

1月15日～31日は国民健康保険料(第8期分)の納期です。保険料はみなさんの健康を守る大切な財源です。

みんなでともに祝いましょう 成人式に参加しましょう

対象者には案内状を送付していますが、届いていない人や現住所が市外の人、家族・友人のみなさんも一緒に当日直接会場へ来てください。



障がい者には手話通訳、要約筆記、会場誘導などのサポートをしますので、ぜひ参加してください。

【とき】 1月10日(成人の日) 午前11時～11時50分
【ところ】 中央体育館(法蓮町)
【対象】 昭和59年4月2日～60年4月1日生まれの人
【内容】 Y.S.K.シンフォニックアンサンブルによるウエルカムコンサート(午前10時40分から)、式典、奈良少年少女合唱団によるお祝いのお歌
【その他】 会場周辺は大変混雑するため、来場は公共交通機関を利用してください
【問い合わせ】 市役所社会教育課へ。

くらしのなかに人権を
あやめ池・学園南地区
とき：1月16日(日)午後2時～4時
▼ところ



人権教育地区別研修会

研究会副会長の郡瑠三さん。「人権」身のまわりで考えること
◆西部1(登美ヶ丘・青和・東登美ヶ丘・二名・学園北・鶴舞・平城西)
 とき：2月8日(火)午後7時～9時
▼ところ：西部公民館
▼講師・演題：市人権啓発講師団講師の田和貞保さん・高齢者の人間としての尊厳と生きがいと
【申し込み】 不要。当日直接会場へ。
 くわしくは、市役所社会教育課へ。

の理由で一時的に家庭で児童を養育できない場合に、児童福祉施設で、7日間を限度として24時間児童を預かる
伏見公民館あやめ池分館 ▼研修方法：小グループによる話し合い学習
▼申し込み：不要。当日直接会場へ
▼共催：市人権教育推進協議会
 くわしくは、市役所社会教育課へ。



青少年児童会館

〒630-8225 西木辻町二〇〇
☎二一七〇三七

とき：2月22日(火)～25日(金)午前9時～午後5時
▼定員：消防設備士・点検資格者、防火管理者、建築士
男女共同参画センター「あすなろ」
 〒630-8122 三条本町八一
☎三四一五三五 機三三二六九三八
男の生き方セミナー
「力を抜いて生きようよ」
 男性が生活自立をし、豊かに生きる方法を探るため、パートナーや家族とうまくコミュニケーションをとる方法などを学びます。

とき	内容
1/26(水)	「男らしさ」から「自分らしさ」へ「会社人間」から「生活人間」になるために
2/2(水)	大切なのは聴くこと、話すこと コミュニケーション上手になるために
2/9(水)	自分さがし、そして、仲間さがし 地域でのネットワークの作り方

時間：午後6時45分～8時45分
▼講師：フリーライターの吉田清彦さん
▼定員：男性30人。在勤・在学も可
▼参加料：千円。無料託児(2歳～就学前)あり
▼申し込み：はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望者は幼児の名前、年齢を書いて、1月16日までに同センターへ。電話、ファクシミリ、Eメール(asanar99@m4.kcn.ne.jp)も可。
 多い場合は抽選

絵本と歌のひととき
 とき：2月4日(金)午前10時半～11時半
▼内容：童話の読み聞かせ、紙芝居、童謡
▼対象：就学前の子どもと保護者
▼申し込み：不要。当日直接会場へ
▼共催：国際ソロプチミスト奈



とき：1月27日(水)午後7時～9時
▼ところ：東市地域ふれあい会館
▼講師・演題：元奈良市同和教育研
 良一まほろば
男性のための実践家事講座「料理編」
 男性の家事参加を進めるため、実習を通じて料理の基本を学びます。

とき	内容
2/26(土)	家事としての料理の達人になろう！ 基本的な包丁の持ち方、野菜の切り方を学ぶ(ほうれんそうのおひたし、粉ふき芋、きゅうりのみ)
3/5(土)	味の仕組みを知って、味付け上手になろう！ 手軽で本格的なだしを取り方を学ぶ(肉じゃが、かぶと薄揚げの煮物、みそ汁、玄米ご飯)
3/12(土)	魚料理上手になろう！ 魚の煮付けと三枚おろしのコツを学ぶ(旬の魚の煮付け、アジのたたき、吸い物)

時間：午後1時半～4時半
▼講師：フリーライターの吉田清彦さん
▼定員：男性24人。在勤・在学も可
▼参加料：千円。別に調理実習の材料費として2千円。無料託児(2歳～就学前)あり
▼持ち物：包丁、まな板、ふきん2枚、エプロン
▼申し込み：はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望者は幼児の名前、年齢を書いて、1月31日までに同センターへ。電話、ファクシミリ、Eメール(asanar99@m4.kcn.ne.jp)も可。多い場合は「男の生き方セミナー」参加者を優先して抽選。



なら工芸館

〒630-8346 阿字方字町一一
☎二一七〇〇三三

千支展 期間：1月10日(祝)まで
▼内容：今年の千支(酉)を題材にした奈良伝統工芸作品の展示販売
雛人形特別展 期間：1月12日(水)～3月3日(木)
▼内容：雛人形を題材にした奈良伝統工芸作品の展示販売。