ごとの多彩なもてなし

しで迎えてくれます。たとえば3月なら午前は梅園を巡り、お昼は由緒ある古民家で昼食。午後からは山菜採りに出かけても。自家栽培の農園料理はなんと平均年齢76歳、「里のおばあちゃん」たちが作ります。懐かしい味わいは「野菜の味が濃く、

五條市西吉野地区

「農悠舎王隠堂」



「奈良・もてなしの心推進県会議」では、生き生きとした生活や交流を育むまちづくりを実践している地区を、「もてなしのまちづくりモデル地区」として認定。五條市西吉野地区もその一つです。



昼食は築150年の古民家交流館で。長い歳月使われてきた農具や暮らしの古道具が展示され、里の心を伝えてくれる。

ほっとする優しい味」と大評判。農体験は季節ごとに餅つきやみそ・こなんにやく作りなどが楽しめ、梅や柿などは栽培から収穫、加工までの「一年体験」も可能です。

「梅園散策とお食事をゆつくりと。農体験をメインにしても。里で採れたものだけで作った食事を、この家で召し上がっていただく。風土や空気も含めてこの地をまるごと感じる体験が、一番のもてなしだと思います」と語るのは王隠堂誠海さん。「若い人も高齢の人も皆がいきいき働いて、農業だけで暮らせるように」と、約40年前、農家の自立と共同を目指して組織を立ち上げました。今、その想いは広がって、里と街を温かな交流で結びながら農家の生産性もアップ。里の農の豊かな可能性を次の世代へとつなげていきます。



カラダにいいこと! 明日への健康づくり

野菜の力で健康アップ!

第9回

野菜には、体の調子を整え、機能を正常に維持する大切な栄養素が含まれており、抗酸化作用^{*1}をもつものが多くあります。その機能性のおかげで、免疫力が向上し、脳卒中や高血圧、がんを予防する効果が高いといわれています。(※1抗酸化作用：過剰発生すると体を傷つける活性酸素から体を守る作用)

日本人のほとんどは野菜不足という国の調査結果も出ています。野菜の機能を知って、健康のためにいろいろな野菜をもっとたくさん食べましょう。



キャベツ・大和
まな*・下北春
まな*・ピーマ
ン・じゃがいも
・ブロッコリー

ビタミンC

血管、歯、結合組織を丈夫に保ち、冠動脈疾患の予防によい。

小松菜・下北春
まな*・かぶ
千筋みずな*



カルシウム

丈夫な骨や歯をつくり、骨粗しょう症の予防になる。

ごぼう(宇陀金ごぼ
う*・香りごぼう*)
モロヘイヤ
にんじん



食物繊維

腸内環境を整え、糖尿病の予防やコレステロール値の正常化に役立つ。

にんじん
かぼちゃ
モロヘイヤ
ほうれんそう
下北春まな*



β-カロテン

皮膚や粘膜の細胞を正常にし、がん予防によい。

ほうれんそう
大和まな*
かぼちゃ



ビタミンE

細胞の老化を防止し、動脈硬化予防によい。

じゃがいも
さつまいも
さといも



カリウム

ナトリウムの排出を促進し、高血圧の予防によい。

トマト
金時にんじん



リコピン

がん予防・動脈硬化予防によい。

ブロッコリー
カリフラワー
芽キャベツ
キャベツ



グルコシノレート

がん予防、解毒作用を促進する。

たまねぎ・サニーレタス・ブロッコリー

ケルセチン

動脈硬化・糖尿病予防・炎症やアレルギーをおさえる。



とうがらし・赤ピーマン

カプサイシン

体脂肪の分解促進・食欲増進。



*大和野菜：奈良県の特産品として特徴をアピールできる大和の伝統野菜とこだわり野菜。



1日に摂りたい、望ましい野菜の量は350g 野菜をたくさん食べるためのコツ6カ条

- ①野菜料理を毎食1皿以上食べる習慣を。
- ②加熱するとカサが減って食べやすい。
- ③付け合わせの野菜を残さず食べる。
- ④つくり置きのできる野菜料理を活用する。
- ⑤外食は一品ものより定食を選ぶ。
- ⑥野菜ジュースで不足を補う。

奈良印良品

じるし りょう ひん

～キラリと光る 人・もの・知恵～

VOL.3



▲冷間鍛造プレス300トンと飯塚靖取締役、飯塚博代表取締役、飯塚智取締役（左から）

シートベルト用部品をメインに作られています。どのような製品ですか？

シートベルトの収納部分の中にあるギア(歯車)です。衝突時に作動してベルトを巻き取り、体をギョッと締め、前に行くことを防ぐ重要な部分です(下

シートベルト用部品で世界へ急発進!

「モノづくり」の大好きな社長が開発したシートベルト用部品。小さな部品が見えないところで、みんなの命と安全を守っていた!

写真の赤丸。他にエアバッグ用の部品も作っていて、どちらも冷間鍛造技術を駆使しています。

冷間鍛造技術とは?

日本刀を鍛えるのとは違い、材料となる鉄に熱を加えずに常温で、大きな圧力をかけて鍛える加工法です。下図のように金型に鉄をセットして①、上から圧力をかけて、金型の中で鉄を引き伸ばしながら成形します②③。

その後、底の打ち抜き工程を経てリング状の製品ができあがります。金型設計・製作から鍛造・機械加工までの一貫した取組で、低コスト・高品質・大量生産を可能にしました。

世界的な不景気にも関わらず、増収増益されていますね。成功の秘訣はなんでしょうか?

若手を育成することですね。うちは人が資本なんです。今は、世界中で一番安くて一番いいものしか使ってもらえません

ら、開発には時間もお金もものすごくかかっていますよ(笑)。



開発していると誰でも壁にあたって行き詰まる。そこから飛び出せる人が伸びていきます。人まねではだめ。自分で考えないと新しいモノは生まれません。そんな環境作りを徹底してやっています。

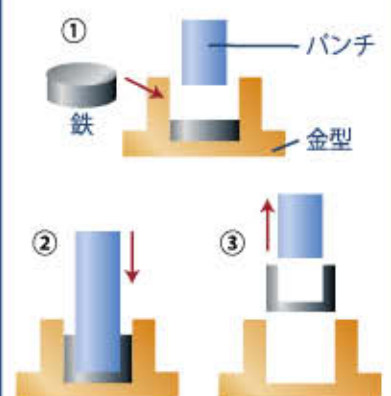
今後の目標を教えてください。

現在、輸出は北米が中心ですが、今後の需要・発展が期待される中国やインドへの市場拡大を考え、海外戦略室を設置しました。材料や金型が破損しやすいなど、冷間鍛造は難しい技術ですが、高度な技術は日本の役割です。

若者へのメッセージをお願いします。

うちはチャンスも評価も公正です。派遣社員から会社の心臓部である鍛造部のリーダーになった人もいます。「本人のやる気」が一番大切。就職活動の時は、県外や大手企業に目が行きがちですが、県内にもがんばる企業があることを知ってほしい。若い人に技術を引き継ぐことが使命だと思っています。

冷間鍛造技術のイメージ図



株式会社飯塚製作所

所 本社・大和高田市根成柿493
 0745・22・3515
 0745・22・3516
 www.iidzka.co.jp/

(株)飯塚製作所は、昭和39年に金属プレス加工業として創業。(財)奈良県中小企業支援センターが紹介する「なら発ものづくりオンリーワン」企業の1つでもある。2007年度の売上高21億円。

「お客様の注文は100%成功させてきた。今までにないモノを造るのが飯塚」と自信を込めてきっぱり言い切る飯塚社長。挑戦し続けることの大切さを改めて感じました。

代表取締役 飯塚博さん



海外戦略を進める取締役 飯塚靖さん



～きっかけはどこにでも～

若者に広がる薬物乱用

「薬物乱用」1回でも
「ダメ。ゼッタイ。」



薬物乱用の低年齢化が進んでいます。昨年7月には県内大学生が大麻の所持で逮捕されました。薬物乱用の若者が増えているのは、薬物がインターネット等で入手しやすくなったこと、ファッション感覚で薬物が使われていることなどがあります。また、「合法ドラッグ」と称して抵抗感を薄れさせることで、乱用が拡大している傾向もあります。薬物乱用は決して他人事ではありません。まるで伝染性の病気のように周囲に広がります。薬物乱用防止の正しい知識を持ち、薬物乱用を許さない社会をみんなで作っていきましょう。

☎県業務課 ☎0742・27・8664 ☎0742・27・3029

一度だけのつもりが、人生を破壊します。



薬物の恐ろしい特徴は
「依存性」と「耐性」です。



1回の使用がきっかけとなり、薬物のとりこになる「依存性」、繰り返し使用すると、それまでの量では効かなくなる「耐性」。心も体もボロボロにし、家族や友人にも被害を与え、そして「死」に至ることもある。やめたくても、1人では決してやめられない!



薬物は身近なところからあなたを狙っている。



甘い言葉に
だまされる

ビタミン剤だよ
ダイエットに効く



先輩や友人
からの誘い

みんな
やっているよ



ストレスや
いじめから
逃れたい

いやな
ことを
忘れたい



携帯電話やインター
ネットのサイトを
通じて販売



合法ドラッグ(違法・脱法ドラッグ)

麻薬や覚せい剤に指定されていないが、危険性は麻薬や覚せい剤と変わらないものが多い。使用で死亡事故につながる事もある。



規制を逃れるために芳香剤・防臭剤・観賞用等と称して販売されている

薬物の誘いを断る方法

- ▶薬物は絶対に受け取らない(タダでも)
- ▶「いらん」ときっぱり言う(友人でも)
- ▶その場から立ち去る

◇人のいる場所へ◇広い場所へ◇明るい場所へ

薬物依存等で困っている人を支援します!



矢野拓史さん(33)
社会福祉士
奈良県立大学
学生生活支援
センター代表理事

ダルクは司法・行政・医療と連携を持ちながら依存症者への相談回復支援や学校講演、刑務所でのグループワークや家族教室などを行っている団体です。研修センターも運営しており、国内外から講師を招くなど研修事業にも力を入れています。今回、県と連携して右記研修会を開催しますので、ぜひご来場ください。

近年、相談件数の増加と共に年齢層の低下や普通の青少年が大麻を使い始めるなど薬物問題が深刻化しています。依存症は病気であり1人の力ではどうにもなりません。適切な治療が必要です。

薬物依存について学ぼう

無料、申込不要
どなたでも参加できます。

① 3/11(木) 10時～17時
「薬物依存と回復プログラム」

講師：松本俊彦さん(国立精神・神経センター保健研究所医師)ほか

② 3/20(土) 12時～17時半
「司法にできること」

講師：近藤恒夫さん(日本ダルク代表)ほか

☎奈良弁護士会館(奈良市中筋町)
近鉄奈良駅下車北へ約200m

乱用されている薬物

危険な薬物は次のような別名で呼ばれ、私たちの警戒心を惹かせます。

- ←覚せい剤(エス・スピード・シャブ)
- 大麻→(マリファナ・チョコ・ハッパ)
- ←MDMA(エクスタシー・ハッパ・エクス)
- ←コカイン→(クラック・コーク・スノー)
- ←ヘロイン(ペー・ジャンク)
- LSD→(エル・アシッド)
- ←向精神薬(青玉・銀/ハレ/金/ハレ)
- 有機溶剤→(アンパン・ジュントロ)
- ←マジックマッシュルーム(きのこ)

☆相談窓口のご案内☆ 匿名で相談ができます。

県業務課 ☎0742・27・8664
県警少年サポートセンター ☎0742・22・0110
県警前少年サポートセンター ☎0744・27・4544
奈良ダルク ☎0745・22・0207
お近くの保健所

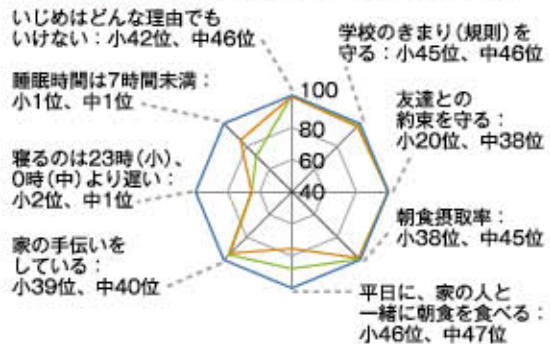
奈良県「地域の教育力」再生委員会とりまとめ報告から 地域の教育力を高める ～知・徳・体のバランスのとれた子どもを育てる～



全国学力・学習状況調査の結果から、本県の子どもは、教科に関する調査は全国平均を上回っているものの、基本的な生活習慣や規範意識などの項目で課題があることがわかりました。そこで、県では、「地域の教育力」に注目して奈良県「地域の教育力」再生委員会を設置。委員会では、「それぞれの地域の人たちの生の声から聞こえてくる問題点を出発点とすべきである」ととらえ、事例報告とアンケート調査を実施しました。そこから課題を抽出し、その対応策を協議、報告書にとりまとめました。

子どもの生活習慣と考え方

(「平成20年度全国学力・学習状況調査」の結果から)



奈良っ子さんは、夜ふかし？

(県内モデル地区における「子どもの生活実態調査アンケート結果」から)

週3日以上、朝ご飯を食べない



10人に1人

小6 中2

毎日子どもだけで朝ご飯を食べる



4人に1人

中3

就寝時間が遅い

4人に1人は22時以降に寝る



保育園児

小学生

5人に1人は23時以降に寝る

地域の教育力を高めるための4つの方策

家庭

子育てや教育力の低下が指摘されている。
就学前幼児の実態把握、父親も参加できる子育て、親としての学びの支援を拡充。

具体例：幼児の運動能力・生活習慣等の実態調査。親支援プログラム「ノ・バディーズ・パーフェクト」など。

学校

教育活動の実態や目標を地域と共有できていない。
学校をコミュニティ形成の核と位置づけ、「子のつながり」を通じて地域の子どもたちの教育課題・目標を共有し、連携した活動を推進。

具体例：学校の空き教室利用による地域拠点の提供。郷土料理や行事食を利用した食育活動など。

地域活動への参加が減少し、子どもの地域での社会体験が乏しくなっている。

地域の課題に気づき目標を明らかにすることで「志のつながり」を構築し、具体的活動をとって地域のくらし向上を目指す。

具体例：総合型スポーツクラブでのスポーツ機会の提供。公民館等を利用した宿泊・通学体験(通学合宿)など。



地域の人と校庭の芝生化

地域

家庭・子どもの課題が地域ごとに異なり、子どもの状況や課題が広く県民に伝わっていない。

新たな施策の実行体制を確立し、さまざまな団体、組織と協働・連携を図って課題のアピールと事業を実施。

具体例：モデル地域調査検討会でモデル事業の内容検討と成果検証など。

その他

通学合宿で地域との交流を！

県では、来年度から「通学合宿」の実施を進めます。通学合宿とは、地域の公民館等で子どもたちが一定期間寝泊まりしながら学校に通う取組です。ふだん家族に頼りきりになりがちな食事作り、掃除、洗濯などの基本的な生活に関わることを自分ですることによって、家庭や家族の大切さに気づく機会となります。また、地域の大人たちが協力することで、地域全体で子どもを育む意識が高まることも目指します。

おわりに

地域の教育力向上のためには、過去の教育力を取り戻すことではなく、新たな組織の連携や協働を進め、家庭や学校を支援する新しいネットワークを作ることが必要です。

情報ファイル

マークの見方 ①申し込み ②日時 ③ホームページ
④お問い合わせ ⑤場所 ⑥Eメール

子ども
楽しめる
イベント

電子申請
電子申請

電子申請
www.egov-nara.jp/
e-kotonara/

※印のある問い合わせ先・所在地のないものは奈良県庁
(〒630-8501 奈良市登大路町 30 番地)です。

FAX 番号の記載がない場合は、県広報広聴課 ☎ 0742・22・6904 で取り次ぎます。

募集

「みんなのちからで川をきれいに」
「地域が育む川づくり事業」に
参加しませんか？

県管理の河川で草刈や草花の植栽活動をしてくださる団体を募集。要件を充たす活動については報奨金等の支援をします。詳しくは左記へ。

④県河川課 ☎ 0742・27・7504
または各県土木事務所河川管理担当課

養徳学舎入舎生

首都圏の大学に入学する男子学生のための学生寮「養徳学舎（東京都文京区小日向4・3-1）」の平成22年度入舎生を募集。13人。応募者が募集人員を超えた場合、公開抽選学舎は施設の老朽化により建て替え、22年度から新学舎となります。

①郵送が持参で、入舎申込書・調書（ホ-

ムページから入手可）に必要事項を記入して左記へ。3/11、12時必着。

④県東京事務所 ☎ 03・5212・9096

T1020003 東京都千代田区平河町2-6-3

都道府県会館9階 奈良県東京事務所

県政策調整課 ☎ 0742・27・8306

④ www.pref.nara.jp/tokyo/yotaku/

大宮通り「もてなし花づくり」ボランティア

時 3月22日(休) 9時30分～12時

所 大宮通り(主要地方道奈良生駒線)

国道24号～秋篠川の間

平成遷都1300年祭にあわせ、地域の方々と景観まちづくりに向けての花づくり。花壇などへの草花の植え付けを一緒に行うボランティアを募集。

①郵送かFAX、Eメールで住所・氏名・電話番号・年齢を左記へ。3/15必着。

④県地域デザイン推進課※

☎ 0742・27・5433

☎ 0742・27・7685

④ dezain@office.pref.nara.jp

④ www.pref.nara.jp/od_aspx_menuid-4185.htm

上海国際博覧会会場で展示する1300人の笑顔&メッセージ

7月に上海国際博覧会日本館イベントステージで実施する「21世紀の遣唐使ー奈良ウイークIN上海」。会場に展示する笑顔の写真入りのメッセージを募集。先着1,299人分。不適切な文言は採用できません。メッセージは中国語に翻訳します。

①Eメールで、50字以内のメッセージ(奈良県のPR、奈良県への歓迎メッセージや

中国在住の家族・知人へのメッセージなど)

・笑顔の写真データ(1MB以上)1枚・住

居情報(〒、市町村、番地)を明記してください。

高田千本桜

春の日差しを受けて咲く、桜の下を歩きましょう。

時 3月下旬頃～4月上旬頃

*気温等、気象条件により変動します。

所 大中公園、高田川畔ほか

④大和高田商工会議所

☎ 0745・22・2201

☎ 0745・22・2277



マークの見方 ①日時 ②場所 ③お問い合わせ ④ホームページ

石舞台古墳 夜桜ライトアップ

ライトに映し出された迫力ある石舞台古墳と幻想的な桜のコラボレーションをお楽しみください。

時 3月下旬頃～4月上旬頃 18時～21時

所 石舞台古墳、

国営飛鳥歴史公園石舞台地区

(財)明日香村観光開発公社

☎ 0744・54・4577

☎ 0744・54・3730

④ www.asukanko.or.jp/



津風呂湖 湖水開き

津風呂湖(人口湖、周囲32km、広さ150ha)では、ボート遊びや釣り、遊覧船を楽しめます。湖水開きには、津風呂湖の安全祈願を行い、遊覧船が運航を開始。今年は50周年記念として、4/29(祝)

に津風呂湖感謝祭(ウオーキングや自然環境チャリティーコンサート)も開催。

時 3月28日(日)

所 津風呂湖乗船場(吉野町河原屋)

④津風呂湖観光協会

☎ 0746・32・2847



信貴山、まんぶくの旅 来て・見て・触れて！ 信貴山すみからすみまで

奈良の奥座敷。信ずべき貴ぶべき。「信貴山」で宝探しや道の駅「食」フェスタ、フリーマーケット、厄除け千人鍋(大根炊き)、「井上あずみ」コンサート、「それいけ！アンパンマン」ショー、収穫体験ほか多彩なイベントを開催。

時 3月27日(土)・28日(日) 10時～16時

*宝探しは3月1日(月)～5月5日(祝)

所 信貴山朝護孫子寺、信貴山のどか村

④平群町経済建設課

☎ 0745・45・1001(代)

☎ 0745・45・0211

④ www.town.heguri.nara.jp/

所・氏名(団体の場合は団体名、代表者氏名、参加人数)・電話番号を左記へ。3/31消印有効。詳しくは左記まで。

☎県国際観光課※0742-27-8330
e: iad-nara@mahoroba.ne.jp

まほろばシニアリーダーカレッジ受講生

時5月～来年3月(全36講座)
所 奈良教室・県文化会館ほか(木曜)

檀原教室・県社会福祉総合センター(火曜)
地域のために活躍したいと考えるシニアに向けた講座。ボランティア、地域活動に関する座学と実習など。県内在住の概ね60歳以上の人(4月1日現在)で地域活動に関心のある人。各教室50人。
受講料7,500円。

⑧八ガキで、住所・氏名・電話番号・教室名(奈良か檀原)・年齢を左記へ。4/15消印有効。抽選。

☎(財)健やか奈良支援財団

〒6340061 橿原市大久保町32011
☎0744-29-0120

農業大学校短期研修受講生

①シニアファーマー養成講座

講義・実習各10回。春・秋コース各30人、果樹コース15人。県内在住で65歳未満の就農意欲の強い人。

②アタックファーマー養成土曜講座

働きながら技術を学ぶ。年8回土曜開講。20人。県内在住で60歳未満の就農意欲の強い人。

無料(教材費等は実費負担)。

③郵送で、応募書類と返信用封筒(80円切手を貼付)を下記へ。3/10～24必着。応募書類の請求は、返信用封筒(90円切手を貼付)を同封の上、下記まで。ホームページ

からも入手可。

☎県農業大学校 ☎0744-43-1551
〒6340046 桜井市池之内1-30-1

☎www1.mahoroba.ne.jp/naranodi/

河川整備計画(原案)の公開と意見募集(パブリックコメント)

淀川水系(奈良県域)河川整備計画(原案)を公開。ご意見をお寄せください。

公開・意見募集期間 3月23日(火)～4月23日(金)(土日・祝日は除く)

公開場所 県河川課、奈良・郡山・宇陀土木事務所、関係市町村(奈良市・天理市・生駒市・宇陀市・山添村・御杖村・曾爾村)河川担当課、県河川課ホームページ

*住民の皆さまのご意見をいただくため、説明会を開催。詳しくは左記へ。

⑧八ガキがFAX、Eメールでご意見・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を左記へ。電話での受付はしておりません。

☎県河川課 ☎0742-27-7507

☎0742-22-1399

☎river-23@m4kcn.ne.jp

☎www.pref.nara.jp/od_aspx_menuid-12730.htm

「子育てメールな5」コラムライター

県内在住・在勤の子育て中・妊娠中の人や子育て支援に関係している人、「子育てメールな5」(www.kodomo.pref.nara.jp/mnag/)で、コラムを書いてみませんか?

掲載期間は、今年4月から平成23年3月まで。謝礼なし。詳しくは左記へ。

⑧Eメールかホームページから、住所・氏名・年齢・電話番号・1回分のコラム(500字以内)・応募理由・職業・Eメールアドレスを左記へ。3/15締切。

☎県子育て家庭サポートセンター

☎0744-29-0120

☎info@kodomo.pref.nara.jp

☎www.kodomo.pref.nara.jp/sc/

展示

第3回 中国陝西省ゆかり展

時 3月12日(金)～18日(木) 10時～22時
(18日のみ20時まで)

二胡コンサート 3/14(計3回を予定)
所 イオンモール橿原アルル(橿原市)

奈良県と歴史的にゆかりが深く、友好提携に向けて交流を進めている中国陝西省の歴史・風景等を写真パネル等で紹介。14日は、中国の伝統楽器「二胡」のコンサートや映像の紹介も。申込不要。

☎県国際観光課※0742-27-8477

3月 県民ホール催し案内

●私が出会ったシルクロード写真展

1日(月)～5日(金)

●第31回県立登美学園 陶芸作品展

8日(月)～12日(金)

●第35回全国育樹祭 入賞作品展

15日(月)～18日(木)

●協働事業紹介展示

23日(火)～26日(金)

●奈良県リサイクル認定製品の展示

29日(月)～4月2日(金)

☎県広報広聴課※0742-27-8337

お知らせ

確定申告のお知らせ

●所得税・贈与税・個人住民税・個人事業税の確定申告は2月16日から3月15日まで。所得税の確定申告書を提出されると個人住

民税・個人事業税の申告は必要ありません。

☎各税務署(所得税・贈与税に関して)

奈良税務署 ☎0742-26-1201

葛城税務署 ☎0745-22-2721

桜井税務署 ☎0744-42-3501

吉野税務署 ☎0746-32-3385

各市町村(個人住民税に関して)

各県税事務所(個人事業税に関して)

●個人事業者の消費税・地方消費税の確定申告は3月31日まで。消費税と地方消費税の申告は同一の申告書で各税務署へ。

自動車の登録変更はお早め

3月末は、運輸支局や自動車税窓口が大変混雑します。車検証の住所変更(変更登録)、名義変更(移転登録)や廃車(抹消登録)、これらに伴う税の申告などの手続きは、お早めにお願います。県内在住で他府県ナンバーに車をお持ちの人は、速やかに奈良ナンバーに登録変更を!

☎自動車の登録 近畿運輸局奈良運輸支局 ☎050-5540-2063(テレホンサービス)

自動車税・自動車取得税 奈良県自動車税窓口 ☎0743-57-0300

「子育てにもっと関わりたいがどう関わったらいいかわからない」そんなお父さんたちの声に応え、子育ての具体的な関わり方などをドラマ形式でわかりやすく紹介した乳幼児の父親向けDVDを作成しました。

企業の研修や地域の父親の集まる場でご利用ください。希望の企業や団体に無料で配布します。詳しくは左記へ。

☎県少子化対策室※0742-27-8603
☎www.pref.nara.jp/od_aspx_menuid-1648.htm

在宅酸素療法時は 火気の取扱いに注意!!

在宅酸素療法時に、喫煙などの火気からの火災で、死亡事故が発生しています。酸素には燃焼を助ける性質があり、タバコのような小さな火でも急激に燃焼し、火災の原因になります。酸素吸入中は絶対に火気を近づけず、正しく使用してください。

◎県業務課 ※0742・27・8673
www.mahoroba.ne.jp/narayaku/

兼業農家向けホームページを開設 「お米と菜園づくり応援ページ」

県内での米づくりや家庭菜園などの技術情報、パソコンのインターネットを通じて利用できます。兼業農家の人、市民農園を利用されている人など、作物を育てる際にぜひご覧ください。左記アドレスまたは「菜園づくり応援」で検索を。

◎県担い手・農地活用対策課 ※
0742・27・7617

www.pref.nara.jp/dd.aspx?menuid=8662.htm

「地の味・土の香」に新たに5カ所の 農産物直売所が加りました!

「地の味・土の香」は、県が地域活性化の拠点となる農産物直売所を支援するため、協働協定を結んだ直売所のネットワークブランド。19カ所の直売所に、新たに5カ所が加わりました。安全・安心で美味しい県産農産物やこだわりの加工品に出会える「地の味・土の香」へ、ぜひお立ち寄りをお願いします。

- ① 菟田野アグリマート(宇陀市)
- ② 信貴山のどか村野菜果物直売所(三郷町)
- ③ ダイキ株式会社ダイキ天理店(天理市)

- ④ 畜産ならショップ(葛城市)
- ⑤ 道の駅「宇陀路室生」こもれび市場(宇陀市)

◎県マーケティング課 ※

0742・27・5427

www.pref.nara.jp/noribu/chinoaji/

宝くじの購入は、県内の売り場で!

学び

種からはじめる花づくり講習会

① 3月14日(日) 14時~16時

◎奈良市中郡公民館

② 3月20日(土) 10時~12時

◎桜井市立中央公民館

③ 3月20日(土) 14時~16時

◎エルトピア中和(大和高田市)

④ 3月21日(祝) 10時~12時

◎所河合町中央公民館

⑤ 3月21日(祝) 14時~16時

◎大和郡山市市民交流館

第27回全国都市緑化ならフェア開催に向けて、種から育てる花づくりの基礎講座と種まき実習を開催。①④各80人、②③各50人、⑤40人。

◎郵送かFAX、Eメールで、住所・氏名・電話番号・性別・年齢を左記へ。

①は3/8、②③④⑤は3/15消印有効。

◎第27回全国都市緑化ならフェア実行委員会事務局 ※0742・27・8042

0742・27・8002

◎narafair@yamatohanagoyomi.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

www.narafair.jp

奈良が舞台のドラマのロケ地を訪れよう!

ドラマ 万葉ラプソディー 冬

放送: 3月19日(金) 20時~20時43分
NHK総合(関西地域)

舞台は十津川村・明日香村・川西町。万葉集の歌を題材にした全3話のオムニバスドラマ。奈良を彩る美しい風景を舞台に、「万葉集」のラブロマンスを現代によみがえらせた、切なくもハートウォーミングなラブストーリーです。四季シリーズの完結編「冬」。

- 万葉の時代から変わらない恋と奈良の魅力を感じてみませんか。
- 第一話「世界でいちばん長い道」
(主演: 塩見三省/石井 豊子)
 - 第二話「貝ボタン」
(主演: 平 愛梨/杉森 大祐)
 - 第三話「棚田のマレビト」
(主演: 多田 実喜/中岡 優介)



ロケ地:
明日香村ほか

古代史ドラマスペシャル 大仏開眼

放送: 4月3日(土)・10日(土)(全2回) 19時30分~21時
NHK総合(全国)

舞台は奈良時代の平城京。吉備真備と阿倍内親王、そして藤原仲麻呂の3人を軸に、その時代に生きた人々の人間模様を、ダイナミックに描きます。平城遷都1300年を迎えた今、理想の国家づくりを目指す当時の人々に思いをはせてみませんか。

- 出演者 吉岡 秀隆(吉備真備)/石原さとみ(阿倍内親王・孝謙天皇)/高橋 克典(藤原仲麻呂)/市川 亀治郎(玄昉)/内山 理名(由利(語り))/草刈 正雄(葛城王・橘 諸兄)/浅野 温子(光明子)/園村 隼(聖武天皇)ほか



ロケ地:
平城宮跡ほか

◎NHK奈良放送局 ☎0742・26・3411 ④www.nhk.or.jp/nara/

県女性センター修了生グループ 「グループ飛翔」企画講座

◎3月12日(金) 13時30分~15時30分

◎奈良県中小企業会館(奈良市)

「自分を上手に表現しませんか?」

男女がともに明るく元気になる「コミュニケーション」を磨く企画講座。講師は心理カウンセラー平松みどりさん。40人。性別不問。受講料無料。託児あり。

◎八ガキがFAX、ホームページで、希望講座名・住所・氏名・電話番号・年代・託児希望は子どもの名前・生年月日を左記へ。

「ためしてガッテン」「クローズアップ現代」のコメントーター、脳トレの権威諏訪東京理科大学教授の篠原菊紀さんが、買い物やギャンブル依存の仕組みを解き明かし、健全な生活設計を提案。300人。先着順。無料。

◎往復八ガキがFAX、Eメールで住所・氏名・電話番号を左記へ。

◎奈良県金融広報委員会(県消費生活センター内) ☎0742・27・5454
TEL:08213 奈良市登大路町10-1
0742・27・2686
◎mail0038@shiriporuto-net.jp

託児は1歳6ヶ月以上就学前。1人1回につき500円。

① 奈良女性センター ☎0742・27・2300
〒6308616 奈良市東向南町6

② ☎0742・22・6729
www.pref.nara.jp/dd_aspx_menuid-11774.htm

若者対象就職に役立つセミナー

● 作ってみよう！職務経歴書と自己PR書
③ 3月11日(木) 13時30分～16時30分

● 実践に役立つ！面接トレーニング
④ 3月25日(木) 13時30分～16時30分

● おおむね35歳未満の求職者(30代後半不特定就労者を含む)。就職に関するスキルを学ぶ。無料。各回10人程度。

⑤ エルトピア奈良(奈良市西木辻町)
☎電話がFAXで住所・氏名・電話番号・年齢・希望日を左記へ。各回、前日まで。

⑥ FAXでの申込は、受付後連絡あり。
⑦ かなじョナルカフェ ☎0742・23・5730
☎0742・23・5757

⑧ www.nara-jobcate.jp/

奈良学セミナー「奈良学大全」

⑨ 4月より毎月2回

⑩ 青山茂さん(帝塚山短期大学名誉教授)のセミナーをシリーズで開催。受講料1,000円。50人。詳しくは左記へ。

⑪ ⑫ 国際奈良学セミナーハウス(奈良市)
☎0742・23・5821
http://nara-manabi.com/



相談

多重債務巡回相談(予約制)

⑬ 3月18日(木) 9時30分～17時

⑭ 多重債務者向け相談員による相談。必要に

応じて専門機関(弁護士や司法書士など)を紹介しします。無料。秘密厳守。

⑮ ⑯ 奈良財務事務所総務課(奈良市)
☎0742・27・3161
☎0742・22・9292

看護と福祉の仕事の「休日サテライト相談会」

⑰ 3月13日(土)・4月10日(土)
(毎月第2土曜日開催) 13時～20時

⑱ 所県文化会館(奈良市)

● 看護職・看護学生の就職相談会
● 看護職を目指す人の進学相談会
● 福祉の職場を探している人の就職相談会
● 無料。申込不要。

⑲ ⑳ 看護関係の相談
㉑ (社)奈良県看護協会・ナースセンター事業部
☎0744・25・4031

㉒ ☎0744・24・7703
⑳ ⑳ 福祉関係の相談
㉓ (社)奈良県社会福祉協議会・福祉人材センター
☎0744・29・0160

㉔ ☎0744・29・6114

職場でのトラブルの解決を お手伝いします

「突然、解雇や配置転換されたが納得できない」「何の説明もなく賃金を引き下げられた」など、個々の労働者と使用者間の労働条件、その他労働関係に関する紛争の解決をお手伝いする個別労働関係紛争あっせん制度。手続簡単。無料。使用者からの申請もできますので、お気軽にご相談ください。

⑳ 奈良労働委員会事務局

㉕ ☎0742・23・3530
www.pref.nara.jp/dd_aspx_menuid-1704.htm

平城遷都1300年祭情報

春の神武祭「飛鳥・藤原みやび祭」

① 4月2日(金) 17時～20時
4月3日(土) 10時～17時
(パレードは13時)

② 所 橿原神宮参道、一の鳥居周辺、森林遊苑
古代衣装行列や女帝行列をメインに、県内外のゆるキャラも登場する大型パレードを実施。前夜祭は幻想的な光の演出で飾られた中での創作女帝衣装披露等のイベントも奈良まちおこし結び会も同時開催。

③ 橿原市役所企画政策課
☎0744・22・4001

④ 古代葛城歴史回廊 参加者募集
神話と古代ロマンの舞台でのリレーウォーク

⑤ ① かしば古代の道を歩く(9km)
② 4月29日(祝) 9時集合
③ 所 香芝市役所
* 香芝市主催のウォークも同時開催。事前申込不要。(㉖)香芝市商工農産課 ☎0745・76・2001

④ ④ 葛城の里探訪(7km)
⑤ 5月9日(日) 9時30分集合
⑥ 所 木戸池公園(葛城市)

⑦ ⑦ 歴史を感じよう～広陵古墳めぐり(5km)
⑧ 9月25日(土) 9時30分集合
⑨ 所 竹取公園(広陵町)

⑩ ⑩ 大和高田古代風景フットパス(7km)
⑪ 11月13日(土) 9時30分集合
⑫ 所 JR高田駅前(大和高田市)

⑬ ⑬ 葛城古道を歩く会(13km)
⑭ 11月23日(祝) 9時集合
⑮ 所 御所市老人福祉センター

⑯ 5回のウォークに参加出来る人。500人。各回300円。

⑰ ⑰ 往復八ガキ(一枚2人まで可)で、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を左記へ。抽選。

⑱ ⑱ 葛城広域行政事務組合
〒6350096 大和高田市西町1-11
☎0745・23・7701

歴史探訪ウォーク～三都を結ぶ 三道でめぐる三女帝の浪漫～

① 藤原京誕生コース(12km) [200人]
② 5月7日(金) 8時30分から受付

③ ③ 近鉄飛鳥駅改札口前集合(明日香村)

④ ④ A「歩き隊・下ッ道(28km) [200人]
⑤ B「バス隊・上ッ道(7km) [150人]
⑥ C「バス隊・中ッ道(8km) [100人]
⑦ D「バス隊・下ッ道(7km) [150人]

⑧ ⑧ 5月8日(土) 7時30分から9時受付
⑨ ⑨ 近鉄橿原神宮前駅中央改札口前集合(橿原市)

⑩ ⑩ 参加費①・②-A各500円、②-B/C/D各1,000円。小学生以下無料。②-Aは中学生以上。バス隊はバス&ウォーク。

⑪ ⑪ ① 八ガキがFAX・Eメールで、郵便番号・住所・氏名・年齢・参加人数・電話番号・コース番号を左記へ。両日申込可。抽選。3/31消印有効。

⑫ ⑫ ① 歴史探訪ウォーク実行委員会事務局(奈良新聞社内) ☎0742・32・2115
〒6308666 奈良市法華寺町2-4

⑬ ⑬ ☎0742・32・2774
⑭ ⑭ entry@nara-np.co.jp

⑮ ⑮

⑯ ⑯

Enjoy Sports 権原公苑

●3月20日(土) 9時~16時20分
 スポーツ屋台村(ニューススポーツ体験)、親子・わんぱく体操体験、骨密度測定、明日香周辺ウォーキング。運動できる服装。体育館シューズ。用具のある人は持参してください。無料。第一体育館内で随時受付。詳しくは左記へ。
 所 権原公苑体育館(権原市)
 ☎0744・22・6000
 www.pref.nara.jp/dd.aspx_menuid=10392.htm

第7回暮らしと環境フェスティバル

●4月3日(土) 10時~17時
 4日(日) 10時~16時
 所 県文化会館(奈良市)
 見て触れて体験できる県内の企業・団体の

県政テレビ番組 奈良テレビ

県政フラッシュ
 毎日21:54~22:00
 県政の出来事を毎日ニュースでお届けします。
 奈良!そこが知りたい
 「高齢者の暮らしはどうなる」
 3月20日(土)21:00~21:30
 [再 3/26 17:55~18:25]

県政ラジオ番組

担当職員が県の事業をわかりやすく紹介!
 県政ほっとライン
 FMハイホー(81.4MHz) 毎週月~金 10:15~10:20
 県政HOTインフォメーション
 ならどっとFM(78.4MHz) 毎週月~金 11:15~11:20

県広報広聴課 ☎0742・27・8326

はやま森の学校

●3月21日(祝)~22日(休) [1泊2日]
 野外活動を通して、基礎となる知識や技術を身につけ、将来地域のリーダーとして活躍する人材を育てる。積極的な行動ができるように、グループ間での意見交換のプログラムもあり。小学3~6年生60人。先着順。参加費3,000円。3/2より受付。
 申 電話かFAX、Eメールで住所・氏名・年齢・電話番号を左記へ。
 所 県立野外活動センター(奈良市)
 ☎0743・82・0508
 ☎0743・82・20026
 e yagai204@yahoo.co.jp
 www.12ocn.ne.jp/~center/

第31回奈良筆まつり

●3月21日(祝) 10時~15時
 所 菅原天満宮(奈良市)
 日本三筆と言われる菅原道真の誕生の地で、奈良筆の歴史や書道の啓発に関する諸行事、筆供養を開催。書道用具が揃う「筆の市」も同時開催。
 所 奈良毛筆協同組合 ☎0742・22・30024
 県商業振興課 ☎0742・27・5424

第32回 芝能

●3月22日(休) 14時30分
 所 県庁前広場(奈良市)
 「芝能」は、能楽を能発祥の姿で再現し、芝生の上で直接演じられる珍しい演能会。芝能鑑能のみは無料(立見)。事前に鑑賞講座(有料)もあり。詳しくは左記へ。
 所 NPO奈良能 ☎0742・22・2660
 奈良競輪3月開催日程
 普通 21日(祝)~23日(火)
 S級「三笠賞」 29日(月)~31日(水)

人権コーナー

毎月11日は「人権を確かめあう日」

国際交流の高まり

平城遷都1300年祭の開催により例年にも増して多数の方が世界各国から奈良にお越しになることが予想されます。
 当時の都であった平城京では、中国や韓国等の大陸文化の影響を深く受け、日本古来の文化と結びついて、華やかな天平文化が生まれました。また、国家としての基本的枠組みもこの時代に確立されました。

現在、県内には多くの外国人の方が居住されています。文化や価値観の違いを受け入れ、外国人の方との間で、国籍や世代を超えた交流をする重要性が高まっています。
 まずは、お互いの相違を認め合うことから始めてみませんか。身

☆日本選手権(GI)場外
 ○向日町S級場外
 ○岸和田記念場外
 ○いわき平記念場外
 ○福井S級場外
 ○名古屋記念場外
 場外発売は、すべて全レース発売。
 所 県営競輪場 ☎0742・45・4481
 競輪開催中は近鉄大和西大寺駅から無料バス運行。近鉄平城駅から約700m。
 www.narakeirin.jp/

近で開催される各国の文化体験や展示会等に参加し理解を深め、また、外国人住民も地域のボランティア活動等に積極的に参加することで、共に地域社会の一員として理解し協力し合える第一歩となります。

平城京で天平文化が花開いたように、お互いの文化や価値観を理解し、より良い地域社会を形成することが大切です。1300年祭を契機として地域社会で共に生きていることを、もう一度考えてみましょう。

今月のポスター

平成21年度
 人権啓発ポスター優秀作品



権原市立香具山小 6年
 中谷 大輝さん

休館日が祝日の場合、その翌日休館。民俗博物館・橿原考古学研究所附属博物館・美術館・万葉文化館・吉城園は、外国人観光客の方は入館無料(特別展除く)、入館は閉館30分前までに。

マークの見方 休館日 開館時間 住所 ホームページ Eメール
申し込み 問い合わせ 託児ルームあり(必ず事前に予約して下さい、1人500円)

文化会館

休月曜日・3/23(3/22は開館) ☎0742-23-8921 0742-22-8003
奈良市登大路町6-2 www.4.kcn.ne.jp/~narabun/

- ▶施設のご案内 ~皆様のご利用をお待ちしています~ 使用内容、希望日を会館事務室にご相談下さい。
2階展示室: 調光機能を備えた照明や可動パネルなど設備・備品も充実。
多目的室: 会議はもとより、電子ピアノを設置し、音楽練習などに最適。

展示室



民俗博物館

休月曜日・3/23(3/22は開館) ☎9:00~17:00 ☎0743-53-3171
0743-53-3173 大和郡山市矢田町545 www.pref.nara.jp/bunkak/minpaku/

季節展 ひなまつり

- 大和民俗公園の古民家でひなまつり体験

開催中~3/7(日)

- 企画展列品解説 3/14(日)・22(休) 13:30~

御殿飾り



開催中
~4/4(日)

一般 200円
大・高 150円
中・小 70円

橿原考古学研究所附属博物館

休月曜日・3/23・24 ☎9:00~17:00 ☎0744-24-1185 0744-24-1355
橿原市政傍町50-2 www.kashikoken.jp/museum/

特別陳列「平城京発掘—ここまでわかった奈良の都—」

- 遺跡見学会 3/6(土) 10:00 近鉄尼ヶ辻駅集合「平城京を歩く」

- 講座 3/14(日) 13:00~ 研究所講堂

平城京の鬼瓦



開催中
~3/22(休)

一般 400円
大・高 300円
中・小 200円

連続ミニ展示「奈良三彩」

3/27(土)~4/11(日)

無料

県立美術館

休月曜日・3/23(3/22は開館) ☎9:00~17:00 ☎0742-23-3968 0742-22-7032
テレホンサービス☎0742-23-1700 奈良市登大路町10-6 www.mahoroba.ne.jp/~museum/

特別展「M.C.エッシャー展 ~視覚の魔術師~」

- オランダ生まれの画家・版画家M.C.エッシャー。独特の幾何学的空間表現で、
幻想的で不思議な世界を生み出した巨匠の初期から晩年までの全貌に迫る。

「昼と夜」1938年 All M.C.Escher works@The M.C.Escher Company
B.V.Baarn-The Netherlands/Huis Ten Bosch -Japan.



3/20(土)
~5/9(日)

一般 1,000円
大・高 700円
中・小 400円

万葉文化館

休水曜日・3/1・2 ☎10:00~17:30 ☎0744-54-1850
0744-54-1852 明日香村飛鳥10 www.manyo.jp/

春の万葉日本画展 / 内藤定昭展—奈良の旅—

- 奈良の風景に魅せられた洋画家、内藤定昭の作品を紹介。

内藤定昭
「お堂」



開催中
~4/11(日)

一般 600円
大・高 500円
中・小 300円

平山郁夫画伯へのオマージュ

—特別企画平山郁夫に学んだ画家たちの展覧会と講演—

- 昨年逝去された日本画家平山郁夫さんを師とあおぐ館蔵の万葉日本画家
24人の作品を一堂に集め展示。平山さんから学んだ代表作家等による講演会を行う。

- ▶美術講演会 3/21(祝)14:00~ 講師: 画家・筑波大学大学院教授 内藤定壽さん

先着100人。申込不要、当日受付。常設展観覧券必要。

図書館情報館

休月曜日・3/23(3/22は開館)・3/31 ☎9:00~20:00 ☎0742-34-2111
0742-34-2777 奈良市大安寺西1-1000 www.library.pref.nara.jp/

企画展「我ら皆兄弟とならん 日本におけるドイツ人捕虜1914-1920」

- 第一次世界大戦時、日本に収容されたドイツ人捕虜の生活から生まれた日独文化交流を紹介します。

3/2(火)
~30(火)

無料
*2階メインエントランスホール

世間遺産展示会

- 毎日の暮らしやその地域の中にある大切にしたいものを「世間遺産」と名付け、小
学生を中心にしたフィールドワークで撮影した世間遺産の写真を展示します。

3/24(水)
~30(火)

県民サロンコンサート(県庁舎東棟県民ホール)

県文化課 ☎0742-27-8478
0742-22-7215

- ▶和楽器とすずすひととき 出演: あすか邦楽アンサンブル

3/19(金)
12:10~12:45

無料

平城遷都1300年祭 特別陳列

お水取り

東大寺二月堂の「お水取り」は、奈良時代から一度の中断もなく続く伝統行事です。長い歴史のなかで育まれた「お水取り」の世界を、展示室に再現します。

日時 開催中~3月14日(日) 9時30分~18時(12日は19時まで)

場所 奈良国立博物館(奈良市登大路町50)

観覧料金 一般500円・大学生250円

*高校生以下、18歳未満・満70歳以上の方、障害者手帳お持ちの方(介護者1名を含む)は無料。

☎ハローダイヤル050・5542・8600 www.narahaku.go.jp



二月堂曼荼羅(奈良・東大寺)

奈良県の人口

(平成22年1月1日現在)

男 663,308人

女 736,846人

計 1,400,154人

(対前月-336人)

世帯数 562,611世帯

(対前月+166世帯)



奈良国立博物館地下回廊では「奈良のむかしばなし」パネル展開催(3/14まで)。



ふるさと奈良への便り

(各界で活躍する県ゆかりの人の紹介)

県民だより奈良

第285号 平成22年3月1日発行・奈良県広報誌
〒630-8501 奈良市登大路町30番地 ☎0742・27・8326
奈良県ホームページ (www.pref.nara.jp)
〒630-8501 奈良市登大路町30番地 ☎0742・27・8326

※この「県民だより奈良」は県内の各家庭にお届けしています。
ご近所で未達の方がおられましたら、ご連絡ください。また、
点字と声による「県民だより奈良」も発行しておりますので、
必要の方は県広報誌課へご連絡ください。



子供の頃の思い出

私は、大学に進むまで御所で生まれ育ちました。子供の頃の思い出をたどると、今や見られなくなった情景が目には浮かびます。正月に家々を回る獅子舞がこわかったことや、大峰山を目指す山伏が軒先でホラ貝を吹き、母が差しだすおこめをそのホラ貝で受け取っていたことなどです。小学校の頃は、昆虫採集に励みました。「テングチョウ」を採ったことと「ジャコウアゲハ」を卵から成虫にまで育てたことが、小さな自慢でした。

高校生になると、外国に憧れ、畝傍高校からアメリカに留学しました。外国で暮らすと、多く

の人が経験されることですが、自分が日本人であることを強く意識するようになります。私の場合もそうでした。外交官になろうと思ったきっかけも高校生時代の留学体験にあります。外務省に入ると、北米、南米、欧州、アジアと世界各地に赴任しましたが、東京勤務になると頻りに奈良に戻ります。いま振り返ってみると、青少年時代を東京や大阪といった大都会ではなく、日本の歴史が日常生活の中にとけ込んでいて、時間がゆっくりと流れていた御所で過ごせたことが、外交官として仕事をやる上でもよかったと思っております。



外務省アフガニスタン・バキスタン支援担当大使
吉川 元偉 さん (御所市出身)

クイズ&プレゼント

〇〇に当てはまる文字を教えてください

Q 南朝ゆかりの里で有名な
〇〇〇梅林。 ヒントは9ページ

ハガキに答えと、アンケートの回答、住所、氏名、年齢、電話番号、「県民だより奈良」の感想(良かったコーナー・取りあげてほしい話題・改善点)などを記入して、〒630-8501(住所記入不要)奈良県広報誌課へ。ホームページは、3/1以降、www.pref.nara.jp/koho/kenmindayori/へアクセス。個人情報、プレゼントの発送以外には利用いたしません。

アンケート

- ①県の広報活動(新聞、テレビ、広報誌など)についてのご感想を選んでください。
1.満足 2.やや満足 3.やや不満 4.不満
- ②その他広報全般に対するご意見があれば、ご記入ください。

プレゼント

締め切りは、3月31日 (消印有効)

正解者の中から抽選で、700年の歴史をもつといわれる古梅「林州」を使った農悠舎王隠堂特製のまぼろしの梅干しを20名様にプレゼント!
(農悠舎王隠堂提供☎0747-26-1831) 農悠舎王隠堂では、梅園巡りや山菜・竹の子狩りもできますよ。
☎www.nouyusha.com/

1月号の答えは「奈良、感動」でした。応募総数 931 件。

Design Your Energy



(株)アクティブライフ(大阪ガスグループ77.8%出資)は高齢者への質の高いサービスを通して、真に豊かで、安心な社会の実現に貢献します。

介護が必要な方へ

認知症や寝たきりになられても、その方らしい生活が出来るよう大切にお世話をさせていただきます。

セミナー「高齢者住宅の選び方」 & ティータイムの見学会

日時 ● 3月15日(月)・16日(火)・17日(水)
各日 14:00~16:00 [定員10名]

会場 ● エスティムライフ学園前

■ 住友信託銀行による個別相談会も承ります。

送迎あり 下記フリーダイヤルでお申し込みください
五枚奈良線「学園前駅」徒歩 ※定員になり次第締切らせていただきます。



- 奈良県有料老人ホーム設置運営指導指針による類型および表示事項
- 類型/介護付有料老人ホーム (一般型特定施設入居者生活介護)
 - 居住の権利形態/利用権方式
 - 利用料の支払い方式/選択方式
 - 入居時の要件/入居時支援・介護
 - 介護保険/奈良県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)
 - 介護居室区分/全室個室
 - 一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制/1.5:1以上

イメージ写真

近鉄学園前駅から
奈良交通バスで約10分。

近鉄奈良線「学園前」駅下車、南出口から約2km、赤膚山・若草台行きバスで「奈良国際ゴルフ場前」下車約70m(徒歩1分)

介護付有料老人ホーム(入居時支援・要介護)
エスティムライフ 学園前
(社)全国有料老人ホーム協会会員

所在地/〒631-0042 奈良市大倭町1番35号



エスティムライフ学園前 外観写真
土地/賃借 建物/自己所有

主催/株式会社アクティブライフ(大阪ガスグループ77.8%出資)
〒541-0051 大阪市中央区東津守3-9-14 アーベックス東津守ビル6階 TEL.06-6264-3620(FC) FAX.06-6264-3621

見学会・体験入居・資料請求の
お問い合わせは <受付時間:8:30~17:00>

☎ 0120(4165)60

奈良県庁 代表電話 0742・22・1101
〒630-8501 奈良市登大路町30番地

*FAXでの問合せは各掲載記事の問合せ先へ。FAX番号の記載がない場合は、
県広報誌課 ☎0742・22・6904で取り次ぎます。

