



かしはら

Kashihara

2026

10

No.1092



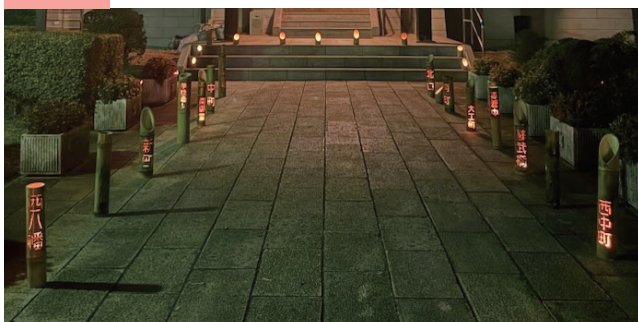
7/31

みんなでつくる働きやすさ×働きがい Labo in 檀原



主に市内企業を対象とした、「誰もが働きやすい・働きたい」魅力的な企業を増やすための全6回の講座が始動。初回は各社の経営を担う皆さんが参加し、ジェンダーギャップの現状を知り、グループワークを通じた各社の課題の見える化・共有を行いました。

8/1 今井灯火会



重要伝統的建造物群保存地区である今井町で、「今井灯火会」が開催されました。歴史的な町家と柔らかいろうそくの光が多くの人を魅了し、風情あふれる一夜になりました。

8/6

企業版ふるさと納税を通じた寄付に対し (株)松本コンサルタントに感謝状贈呈



檀原市の地方創生推進のための取り組みである「ストリートファイターオブジェ制作プロジェクト」に賛同された株式会社松本コンサルタントより、企業版ふるさと納税を通じた寄付をいただきました。この寄付に対し、市長から感謝状を贈呈しました。

02. まちの話題を紹介！かしはら見聞録
04. 特集 おいしいだけじゃない！給食のヒミツ
08. かしはらトピックス
—AIデマンドタクシー「のるーと檀原まが号」
10月1日から運行開始
10. -今月の注目情報-Pick Up
12. information—お知らせ
15. information—健康
17. information—イベント
19. information—スポーツ
22. information—スケジュール会議・抽選会
23. 無料相談／し尿収集予定表・有機質肥料配布
24. 子育て／生まれ！元気なかっ子
25. 本のある暮らし
／ぼくらはみんな生きている
／我が家のペット
26. 市民活動掲示板
27. 市長のひとこと
／手話を覚えよう！Sign & Smile
／世界遺産をめざして—あとがき—
28. イルミネーションinかしはら
ライブペイント・点灯式参加者募集



檀原市公式 Instagram
今月の1枚

問 秘書広報課 (☎ 21-1116)



投稿
方法

- ① @kashihara_official をフォロー
- ② @kashihara_official をタグ付け
- ③ #kashi_iro をつけて投稿



8/4

橿原市制70周年記念事業 こども1日市長体験

市内の小学5・6年生5名が1日市長に就任し、亀田市長とともに決裁や視察などの公務体験に取り組みました。最初は緊張していた子ども達ですが、最後の議場での政策発表では、「私が市長になったら」をテーマに、橿原市への熱い思いを堂々と発表してくれました。



8/24

奈良キッチンカーグループと 災害時の炊き出しなどに関する協定を締結



橿原市と奈良キッチンカーグループは、大規模災害などが発生した際に、相互に協力するための協定を締結しました。市民生活の早期安定のために、キッチンカーによる炊き出しなどを通して、必要な支援を実施します。

8/6

読売新聞社、読売テレビ、報知新聞社、木下サーカス(株)が福祉招待券を寄贈



読売新聞社、読売テレビ、報知新聞社、木下サーカス(株)から木下大サーカス奈良橿原公演の福祉招待券を寄贈していただきました。普段、サーカスなどの催しを観覧する機会が少ない方々にも、この機会に楽しんでもらいたいとの思いから寄贈していただいたものです。

8/27

植山古墳の副葬品が市指定文化財に登録



植山古墳の東石室・西石室からこれまでの発掘調査で出土した副葬品163点が市指定文化財に登録されました。これらの一部は、歴史に憩う橿原市博物館の常設展示で見学することができます。

8/8

「飛鳥・藤原の宮都」 世界遺産登録記念イベント



「飛鳥・藤原の宮都」の世界文化遺産登録決定を祝し、イオンモール橿原で記念イベントが開催されました。会場では「世界遺産クイズ」などが行われ、楽しみながら歴史に触れ、世界遺産を身近に感じる一日となりました。



特集

おいしいだけじゃない！

給食のヒミツ

問教育総務課（☎47-3525）
取材協力 耳成南小学校の皆さん



令和8年度、榎原市では1学期から3学期まで、年間を通じて給食費を無償化しています。



／ 知ってた？ ／

給食のレキシ

ルーツは1889年（明治22年）

山形県の私立小学校で、経済的に苦しい家庭の子ども達へ無料で昼食を提供したのが始まりとされています。その後、全国に広まりましたが、戦時中の食糧不足で一時中断。戦後に子ども達の栄養改善を目的に再開され、昭和29年には学校給食法が制定されました。現在では、全国の小学校でほぼ100%、中学校でも90%を超える学校で給食が実施されています。

／ ここがポイント ／

給食のヤウメ

学校給食は「生きた教材」

- ・ 地域の食文化や郷土料理を知れる！
- ・ 野菜やお米を作る人、給食を作る人など、食に関わる多くの人への感謝の気持ちが育つ！
- ・ 食べ物がどのように作られ、運ばれ、みんなのもとに届くのかを学べる！

毎日の給食を通して、食べ物を大切にする気持ちや、食への興味・関心を深めることができます。

参考：文部科学省リーフレット
「日本の学校給食はいつから実施されているの？」
「日本の学校給食と食育」

身近な給食、その奥にあるもの

自

分が小・中学生だった頃の給食を覚えていますか？給食の時間が近づくと、学校中においしそうな匂いが漂い、配膳を待つ時間さえも楽しみだったという人も多いのではないのでしょうか。今も昔も、給食は子ども達の学校生活に寄り添う、大切な存在です。

給食は、ただお腹を満たすだけではありません。成長に必要な栄養をとり、季節の食材や地域の食文化に触れ、食について学ぶ場でもあります。毎日当たり前のように食べている給食。その一食には、どのような工夫があり、どのような人が関わっているのでしょうか。知れば知るほど奥深い、学校給食の世界をのぞいてみましょう。

数字で見える わがまち 給食

ちょっと気になる給食事情

市内の小学校の給食を見てみましょう！

- 1年に何回給食を食べているの？
→ 約180回！
- 給食は何人分？
→ およそ5800人！※教員なども含む
- 給食1回分のお米は、合計何kg？
→ なんと…約470kg！

献立を組み立てる 栄養士 です！

給食の献立は、栄養バランスを整えるだけでは完成しません。季節の食材や料理の組み合わせ、調理のしやすさ、子ども達の食べやすさまで、様々なことを考えて作られています。

一食に込められた知恵と工夫

献立づくりへのこだわり

最初に献立案を考え、関係者との会議を重ねながら何度も手直しします。旬の食材を大切に、子ども達に色々なものを食べてもらえるよう考えています。小学生は体格差が大きいため、量の調整も行い、自ら進んで食べたくなるような献立を目指しています。

安全に、おいしく

食材を選ぶ際には、産地だけでなく食品添加物も確認。一つひとつの食品を細かくチェックします。また、実際の調理や提供場面も想像し、例えばラーメンではなく麺が伸びにくいビーフンを使うなど、食べるまでの時間も考慮しています。

食を通して、文化や学びも

七夕やお正月など季節の行事にちなんだ料理や郷土料理を取り入れ、食を通して日本の文化にも触れてもらえるようにしています。献立表と一緒に配信する給食だよりも書き方を工夫し、献立や食に関する情報を子ども達や家庭に分かりやすく届けられるよう心がけています。

献立ができるまで

- 1 担当栄養士が1か月分の献立案をつくります
- 2 栄養教諭・学校栄養職員・教育総務課で献立の細かな部分まで話し合います
- 3 栄養士・調理員で調理方法や作業の流れを検討します
- 4 教員を含めた打ち合わせで現場の声を取り入れ、献立案を改善します
- 5 完成！

1か月分の献立づくり
完成までにかかる期間は約4か月！



栄養教諭・学校栄養職員・教育総務課の献立会議

令和8年6月分の 献立表&給食だより をご紹介します！

「こだいちゃん」マーク
…榎原・御所・高市地区産
「奈良のしか」マーク
…奈良県産

副 菜 野菜・きのこ・いも・海藻 など
からだの調子を整える役割

乳 製 品 牛乳・チーズ など
骨や歯を丈夫にする役割

ある日の献立

主 食
ごはん・パン・麺類 など
からだを動かす
エネルギーのもと



主 菜 肉・魚・卵・大豆 など
筋肉や血などをつくるもと

参考：農林水産省ホームページ「子どもの食育」

栄養士が考えた献立が給食として子ども達に届くまでには、調理員の徹底した衛生管理と、毎日の調理に込められた工夫があります。

安全とおいしさを届ける

調理員です！

子ども達の顔を思い浮かべながら、一食一食を大切に作っています。どうすればみんなが食べやすいかを子ども目線で考えることを心がけています。

また子ども達に好き嫌いを克服してもらえよう、試行錯誤しています。苦手な子が多いピーマンを目立たないようにしたり、酸っぱいトマトに甘みを加えたり、にんじんを星形にしたり…自分の子ども時代を思い出しながら工夫することもあります。

私達は、子どもの命を預かっています。衛生管理に終わりはなく、食材によって気をつけることも変わります。大変なことも多いですが、子ども達に感謝の気持ちを伝えてもらえたときは、やりがいを感じます。

これからも、子ども達に楽しく安全に食べてもらえる給食づくりを続けていきます。

「おいしい」の笑顔のために

給食を通じて
子ども達に気持ちを届けます



給食調理員の皆さん

当り前の給食に、当り前じゃない工夫

安全を守る

エプロンの色には、理由があります

食中毒の予防とアレルギー食の混在防止のため、工程ごとに異なるエプロンを着用します。色分けすることで、誰がどの工程を担当しているかも一目でわかります。



食材下処理用



調理用



肉など調理用



卵など調理用



給食仕分け用



アレルギー対応食調理用

色や分け方は学校や業者によって異なります。
今回は耳成南小学校の場合をご紹介します。

混在を防止するため、アレルギー対応食は担当者が一人で調理！担当者は通常食には触りません。食器の色を変え、「〇〇抜き」など対応内容を表示して児童の名前を記入。取り違えを防ぎます。

給食室では、作業区域を分けて衛生を守っています

衛生管理のため、食材の洗浄前と洗浄後などで、作業区域を分けています

食材の洗浄から加熱、温度確認まで徹底しています

- ・野菜などの食材は3回洗います（傷み・異物混入・虫など入念に確認）
- ・デザート以外の食材は加熱調理します（中心部が75℃以上になるよう管理）
- ・調理完了から子ども達の口に入るまでは2時間以内になるように逆算して作業を行います



作業区域



3回洗いシンク
(写真奥から1回目
→2回目→3回目)

万一の食中毒などに備え、原因究明のために食材や料理を保存しています

調理前の食材や調理後の料理などを決められた方法で採取し、2週間冷凍保存（-20℃）しています

おいしを作る

年齢や季節に合わせ、味・温度・食感などにもこだわっています

- ・加熱する順番や時間を工夫し、食材の食感を生かします
- ・冷たいものは冷たく、温かいものは温かく提供できるよう、調理時間を調整します
- ・素材の味を生かすため、だしを一からとっています
- ・スプーンに乗る大きさに切るなど、発達に合わせて食べやすく工夫。味付けも年齢に応じて調整します

子ども達の声も給食づくりに活かされています。

給食タイム

～毎日食べている子ども達の声～

タコライスや豚汁、ミンチカツが特に
おいしいです。いわしの梅煮やししゃも
フライも楽しみにしています♪

いつもおいしいです。
友達と話しながら食べる給食の時間が
とても楽しいです！

カレーや揚げ餃子など、お気に入りの
メニューがたくさんあります。
調理員さん、ありがとうございます！

残してしまうときもあるけど
おいしく食べているよ！
牛乳もしっかり飲んでるよ！

給食でしか食べないものも
色々あるよ！

前はピーマンが苦手だったけど、
給食で食べられるようになりました！
食べられるものが増えてうれしいです。

デザート争奪じゃんけんは
いつも盛り上がるよ！

給食の楽しみ、まだまだ！

スペシャル給食コレクション

いつもの献立とは一味違う「テーマ給食」。地域の伝統料理や食育につながる
献立、キャラクターとのコラボなど、食べることを楽しみながら学べる工夫が
いっぱい。今回はその一部をご紹介します！

まほろばの日



奈良県の郷土料理
「飛鳥汁」

カミカミ献立の日



歯ごたえのある、ごぼうや
にんじん、こんにゃくを使った
「きんぴらごぼう」を中心としたメニュー

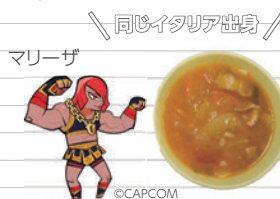
食育の日

沖縄県の食文化に触れる「もずくスープ」
「タコライス」「シークワサーゼリー」



「飛鳥・藤原の宮都」と同じ
世界遺産、「琉球王国のメスグ及
び関連遺産群」にちなんで献立！

ストリートファイターコラボ 「マリーザのミネストローネ」



マリーザ

「同じイタリア出身」



©CAPCOM
栃原市学校給食応援団
アンバサダー リュウ

先生が語る、給食への想い



今回お話を聞いたのは…

5年3組担任 松村先生

給食の時間には、友達との関わりの中で子
ども達の様々な姿が見られます。苦手な食べ
物があっても、友達が食べている姿を見て挑
戦したり、食べられたことを一緒に喜んで褒
め合ったり、お互いに良い影響を受けながら
楽しく過ごしています。

食材の良いところを伝えと、いつもよりよ
く食べてくれることもあります。また、片付け
の際に食べ残しの量を知ること、少しでも
減らそうという意識が育っています。こうした
日々の小さな変化を大切にしながら、これか
ら一人ひとりの成長をそばで見守っていき
たいです。

安全な献立づくりと食育を
担当する専門の先生

栄養教諭が伝えたい食のこと

耳成南小学校 角井先生

給食は、子ども達の成長
を支える大切な食事です。
毎日の楽しみだからこそ、
食べられることのありがた
さや「いただきます」に込
められた意味、そして食べ
物が体をつくることを知っ
てほしいと思っています。
成長期に必要な栄養や、
身近な食事に含まれる栄
養を知ることも、食事を
考える一歩。知っているの
と知らないのでは大違いで
す。食について知ること、
食べることを受け身で終わ
らせず、自分の体や食につ
いて、積極的に考えるさっ
かけになれば嬉しいんです。

食育

「学年に応じたテーマを通して」

成長に合わせた知識を身につける

「教科の学びにつなげて」

育てる・調理する体験で、食への関心を深める

「自分の生活を見つめて」

毎日の食事や、もしものときにできることを考える



今回の特集では、普段はなかなか見ることのできない学校給食の裏側を紐解いてみました。栄養バランスに加え、旬の食材や地域の食文化も大切にし、食を通した学びを届ける栄養士さん。子ども達の「おいしい！」を思い浮かべながら、現場で腕をふるう調理員さん。毎日当たり前のように一人ひとりに届けられる給食には、様々な人の気遣いと、子ども達への思いが詰まっています。取材を通して見えてきた、給食に込められたたくさんの工夫や想い。給食の時間が、子ども達にとって「おいしい」「楽しい」ひとときであることを願いながら、今日も給食が届けられています。

AI デマンドタクシー

「のーと檀原ますが号」

10月1日から 運行開始

真菅地区の北部地域に、バスでもタクシーでもない、新しい公共交通の登場です！

使い方はとても簡単！そして、とても便利な乗り物なんです。

運行エリアにお住まいの方はもちろん、他の地域の皆さんも、真菅地区でお出かけの際にはぜひ利用してみてください。

かしはらトピックス 



問 都市計画課 (☎ 47-3549) ID 19143

「のーと檀原ますが号」ってどんな乗り物？

「のーと檀原ますが号」は、決まった時刻表や運行ルートがなく、利用したい時間に合わせて予約できるデマンド型の乗合タクシーです。電話や専用アプリで配車予約ができ、乗降ポイントの中から「乗る場所・降りる場所」と「時間・人数」を指定して予約すると、その乗降ポイントまで迎えにきてくれます。どなたでも気軽に利用できます（電話・専用アプリでの初回利用時に利用者登録を行います）。

「AI デマンドタクシー」の特徴

- ・利用者の配車予約（オンデマンド）に応じて運行する公共交通です。
- ・電話か専用アプリのどちらかで配車予約ができます。
- ・予約の状況によって、他の方と乗り合う場合や、他の方の乗降のために回り道する場合があります。
- ・利用者が重なり複数の予約が発生した場合は、AI が1番効率の良い経路を設定し運行します。
- ・乗り合いを前提に運行するので、個人でタクシーを利用するより手頃な運賃で利用できます。

どこで運行しているの？どこに行けるの？

真菅地区の JR 万葉まほろば線（桜井線）以北エリアを中心に運行します。エリア内の各所に設置されている「乗降ポイント」を、自由に選んで組み合わせて利用できます。例えば、運行エリア内にある自宅の最寄りの乗降ポイントから乗車し、エリア内のスーパー・病院・駅周辺・銀行などで降車できます。帰りの予約も可能です。



運行エリア



このエリアに設置されている乗降ポイント間を運行
※乗降ポイント以外での乗り降りはできません

乗降ポイント

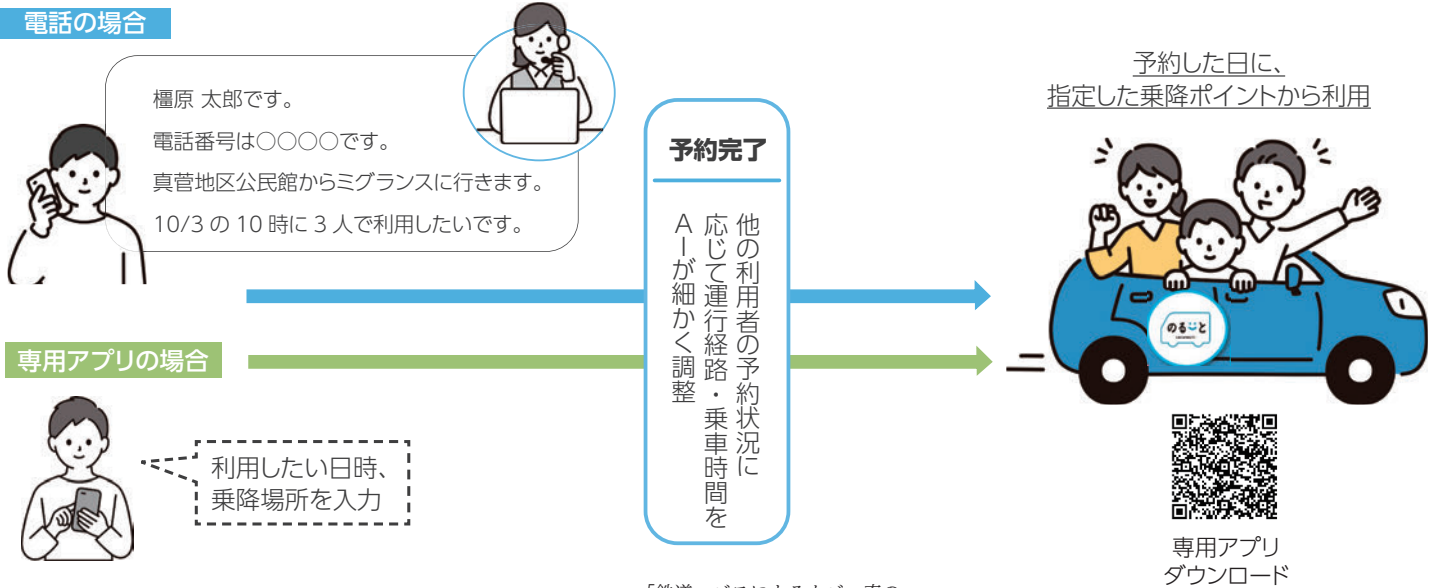
- ・オークワ檀原真菅店 ・真菅駅周辺
- ・スーパーセンタートライアル檀原店
- ・スーパービバホーム檀原店 ・真菅地区公民館
- ・南都銀行真菅支店 ・市役所分庁舎 ・小槻郵便局
- ・自治会の集会所 ・公園 など 48 か所

のるーと櫃原ますが号 運行概要

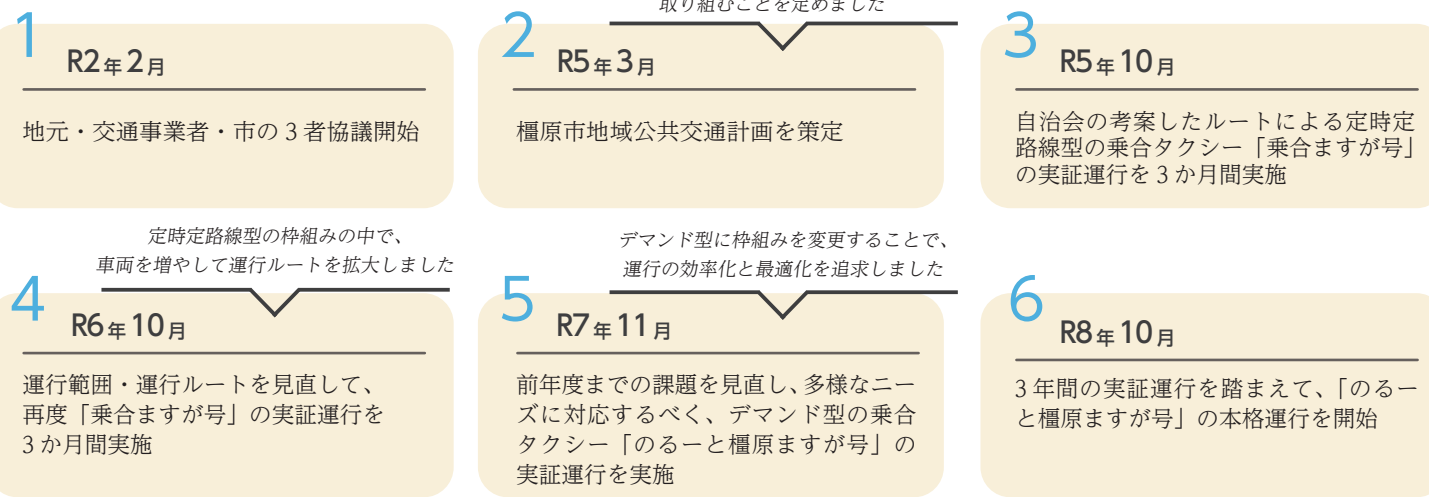
運行開始日	R8/10/1 (木)			配車予約専用ダイヤル
運行日時	(月)～(土) 9 時～ 15 時 ((日)祝、12/29 ～ 1/3 は運休)			受付時間：(月)～(土) 8時～ 15 時 電話での利用者登録はこちら ☎ 050-3098-2616
運行車両	普通タクシー車両 1 台（乗車定員 4 人）			
運賃	大人	小児	未就学児・乳幼児	
	300 円		無料	
利用方法	電話または専用アプリから、事前に配車予約をしてください。 予約した日時に、指定した乗降ポイントから利用してください。 ※利用日の 7 日前から当日（20 分前）まで配車予約できます。			

詳しくは、市ホームページやパンフレット（運行エリア内などで配布）を確認ください。

利用イメージ



これまでの取り組み！



地域で育む 未来へつなぐ

公共交通は、利用者がいるからこそ維持することができます。

「今は自分で車を運転できるから必要ない」と感じていても、将来、自分や家族が必要になったときに「あって良かった」と思うためには、今から少しずつでも利用することが大切です。

のるーと櫃原ますが号は、櫃原市で初めて「地域が主体となって作り上げた公共交通」です。この財産を将来に残していくためにも、1人でも多くの方の利用をお待ちしています。

01 藤原宮跡 花園開花情報

大極殿跡南側に広がる花園では、藤原宮跡の秋の風物詩と言えるコスモスが、10月中旬に見頃となりそうです。地元の有志が参加する藤原宮跡整備協力委員会（醍醐町・別所町・高殿町）の皆さんに畑づくりをしていただいています。また、今年は鴨公小学校の4年生も、コスモスの種まきに参加してくれました。花園は、甲子園球場グラウンドの2倍近い、約2万4千㎡もの広さを誇り、4種類約240万本のコスモスが咲き誇ります。

開花期間は、早朝から利用可能な臨時駐車場を開放しますが、各駐車場ともに大変混雑しますので、ぜひ橿原市コミュニティバスを利用ください。

※開花時期は天候などにより前後する場合があります。
※開花状況・臨時駐車場の詳細は、市ホームページへ。



問 世界遺産登録推進課（☎ 21-1114）

ID 20939

02 市税の納期限

市民税・県民税・森林環境税（3期分）、国民健康保険税（4期分）納期限は **11/2(月)** です。

納期限までに最寄りの金融機関またはコンビニ・スマートフォンなどで納付ください。

口座振替で納付している方は、預貯金口座の残高などを確認ください。

今後、口座振替を希望する方は、各納期限の1か月前までに近くの金融機関で手続きし、今期については納付書で納付ください。

問 収税課（☎ 47-2636）

03 令和8年度橿原市総合防災訓練

いつ発生するかわからない災害に備えるため、市民の皆さんの防災意識の高揚と、知識・技術の向上を図ることを目的に総合防災訓練を実施します。

自主防災会員の方を対象とした救命救護訓練などの参加型訓練や、一般来場の皆さんを対象とした避難所開設体験、救命救護体験、ペット避難体験、起震車による地震体験などを行います。

防災に関するブース出展や車両展示、橿原消防署による「救命戦隊タスケルンジャーショー」も実施します。

日 10/4(日) 10時～12時

※雨天中止。最大震度4以上の地震が発生した場合などについても中止することがあります。

場 橿原運動公園

問 危機管理課（☎ 21-1104）



04 檀原市まちづくりブランドデザイン策定に関するアンケート／ワークショップ開催

R8/6月に公表した「檀原市まちづくりブランドデザイン素案」は、30年後の檀原市がどのようなまちを目指していくのか、その未来の姿や方向性を描くものです。「檀原市まちづくりブランドデザイン素案」をブラッシュアップするため、市民の皆さんが思い描く「30年後の檀原市の未来」について、アンケートやワークショップでご意見をお聞かせください。

この30年間で、スマートフォンやAIの普及、暮らし方や働き方の変化など、私たちを取り巻く環境は大きく変わり、今後も大きな変化が予想されます。未来の檀原市はどのようなまちであってほしいでしょうか。

◆「30年後の檀原市にむけたまちづくり」に関するアンケート

回答期間 10/14(水)まで

回答方法 二次元コードから(10分程度)。

ID 20517



◆ワークショップ「檀の杜まちづくりワークショップ～みんなで描こう、30年後の檀原市～」

30年後の檀原市をテーマに「住みたい・働きたい・訪れたい」未来のまちを参加者がイメージし、まち歩きや意見交換を通して実現に向けたアイデアを考えるワークショップです。※1時間程度歩くフィールドワークプログラムが含まれます。

対 市内在住・在勤・在学の方、まちづくりに興味のある方

日 ①11/3(祝)10時～12時30分 ②13時15分～16時 ③11/8(日)10時～12時30分

場 ①②分庁舎2階 会議室A ③すみれホール4階 シクラメンA

内容 ①未来の檀原を思い描こう：30年後の理想の暮らしを話し合う室内ワーク

②まちを歩いて発見しよう(檀原魅力発見!ランチ付き)：大和八木エリアを歩き魅力や課題を探るフィールドワーク
③未来への一步を考えよう：アクションアイデアを考える室内ワーク

定 各回30人程度(応募多数の場合は、3回通して参加できる方を優先のうえ抽選)

申 10/18(日)までに二次元コードから。

※詳しくは、市ホームページ(ID 20517)またはベックス株式会社ホームページを確認ください。

問 企画政策課(☎21-1108)



詳細ページ
(ベックス株
ホームページ)



申込フォーム
(ベックス株
ホームページ)

05 10月の市民窓口課休日開庁日は11(日)9時～12時

11(日)の手続内容…証明書発行、印鑑登録など

※住所変更(転入・転出・転居・世帯変更など)の手続き不可。

※手続内容により平日来庁の必要あり。

※戸籍の広域交付：即日発行不可(ID 15607)

問 市民窓口課(☎47-2639)

手続内容	開庁日・時間	
マイナンバーカード 場 市民窓口課	申請・交付	(月)～(金) 9時～16時30分
	電子証明書更新	11・25(日) 9時～12時
パスポート 場 パスポートセンター	申請	(月)～(金) 10時～17時
	交付	(月)・(火)・(木)・(金)・(日) 10時～17時
		(水) 10時～19時

分庁舎の受付時間は 9 時～ 16 時 30 分です。

問 人事課 (☎ 47-2633) ID 18747

日 日時 場 場所 対 対象、応募資格など 定 定員 費 費用

持 持ち物 締 締め切り 講 講師 主 主催 申 申し込み

問 問い合わせ ID 市ホームページのID検索番号



市ホームページ



お知らせ

民生委員・児童委員の交代

民生委員・児童委員に交代がありました。日常生活や福祉に関する相談・問い合わせがあれば、地域の民生委員・児童委員に気軽に相談ください。民生委員・児童委員の連絡先は福祉総務課へ。

◆橋本 隆子^{たかこ}さん

八木地区 (主任児童委員)

問 福祉総務課 (☎ 46-9002)

9/1 現在 選挙人名簿登録者数

- ◆男性 46,651 人
- ◆女性 53,410 人
- ◆計 100,061 人

コミュニティ助成事業

(一財) 自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源とし、コミュニティ助成事業を実施しています。

※ R8 年度は、五条野町自治会および今井町自治会が本事業を活用しコミュニティ活動備品を整備しました。

問 市民協働課 (☎ 47-0766)



かしはら未来会議 2026

昨年好評を博した「かしはら未来会議」を今年も開催します。

希望あふれる檀原市の未来を、地域の中高生が具体的に考え、それを達成する方法についてのプレゼンテーションを行います。

地域の未来を担う生徒達が自らの手で檀原市の未来を熱く思い描く姿を見届け、一緒に地域の未来を考えてみませんか。

◆参加校：畝傍中学校、八木中学校、大成中学校、白檀中学校、畝傍高等学校、檀原高等学校

日 10/18(日) 14 時～ 17 時 (受付 13 時 30 分～)

場 万葉ホール 5 階 レセプションホール

問 企画政策課 (☎ 21-1108)

ID 21063



2026 10/18 SUN 14:00-17:00

かしはら万葉ホール レセプションホール

中高生の提案から、まちの財源が動き出す。

かしはら未来会議

市内各校の生徒と、夢を実現するために「かしはら」のこれからを考える一役です。



大和都市計画の変更原案の 閲覧と公聴会開催

大和都市計画 (用途地域 (内膳町 5 丁目、新賀町の一部)) の変更原案の閲覧および公聴会を開催します。

◆閲覧

期間 10/5(月)～ 19(月)

場 都市計画課、市ホームページ (ID 21049)

◆公聴会 (公述申出がない場合は中止)

日 11/4(水) 10 時～

場 分庁舎 2 階 会議室 A

提出・問 公聴会で意見を述べることを希望する方 (市民・利害関係者に限る) は、住所・氏名・年齢・職業・電話番号・意見の要旨とその理由を具体的に記入のうえ、10/19(月)【必着】までに郵送または直接都市計画課 (〒634-0002 東竹田町 1-1 リサイクル館 かしはら 2 階 ☎ 47-3549) へ。

介護相談・障がいのある方の ための相談

介護保険など介護に関すること全般、障がいのある方の困りごとなどの相談に対応します。

対 市内在住の方

日 10/17(土) 13 時～ 15 時

場 ナビプラザ 5 階 市民活動交流広場

定 4 人 (先着順) ※ 30 分/人

相談員 NP0 法人サポート華生 (デイサービス花の家)

主 檀原市 NP0 法人連絡会

申・問 10/10(土) 9 時～ 電話で市民活動交流広場 (☎ 47-2380) へ。

第68回橿原市美術展覧会 作品出展の事前申込

第68回橿原市美術展覧会に出展を希望される方は、事前申込が必要です。

申・問 ①二次元コード：10/14(水) 9時30分～10/23(金)17時
②申込用紙：10/23(金)17時【必着】
までに必要事項を記入し、郵送または直接、文化芸術振興課（〒634-0075 小房町11-5 万葉ホール3階 ☎29-1400）へ。

ID 20299



10月は「食品ロス削減月間」

食べられるのに捨てられる「食品ロス」。日本では毎日1人につきおにぎり1～2個分の食べ物が捨てられています。

買った食材を使い切る「使いきり」、食べ残しをしない「食べきり」、生ごみの水をきる「水きり」の3つを合わせた3きり運動など、できることから食品ロスを減らし、持続可能な社会を目指しましょう。

問 市民協働課（☎47-2638）

不登校・ひきこもり個別相談

学校に行きづらい・自立で悩む本人・家族の方、気軽に相談ください。

日 10/17(土) 13時～15時

場 ナビプラザ5階 市民活動交流広場

定 2人（先着順）※50分/人

相談員 NPO法人キャリアサポートセンター奈良

主 橿原市 NPO法人連絡会

申・問 10/10(土)9時～電話で市民活動交流広場（☎47-2380）へ。

人権標語

やさしさは
人のいたみが わかること
(八木中学校 藤本 景斗さん)

ありのまま
自分という名の 色を塗る
(大成中学校 森田 結有さん)

「ありがとう」
きみがいたから 救われた
(畝傍南小学校 福西 莉帆さん)

登記・税金・年金など 行政なんでも相談所

司法書士、税理士、社会保険労務士、奈良地方法務局、行政相談委員、行政相談センターが参加する相談所を開設します。予約不要・無料・秘密厳守ですので、気軽に利用ください。

日 10/15(木) 10時30分～15時30分（受付15時まで）

場 イオンモール橿原 ウエスト・ビレッジ1階 noNIWAコート（新堂町367-1）

問 総務省 奈良行政監視行政相談センター（☎0742-24-1100）

●情報公開室

土地売払い物件のお知らせ

橿原市が所有する次の物件を一般競争入札（郵便方式）で売払いします。

売払い物件				
物件番号	所在地	地目	面積	最低入札価格
A	大久保町454-5	雑種地	814.39㎡	153,000,000円
B	小房町37-22	宅地	299.22㎡	18,824,000円
C	白橿町3丁目1322-8	宅地	1513.20㎡	96,953,000円
D	白橿町8丁目2087-2	宅地	527.94㎡	31,441,000円

申込用紙 市ホームページ、資産経営課で配布。

開札会 11/18(水)

申・問 10/13(火)～23(金)【必着】に郵送または直接資産経営課（〒634-8509 内膳町1-1-60 分庁舎4階 ☎47-4111）へ。

ID 20876

てんいち先生



第 70 回榎原市農産物品評会

出品者を募集します！出品者全員に参加賞を進呈しますのでぜひ出品ください（事前予約不要）。

日 11/22 (日) **出品受付** 7 時～9 時 **場** 榎原神宮 外拝殿前

対 市内在住の方または市内で生産された農作物を出品される方

◆農家の部

区分	数量	摘要	区分	数量	摘要
穀類	2 合	米、大豆、小豆、その他豆類 他	果実類	5 個	ミカン、柿、キウイ、レモン、キンカン 他
	10 個	落花生 他		10 個	栗など小さい物
葉菜類	3 個	白菜、キャベツ、レタス、玉葱、サラダ菜 他	果菜類	3 個	南瓜、冬瓜 他
	3 束・株	みつば、ネギ、タアサイ、水菜、ほうれん草、ブロッコリー、チンゲンサイ、小松菜、マナ、菊菜、シロナ、ワサビナ 他		5 個	ピーマン、ナス、インゲン豆 他
根菜類	3 本	大かぶら、ゆり根、大根、ごぼう、生姜 他		1 パック	苺
	5 本	人参 他	畜産類	5 個	鶏卵、烏骨鳥 他
	7 本	小かぶら 他		10 個	うずら卵 他
芋類	3 本	長いも、じねんじょ、大和芋（つくね芋）他	鉢花・花き	2 鉢	シクラメン、桜草 他
	5 個	じゃがいも、さつまいも、安納芋 他	切り花類	5 個	ポット苗 他
	7 個	里芋、トウノイモ 他		5 本	キク、バラ 他
			その他	適宜	きのこ類（生 300g）、農産物加工品 など

◆非農家の部

区分	数量	摘要
家庭菜園	適宜	種類や数量などは問いませんので気軽に出品ください。

審査結果 11/23 (祝) 10 時に榎原神宮 外拝殿前に掲示。特等を受賞された方は 12/12 (土) の表彰式で表彰します。

※詳しくは、市ホームページ（[ID 14813](#)）または JA ならけん各支店、農政課で配布する品評会開催要領を確認ください。

問 農政課（リサイクル館かしはら 1 階 ☎ 21-1213）

リサイクル館かしはら・クリーンセンターかしはらへのごみの持ち込み

◆リサイクル館かしはら

日 (月)～(金) 8 時 30 分～12 時、13 時～16 時、(土) 9 時～11 時 ※いずれも(祝)を含む。

持込 粗大ごみ・不燃物・カン・ビン・ペットボトル・古紙類・有害物（産業廃棄物・可燃ごみを除く）

¥ 【家庭系】100kg 以下：無料、100kg 超：105 円 / 10kg

【家電リサイクル対象品】保管・運搬料 3,140 円 / 台 ※持込の際はリサイクル券（郵便局で購入）が必要です。

問 資源循環課（☎ 29-8086）

◆クリーンセンターかしはら

日 (月)～(金) 8 時 30 分～12 時、13 時～16 時、(土) 9 時～11 時 ※いずれも(祝)を含む。

持込 【家庭系】市指定ごみ袋（大）に入る大きさの可燃ごみ

【事業系】一般廃棄物のうち、長辺が 30cm 以内の可燃ごみ

¥ 【家庭系】100kg 以下：52 円 / 10kg、100kg 超：105 円 / 10kg（市指定ごみ袋に入れたときは無料）

【事業系】136 円 / 10kg

問 環境施設課（☎ 27-7757）

R8 年度

「発達障がいの理解と支援 講演会」

発達が気になる子どもの支援

“きょうだい”と家族

対 市内に在住・勤務の方

日 10/30 (金) 9 時 30 分～11 時 30 分

場 子ども総合支援センター

定 50 人（先着順）

講 奈良県立医科大学 看護学科教授 川上 あずささん

※手話通訳・要約筆記あり。

※オンデマンド参加可能。

申・問 10/23 (金) までに二次元コードまたは電話、FAX で子ども総合支援センター（こども発達支援課 ☎ 27-8122 FAX 27-8411）へ。



チラシ



申し込み

健康

健康的な朝食づくり

栄養が偏りがちな朝ごはん。誰でも簡単に準備でき、毎日無理なく続けられる栄養バランスの整え方を紹介します。

対 市内在住の方

日 10/27(火) 10時～11時30分

場 万葉ホール4階 視聴覚室

定 30人(応募多数の場合は抽選)

講 森川 恵美さん

申 10/12(祝)までに二次元コードから。

問 文化芸術振興課

(☎ 29-1400)



整体リズムヨガ教室 受講生募集

身体を動かして血行促進、免疫力アップ！ヨガ未経験・体が硬い・体力に自信がない方でも安心、運動強度もラジオ体操程度ですので気軽に参加できます。

対 市内在住・在勤の18歳以上の方

日 11/12・26、12/10・24、

R9/1/14・28、2/25、3/11・18・

25 各(木)10時～11時30分

(計10回)

場 大久保ふれあいセンター 大会議室

定 20人(応募多数の場合は抽選)

持 ヨガマットまたはバスタオル

講 健康運動実践指導者 武藤 典子さん

申・問 10/16(金)までに、二次元コード、電話または直接大久保コミュニティセンター(大久保町15-1 ☎ 22-1719)へ。



海外転出前と国内転入時における国民年金の手続き

区分	海外転出前 / 国内転入時
第1号被保険者	自身で、資格喪失 / 取得手続き ※1 ※2
第2号被保険者	勤務先を通じて年金事務所へ
第3号被保険者	第2号被保険者の勤務先を通じて、年金事務所へ(特例あり) ※1

※1 日本国籍の方は、20歳以上65歳未満の間は、海外転出中でも国民年金に任意加入することで将来の年金受給額を増やすことができます。納付は、国内に開設している預貯金口座から引き落とす方法、国内協力者(国内にいる親族など)が代わりに納める方法があります。

※2 手続きは、電子申請または保険年金課窓口。

各手続の必要書類、二国間協定がある場合や特例要件者が国内転入した場合など、詳しくは二次元コードから。

問 桜井年金事務所 (☎ 42-0033)、保険年金課 (☎ 47-2640)



人ともっと話しやすくなるためのコミュニケーションのコツ

自分の「話す・聴く」クセを把握し、コミュニケーションのコツとスキルを習得します。

対 ボランティアなどの市民活動団体、市民活動に関心のある方

日 10/31(土)13時30分～15時30分

場 ナビプラザ5階 市民活動交流広場 **定** 30人(先着順)

講 コミュニケーションデザイナー 篠原 幸子さん

申・問 10/6(火)9時～二次元コードまたは電話、メール、FAXで市民活動交流広場 (☎ 47-2380 FAX

47-2381 ☐navicom@city.kashihara.nara.jp) へ。

ID 18978



10月は「里親月間」

あなたの家庭のぬくもりを 子どもたちに！

里親とは、様々な事情で保護者と離れて生活する必要がある子どもを家庭に迎え入れて養育することです。奈良県でも400名近くの子どもの施設や里親家庭で生活する必要があるため、里親を募集しています。無料説明会(里セツ)は毎月開催しています。

問 社会福祉法人天理 里親センターなら(天理市別所町715-3

☎ 0743-85-5567 ☐foster-support@welfaretenri.com)

●こども家庭課



里親センター
なら
ホームページ

悪質リフォーム詐欺に注意

不要なリフォーム工事を契約させ、法外な代金を請求、また騙し取る「リフォーム詐欺」が多発しています。住宅の新築やリフォームを検討中の方や、住宅の不具合でお困りの方は、建築士による無料相談を利用いただき、悪質な業者による詐欺などの被害にあわないようご注意ください。※契約のトラブルなど建築士がお答えできない相談は対象外。

詳しくは、無料相談コーナーや市ホームページを確認ください。

問 住宅政策課 (☎ 47-3514)

ID 18942

リフォーム詐欺にご注意ください



美と健康のための アンチエイジング

～今日からはじめる運動習慣～
日常生活の中に取り組み始める座
てできる筋トレ・ストレッチ
ングを紹介します。楽しく汗をか
いて習慣にしましょう！動きや
すい服装で参加ください。

対 18歳～64歳の市内在住・在
勤の方（65歳以上の方はキャン
セル待ち扱い）

日 10/30(金) 13時30分～15時(受
付13時15分～)

場 保健センター北館2階

定 20人（要予約・先着順）

申・問 10/6(火)～28(水)に二次元
コードまたは電話で健康増進課
(☎22-8331)へ。



ミグランス健康運動教室

運動不足が気になるけれど、や
り方がわからない方にピッタリ
な、椅子に座ってできる運動教
室です。動きやすい服装で参加
ください。参加賞もあります。

日 10/21(水) 10時～11時30分
(受付9時30分～)

場 分庁舎4階 コンベンション
ルーム

定 30人（先着順・事前予約制）

講 ミズノスポーツサービス 介護
予防運動指導員

申・問 10/6(火) 9時～電話で
観光振興支援室(☎47-2924)へ。

●資産経営課

食推さんと♪

やさしおベジ増し★フッキング

食推さんと一緒に、塩を控えて野
菜をたっぷり使った料理を学んで
みませんか。作り方のコツを身に
つけ、できたてをその場で味わえ
る楽しい講座です。

※試食の量は軽食程度です。

対 市内在住・在勤・在学の18歳
以上

日 10/28(水) 9時30分～12時30分
場 保健センター北館2階 調理実
習室

定 24人（先着順）※託児あり

¥ 300円

持 マスク、エプロン、三角巾、
ふきん3枚程度

申・問

① 10/5(月)～二次元コードから。

② 10/8(木)～電話で健康増進課(☎
22-8331)へ。

ID 21036



運動普及推進員とともに体を動かしませんか

気軽に参加ください（事前申込不要）。

◆らくらくウォーキング

屋外を約1時間ウォーキングします。

10月：藤原京（コスモス）、11月：檀原神宮（菊花展）、12月：神宮外苑
※雨天時や熱中症アラートが発令された場合は室内で軽スポーツをします。

対 18歳以上の市民

日 10/9、11/13、12/11 各(金)

受付9時15分～9時30分（終了予定11時30分）

場 集合 保健センター南館2階 健康増進室

持 歩数計（お持ちの方）

※当日血圧が高い場合などウォーキングに参加できないことがあります。

◆わくわくエクササイズ

室内での体操などを行います。

対 18歳以上の市民

日 10/16、11/20、12/18 各(金)

受付9時15分～9時30分（終了予定11時30分）

場 保健センター南館2階 健康増進室

持 フェイスタオル（体操用）※履物は不要

問 健康増進課（☎22-8331）

食推さんと♪

やさしおベジ増し★

クッキング

2026年10月28日(水) 午前9:30～ ※終了は12:30ごろ

食推さんと一緒にお遊みかえり、野菜たっぷりの「やさしおベジ増し」について学びながら、地元産の新鮮野菜を味わいましょう！

●対象者：18歳以上の檀原市民（檀原市在住・在勤・在学）
※託児あり（1歳～3歳から就学前のお子さん対象）。
お申し込みは健康増進課までお願いします。
※試食は約20分程度にお願いします。

★メニュー★
（試食の量は軽食程度です）
ごはん
鶏と野菜の焼いたり煮したり
きのこや野菜の和え物
根菜の味噌汁
梅とりんごのクラムブル

料理のデモンストレーション
健康と食のミニレクチャー
味噌汁と和え物のクッキング体験
試食タイム

【申込み】（定員24名先着順）
①電子フォーム：10/5(月)00:00～ ②電話：10/8(木)8:30～
※託児（1歳～就学前）先着15名 ※希望の方は10/9(金)までにお申込みください
檀原市健康増進課 Tel:0744-22-8331 Fax:0744-24-9124 ③電子フォーム



食推さんのおうちでヘルシークッキング『親子料理』

～ミートボールスコッチエッグ（主菜）～

（1人分あたり：エネルギー 290kcal、たんぱく質 16.0 g）

【材料（4人分）】

合いびき肉 250g、玉葱（みじん切）1/4個、

A [卵 1/2個、生パン粉・牛乳 各大さじ2、塩小さじ 1/4、こしょう 少々]、
うずら卵（水煮）12個、小麦粉 小さじ1、トマト（1cm角切）3個、ブロッ
コリー 1株、オリーブオイル 大さじ 1/2、トマトケチャップ 大さじ3

【作り方】

① Aと玉葱を混ぜ合わせ、さらに合いびき肉を加えて、粘り気が出るまでよく混ぜる。

② 小さいボウルに、小麦粉と水気を切ったうずら卵を入れ、全体に小麦粉をまぶす。

③ ①を12等分にして②を包んで丸める。

④ ブロッコリーは小房に分ける。大きいものは半分に切る。

⑤ フライパンにオリーブオイルを入れて弱火で熱し、③を並べて時々転がしながら表面に焼き色を付ける（約4分）。焼けたら一度取り出す。

⑥ ⑤のフライパンにトマトを加えて、蓋をして強火で3分ほど煮る。トマトが軟らかくなってきたらケチャップと⑤のミートボールを戻し入れて、3分煮る。④を加えてさらに3分煮る。

※うずら卵は食べる時にカットするなど、窒息に注意しましょう。

☆市ホームページ『おうちでヘルシークッキング』レシピ公開中☆

ID 3101

●健康増進課



ストーリーテリング初級講習会

おはなしをひとつ覚えて語ってみませんか？

【対】18歳以上の方

（小学生以上のお子さんは同伴可能）

【日】10/25、11/1・15 各（日）

10時～11時45分

【場】万葉ホール4階 視聴覚室

【定】20人（先着順）

【講】榎原おはなしの会

【申・問】10/23（金）までに、電話または直接図書館（☎29-2121）へ。託児（1歳6か月～就学前の幼児・先着5人）希望の場合は10/9（金）までに要予約。



かしはら藤原宮跡 コスモスマルシェ

世界遺産に登録された「飛鳥・藤原の宮都」の構成資産の一つである「藤原宮跡」を彩るコスモスの開花時期に合わせて、地域選りすぐりの特産品をそろえたマルシェを開催します。

【日】10/17（土）・18（日）9時～16時

【場】藤原宮跡（コスモス花園北側）

【問】地域振興課（☎21-1117）

ID 17250



♪ イベント

奈良・町家の芸術祭 はならあと 2026

今井町・八木町の歴史ある町並み・古民家や公共空間などで地域にゆかりのあるアーティストによる展覧会を開催します。

【日・場】【今井】10/21（水）～25（日）

阿伽陀屋若林亭 など

【八木】11/21（土）～23（祝）

JR 畝傍駅 など

【問】奈良・町家の芸術祭 HANARART 実行委員会事務局（☐info.hanarart@gmail.com）

●観光政策課



男女共同参画広場サロン 「おしゃべりかふえ」

毎月第2(金)開催のおしゃべりかふえ。日々の悩みやモヤモヤした気持ちなど一緒にお話ししてほっと一息つきましょう。

対 市内在住・在勤・在学の女性

日 11/13(金) 10時～12時

場 ナビプラザ4階 男女共同参画広場

共催・進行 女性のための傾聴ボランティアぱんだ

申・問 託児(1歳～就学前の幼児・先着5人) 希望の場合のみ、11/6(金)までに、電話で男女共同参画広場(☎47-3090)へ。

市民活動交流広場サロン マンカラゲームで楽しもう！

頭を使って戦略を考えゲームを進めるので、高齢者の認知症予防、幼児の知育発達につながります。3世代交流もできる楽しいゲームです。

対 幼児から高齢者まで

日 11/10(火) 10時～11時30分

場 ナビプラザ5階 市民活動交流広場

定 10人(先着順)

主 檀原市ボランティア連絡協議会所属「いきがい・あそびの広場」研究会

申・問 11/2(月)9時～電話で市民活動交流広場(☎47-2380)へ。



祝！市制70周年・世界遺産登録 歴史ロマン探訪ハイキング 当市学芸員と歩く ～ 世界遺産「飛鳥・藤原の宮都」～

藤原宮跡周辺を学芸員の歴史解説を聞きながら歩いて檀原市の魅力を再発見！慣れ親しんだ歴史の里をウォーキングする習慣をつけ、四季折々を感じながら心と体の健康をめざしましょう。

【コース】 畝傍御陵前駅東出口(集合)⇒本薬師寺跡⇒日高山瓦窯⇒奈良文化財研究所藤原宮跡資料室⇒藤原宮跡・藤原京資料室(昼食予定)⇒八木札の辻交流館⇒大和八木駅北側広場(解散) <約6.5km>

対 18歳以上の市民

日 11/14(土)

①A班(集合8時45分、出発9時、解散14時30分頃)

②B班(集合9時15分、出発9時30分、解散15時頃)

※①②ともにコースは同じです。当日7時の天気予報で、県北部の午前中の降水確率が50%以上の場合は中止。

定 70人(各35人)

持 昼食、マイナ保険証など※滑りにくい靴で参加ください。

申・問 10/14(水)8時30分～二次元コードまたは電話で健康増進課(☎22-8331)へ。※予約時に、①A班か②B班を希望してください。



新歌舞伎座 第20回 檀原市民デー

「メイジ・ザ・キャッツアイ」

【原作】 北条司『キャッツ♥アイ』**【脚本】** 岩崎う大(かもめんたる)

【演出・共同脚本】 河原雅彦

【出演】 藤原紀香・剛力彩芽／崎山つばさ 上山竜治／長谷川初範／川久保拓司 佃井皆美 新谷姫加／美弥りか／高島礼子

新歌舞伎座で、檀原市民なら特別価格で観覧いただける檀原市民デーが開催されます。新歌舞伎座の公演を気軽に楽しんでいただけるチャンス。

時は明治。怪盗キャッツアイ三姉妹が織りなす華麗な物語。

世代を超えて愛される名作を、藤原紀香、高島礼子、剛力彩芽ら豪華キャストでお届けします。

対 檀原市民(未就学児入場不可)

日 11/14(土) 16時30分～(開場15時45分)

場 新歌舞伎座(天王寺区上本町6-5-13)

定 150人(先着順)

¥ S席(1・2階席) 7,000円

(定価: 14,000円)

申・問 10/10(土)～17(土)10時～16時に電話で新歌舞伎座専用ダイヤル(☎06-7730-2117)へ。

●文化芸術振興課



香久山ビッグメイツ バレーボール無料体験

バレーボールを通じた健全育成を目指しています。笑顔あふれる楽しさいっぱいのチームです。初心者大歓迎！ぜひこの機会に無料体験してみませんか。

対 小学1～5年生

日 毎週(火) 18時～20時

毎週(土)または(日) 9時～17時

場 香久山小学校 体育館

持 室内用シューズ

申・問 電話で香久山総合型スポーツクラブ理事長 砥出 武司さん (☎ 29-3379) または担当 植松 健さん (☎ 090-7096-9975) へ。

※随時新規会員募集中

【会費】3,500円/年、
3,000円/月



檀原夢の森フェスティバル 2026

毎年恒例の中南和最大級のお祭り！檀原市と姉妹都市・宮崎市の物産展やキッチンカー、ダンスコンテストを開催。お子さんが楽しめるブースもあります。

日 10/10(土)・11(日) 10時～17時

場 県立檀原公園周辺

問 檀原夢の森フェスティバル実行委員会事務局 (☎ 28-4800)

●観光政策課



秋のリフレッシュイベント

開放感のある屋外空間でリフレッシュしませんか？

対 16歳以上

日 10/25(日)

◆腸&リンパ美人®エクササイズ

① 10時～11時 ② 13時～14時

◆はじめてピラティス

① 11時15分～12時15分

② 14時15分～15時15分

場 檀原運動公園 屋根付運動場

定 40人(先着順)

¥ 800円/人

持 ヨガマットまたはバスタオル

主 (株)ビバ

申・問 二次元コードまたは電話、直接檀原運動公園 (☎ 22-6665) へ。

●スポーツ推進課



応募フォーム



檀原運動公園
ホームページ

スポーツ

キッズストリートダンススクール

ダンスで表現する楽しさを知り、リズム感・体力・柔軟性・協調性を養います。

対 幼児～中学生

日 毎週(土)

初級：11時50分～12時50分

中級：13時～14時

中上級：14時40分～15時40分

上級：15時50分～16時50分

場 香久山体育館 スタジオ

定 15人(先着順)

¥ 4,400円/月(4回)

持 室内用シューズ

主 ミズノスポーツサービス(株)

申・問 電話で香久山体育館 (☎ 24-2670) へ。

●スポーツ推進課

プログラミング教室 ～micro:bitを使ったものづくり講座～

micro:bit、センサーを用いてプログラミングの基礎を習得し、身につけた知識で「なにかの役にたつ」ものづくりを体験できます。※micro:bitの基板のみ持ち帰りいただけます。

対 小学5～6年生

日 12/6(日) 13時30分～16時

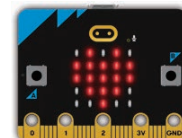
場 万葉ホール4階 研修室2

定 20人(応募多数の場合は抽選)

申 11/6(金)までに二次元コードから。

問 万葉ホール管理事務局

(☎ 29-1300)



檀原市中央公民館フェスタ

中央公民館フェスタがリニューアル！各サークルのワークショップや作品展示、音楽発表など

◆オープニングセレモニー

日 10/31(土) 9時30分～50分

場 中央公民館2階 軽運動室

◆フェスタ

日 10/31(土) 10時～17時

11/1(日) 10時～16時

場・問 中央公民館 (☎ 22-2001)



第46回榎原市ターゲット・バードゴルフ協会 秋季大会

対 市内在住・在勤・在学の方

日 11/8(日) 9時～13時

※雨天決行

場 曾我川緑地体育館 多目的グラウンド

定 40人

¥ 500円/人

持 サンドウェッジまたはピッチングウェッジ(貸出可)

申・問 10/18(日)までにFAXまたははがきに大会名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入して、市ターゲット・バードゴルフ協会事務局 西畑 正昭さん(〒634-0821 西池尻町17-13 ☎ FAX 27-3430)へ。

●スポーツ推進課

ミズノ 走り方教室

手や足の動き、スタートの仕方など運動会や様々な場面で活かせる走り方を伝えます。

対 市内在住・在学の

①小学1～3年生 ②小学3～6年生

日 10/25(日) ①9時30分～10時45分 ②11時～12時15分

場 ひがしたけだドーム

定 20人(先着順)

¥ 1,100円/人

持 室内用シューズ

講 ミズノスポーツサービス(株) 石黒 宗亮^{そうすけ}さん

主 ミズノスポーツサービス(株)

申・問 10/6(火)～電話または直接ひがしたけだドーム(☎22-6011)へ。

●スポーツ推進課

バドミントンスクール

バドミントンスクールを通年開催しています。無料体験も随時実施中。

対 一般クラス：12歳以上

ジュニアクラス：小学生

日 毎週(水)

一般クラス：14時～15時30分

ジュニアクラス：16時～17時

場 曾我川緑地体育館

定 各10人(先着順)

¥ 一般クラス：6,600円

ジュニアクラス：4,400円

持 室内用シューズ

主 ミズノスポーツサービス(株)

申・問 電話で曾我川緑地体育館(☎25-2511)へ

●スポーツ推進課

かしはらスポーツフェスティバル 2026 第39回榎原市スポーツ・レクリエーション祭

対 市内在住・在勤・在学の方

申・問 窓口または郵送、メール(件名は「スポレク申込」)に、大会名・氏名・住所・年齢・性別・電話番号を記入し、各締切日までに市スポーツ協会(〒634-0075 小房町11-1)へ。※電話は不可

※「第30回万葉の丘パターゴルフ大会」の申し込みは電話または直接万葉の丘スポーツ広場(戒外町43-1 ☎25-4466)へ。

※大会の詳細や中止・日程の変更などは市スポーツ協会ホームページを確認ください。

●スポーツ推進課



市スポーツ協会
ホームページ

大会名	日時	場所	締切
第19回健康ゆうゆうソフトテニス大会	11/14(土) 9時～	榎原運動公園 テニスコート	10/28(水)
第22回チャレンジアーチェリー	11/7(土) 9時30分～11時30分	香久山体育館 駐車場横	10/31(土)
第29回グラウンド・ゴルフ ふれあいダブルス大会	11/14(土) 予備日 11/15(日) 9時～	榎原運動公園 多目的グラウンド ※予備日 まほろば広場	10/12(祝)
第25回はつらつ TBG 大会	11/22(日) 9時～	曾我川緑地体育館 多目的グラウンド	11/8(日)
第30回万葉の丘パターゴルフ大会	11/15(日) 9時30分～12時	万葉の丘スポーツ広場 パターゴルフ場	11/4(水)
第29回 初心者テニスごちゃまぜダブルス大会	11/3(祝) 8時45分～	榎原運動公園 テニスコート	10/16(金)
第27回ほのぼのペタンク交流大会	10/24(土) 9時～	曾我川緑地体育館 ピロティ	10/18(日)
第27回バウンドテニス交流大会	11/29(日) 9時～	曾我川緑地体育館	11/15(日)
第1回わくわくモルック交流大会	11/29(日) 9時30分～	榎原運動公園 屋根付運動場	11/18(水)

ナイトヨガ教室

秋の夜に、シルクの杜の屋上でナイトヨガをしませんか。

対 18歳以上

日 10/26(月) 19時～20時

場 シルクの杜 屋上

※雨天の場合、教室3で実施

定 20人(先着順)

¥ 1,000円/人

持 敷物(ヨガマット、レジャーシートなど)

講 ヨガ講師 Mioさん

主 かしはらパークライフ創発パートナーズ

申・問 10/8(木) 9時～電話でシルクの杜(☎26-6201)へ。

●公園緑地課

KKSC ノルディックウォーキング体験会

～藤原宮跡 & 藤原京資料室へ～

世界遺産「飛鳥・藤原の宮都」の構成資産 藤原宮跡と藤原京資料室をめぐる、約6kmのノルディックウォーキング体験会を開催します！ポールを使うため、膝や腰に優しく、全身運動にもぴったりです。

対 18歳以上の方

日 10/28(水) 9時30分～11時45分(受付9時10分～)

※雨天の場合 11/11(水)に延期

場 檀原公苑ジョギング&サイクリングステーション前(集合)

定 40人(先着順)

¥ 100円(ポールレンタル代)

持 帽子、ポケット雨具など

講 三宅 正美さん

主・申・問 10/6(火)～電話でNPO法人檀原健康スポーツクラブ KKSC(☎080-7485-0512)へ。

●スポーツ推進課

高橋礼華バドミントン教室

2031年の国民スポーツ大会に向けて、オリンピック金メダリストの高橋礼華さんから直接学べる、バドミントン教室を開催！

対 市内在住・在学の小学生

日 11/23(祝) 10時～12時

場 中央体育館

定 60人(先着順)

持 室内用シューズ、ラケット(お持ちの方)

申 11/13(金)までに二次元コードから。

問 国スポ・パラスポ準備室(☎47-3363)



水泳スタート練習会

競泳競技におけるスタート練習会です。普段のプールではできない飛び込み練習をしませんか。

日 10/6(火) 14時～16時

場 スイムピア 屋内プール(大和郡山市)

定 20人(先着順) **¥** 400円

主 檀原市水泳連盟

申・問 電話で檀原市水泳連盟 松田 綾映さん(☎090-2104-3694)へ。

●スポーツ推進課

幼稚園サッカー教室

様々な動き作りや、簡単なボール操作を行います。男女・初心者大歓迎！

対 幼児(年長・年中)

日 毎週(月) 17時～17時45分

場 檀原運動公園屋根付運動場

申・問 NPO法人ポルベニルカシハラススポーツクラブ(☎info-academy@porvenir.jp)

※詳しくは二次元コードから。

●スポーツ推進課



第22回市町村対抗子ども駅伝大会選考会

「第22回市町村対抗子ども駅伝大会」の開催に伴い、檀原市代表チームの選考会を実施します。

対 市内在住の小学5～6年生

日 11/14(土)・28(土)、12/6(日)

10時開始(受付9時15分～30分)

場 檀原運動公園屋根付運動場前

申 各日の前日17時までに二次元コードから。

問 スポーツ推進課

(☎29-8019)

ID 19060



ソフトバレーボール交流大会

対 R8/4/1時点で満16歳以上の檀原市ソフトバレーボール連盟登録者と市内在住・在勤・在学の方で編成したチーム

日 女子の部：11/8(日) 9時～

混合の部：11/15(日) 9時～

場 曾我川緑地体育館

チーム編成 4～8人/チーム

※混合の部はコート内に男子2人以内

¥ 非加盟団体：2,000円/チーム
加盟団体：500円/チーム

申・問 10/23(金)までにはがきで大会名・全員の住所・氏名・年齢・性別・チーム名・監督・キャプテン・種別・代表者電話番号を記入し、市ソフトバレーボール連盟 増田 玲子さん(☎634-0836 新堂町132)へ。

●スポーツ推進課

市レクリエーション協会 初心者講習会

市レクリエーション協会加盟団体による初心者講習会を行います。

対 市内在住・在勤の18歳以上の方

持 室内用シューズ

問 市レクリエーション協会（スポーツ推進課内 ☎ 29-8019）

主管団体名	日時	場所	定員	内容	申込
民 踊 (榎原市民踊・舞踊の会)	①10/14 (水) ② 10/28 (水) 13時～15時	①大久保コミュニティセンター ②飛騨コミュニティセンター分室	5 人	花の日本総おどり	当日
榎ノ木社交ダンスクラブ	①10/4 (日) 12 時～ 13 時 ② 10/18 (日) 13 時30分～ 14 時30分	中央公民館 軽運動室	20 人	①社交ダンス初心者対象に組んで踊るカップルダンスをやさしいステップで踊ります。 ②社交ダンスのやさしいステップを使って組まずに1人で踊るラインダンスです。	当日
フラ・プアメリエ	10/5・19 各(月) 14 時30分～ 15 時	榎原公苑ジョギング＆ サイクリングステーション	数人	ベーシックステップなど	前日 17 時まで大東さん (☎ 090-6051-7150) へ。
若草フォークダンスクラブ	10/17・24 各(土) 9時30分～11時30分	畝傍地区公民館	20人	楽しいフォークダンス・レクリエーションダンス	当日

スポーツスクール

対 市内在住・在勤・在学の方

申・問 10/1 (木)～窓口またはメールに、スクール名・住所・氏名・性別・年齢・電話番号、小学生は保護者名・学年を記入し、市スポーツ協会（☎ 21-7710 ✉ kashi-sports@forest.ocn.ne.jp）へ。

※詳しくは、二次元コードから。●スポーツ推進課



スクール名	対象	日時	場所	締切
小学生陸上競技スクール	小学生	10/24 (土) 9 時 30 分～ 11 時 30 分	県立榎原公苑陸上競技場	10/18 (日)
ウインタースクール (ミニバスケットボール)	4 歳～ 小学 4 年生	11/14 (土)・15 (日) 14 時～ 16 時	白榎小学校体育館	10/31 (土)

スケジュール会議・抽選会

利用月	施設／区分	会議日程	会議場所	問い合わせ
12 月	榎原運動公園施設 【グラウンド・テニスコート】 (使用抽選会)	10/11 (日) 【グラウンド】 10 時 (受付 9 時 45 分～) 【テニスコート】 11 時 30 分 (受付 11 時 15 分～)	榎原運動公園 競技用プール会議室	榎原運動公園管理事務所 (☎ 22-6665) 窓口：11/1 (日) 9 時～ 電話：11/11 (水) 8 時 30 分～予約可。
12 月	中学校ナイター (白榎中学校グラウンドのみ)	【R8 年度の団体登録】 10/23 (金)までに登録必要。 【事前登録済の団体】 11/1 (日) 午前 0 時～オンライン予約 (先着順) ※詳しくは市ホームページへ (ID 16664)。		スポーツ推進課 (☎ 29-8019) ※コイン購入は窓口のみ。
12 月	ひがしたけだドーム (使用抽選会)	10/25 (日) 10 時 (受付 9 時 30 分～)	ひがしたけだドーム (☎ 22-6011)	電話：11/1 (日)～予約可。
1 月	中央公民館 (☎ 22-2001)	利用登録団体は、10/6 (水)～ 15 (水)9時～ 17 時 (閉館時を除く) に窓口で事前予約。 予約が他の団体と重複した団体については 10/18 (日) 9 時に中央公民館で調整 (重複していない団体は来館不要)。 登録団体以外の方は、11/1 (日) 9 時～窓口、10 時～電話で予約できます。 ※公的行事などのため使用できない日があります。		
R9 年 1・2・3 月	曾我川緑地 体育館	アリーナ 11/21 (土) ・ (水) (木) の利用予約…13 時 30 分 ・ (金) (土) の利用予約…14 時 15 分 ・ (日) (月) の利用予約…15 時	曾我川緑地体育館 (☎ 25-2511) ※ 10/20 (水)～ 11/1 (日) (休館日除く) に事前予約が必要です。 ※事前予約をせずに当日会議に出席しても無効です。 ※ (月) 休館日、祝日の場合は翌平日が休館日。	
	武道場 スポーツスタジオ	11/21 (土) 13 時		

無料相談 ※ 場の記載がないものは「かしはらナビプラザ4階」にて開催しています。

司法書士による法律相談 第1・第4(水) 13時～16時 第1・第3(土) 9時30分～12時30分 問 県司法書士会 (☎ 0742-22-6687) ※ 祝 休み 【45分・予約制(市民優先)】	犯罪被害者支援相談 毎週(月)～(金) 10時～16時 場・問 (公社) なら犯罪被害者支援センター (☎ 0742-24-0783 奈良市東向中町6 奈良県経済倶楽部 経済会館4階) ※ 祝 休み	若者自立のための相談会 毎週(月) 10時～17時 問 若者サポートステーションやまと (☎ 44-2055 FAX 44-2056) ※ 祝 休み【予約制】
弁護士による法律相談① 毎週(金) 13時～16時30分(年末年始を除く) 問 福祉総務課 (☎ 46-9002) ※ 祝 休み 【20分・予約制10人(市民優先・1か月前から予約可)】	弁護士による法律相談② 第2・第3・第5(水) 13時～16時 問 中南和法律相談センター (☎ 0742-22-2035) ※ 祝 休み 【30分・予約制(中南和地区住民対象・2週間前から予約可)】	しごと相談 第2・4(金) 9時30分～12時30分 ※ 祝 休み 問 奈良しごとiセンター (☎ 0742-23-5730) 【予約制(前日16時30分まで)】
若年性認知症相談 第2(金) 13時～16時(年末年始を除く) 問 県若年性認知症サポートセンター (☎ 0742-81-3857) ※ 祝 休み【予約制】	消費生活相談 (月)～(木) 10時～12時、13時～16時※受付15時30分まで 問 消費者ホットライン (☎ 47-2360 ※(金)～(日)・ 祝 は☎ 188) ※ 祝 休み【市内在住・在勤者対象】	不動産無料相談会 第3(水) 13時～16時(祝 の場合は第4(水)) 問 NPO 法人 奈良県不動産コンサルティング協会 (☎ 0743-86-4285)【予約制】
市民相談 ※市行政全般について (月)～(金) 8時30分～17時15分 場・問 情報公開室(分庁舎1階)☎ 21-1130 ※ 祝 休み	税理士による税務相談 ※所得税・贈与税などの国税について 第3(水) 13時～16時 問 市民税課 (☎ 47-2634)【30分・予約制6人】	行政相談 ※国などの行政に関する苦情・要望など 第4(金) 13時～16時(祝 の場合は第4(水)) 問 奈良行政監視行政相談センター (☎ 0742-24-0300)
空家相談 第2(火) 13時30分～16時30分(祝 の場合は第3(水)) 問 住宅政策課 (☎ 47-3514)【予約制(7日前まで)】	住宅・建築相談 第1(火) 13時30分～16時30分(祝 の場合は第2(火)) 問 住宅政策課 (☎ 47-3514) 問 18942 【予約制(7日前まで)】	人権擁護委員による人権相談 第1・3(金)・第3(土) 13時～16時 問 市民相談広場 (☎ 47-2350 FAX 47-2351) ※ 祝 休み
交通事故相談 第1(火) 10時～15時(祝 の場合は第2(火)) 問 県交通事故相談所 (☎ 0742-27-8731)	奈良県ひきこもり出張相談会 第2・第4(金) 10時～16時 問 県教育振興課 (☎ 0742-27-8608)【予約制】 ※ 祝 休み	ひとり親のための生活相談 第3(火) 10時～16時【予約制】 問 県スマイルセンター (☎ 0742-24-7624) ※ 祝 休み
女性による女性のための面接相談 第1(土)、第2・3・4(水) 9時～12時(年末年始を除く) 問 ゆめおーく (☎ 47-3090) ※ 祝 休み 【50分・予約制 ※緊急の場合は、開館時間内随時受付あり】	女性相談員による電話相談 第1～4(水) 13時～16時(年末年始を除く) 問 ゆめおーく (☎ 29-5153 ※相談専用) ※ 祝 休み ※緊急の場合は、ナビプラザ開館時間内随時受付あり。	外国人生活相談 第1(金)・第2(水)・第3(木) 9時～17時 (最終受付16時30分、年末年始を除く) ※第1(金)は中国語、第2(水)は英語、 第3(木)はベトナム語(事前予約必要)で相談できます。 問 奈良県県民くらし相談センター (☎ 0742-81-3420) ※ 祝 休み

10月のし尿収集予定表・有機質肥料配布

これからの季節、集中豪雨などにより便槽に雨水が侵入することがあります。便槽を修理するなど、各家庭で十分注意してください。※収集予定日は前後する場合があります。詳しくは、直接業者に問合せください。

人数変更や廃止・休止する場合は、業者または浄化センターへ。**問**浄化センター (☎ 22-8333)

※便槽に異物が混入しないように気をつけてください。今月の有機質肥料配布 (**ID** 17896) は、10/14(水)～。

		新晃(株) ☎ 22-5258	榎原大和清掃事業所 ☎ 24-3547	おおやまと環境整美事業協同組合 ☎ 0745-52-2982
1	木		八木・北八木・出合	
2	金	観音寺・一・川西	常盤・石原田(近鉄線北)	曾我・中曽司・曲川
5	月	一・川西	膳夫	五井・曾我・中曽司
6	火	川西・光陽・西池尻・吉田	南山・戒外	小槻・北妙法寺・地黄・小綱・曾我・中曽司・飯高
7	水	川西・西池尻・吉田・鳥屋・北越智	南浦	小槻・大垣・上品寺・土橋・豊田・中曽司・西新堂・新口・飯高
8	木	西池尻・吉田・新堂・雲梯	高殿	
9	金	雲梯・曲川・東坊城(大発団地含む)	上飛驒・四分・東池尻	
13	火	東坊城・見瀬・久米・古川	南浦(出屋敷)	
14	水	見瀬・五条野・大軽・大谷・大久保・畝傍	醍醐(JR線南)	
15	木	石川・五条野・大軽・大谷・菖蒲・和田	木原・別所・木之本	
16	金	山本・慈明寺・五井・城殿・縄手・小房・南八木・八木・四分・四条・御坊	田中	
19	月	栄和・城殿・田中	木原・山之坊	
20	火		石原田(米川北)・下八釣	
21	水		法花寺・高殿・出合(米川南)	北妙法寺・曾我・十市・中
22	木		出合(米川北)・出垣内(JR線北)	
23	金		出合・出垣内	
26	月		北八木	石原田・太田市・葛本・十市・常盤・山之坊・木原・葛本・上品寺・新賀・内膳・兵部・八木・北八木・南八木
27	火			今井・五井・四条
28	水			葛本・中・東竹田

こども広場 ID 12191

◆バブバブタイム

日 10/6 (火)、23 (金)

◆誕生会

日 10/27 (火)

◆特別講座

「親子でリズム遊び」

日 11/20 (金)

(☎ 47-2330 ナビプラザ3階)

しらかしこども広場

(旧 子育て支援センター) ID 12317

◆バブバブタイム

日 10/13 (火)

◆誕生会

日 10/22 (木)

◆子育て講座

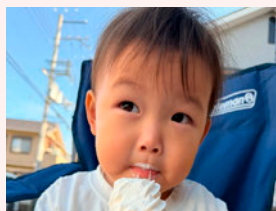
「櫃ママプラス音楽鑑賞会」

日 11/12 (木)

(☎ 23-7200 白樺町8-19-2)

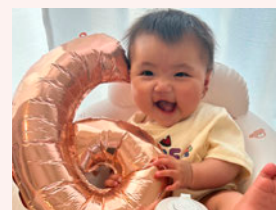
集まれ！

元気なかしっ子



吉田 ゆうわ 結羽禾ちゃん

毎日素敵な笑顔
ありがとう♪



高村 すず 澄珠ちゃん

元気いっぱい笑顔
いっぱいな澄珠、
ハーフバースデー
おめでとう

対 市内在住の6歳までのお子さん

申 二次元コードから。

※詳しくは市ホームページへ。

問 秘書広報課 (☎ 21-1116)

ID 19713



イベント

出張ひろば

保育士など市の職員が地域に伺い遊び場を提供します！

保護者同士の交流をしたり、お子さんを遊ばせたりしながら、日頃の悩みや話を職員に聞かせてください。

対 0歳～就学前までの子どもとその保護者

日 10/21 (水) 10時～12時

場 図書館1階 おはなし室

問 こども家庭課 (☎ 47-3707)

ID 19084

お知らせ

女性のための
就職相談会&相談コーナー

仕事と生活の両立支援に取り組む事業所との「就職面接会」や、ハローワークマザーズコーナー就職支援ナビゲーターが履歴書の書き方や面接時のポイントをアドバイスする「相談コーナー」、職業訓練校に関する「ハロトレ説明会」を開設します。

対 仕事を探している女性、子育てや介護のために退職し再就職を目指している女性

日 10/29 (木) 14時～16時

場 ナビプラザ4階 男女共同参画広場

共催 ハローワーク大和高田

申・問 「就職面接会」の参加を希望の場合は、事前に電話でハローワーク大和高田 (☎ 0745-52-5801 (44#)) へ。

託児 (1歳～就学前の幼児・先着5人) を希望の場合は、10/22 (木) までに電話で男女共同参画広場 (☎ 47-3090) へ。

ID 20679



イベント

家庭教育支援講座

～リズム遊び 11月～

家ではできないような大胆な遊びを親子で楽しみましょう。

対 市内在住の未就園児とその保護者

持 室内用シューズ

申 各開催日の2週間前までに、二次元コードから。

※未就園児の親子登園者は申込不要。

開催日	場所	定員
11/13 (金)	耳成南幼稚園	なし
11/17 (火)	耳成幼稚園	
11/20 (金)	畝傍認定こども園	

※開催時間はすべて10時～11時

問 文化芸術振興課 (☎ 29-1400)



健康

乳幼児健診・教室・相談

※全て要予約。

問 こども家庭課 (☎ 47-3707)

ID 2954

健診・教室・相談 実施日	場所
すこやか子ども相談 11/13 (金)・16 (月)	分庁舎 2階
6～7か月児健康相談 11/17 (火)・18 (水)	
1歳6か月児健康診査 11/20 (金)・24 (火)	保健 センター
3歳6か月児健康診査 11/25 (水)・26 (木)	
離乳食教室 11/6 (金)	
両親学級 11/6 (金)・7 (土)	

おすすめ 季節のことばをあじわう
はじめての俳句歳時記 秋



- 堀本 裕樹／監修
- 小峰書店／出版

日本の秋に関する言葉とともに、俳句について学べる児童書です。

小学生の句からプロの俳人の句まで掲載されているので、年齢を問わず一緒に楽しめます。図書館では同シリーズの「俳句のつくり方・総さくいん」「春」「夏」「冬・新年」の巻も所蔵しています。

新着 13歳からのロジカルシンキング
答えのない問題の解きかた



- 望月 安迪／著
- KADOKAWA／出版

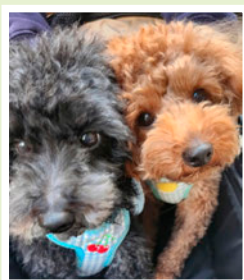
物事を整理し、筋道を立てて考えるロジカルシンキング。言い換えると、複雑な問題をシンプルに紐解く思考の習慣です。

本書は中学生向けに書かれた入門書ですが、実は大人にこそおすすめの一冊です。図解や物語を通して、伝わる話し方や問題解決のコツが直感的に学べます。

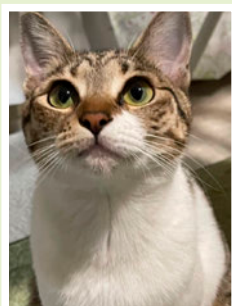


図書館公式 X (旧 Twitter) はこちら ▶

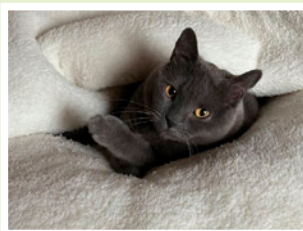
我が家のペット



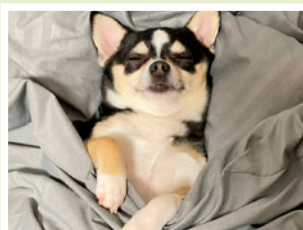
リッキー・ルイ



ぽん



ココ



まる

「我が家のペット」に多くの応募をありがとうございます。現在、応募が集中し掲載にお時間をいただいているため、新規募集を休止させていただきます。

ご理解のほどよろしくお願いします。

問 秘書広報課 (☎ 21-1116)

ぼくらはみんな
生きている — 昆虫編 —



ムラサキシジミ

シジミチョウの仲間^{はね}で、翅の裏側は地味な茶色ですが表側は名前の通り鮮やかな紫色をしています。アラカシやシラカシ、コナラ、クヌギなどを食草としており、榎原市内でもよく見られるチョウです。

市内では見た目がよく似ているムラサキツバメという種も見られますが、ムラサキツバメには後翅に尾状突起があることから見分けられます。どちらの種も成虫で越冬し、冬でも日差しがある暖かい日には翅を広げて日光浴をする姿などが見られます。そのため、これから季節が進み気温も下がっていく中でも、まだまだその姿を楽しむことができます。

皆さんもぜひ探してみてください。

●昆虫館



昆虫館公式 X (旧 Twitter) はこちら ▶

市民活動 掲示板

ウェルネスライフのすすめ

天理大学の教授による健康についての公開講座です。
【第1回】呼吸筋運動で息切れ防止※動きやすい服装で参加ください。
【第2回】家で最後まで暮らすという選択ー終末期の在宅医療と訪問介護の実際ー
日【第1回】10/24(土)【第2回】10/31(土) 13時30分～15時(受付13時～) 場万葉ホール4階 研修室2
定各50人(先着順) 講【第1回】藤原 美子さん【第2回】奥田 眞紀子さん 問天理大学社会連携センター室(☎0743-63-9007) ID16281

奈良県立医科大学公開講座「くらしと医学」

内容①「薬を作る奈良医大」②「しこりの話～そのしこり、ほっておいて大丈夫ですか?～」
日11/3(祝) 13時～15時(受付12時30分～)
場畝傍山キャンパス 講堂 定600人
講①理事・教授 笠原 正登さん ②教授 朴木 寛弥さん
問奈良県立医科大学 総務広報課(☎22-3051)

UT フェス&在宅ケアを考える会

子どもから大人まで、障がいの有無にかかわらず、誰もが楽しめるイベントです。
日11/1(日) 10時～15時 場中央体育館、万葉ホール3階 展示ギャラリー 主・問NPO法人UTシップ(☎20-1785)



り災証明などの各種手続きのオンライン申請開始

10/1(木)から下記対象手続きの電子申請を開始します。
対象手続き り災証明交付申請、救急搬送証明交付申請など 問奈良県広域消防組合 橿原消防署 警防課・救急課(☎23-1155)



令和8年度「ひふの日」記念講演会・相談会

日11/3(祝) 14時～ 場奈良県医師会館 内容アトピー性皮膚炎と乾燥肌ー正しいスキンケアと薬の塗り方ー
講奈良県立医科大学 皮膚科教授 新熊 悟さん
問奈良県医師会皮膚科部会事務局(☎22-8502)

第12回橿原市民囲碁大会

対市内在住・在勤・在学・囲碁同好会などに所属している方
日11/3(祝) ①開会式:10時～(9時45分～) ②試合:10時30分～
場県社会福祉総合センター 研修室B
¥2,000円(弁当・お茶付き)
申・問10/20(火)までに囲碁クラブに所属の方は各囲碁クラブへ。その他の方は、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・段・級位を記載し、伊藤 邦雄さん(〒634-0007 葛本町663-7 ☎090-6067-8112)へ。

令和8年度『観光ボランティアガイドと歩く・なら』～“ナゾ”だらけの古墳巡り～

日10/31(土) 9時～11時30分 集合場所^{むさにいますじんじゃ} 牟佐坐神社
定80人(先着順) ¥300円(保険・資料代)
申9/25(金)10時～二次元コードから。
問市観光協会(☎20-1123)
※当日5時の気象庁発表の天気予報で県北部の午前中の降水確率が50%以上の場合は中止。



第18回大和路花と緑のフェスティバル

プチガーデニング&フラワーデザインコンテストや花育教室を開催。日10/10(土) 9時30分～16時30分 11(日) 9時～16時 場橿原神宮会館 問大和路花と緑のフェスティバル実行委員会(☎32-6961 URL <https://narakaki.or.jp>)



着物でジャズ、今井町 2026

奈良県立医科大学の学生らの演奏や飲食ブースを関西などで活躍するミュージシャンとお楽しみください。
日11/3(祝) 13時～18時 場順明寺 問今井町じゃず実行委員会(✉naramasuika@naramed-u.ac.jp)

橿原市茶華道連盟展 華展・ジュニア展

生け花の作品展示や茶席(椅子席)をお楽しみください。
日①10/31(土) 13時～16時 ②11/1(日) 10時～16時
場今井地区公民館 定各回150人(茶席・先着順)
主・問橿原市茶華道連盟(☎23-1961)

市長のひとこと



子ども達の健やかな成長を支える学校給食。そこには、栄養をとるという役割だけでなく、旬の食材や地域の食文化、日本の伝統に触れるなど、食を通じた様々な学びがあります。

「食べること」は、生きていくうえで欠かすことのできない大切なことであり、心と体の成長にもつながります。給食を通して、丈夫な体を育むとともに、食への関心や感謝の気持ちを育て、心も豊かに成長してほしいと願っています。

こうした思いから、本市ではこれまでも、物価高騰分への補助や給食費の一部無償化など、子育て支援を行ってきました。そして今年度は、子ども達にとって大切な「食」をしっかりと支えるため、学校給食費の完全無償化を実施しています。

子ども達が安心して給食を食べ、健やかに成長していけるよう、これからも学校給食を通じた食育と子育て支援の充実に取り組んでまいります。

檀原市長 亀田忠彦

問 秘書広報課 (☎ 47-2632) ID 4058

「かしはら市長@公務レポート (檀原市秘書広報課)」はこちら▶

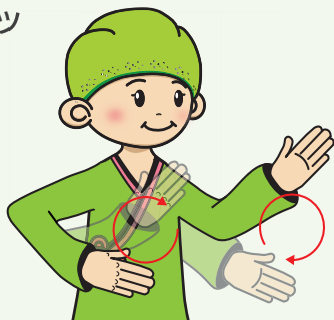


手話 を覚えよう! / Sign & Smile

Vol.7

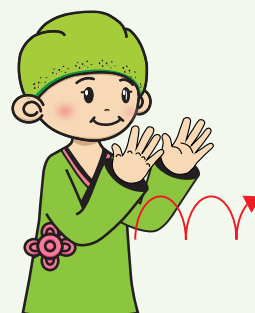
手話は、思いや気持ちを伝える大切なことばです。こだいちゃん4号と一緒に手話を楽しく覚えましょう。秋が深まり、過ごしやす日が増えてきました。この機会に、体を動かしてリフレッシュしてみませんか。 問 障がい福祉課 (☎ 20-0015 FAX 25-7857)

◆ スポーツ



両手を開いて交互に振り、走るしぐさをします。

◆ ハイキング



両手の手のひらを開き、縦に並べます。
そのまま、上に弧を描くようにしながら、前に動かします。

「飛鳥・藤原の宮都」

世界遺産登録を祝して

世界遺産をめざして ―あとがき―

7月26日、「飛鳥・藤原の宮都」が世界文化遺産に登録されました。当日は、市役所分庁舎でパブリックビューイングを開催し、登録決定の瞬間を多くの市民の皆さんとともに見届け、会場は大きな歓喜と拍手に包まれました。

登録直後には、市内の構成資産である藤原宮跡、本薬師寺跡、菖蒲池古墳に加え、大和八木駅周辺に世界遺産登録を祝う幟^{のぼり}を設置しました。さらに『ようこそ、世界遺産「飛鳥・藤原の宮都」のあるまち 檀原へ』の横断幕を英語表記とともに掲げ、国内外から訪れる方々を迎えています。

また、藤原宮跡や市役所本庁舎周辺には横断幕を、市役所本庁舎北館とナビプラザには懸垂幕も設置しました。そして、大和八木駅と畝傍駅周辺の街路灯には、檀原市出身の株式会社カプコン辻本会長とご縁から、「ストリートファイター」と世界遺産「飛鳥・藤原の宮都」がコラボレーションしたフラッグがはためいています。

8月8日には、イオンモール檀原で「飛鳥・藤原の宮都」世界遺産登録記念イベントを開催し、多くの来場者で会場は大いに盛り上がりしました。



イルミネーション in かしはら

ライブペイント参加者募集

世界遺産登録を記念した今年だけの特別企画として、市内の子ども達と奈良芸術短期大学の学生と一緒に作品を制作する参加型ライブペイントを開催します！

日 12/5 (土) 10 時～ ※開始時間は変更となる場合があります。当選者には詳細を含め、別途ご案内します。

場 分庁舎1階 屋内交流スペース

対 市内在住の未就学児または小学 1 ～ 3 年生

定 20 人（応募多数の場合は抽選）

申・問 はがきに①氏名（ふりがな）②年齢 ③身長（制作スペース準備の参考）④保護者氏名 ⑤幼稚園・保育園・子ども園名（在園児のみ）または小学校名 ⑥住所（当選者への案内に使用）⑦電話番号（当選者への連絡に使用）を記入し、10/1 (木)～ 11/13 (金)【消印有効】に郵送で、橿原商工会議所 イルミネーション in かしはらライブペイント参加者募集係（〒634-0063 久米町 652-2 ☎ 28-4400）へ。

点灯式参加者募集

一緒に点灯スイッチを押してくれる小学生を募集！

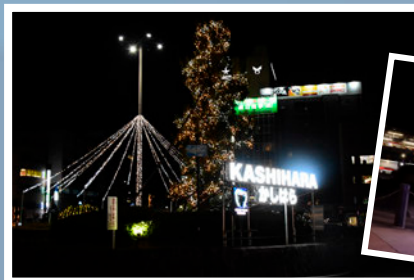
日 12/5 (土) 17 時～

場 大和八木駅南側ロータリー

対 市内在住の小学生

定 9 人（応募者多数の場合は抽選）

申・問 はがきに①氏名（ふりがな）②年齢 ③身長 ④保護者氏名 ⑤小学校名 ⑥住所 ⑦電話番号（当選者への連絡に使用）を記入し、10/1 (木)～ 11/13 (金)【消印有効】に郵送で、橿原商工会議所 イルミネーション in かしはら 点灯式参加者募集係（〒634-0063 久米町 652-2 ☎ 28-4400）へ。



●地域振興課

※ 広告掲載の問い合わせは、大光宣伝株式会社（☎ 0120-540-888）へ。