

2025年

8月号

奈良県
広報誌

奈良

県民だより



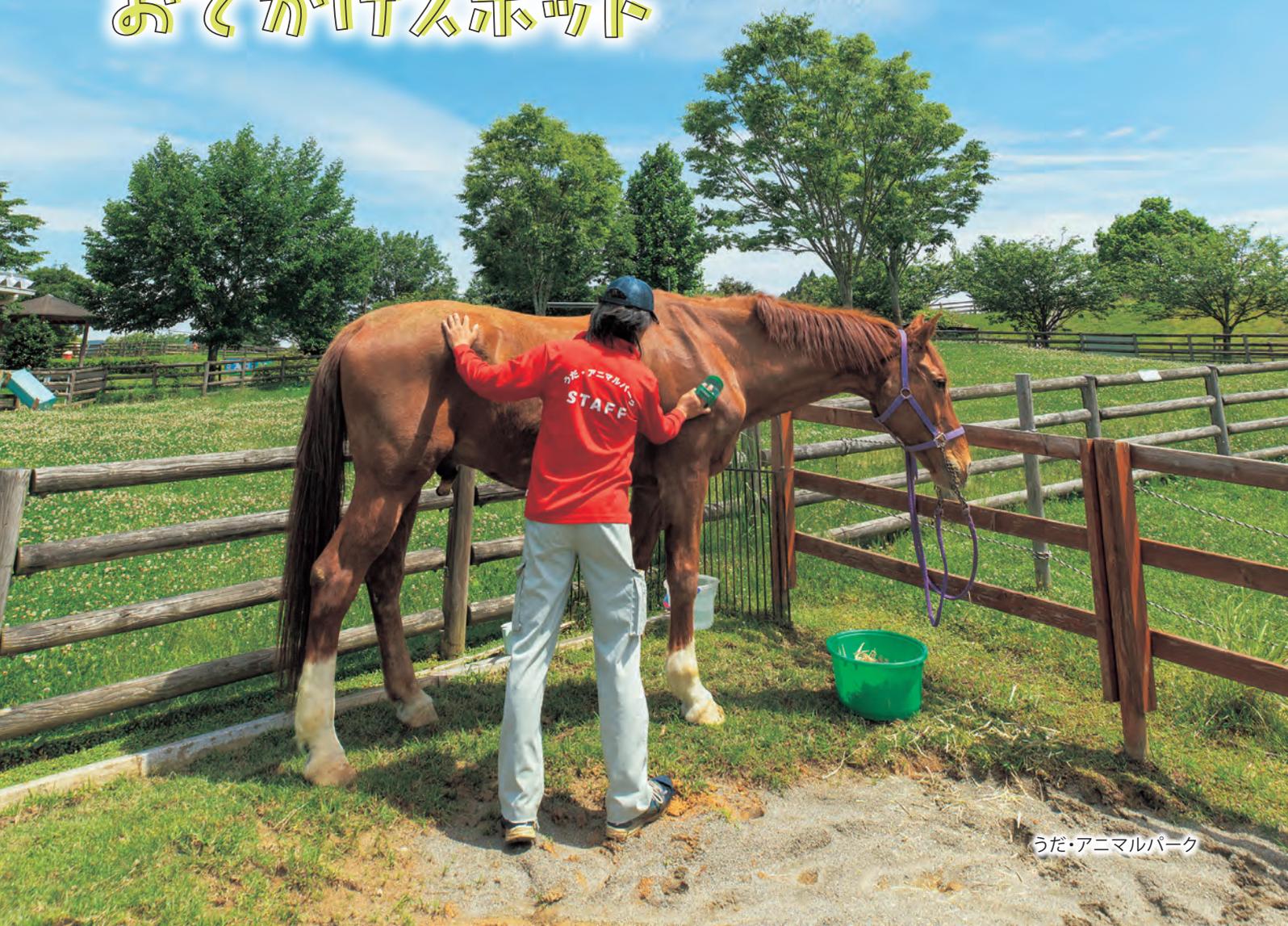
- P6・7 特集2 わたしたちの暮らしを
水害から守るために
- P8 はじめての万葉集
- P9 新発見 おいしい奈良
- P10 奈良養生訓
- P11 飛鳥・藤原を世界遺産に／子育てプラス
- P12・13 県政スポット

特集1

この夏オススメの県施設

夏休み

おでかけスポット



うだ・アニマルパーク

特集1

この夏オススメの県施設

夏休み おでかけスポット

待ちに待った夏休み。遊びに行きたいけれど、どこに行ったらいいのか・・・と困っていませんか？今回は県の施設の中から、夏の定番「水遊びスポット」、夏こそ狙い目「動物ふれあいスポット」、大自然を満喫できる「野外スポット」、自由研究にも役立つ「ミュージアムスポット」をご紹介します。大人も子どもも楽しめるので、ぜひ足を運んで、この夏いちばんのすてきな思い出を作ってください。

まほろば健康パークには他にもこんな施設がありますよ！

屋内プール



スイムピア奈良

屋外プール



トレーニングジム



スイムピアカフェ



こども広場



レインボーわたがしがあふよ

テニスコート



ファミリー鉄道



本格的な運動施設から子どもたちの遊び場までそろっています。スイムピア奈良の屋内プールやトレーニングジムは、時間単位でどなたでも気軽にご利用いただけるので日々の健康づくりにぜひご活用ください。

まほろば健康パーク
スイムピア奈良 マネージャー 佐野 重賢さん



大人も子どもも家族みんなで楽しめる

まほろば健康パーク

ファミリープール

おもいっきりはしゃげる
夏だけのお楽しみ！



爽快感満点の流水スライダーをはじめ、ぷかぷか浮かんで楽しめる流れるプール、幼児プールがあります。なかでも巨大バケツがぐるんと回って大量の水が一気に降り注ぐバケツプールは子どもたちに大人気です。

施設概要

所 大和郡山市宮堂町310

☎0743-59-0036

時 営業中～8月31日(日)

9時～16時30分(17時閉館)

🚗 近鉄「ファミリー公園前駅」下車すぐ

【入園料】大人(中学生以上)860円、小学生以下420円、3歳以下無料※小学3年生以下は18歳以上の付き添い要

【設備】授乳室・オムツ替えシート・ベビーカーでの入場可

【駐車場】無料(550台)



HPIはこちら



※プール営業期間は、駐車場が大変混み合います。公共交通機関をご利用ください。

イチオシイベント!



8/29・30
金 土

園内を約4,000個の灯りで彩る ほんのりあんどん



「ほんのりあんどん」は今年で15回目となる夏の恒例イベント。宇陀市内の子どもたちが絵付けをしたあんどんの幻想的な灯りが、パーク内を美しく照らします。白鳥など動物をかたどった光の動物園も見どころのひとつ。開催初日はオープニングセレモニーや宇陀市内の子どもたちによる点火式が行われます。

8月30日は

うだ・アニマルパーク&宇陀松山会館 スタンプラリーを開催!

うだ・アニマルパークと宇陀松山会館にスタンプを設置。パークでスタンプを押してから宇陀松山会館に向かってプレスレットをもらい、パークに戻ってサンデーをゲットできます。



スタンプを集めると
プレゼントが
もらえるよ!



うだ・アニマルパーク
ブルーベリーサンデー



※写真はイメージです。
※18歳未満対象、
プレゼントは数に限りがあります。



かわいい動物たちを身近に感じよう

うだ・アニマルパーク

動物たちとふれあい、動物たちについて学べる公園です。やぎや羊、馬、うさぎ、鶏など園内で飼育されている動物たちを間近で観察できるのはもちろん、やぎ・羊のえさやり体験も可能。遊具で遊べる広場や動物たちの生態について学べる動物学習館も併設されています。



施設概要

- 所 宇陀市大宇陀小附75-1
☎0745-87-2520(動物学習館)
- 時 9時～17時
- 休 毎週月曜日(休日の場合は翌平日)
年末年始(12/28～1/4)
- 🚌 近鉄「榛原」駅より奈良交通バス「大宇陀(内原)」行きで約12分「五十軒」バス停下車東へ約450m
- 【入園料】無料
【駐車場】無料(8時45分～17時15分)



HPIはこちら



Instagram
はこちら



他にもこんな施設がありますよ!

ふれあい広場

悠々と草を食む羊、橋を渡るやぎや7月デビューのモルモットなどかわいい動物とふれあえます。



やぎ・羊舎

展望広場

2台並んだローラータイプの「アニマルスライダー」はちょっとりスリリング。展望広場の南側にはシーソーなどの遊具もあります。

羊の放牧場



ポニー・牛舎 パドック



小動物舎



アニマルスライダー



遊具広場



動物学習館

ボタンを押して鳴き声を当てたり、足跡を見て何の動物か考えたりと、楽しみながら学べる施設です。夏休みの自由研究に役立ちます。



来園者が少ない夏は動物と間近にふれあえる絶好のシーズン。バター作りなど自由研究にぴったりの体験もできます。「ほんのりあんどん」2日目(8/30(土))は当園と道の駅宇陀路大宇陀(第二駐車場)でシャトルバスが運行されます。

うだ・アニマルパーク振興室 片岡 未来さん



遊んで食べて泊まって大自然を満喫

県立野外活動センター

森の中に作られた本格的なフィールドアスレチックや見晴らし最高の展望台など、大人から子どもまで冒険気分が味わえるスポットが点在。宿泊可能なログハウス、無料で使用できるBBQコーナーもあり、豊かな自然の中で野外活動が楽しめます。

野外活動センターは、学校や子ども会などの団体で利用することが多いですが、個人での利用も大歓迎。ぜひご家族で日常では味わえない時間を過ごしてください。月に2～3回はイベントも実施していますよ。

県立野外活動センター 児島 宏樹さん



家族で楽しめるプランや施設をぜひご利用ください

日帰り自炊プラン

時10時～16時 要予約

調理道具や食器は無料で貸し出し。食材と炭と網を持参すれば、卓上バーベキューコンロを使ったBBQやカレー作りも楽しめます。食事の後は自然を満喫しよう！
予約は2週間前の13時から3日前の12時まで。



日帰りお手軽プラン

時10時～16時(所要時間:約90分) 予約不要

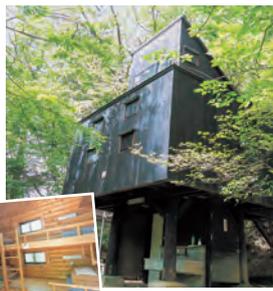
受付を済ませて、全部で20種類あるフィールドアスレチックにトライ。揺れる橋や丸太を渡ったり、ロープを使ってよじ登ったり、無料で本格的なコースをクリアしよう。



お泊まり満喫プラン

時13時～翌10時 要予約

BBQでお腹を満たし、アスレチックで体を動かしたあと、ログハウスやロッジ(施設料無料。シーツ代400円/人)に泊まって、とっておきのアウトドア体験を。
予約は2週間前の13時～3日前の12時まで。



幼い子どもも遊べる♪ キッズの森



幼い子どもたちは、駐車場近くにある「キッズの森」へ。ターザンロープやブランコ、滑り台、スラックライン、輪投げなどの遊具で体を使って遊べます。

施設概要

所 奈良市都祁吐山町2040 ☎0743-82-0508
 時 日帰り:10時～16時、宿泊:13時～翌10時
 休 5月～8月:無休、12月～2月:月・火曜日、左記以外の月:月曜日
 年未年始(12/28～1/4)
 近鉄「榛原駅」北口より奈良交通バス「針インター行き」乗車。「吐山」バス停下車西へ約800m
 名阪国道「福住インター」または「針インター」から南へ約7km
 【駐車場】無料
 普通車(90台)
 バス(15台)
 HPはこちら



イチオシイベント!

第2回 はやま四季とのふれあい

8/30(土) 31(日) 1泊2日

大自然に身を委ね、自炊やキャンプファイヤーなどを行い、家族やグループで楽しいひとときを過ごしてみませんか？涼しいはやまの夏を満喫してください。

【募集人数】5家族(抽選)
 【参加費】中学生以上3,000円
 小学生以下2,500円、3歳以下無料
 【申込期間】8/5～15(12時まで)



申込はこちら



巨大な柿の正体は柿の魅力発信拠点

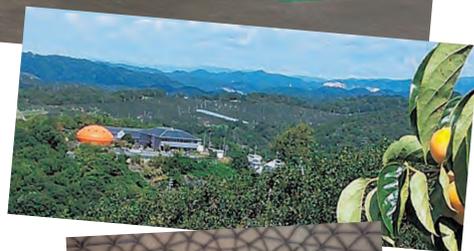
果樹・薬草研究センター 柿博物館

三角形のアルミパネルをつなげて作った柿の実モチーフの外観をはじめ、展示内容も柿一色。五條市を中心に栽培され、全国第2位の生産量を誇る「奈良の柿」の魅力はもちろん、柿に関するさまざまな知識や情報に触れることができます。秋にはたくさんの本物の柿が展示されます。



「柿のコトなら何でも分かる!」というのが当館の自慢です。ぜひ夏休みの自由研究のテーマに「柿」を取り上げてみてはいかがでしょうか。柿のことを知れば、柿が本格的に出回る秋が楽しみになりますよ。

県農業研究開発センター
果樹・薬草研究センター 辻本 誠幸さん



展示内容



柿のすばらしさを紹介!

「Diospyros kaki」神様の食べ物という意味の学名を持つ柿。館内では、柿をテーマにした映像をスクリーンで鑑賞できます。柿の歴史や食べ方、使われ方など、身近な柿の意外な情報が学べる展示もあります。



柿の新たな魅力発見!

柿の葉寿司や干し柿など昔から親しまれている加工品はもちろん、柿の産地・奈良では柿酢、柿ジャム、柿バターなど、秋に新たなおいしさに出会える加工品が続々と登場しています。



西吉野生まれの
カッキー
です!



県農業研究開発センター
果樹・薬草研究センター
乾 未樹さん

読んで柿博士を目指そう!

柿について分かりやすく書かれた絵本から古文書まで、柿にまつわる本がずらり。その場で読むことができるので、夏休みの自由研究に役立ててください。



柿渋染めは先人たちの知恵

抗酸化、抗菌作用、抗ウイルスの機能があるといわれる柿の渋みの成分であるタンニン。防水・防霉にも効果があることから、古くから笠やかごなどの道具や染め物に使われています。



奈良県果樹研究会の皆さんに お話を伺いました

適度な標高と昼と夜の寒暖差があり、傾斜地に柿畑が広がる五條市は、柿栽培の好適地。近年は知名度が上がり、若い生産者も増えています。これからも高品質の柿作りを徹底してさらにブランド力を高め、全国1位の柿産地を目指します。



奈良県果樹研究会
番匠 昌樹さん 川崎 一也さん 吉田 宜史さん

施設概要

所 五條市西吉野町湯塩1345
☎0747-24-0061
時 9時～16時30分
休 毎週月曜日(休日の場合は翌平日)、年末年始(12月28日～1月4日)
📍 JR五条駅より車で南へ約7km
京奈和自動車道「五條IC」より南へ約7km
【入園料】無料
【駐車場】無料
普通車(50台)



HPはこちら



わたしたちの暮らしを 水害から守るために

県では、昭和57年の大和川大水害をきっかけに、国、市町村、流域に住む人々や企業などの協力のもと、河川改修などの「ながす対策」、降った雨を一時的に貯める「ためる対策」、浸水の恐れのある区域の土地利用を抑制する「ひかえる対策」を3本柱とした流域治水を進めています。



昭和57年
大和川大水害の様子



川西町・保田地区で 保田遊水地が運用開始！

遊水地とは、大雨のときの洪水を一時的にためておく施設のこと。堤防の一部を低くした「越流堤」から洪水を遊水地へ流し込み、下流に流れる水の量を抑えることで、川の氾濫を防ぎます。

国土交通省が整備し、令和7年6月から運用が始まった川西町の保田遊水地は、面積約7ha、最大で約23万m³の洪水をためることができます。さらにこの保田遊水地は、大和川の洪水（外水）だけでなく、周辺に降った雨による水（内水）も取り込める、全国的にも珍しい「内水・外水対応型」の遊水地です。この施設の完成により、大和川の洪水対策に加え、周辺地域の浸水被害の軽減にも大きな効果が期待されます。



大和川の水を一時的にためて、約23万m³の洪水をカット！
周辺の床上浸水を防ぎ、
浸水する範囲も約15haから約9haに減少します



平常時は「にぎわいの場」として活躍！

国土交通省により整備された保田遊水地を、川西町では、災害時以外にも地域のために有効活用するため、「新たなスポーツ体験と交流の場」をコンセプトに、「オーバルパークかわにし」を整備しました。国内では初めて、国際規格に準拠したインラインスピードスケート競技用のオーバルトラックが整備され、今年4月にはプレオープンとして、世界を目指す選手たちによる第70回全日本トラックスピード選手権大会が開催されました。

そのほかにも、バスケットボールを楽しむコートや芝生広場など町内外の人が気軽に集い、交流できるエリアもオープン予定。（現在、遊水地の一部では工事が継続しており、オープン時期については決まり次第、川西町のホームページなどでお知らせされます。）防災とにぎわい、両方の役割を持つ保田遊水地を通じて、地域のさらなる活性化が期待されています。



全日本トラックスピード選手権大会の様子（プレオープン開催）



広々とした芝生広場



オーバルパークかわにし

天理市

三郷町

王寺町

平成29年 豪雨被害の様子



令和6年度 雨水貯留施設完成

おうじ 庵治池

【貯留量】約88,000m³



ため池を利用

そうじじ 惣持寺調整池

【貯留量】約16,500m³



地下貯留

かつげうすい 葛下雨水貯留池

【貯留量】約32,700m³



平常時はテニスコートとして利用

雨水貯留施設の整備で
水害に強いまちへ

大雨で川の水位が上がると、雨水を川に流せなくなり、あふれた雨水で土地や建物が浸水してしまふ「内水氾濫」が起こることがあります。これを防ぐため、降った雨を一時的にためておくのが「雨水貯留施設」です。

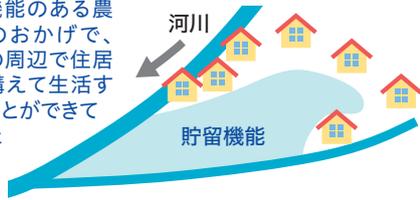
内水氾濫による浸水被害がたびたび発生している大和川流域の市町では、県の財政支援や技術支援のもと、雨水貯留施設の整備を進めています。

令和6年度には、新たに天理市・三郷町・王寺町で雨水貯留施設が完成！施設が完成した市町では、これまでよりも水害に強いまちへと変わっています。

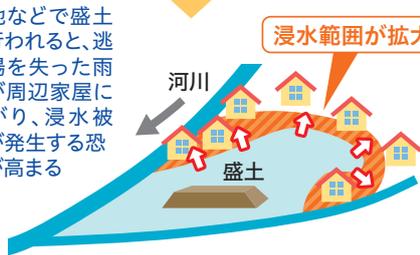
実際に貯留施設を整備した地域では、大雨でその効果を実感したという声も聞いたよ



雨水をためておく機能のある農地のおかげで、その周辺で住居を構えて生活することができていた



農地などで盛土が行われると、逃げ場を失った雨水が周辺家屋に拡がり、浸水被害が発生する恐れが高まる



全国初

- 川西町 唐院地区 (約3.7ha)
- 田原本町 西代地区 (約11.6ha)

全国で3例目

- 大和郡山市 番条地区 (約3.6ha)

貯留機能保全区域の指定には、土地所有者の方の同意が必要で、同意を得られた箇所にて指定を進めています

貯留機能保全区域に指定された区域内で、盛土などを行うとする場合は「届出」が必要です

田畑などの土地には、雨が降ったときに雨水を一時的にためておく貯留機能があります。しかし、こうした土地に盛土がされると、水の行き場がなくなつて、これまで浸水していなかった地域にまで雨水が広がり、新たな浸水被害が起こるおそれがあります。

「貯留機能保全区域」は、新たな盛土をひかえることで、その土地が本来持っている「雨水をためる力」をできるだけ守ることを目的とした制度です。

県では、令和6年度に全国で初めてこの区域を指定し、地域の皆さんと協力しながら、浸水被害の軽減に取り組んでいます。

全国初

新たな浸水被害を防ぐため
貯留機能保全区域を指定

正しい情報を知り、適切な行動で身を守りましょう

河川のイマが目でわかる
奈良県河川情報システム

観測した雨量や河川の水位、河川監視カメラの画像を、県のホームページにある「奈良県河川情報システム」でリアルタイムに公開しています。表示された地図から見たい地域を選ぶだけで、最新の河川の状態をすぐに確認することができます。

詳しくはこちら
奈良県河川情報システム

気になる地域へ

増水してるかな？
川の様子をカメラで確認！

リアルタイムの
水位が確認できます

気になる地域へ

ここから

パソコンから

スマホから

アラームメールの登録もできます

気象警報・注意報の発令時や、降雨量の多い時、水位が上昇した場合にメールを配信します。

登録はこちら



貯留施設ができて効果が出ている地域でも、浸水被害がなくなるわけではありません。気象情報や市町村が発表する避難情報を確認して、早めの避難をお願いします。



はじめての
万葉集
日本に現存する
最古の和歌集「万葉集」を
わかりやすくご紹介します

vol.
136

寧楽山の手向

この歌は、長屋王が「寧楽山」に馬をとめて作ったという題詞を持つ歌です。

寧楽山とは、現在の奈良市北部の平城山丘陵を指すと考えられます。大和国と山城国との国境であり、古代の旅においては、そうした場所で土地の神に布・紙・玉などの供え物を捧げて、旅の無事を祈る風習がありました。「手向け」は、現代日本では死者の冥福を祈るといふ宗教的なことばとしての印象が強いかも知れませんが、この歌のように神へ物を供えることもありました。

そうして長屋王が峠の神に祈ったのは、自らの旅の無事だけでなく、逢いたいと願う家に残してきた妻の無事でもあったかもしれません。

佐保過ぎて 寧楽の手向に 置く幣は
妹を目離れず 相見しめとそ

長屋王(巻三・三〇〇番歌)

作者である長屋王は、高市皇子と御名部皇女の子であり、天智・天武両天皇の孫にあたる人物です。平城京内の長屋王邸は、それにふさわしい一等地(現在の奈良市二条大路南)にあったことが、発掘調査によって確認されています。

神亀元(七二四)年に左大臣となりましたが、神亀六(七二九)年に謀反の罪に問われ、自害したことで知られます。『続日本紀』の記述によれば、密告に基づく断罪であったということですが、実態は藤原氏の謀略であったと考えられています。また、聖武天皇にとっても、文武天皇と藤原宮子の間生まれ即位したばかりの自身に比べて、両親ともに皇族であり政治的な実績もある長屋王が脅威であったという指摘もあります。

『万葉集』には他に四首の歌が載り、現存する最古の日本漢詩集『懷風藻』

訳 佐保を通りすぎ奈良山の峠に手向けとして置く幣は、

妻にいつも逢えるようにしてくださいと祈ったことだ。

には長屋王邸で新羅からの使者をもてなす詩宴が開かれたことがうかがえます。長屋王自身も三首の五言詩を残しています。

(本文 万葉文化館 井上さやか)



万葉文化館 イベント情報

◆特別展 天翔る飛鳥
鳥頭尾精の世界

開催中〜9月15日(祝)
明日香村出身の画家で、満93歳になる鳥頭尾精さん。本展では、16年の歳月をかけて奈良や京都の古都の風景を描いた「古都シリーズ」を一挙に公開します。



鳥頭尾精(あすか・夏)
2022年 個人蔵

※国内の小・中学生、高校生、18歳未満の人は無料。その他割引など、詳しくは当館HPをご覧ください。

◆第8回奈良県立万葉文化館主宰
共同研究成果報告

第23回万葉古代学公開シンポジウム
続・神と仏がやどる場所
―山と水に寄せる古代信仰―

8月30日(土)13時〜17時(開場12時30分)

「講師」橋本裕行さん(明治大学)他
「参加費」500円(資料代含む)
「定員」150人(申込不要)

◆万葉集をよむ 無料

8月20日(水)14時〜15時30分

「秋の雑歌(5)」
(巻80・1557〜1573番歌)

「講師」中本和(当館主任研究員)
「定員」150人(先着申込不要)
※オンライン視聴は要申込(定員なし)

◆にぎわいフェスタ万葉夏

開催中〜8月30日(土)

巨大めいるに挑戦! 無料申込不要

7月26日(土)〜8月6日(水)

10時30分〜12時・

13時30分〜15時(随時受付)

※小学生以下対象。

詳しくは当館HPをご覧ください。



奈良県立 万葉文化館
☎0744-54-1850
🌐www.manyo.jp



作り方

アユのコンフィと 焼きナスのピューレ



材料(4人分)

アユのコンフィ

- アユ..... 4尾
- サラダ油..... 50ml
- 小麦粉..... 適量
- ニンニク..... 1株
- ローズマリー..... 20g
- オリーブオイル..... 300ml (アユがつからくらい)

塩、白こしょう..... 適量

焼きナスのピューレ

- ナス..... 3本(約300g)
- ブロックベーコン(みじん切り)..... 100g
- 玉ネギ..... 1/2個(約150g)
- サラダ油..... 5ml
- 白ワイン..... 30ml
- 塩、こしょう..... 適量

調理のポイント

- 6では尻尾が焦げないようにアルミホイルでくるむ。
- アユを煮たオリーブオイルはパンなどに付けて食べるとおいしい。
- 4で白ワインは一旦火を止めて入れ、再度加熱してアルコールをとばす。
- 焼きナスのピューレはグリルした肉や魚とも相性がよい。

アユのコンフィ

- 1 アユは腹からお尻に向かって指で中の汚れを押し出す。流水できれいに洗い、表面のヌメリを取る。
- 2 塩と白こしょうをふり、冷蔵庫で約1時間冷やしたあと、水分をよく拭き取る。
- 3 フライパンにサラダ油を入れ、2に小麦粉をつけて両面をカリカリに焼く。
- 4 鍋に3を並べ、半割りにしたニンニクとローズマリーを入れ、オリーブオイルを加える。
- 5 オイルがプツプツする程度の温度(約90度)で約3時間火を通し、常温で冷ます。
- 6 油を切って表面がカリカリになるまで150度のオーブンで約9分焼く。(焼かなくてもよい)



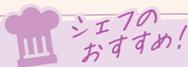
焼きナスのピューレ

- 1 鉛筆を削るようにナスのヘタを落とし、皮は縦に4カ所切込みを入れる。
- 2 ガスコンロに網を敷き、焦げ目が付くまで直火で焼く。
- 3 2を氷水に入れた後、水を流しながら皮をむく。
- 4 鍋にサラダ油を入れブロックベーコンを炒め、うす切りにした玉ネギに塩を加え炒める。鍋底のあめ色の層は白ワイン(水でもよい)でこそげ取る。
- 5 4に3と塩、こしょうを加え、3を漬しながら炒める。
- 6 5を容器に移しブレンダーでピューレ状にする。



盛り付け

皿に焼きナスのピューレを敷き、キッチンペーパーで油をしっかり切ったアユのコンフィをのせる。お好みで粒マスタードを添えて完成。(写真はアマランサスの新芽で飾りつけ)



アユ 吉野川の源流など清流に生息するアユ。上質なコケを食べて成長するので味が良いとされています。



ナス ナスは奈良県で多く生産されている主要野菜のひとつ。皮が艶やかなものがおすすめです。



なら食と農の魅力創造国際大学校 (NAFIC) で学ぶ 飲食業入門講座 全2回

県内でレストランやカフェを開業したいと考えている人に向けた入門講座を開催します。

定員 10人(抽選)
受講料 3,300円

- 1 開業までのステップ、事業計画および支援策(講義)
時 8月30日(土) 13時~16時
- 2 県産食材について(講義と調理実演)
時 9月6日(土) 13時~16時



所 NAFIC安倍校舎(桜井市高家2217)
申 下記HPから。8/12(火)締切。
問 NAFICフードクリエイティブ学科
☎0744-46-9700
🌐www3.pref.nara.jp/nafic



詳しくはこちら

レシピ考案者

トラットリア ラ クロチェッタ
ひよしりき
シェフ 日吉理貴さん

アグリマネジメント学科2期生
フードクリエイティブ学科4期生



お店の紹介

トラットリア ラ クロチェッタ
(Trattoria la Crocetta)

信頼している生産者から仕入れた食材だけを使用。生ハムなどの加工品はできる限り手作りし、鹿や猪などのジビエは自分たちで加工して提供しています。



所 奈良市西大寺南町5-5-7 Coconimo施設内
☎0742-46-1600

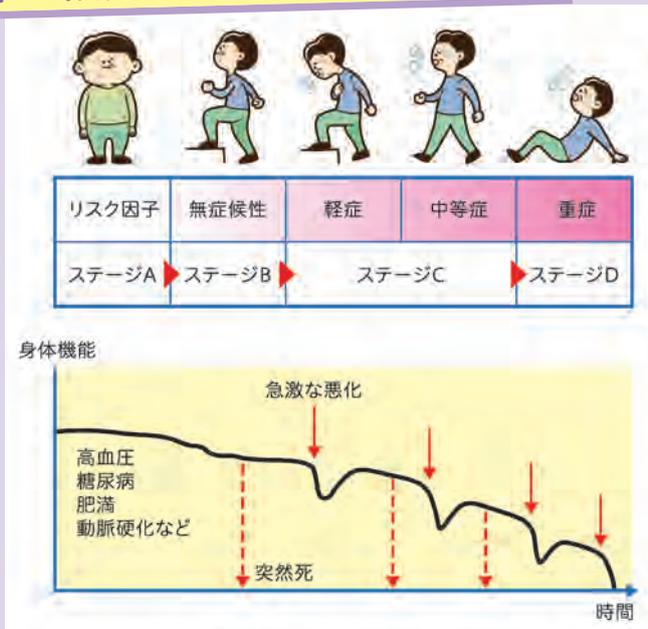
時 ランチ:11時30分~14時30分、ディナー:18時~22時 休 木曜

あなたの毎日がカギを握る 「心不全」の話



心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみがおこり、段々悪くなり、生命を縮める病気です。完治することがない病気ですが、発症を予防し、進行を止めたり遅らせることができます。高齢者に多い病気ですが、予防という点では年齢に関係なく注意が必要です。予防のカギになるのは、「健康的な生活習慣」です。

早い段階での対応が大切です!



(一社)日本心不全学会 心不全手帳<第3版>より
<https://www.jhfs.or.jp/topics/shinhuzentech.html>

心不全は一般的に、左の図のようにステージA→B→C→Dと進行します。一度ステージが進むと、基本的に元には戻れません。

- A** 高血圧、糖尿病、慢性腎臓病、肥満などの心不全のリスクがある
→実は多くの人当てはまります!
- B** 心筋梗塞など心臓病があるが心不全の症状はない
- C** 心不全の症状(息切れやむくみ)がある(軽症~中等症)
- D** 重症の心不全で、治療が難しくなる

ステージC以降で心不全の症状が出ると、息切れなどの症状で日常生活に支障を来すようになり、急激な悪化と改善を繰り返しながら、徐々に身体の機能が低下していきます。

ステージAなどのできるだけ早い段階で、適切な治療を受けて生活習慣の改善に取り組み、ステージを進めないことが重要です。

何より、年齢に関係なく健康的な生活習慣を心がけ、ステージAになることを予防しましょう



健康的な生活習慣が心不全の予防につながります!

禁煙



「今さら…」 「難しい」と感じる方は医療機関や薬局に相談してみましょう

減塩



酸味やうま味、香りを活かして薄味に。高血圧の予防になります

節酒



お酒を飲み過ぎると水分のバランスが崩れ、血圧も上がります

運動



自分にとって無理のない楽しく続けられる運動を

8月10日は健康ハートの日

8月10日が「ハート」と読めることから、日本心臓財団がこの日を「健康ハートの日」とすることを提唱しました。この日に合わせ、日本循環器協会など4団体が共催で心不全を含む循環器病の予防キャンペーンが全国で行われています。

県内開催

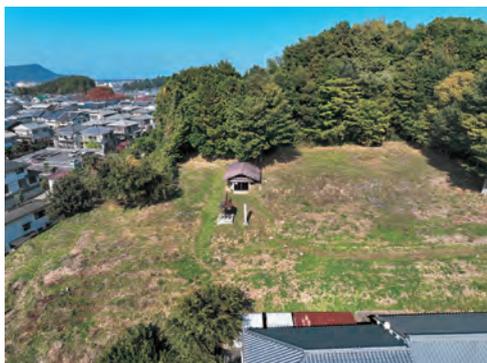
やまとたかだ ハート夏まつり2025

時 8月3日(日) 9時30分~13時
所 大和高田市総合福祉会館

詳しくは [健康ハートの日 奈良県](#) 検索

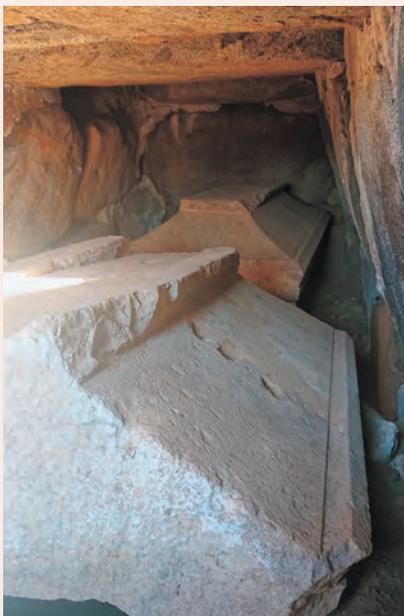
親子で
心臓について
楽しく学べる♪





甘樫丘から続く丘陵の南斜面に築かれた方墳。古墳時代の横穴式石室（石室は写真中央建物内）を踏襲しつつ、石舞台古墳と比較して墳丘は小規模になっています。（南から撮影）

菖蒲池古墳



▲石室内には被葬者を納める石棺が南北に2基並んで安置されています。

飛鳥時代（6世紀末～8世紀初め）の古墳は、前方後円墳を代表とする古墳の形や規模によつて身分を示す伝統から脱却した「終末期古墳」にあたります。7世紀中頃に造られた菖蒲池古墳は、内面に漆を塗り、蓋に棟飾りを表現した珍しい家形石棺を2基納めています。墳形が方形であることや、南を向く立地は中国の影響がみられます。被葬者は不明ですが、その内容から皇族もしくは当時の有力者にあたる人物の墓であると考えられています。

漆を秘める古墳石棺



所 橿原市菖蒲町
近鉄橿原神宮前駅より奈良交通バス「菖蒲町四丁目南」下車東へ約350m

世界遺産
「飛鳥・藤原」
登録推進協議会
公式サイト



問 県世界遺産室 ☎0742-27-2054



児童扶養手当 特別児童扶養手当



●現況届 ●所得状況届 提出をお忘れなく!

※提出の際は、市町村からの案内を確認してください。

① 児童扶養手当

児童扶養手当の受給資格者は、毎年「現況届」を提出する必要があります。

※届を出さないと11月分以降の手当を受けられません。

制度の詳細はこちら



☎www.pref.nara.jp/69261.htm

提出期間 8月1日(金)～31日(日)

② 特別児童扶養手当

特別児童扶養手当の受給資格者は、毎年「所得状況届」を提出する必要があります。

※届を出さないと8月分以降の手当を受けられません。

制度の詳細はこちら



☎www.pref.nara.jp/53258.htm

提出期間 8月12日(火)～9月11日(木)

※提出の際は、土日の受付状況などについて市町村からの案内を確認してください。

申 お住まいの市町村の担当窓口まで 問 お住まいの市町村または県子ども保育課 ☎0742-27-8606

今も昔もこれからも北方領土は日本の領土



北方領土返還祈念シンボル像「四島のかけ橋」

8月は「北方領土返還運動全国強調月間」です

北方領土問題とは

早く返して
ほしいっぴ!



北方領土
イメージキャラクター
エリカちゃん

北方四島は、我が国がロシアに先んじて発見、統治し、父祖伝来の地として受け継いできたもので、いまだかつて一度も外国の領土となったことがない我が国固有の領土です。
今年で戦後80年を迎え、元島民の平均年齢も89歳を超えました。貴重な証言が失われつつある今、一刻も早い返還を実現するためには、私たち一人一人が北方領土について知り、関心を持ち続けることが大切です。返還への意識を高め、共に行動していきましょう。

北方領土強調月間イベント情報

「私たちの北方領土」 SNS啓発画像コンクール募集

今年度より**対象者拡大**

デジタル作品も募集!

今年度は、ポスターとデジタル画像を募集します!
ご応募頂いた画像はSNSなどの発信に使用します。

対象 県内在住または在学・在勤の
小学生以上の人 **締切** 9月8日(月)

奈良県
知事賞

【令和6年度 最優秀賞作品】



大和郡山市立郡山南中学校3年
星野 眞子さん

※学校名・学年は作品製作時のものです

入賞者(10人)には
QUOカード5,000円分を贈呈!

\さらに! /



応募者全員に
北方領土啓発グッズ
をプレゼントします。

北方領土イメージキャラクター
エリヨシくん

抽選で100人に
QUOカード500円分
が当たるぜ!

北方領土イメージキャラクター
エリオくん



募集要項や
送り先はこちら



デジタル作品は
「ならスーパー
アプリ」から申込



＼ 奈良の暮らしがスマホひとつでぐっと便利に！ ／

奈良スーパーアプリ、はじまっています。

奈

奈良スーパーアプリ

そのお困りごと、奈良スーパーアプリで解決しませんか？

- ◎ 役所に行く時間がない
- ◎ 書類をそろえて窓口に並ぶのが面倒
- ◎ 欲しい自治体の情報を見逃してしまう

申請・手続きも
スマホで
かんたん完結！

奈良スーパーアプリは、スマートフォンなどで行政手続きが完結することを目指したウェブアプリです。
オンラインで申請や予約ができるため、いつでもどこでも手続きをすることができます。



たとえばこんなことができる！

- 運転免許の学科試験申込 ● 給付金申請
- 自治体が主催するイベントの参加申込
- 県立高校の入試出願 ● こども・子育て関連サービス
- 公共施設の利用予約（橿原公苑、大淵池公園） など

手続きの対象は
今後も順次拡大予定
利用できるシーンが
さらに広がります

たとえばこんなことができます！

キャッシュレスなら支払いの手間を減らせます。申請のたびに住所や名前を繰り返し書く必要もなく、書き間違えの心配もありません。窓口に行かずに簡単・スムーズに申請できます。

欲しい情報だけ
あなたに届く！



こんな
おもしろそうな
イベント
あったの！



子育て支援の
お知らせって
どこで確認するの？



役所からの
お知らせが多すぎて
何が自分に関係あるのか
分からない...

そんなモヤモヤにも、「奈良スーパーアプリ」は応えます。あなたが登録した「興味・関心」や「住んでいる地域」に合わせて、あなたにぴったりの情報が自動で届きます。



たとえばこんなことができる！

あなたの興味・関心にぴったりの情報をお届けします。たとえば「文化・スポーツ」を選べば「ヴァイオリン名曲コンサート」を、「おでかけイベント・セミナー」を選べば「夏休みの子ども教室」をご案内。さらに、お住まいに設定された地域の情報も届くので暮らしに役立つ情報が1つにまとまります。

※アカウント登録時に設定できます。
登録情報はマイページからいつでも変更できます。

暮らしに関わる情報が
一か所にまとまって、
見逃すことなくしっかり
受け取れます。



奈良スーパーアプリに関する
問い合わせはこちら

※奈良スーパーアプリの
ログインが必要です



奈良スーパーアプリについて
詳しくはこちら

奈良スーパーアプリ 検索



🔍 おでかけ

エネルギー学習イベントの開催 ¥0 無料

時 ① 8月17日(日) 10時30分～、13時30分～

② 8月30日(土) 11時～、14時～、16時～

所 ① 県産業会館(大和高田市)

② イオンモール大和郡山(大和郡山市)

エネルギーのあり方について学んでもらうため、クイズや実験を交えた、2つのイベントを開催します!

① 見て、ふれて、学ぼう! エネルギー教室

電気について学ぶ講座と手作りモーターの工作
(定員各回50人、小学生対象(要保護者同伴))

② 水素を題材とした科学実験教室

水素について学ぶ講座と科学実験教室
(定員各回16人、小学生以上対象)

申 詳しくは下記HPから。① 8/12締切(先着)。

② 8/22締切(先着)。



問 県脱炭素・水素社会推進課 ☎ 0742-27-8016

🌐 www.pref.nara.jp/50055.htm

日韓文化セミナーの開催 ¥0 無料

時 10月25日(土) 13時～16時(予定)

所 かしはら万葉ホール(橿原市)

日韓国交正常化60周年および奈良県と韓国・忠清南道友好提携15周年を記念して、奈良と百済(古代の韓半島西南部にあった国家)のゆかりをテーマに、文化セミナーを開催します。講師には、直木賞作家の馳星周さんなどを予定。定員600人(抽選)。

申 詳しくは下記HPから。【申込期間】8/1～9/30締切。

問 県国際課

☎ 0742-27-5821

🌐 www.pref.nara.jp/69281.htm



📖 学ぶ

親子で学ぼう 夏の防犯スクール ¥0 無料 申込不要 子ども参加可

時 8月20日(水) 13時～15時

所 イオンモール大和郡山(大和郡山市)

大学生等防犯ボランティア「あっぷりけ戦隊! 奈良まもりたい」による防犯寸劇、輪投げ・防犯クイズコーナー、おまわりさん写真コーナーなどを設け親子で学べる防犯スクールを開催します。輪投げ・防犯クイズに参加してくれるお子さんにはすてきな防犯グッズを差し上げます。サイバー防犯サポーターによるクイズなどもありますので、ぜひふるってご参加ください。後援:(公財)奈良県防犯協会



問 県警察本部生活安全企画課

☎ 0742-23-0110

県の文化施設イベント情報

※イベント期間中においても休館日があります。イベントについて詳しくは各館HPをご覧ください。



県立美術館(奈良市登大路町10-6)

コレクション展「わたしたちのびじゅつかん〜きて・みて・はなして→たいけんする美術展〜」

時 開催中～8月24日(日)

大阪芸術大学芸術学部
アートサイエンス学科連携展示

時 開催中～8月24日(日)

「奈良県立美術館で、博物館浴®しよう! 一人ののための対話型鑑賞はリラックス効果がある?」

時 8月11日(祝) 要申込

「錯視ブロックワークショップ」

時 8月23日(土) 要申込

橿原文化会館(橿原市北八木町3-65-5)

かしぶんFES2025 夏休み特別企画

昆虫・歴史・鉄道がまるっと楽しめるふれあいイベント開催!

時 8月23日(土) 10時30分～ 入場無料

橿原考古学研究所附属博物館(橿原市畝傍町50-2)

こども考古学講座「土器をつくろう!」

時 8月23日(土)・24日(日) 要申込

県立図書情報館(奈良市大安寺西1-1000)

トークイベント「ケアとひと」

時 8月31日(日) 要申込

「ケアとひと」関連図書展示

時 8月13日(水)～9月15日(祝)

「奈良県文化施設連携企画」図書館劇場XX第3幕

時 9月28日(日) 要申込

文化振興課からのお知らせ

第52回 奈良県ジュニア美術
展覧会の作品を募集します

【募集期間】 要申込

8月1日(金)～9月8日(月)

詳しくは、右記二次元コードから。



申込みは
こちら

奈良県立ジュニアオーケストラ
秋のコンサート 要申込 入場無料

時 9月28日(日)

14時開演(13時開場)

所 県橿原文化会館 大ホール

申 右記二次元コードまたはFAX(0742-27-8481)にて、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望人数(4名まで)を記載して申込み。9/8締切。



申込みは
こちら

給食調理員(補助)の募集

大淀養護学校では給食調理員(補助)を募集しています。

- 勤務場所：県立大淀養護学校(大淀町下淵414-1)
- 勤務内容：給食調理業務全般の補助
- 勤務時間：① 9:00～13:30(うち、3～4時間程度)
② 7:45～16:15(フルタイム勤務)
※①②ともに週3日程度(シフト制による)
- 賃 金：時給1,199円(日給9,292円)
- 雇用期間：相談～令和8年3月31日
更新の可能性あり(ただし2回まで)。
- 休日など：土曜・日曜・祝日・学校の長期休暇中など
- その他：年齢・調理師免許の有無は不問です。

☎ 電話で下記へ。

問 県立大淀養護学校
☎ 0747-52-7655

🌐 www.e-net.nara.jp/sns/oyodoyougo



「不法投棄ゼロ」啓発ポスター募集

県内の不法投棄の撲滅を目的とする、「不法投棄ゼロ作戦」推進キャンペーンの実施に伴い、啓発ポスターを募集します。入選作品は県内で巡回展示するほか、最優秀作品のうち1点は、県内主要駅や公共施設で掲示します。

【対象】県内に在住・通学の小・中学生および高校生

☎ 詳しくは下記HPから(標語や様式の指定あり)。9/5締切(必着)。

問 奈良県不法投棄ゼロ作戦推進キャンペーン実行委員会事務局(県廃棄物対策課 ● 内)
☎ 0742-27-8746

🌐 www.pref.nara.jp/39603.htm



「第53回障害者作品展」作品を募集中

今年も11月27日(木)～12月4日(木)に「奈良県障害者作品展」を芸術会館美楽来(生駒市)で開催します。この作品展は、作品制作を通じて、障害のある人の社会参加や自立への意欲を高めるとともに、県民の皆さんに障害への理解を深めることを目的として、毎年開催しています。現在、作品を募集中。種目は、



絵画、写真、書道、工芸、手芸、文芸(短歌、俳句、川柳)、コンピュータ・タイプアートの7種目。

【対象】県内に在住または県内施設に入・通所する障害児・者

☎ 詳しくは下記HPから。9/12締切。

問 県障害者作品展事務局
☎ 0742-93-3244

🌐 www.pref.nara.jp/item/278220.htm



育休ママのトークサロン

時 9月6日(土)・11月26日(水)
いずれも10時～11時30分

¥0 無料 託児ルーム

所 奈良労働会館(奈良市)

復職前のさまざまな不安について、働くママ同士で気軽にお話しませんか?自分らしく働き続けるために一緒に考えましょう。夫婦でも参加できます。定員15人(先着)。

【対象】育児休業や産前産後休業中の人、育児休業から復帰しておおむね1年以内の人

☎ 詳しくは下記HPから。または電話で下記へ。
開催日の7日前13時締切。

問 県奈良しごとイセンター ☎ 0742-23-5730

🌐 www.pref.nara.jp/69331.htm



シニア起業セミナーを開催します

¥0 無料

時 9月～12月に毎月1回開催(各回18時～21時)

所 奈良商工会議所会館(奈良市)

「働きたい」「起業したい」シニア世代を応援します。自らの経験や知識を活かして、起業に踏み出す第一歩となるセミナーを開催します。定年後のキャリアチェンジのひとつの選択肢として、起業を考えてみませんか。

【対象】50歳以上で、県内で起業を検討している人

☎ 詳しくは下記HPから。各セミナー開催日の前日締切。

問 県経営支援課 ☎ 0742-27-8131

🌐 www.pref.nara.jp/68894.htm



募 集

全国植樹祭ポスター原画・緑化作品コンクール募集

令和9年春に奈良県で開催する第77回全国植樹祭のポスターに使用する原画および緑化作品コンクール応募作品を募集しています。特選作品は全国植樹祭ポスター原画に採用します。

【対象】県内の小・中・義務教育・高等学校・中等教育学校および特別支援学校に在学する児童生徒

☎ 詳しくは下記HPから。9/12締切(必着)。

問 県森林環境課 ☎ 0742-27-8119

🌐 www.pref.nara.jp/68929.htm



第2回 奈良県営住宅の入居者募集

募集する団地・住戸については、下記HPまたは募集案内冊子をご覧ください。募集案内冊子は、県住宅課または各市町村役場、県営住宅管理事務所、県営住宅北部サービスセンター、県営住宅サービスセンターなどで配布します。同一の住戸に希望者多数の場合は抽選となります。奈良県公式LINEでも募集住戸の写真を掲載予定です。

☎ 募集案内冊子の中の専用ハガキに必要事項を記入し、郵送。【申込期間】8/1～15(必着)。

問 県住宅課 ☎ 0742-27-7539

🌐 www.naraken-sumai.jp



試験

令和7年度狩猟免許試験(第2回) 【第一種銃猟・第二種銃猟・わな猟・網猟】

時 8月31日(日)9時30分~16時
所 県農業研究開発センター(桜井市)

狩猟に必要な免許の取得試験を行います。受験には手数料が必要です。詳細は下記HPへ。

申 必要書類を(一社)奈良県猟友会へ。8/18締切(必着)。

問 (一社)奈良県猟友会
〒630-8253 奈良市内侍原町6の1 奈良県林業会館内
☎0742-26-8125
県農業水産振興課
☎0742-27-7480
🌐www.pref.nara.jp/24276.htm



県職員等採用試験

県職員採用I種試験(行政分野)(技術系分野)【秋実施】

時 【行政分野】
9月10日(水)~10月5日(日)の期間で選択
【技術系分野】9月28日(日)
対象:平成7年4月2日~平成16年4月1日に生まれた人
申 詳しくは下記HPから。
【申込期間】8/5 9時~9/2 正午

県職員採用II種試験、 市町村立小・中学校事務職員採用試験

時 9月28日(日)
【総合職(一般事務・総合電機)・警察事務・小中事務B区分]
対象:平成16年4月2日~平成20年4月1日に生まれた人
【森林管理職]
対象:昭和60年4月2日~平成20年4月1日に生まれた人
【小中事務A区分]
対象:昭和60年4月2日~平成16年4月1日に生まれた人
申 詳しくは下記HPから。9/2 正午締切。
問 県人事委員会事務局
☎0742-81-8033
🌐www3.pref.nara.jp/narakensaiyou/shiken



納税通知書用封筒の広告主を募集

令和8年5月に発送予定の「自動車税種別割納税通知書用封筒」裏面(2枠)の広告主を募集します。内容を審査のうえ、申込価格が最も高い申込者に決定します。

【送付件数】約33万件(令和6年実績)【広告の色】4色カラー
申 詳しくは下記HPから。9/30締切(必着)。

問 県税務課
☎0742-27-8853
🌐www.pref.nara.jp/41304.htm



相談

労働相談会

¥0無料

時 8月28日(木)15時~17時
所 県奈良総合庁舎(奈良市)

弁護士、労働組合役員、企業役員などの経験豊富な委員が、三者一組となり、公正・中立な立場で解雇や賃金問題、パワハラなど労働に関するトラブルの相談に応じます。1人30分程度。要予約(先着)。9月以降の開催日など、詳しくは下記HPへ。

【対象】県内在住または在勤の労働者と県内に事業所のある事業主

申 詳しくは下記HPから。開催日の前々日14時締切。

問 県労働委員会事務局
☎0742-20-4431
🌐www.pref.nara.jp/46104.htm



妊娠中や授乳中、妊娠を希望する際の薬の使用について相談しませんか

県では、妊娠と薬に関する相談支援事業を開始しました。これにより「妊娠と薬外来」の相談費用が軽減されます。「持病の薬は妊娠に影響はないか」などのお悩みに産婦人科医師と薬剤師がお答えします。

申 下記HPからWeb問診システム入力後、奈良県立医科大学附属病院内薬剤部(☎0744-22-3051)へ電話予約。

問 県健康推進課
☎0742-27-8661
🌐hospital.naramed-u.ac.jp/department/ninshintokusuri.html



8月 奈良競輪 開催日程		本場開催										車券は電話やインターネットでも購入可																			
		GI・GII		GIII・GIIIナイター		FI		FIナイター																							
		FII		モーニング		ミッドナイト		♥ガールズ																							
		問 県営競輪場		☎0742-45-4481		📍 平城駅から西へ約700m		※ 大和西大寺駅北口から無料バス運行																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
デイ		富山		西武園♥				小倉		奈良 FII♥ チャリトロ杯 10時開門		岸和田							奈良 FI 日本名輪会カップ		宇都宮		川崎								
			高知♥		福井		小松島		前橋		大宮								取手♥		高知		和歌山 in岸和田		岐阜♥						
ナイター	京王閣♥					四日市		宇都宮♥ 女子オールスター 競輪		函館 オールスター競輪									小倉♥		松戸		奈良 FII♥ なんか変わった TIPSTAR杯 入場不可		西武園						
運行		●	●					●	●	●	●				★	★				●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

※4月1日より無料バスの運行日・運行時刻を改定しています。運行欄をご確認ください。(●:通常便 ★:ナイター便あり)

子育ての仕事について気軽に相談 保育のおしごとフェア2025

時 8月9日(土)12時～16時

¥0 無料 託児ルーム

所 奈良商工会議所(奈良市)

県内の事業所24法人が集まる合同就職面談会です。保育士を目指す学生の人から、「子育ての仕事に興味はあるが何から始めれば良いかわからない」という人まで、スタッフのサポートを受けながら情報収集していただけます。

【対象】子育ての仕事に就職、または転職予定の人。子育ての仕事に関心のある人。

申 詳しくは下記HPから。事前申込で当日の受付・入場がスムーズです。

問 県保育人材バンク(県社会福祉協議会)

☎0744-29-0160

🌐 nara-shakyo.jp/pages/246



自治医科大学入試説明会

時 8月23日(土)10時～12時

¥0 無料

所 奈良商工会議所(奈良市)

自治医科大学の在学生、卒業生から、入学試験情報や大学の特色、卒業後の進路などについて説明します。この機会に自治医科大学への進学について考えてみませんか?医師を目指す人で、地域医療に興味のある人はぜひご参加ください。定員60人(先着)。

【対象】受験希望者、保護者など

申 詳しくは下記HPから。8/21締切。

問 県医師・看護師確保対策室

☎0742-27-8644

🌐 www.pref.nara.jp/20910.htm



県万博推進室からのお知らせ



電子チケットの購入



紙チケット/引換券

時 開催中～10月13日(祝)

所 大阪 夢洲

問 (公社)2025年日本国際博覧会協会 大阪・関西万博

総合コンタクトセンター

☎0570-200-066

万博チケット

奈良県の推計人口(令和7年6月1日現在)

総数 1,276,714人
(対前月+900人)

男性 599,649人

女性 677,065人

問い合わせに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。

県・市町村土木職員採用共同試験

時 9月28日(日)

所 奈良市内

大和高田市・五條市・安堵町・田原本町・下市町・天川村・野迫川村・川上村と奈良県が共同で行う土木技術職員の採用試験です。

【I種】

対象:平成7年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人

【II種】

対象:平成16年4月2日～平成20年4月1日に生まれた人

申 詳しくは下記HPから。9/2 正午締切。

問 県人事委員会事務局

☎0742-81-8033

🌐 www3.pref.nara.jp/narakensaiyou/shiken/r7/dobokukyodo



2026年度 奈良看護大学校 推薦入学試験

時 ① 一次試験(学科)

10月4日(土)

② 二次試験(グループディスカッション、小論文)

10月11日(土)

(二次試験は一次試験合格者のみ)

願書・募集要項は下記HPで請求(来校でも入手可)。

申 願書を簡易書留で下記へ。

【出願期間】9/4～11(必着)

【合格発表】① 10/7(当校HPに合格者の受験番号を掲示)

② 10/17(当校HP掲示および本人・高等学校へ通知)

所・問 奈良看護大学校

〒636-0802 三郷町三室1-14-1

☎0745-72-9412

🌐 nara-pho-nursing-college.jp/entrance/#koubo



お知らせ

市街化調整区域の開発許可基準改正に関するパブリックコメント

県南部・東部地域(五條市・御所市・宇陀市・高取町・明日香村・吉野町・大淀町・下市町)の地理的特性や、施策の取組状況に応じて、産業・商業・観光の振興に資する施設や住宅の立地に関する開発許可基準の改正案を作成しました。(一部の基準は、南部・東部地域以外も対象)現在、県民の皆さんから改正案に対する意見募集(パブリックコメント)を行っています。詳しくは下記HPへ。

問 県建築安全課

☎0742-27-7562

🌐 www.pref.nara.jp/38463.htm



三郷町

被爆ギターコンサート 「ラグリマが聞こえる」

時 8月30日(土) 10時～11時30分

広島で被爆したギターを使ったコンサートを開催します。被爆証言の上映も行い、戦争の記憶を未来へ受け継ぎます。思いの詰まった演奏を聴きながら、平和の尊さと命の大切さを改めて考える時間を過ごしませんか？



定員400人(要申込)。入場無料。

申 右記二次元コードから。8/22締切。

所 三郷町文化センター(三郷町勢野西)

問 三郷町企画財政課 ☎0745-43-7312



三宅町

Mフェス2025～三宅の花火～

時 9月13日(土) 11時～20時

MiiMo館内と屋外の広場で、子どもも大人も楽しめるさまざまなプログラムを開催。模擬店も多数出店します。最後には恒例の打ち上げ花火も！夏の終わりにすてきな思い出を作り、ぜひお越しください。



所 三宅町交流まちづくりセンターMiiMo(三宅町伴堂)

問 Mフェス実行委員会 ☎0745-44-3070

🌐 www.miimo.jp

曾爾村

3年ぶりの開催 曾爾高原山灯り

時 9月20日(土)～11月24日(振休) 日没～21時

秋に見頃を迎えるすすきの曾爾高原。3年ぶりに「曾爾高原山灯り」が、復活します。曾爾高原が夕闇に包まれる頃、お亀池の周りを囲む灯籠に明かりがともり始めます。幻想的な雰囲気の中をゆったりと散策してみませんか？



所 曾爾高原お亀池周辺(曾爾村太良路)

問 曾爾村観光協会 ☎0745-94-2106

香芝市

香芝ウォーク2025開催！

時 9月28日(日) 9時～14時

※雨天決行・荒天中止

市内の歴史と自然を体感できるウォークイベントです。参加賞として市のマスコットキャラクター「カッシー」グッズをプレゼント！スタート地点にて当日受付。参加費無料。約8km(約3時間)。



所 今池親水公園(香芝市本町)

※スタート・ゴール地点

問 香芝市商工観光課 ☎0745-44-3312



上牧町

平和祈念資料展・朗読劇 開催

平和祈念資料展「もう…あの^{なみだ}悲涙は流すまい
ヒロシマ・ナガサキの記憶」～戦後80年 次世代につなぐ～

時 7月30日(水)～8月15日(金) 9時～17時

(30日は13時～、15日は正午まで) 4日・12日は休館

ヒロシマ・ナガサキの原爆の被害の実相をパネル資料で伝えます。入場無料。



朗読劇「響け！長崎の鐘」

時 8月8日(金) 15時～・

9日(土) 11時～

長崎と原爆、自身も被爆しながら被爆者救護に尽力した医学博士永井隆さんの平和への願いとは…。町職員が戦争の悲惨さと命と平和の尊さを訴える朗読劇に挑みます。入場無料。(手話通訳あり)

所 上牧町文化センター(上牧町上牧)

問 上牧町秘書人事課 ☎0745-76-2501



河合町

河合町ふるさと祭り

時 8月11日(祝) 18時～21時

※雨天決行・荒天中止

ダンスや演奏によるステージ、屋台など盛りだくさん。打ち上げ花火もあります。夏の日の思い出に、ぜひお越しください。



所 河合町総合スポーツ公園グラウンド(河合町山坊)

問 河合町観光振興課 ☎0745-57-0200

🌐 www.town.kawai.nara.jp

安堵町

第14回 安堵町ふれあい盆踊り大会

時 8月24日(日) 17時～20時30分

※荒天の場合は25日に順延

模擬店や各種アトラクションなど、さまざまなイベントが行われます。フィナーレには恒例の打ち上げ花火もあります。先着1,000人にオリジナルうちわをプレゼント！



所 安堵中央公園多目的広場(安堵町窪田)

問 安堵町ふれあい盆踊り大会

実行委員会事務局(安堵町商工会事務局)

☎0743-57-1524



大淀町

親子で見よう！夏の星空観察会

時 8月27日(水) 19時～21時

夏の美しい夜空を見上げてみると、月や夏の星座、もしかしたら土星が見られるかも？親子で星空をお楽しみください。

【対象】小学生30人(先着、保護者同伴)

申 右記二次元コードから。

所・問 大淀町文化会館(大淀町松垣本)

☎0747-54-2110

📧 shinsei-ob@mail.town.oyodo.nara.jp



私のエコライフを紹介します

この原稿を書いている6月末現在、すでに連日真夏日となっており、今年の夏も暑くなりそうです。去年もおとしも大変な暑さでした。コメ価格高騰の引き金もおとしの猛暑による品質低下と言われていいます。異常気象を遠因とする災害も頻発しています。地球温暖化は決してひとつではなく、私たちの生活をどんどん追い詰めています。県は、7月末に「奈良県脱炭素・水素社会推進協議会」を立ち上げました。県庁内ではすでに昨年「脱炭素・水素社会推進本部」を立ち上げていますが、これを各種団体、企業、市町村などにも広げていこうという取り組みです。

このような取り組みを全県的に呼び掛けていく以上、私自身も脱炭素行動を実践しなければ説得力がありません。実は、もう25年ほど前から、次のようなことを実践しています。エアコンの設定温度は28度/自宅でのフードロスほぼゼロ/生ゴミはコンポストで処理/古着はリサイクルに出すか雑巾として使用/買い物はエコバッグ/出来る限り簡易包装にしてもらう/移動はなるべく公共交通/マイカーはハイブリッドカーなどなど。自宅も高断熱にして屋根には太陽光パネルを載せています。

自分が変われば、周りも変わるかもしれません。出来ることからエコライフを実践しましょう！



奈良県知事 山下真

毎月11日は人権を確かめあう日

人権 コーナー



祖父とバリカンと私

8月になると、私は祖父のことを思い出す。幼い頃、私はよく祖父の散髪を頼まれた。祖父は、寝癖がつくつかないかぐらいの髪を触りながら、「今日もバリカンで刈ってくれるか。」と言っては、いつもの古い風呂敷を広げて手動のバリカンを渡してきた。「ザク、ザク、ザク」と、私は祖父の頭を丸めていく。そのとき祖父は、「わしな、通信兵として戦争に行っていてなあ。そろもうたいへんやったで。敵も味方も住民も、みんな次々死んでいってなあ。わしも胸撃たれたんや…。これだけは言うとかで。命は粗末にしたらあかん。大事にしいや。」と、いつも独り言のようにつぶやいていた。

やがて私は、知らない場所・こと・もの、そして人と出会う

のが好きで、よく旅に出かけるようになった。そこには、「平和」について考える場所がたくさんあること、また多くの出会いの中で、自分の身近な生活を改めて振り返り、「命の尊さ」を感じる瞬間が実はたくさんあることに気づいた。

今、バリカンを通して祖父が託した思いが、私の中に息づいていることを感じている。

今月のポスター



五條市立五條南小学校6年 北田 芙優さん



桜井市立大三輪中学校3年 豊村 心音さん

※学校名・学年は作品制作時のものです。

県の情報はこちらでもご覧いただけます

テレビ番組(奈良テレビ)



ならフライデー9 毎週金曜 20:57~21:57



県政フラッシュ 毎週火曜 21:54~22:00



Origin~私の原点、奈良~ 8月9日(土) 21:00~21:15

●ゲストは十津川・空中の村 代表 ジョラン フェレリさんです



過去の放送番組はYouTubeチャンネルからご視聴いただけます。

奈良県公式総合チャンネル

県政ラジオ番組 ~県政NEWSなら~

ならどっとFM (78.4MHz) 毎週月・木曜 11:15~ [再]18:20~

FMハイホー (81.4MHz) 毎週月・木曜 13:00~ [再]翌日13:00~

FM五條 (78.0MHz) 毎週月・木曜 11:30~ [再]18:00~

FMヤマト (77.5MHz) 毎週月・木曜 11:55~ [再]18:55~

FMまほろば (79.5MHz) 毎週月・木曜 10:55~ [再]16:55~

SNS

Facebook まるごと奈良県



X 奈良県公式



LINE 奈良県公式



奈良県広報担当 VTuber 『奈々鹿』



県民お役立ち情報コーナー

パンフレットなどを配置しています

県庁舎食堂(奈良市)

県産業会館(大和高田市)

県橿原総合庁舎(橿原市)

県立図書館(奈良市)

市町村会館(橿原市)

吉野町中央公民館(吉野町)

★印のある場所および県庁舎1階受付横・屋上階には、専用用紙で県政に関するご意見・ご提案をお寄せいただく「県政ポスト」も配置しています。

県広報聴課

0742-27-8325

FAX 0742-22-6904

県では、収入確保対策のために有料広告を掲載しています。
広告の申し込み・お問い合わせは、株式会社キョウエイアドインターナショナル大阪支社（☎06-4797-8251）
広告内容は県が推奨するものではありません。



植物油インキで印刷しています。



リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

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

※点字と声による「県民だより奈良」も発行していますので、
必要な方は県広報広聴課へご連絡ください。

県民だより奈良

第470号 令和7年8月1日発行・奈良県広報広聴課
〒630-8501 奈良市登大路町30番地 ☎0742・27・8325
奈良県ホームページ（www.pref.nara.jp）
デザイン株式会社 インターナショナル印刷株式会社 天理時報社

※「県民だより奈良」は県内の各家庭にお届けしています。
市町村窓口、県の施設などにも配置しています。
※無断転載を禁止します。

ご相談やお問い合わせは
こちらへ

相談ならダイヤル

☎ 0742・27・1100
FAX 0742・22・8653