



青く萌えよ、 ぎょ い こう ざくら 御衣黄桜

4月下旬に見頃を迎える「春日大社 萬葉植物園」の御衣黄桜

撮影：マイタウン奈良編集室

COMMUNITY INFORMATION NETWORK

マイタウン奈良

土地・建物
買取り

無料査定、伺います

(株)ソニック

信用・信頼をモットーに

奈良知事(6)第3069号 全日本不動産協会会員
〒631-0011 奈良市押熊町180
TEL.0742-41-2232 FAX.0742-41-2254

春日大社 萬葉植物園

住所／奈良市春日野町160

交通／近鉄・奈良駅から奈良交通バス「春日大社本殿行き」乗車、「春日大社本殿」下車、徒歩3分

時間／9:00～16:30
(入園は16:00まで)

料金／大人500円

問合せ／080-1502-9998(春日大社 萬葉植物園 直通)

※藤の見頃予想は、4月20日以降からゴールデンウィーク中の予定

愛らしい春の草花
桜 花が過ぎた頃、慎ましく、密やかに咲く八重の桜。つぼみの頃は薄紫色、花が開くにつれて青みを帯び、新芽のように清々しいミントグリーンの花を咲かせる。

萬葉集に詠まれた植物が鑑賞できる「春日大社 萬葉植物園」(奈良市)には、3本の御衣黄が植栽されている。春の盛りには、色鮮やかな草花が園のあちこちで咲き誇り、どこを歩いていても心が躍る。連綿と受け継がれてきた草花を愛で、穏やかな春を愉しもう。



ミツバツツジ



ダイコン



ヤマブキ



ミツマタ

CONTENTS

3面 求人情報

4面 暮らしのミカタ



まんてん
うなぎ処 鰻天

奈良県奈良市 三礎7丁目1-24

営業時間：昼/11時～15時(14時ラストオーダー)
夜/17時～20時(19時ラストオーダー)
定休日/毎週月曜日(祝日の場合、翌火曜日)

ご来店の際は事前のご予約をおすすめしています
☎0742-52-3005



写真は鎌倉御膳

焼き香も食す。

香ばしい焼き香が鼻に抜け、口いっぱい広がる旨味と一つになる。うなぎは香りも味わう料理です。

こどもの日 上生菓子

職人の技が光る かわいらしい節句の上生菓子

5月3日(金)・4日(土)・5日(日)

こどもの日ご来店のお子様にはガチャガチャプレゼント (12歳以下)

柏餅お味見セール

4月20日(土)・21日(日) 27日(土)・28日(日)・29日(月祝)

三店同時開催

—4個入りパック限定— 通常 1個 200円 4個入り 800円

お味見価格 600円

※なくなり次第終了 ※ご予約承ります (全て税込)

ちまき、柏餅をはじめ 端午の節句内祝好適品・母の日プレゼントなどもご用意!

大和風詠菓 萬春堂

LINE公式アカウント / 友達になってね

ONLINE STORE いつでも便利にお買い物できる オンラインショップをご利用ください

初回 会員登録で 500pt 進呈!

本店 奈良市三条栄町9-12 ☎0742-33-6935 阪奈菅原店 奈良市菅原町562-1 ☎0742-53-6677 東生駒店 生駒市東生駒1-30 ☎0743-71-7788

健康美人なび

第192回「ホールフード サプリメント クロレラ」



中野司朗 レディースクリニック (なかの・しろう)

1956年生、済生会奈良病院産婦人科部長を経て、2006年に中野司朗レディースクリニックを開院。

デトックスの効果を高めるためには、「食物繊維」「クロレラ」の摂取が重要です。食物繊維は豆類、香りの野菜、根菜に多く含まれます。クロレラは多くの場合、クロレラの多くが含まれる食品では、クロレラが群を抜いています。

また、人体の健康に影響を与える可能性のあるダイオキシンをマウスに5週間投与後に、ダイオキシン肝臓蓄積量を調べたところ、クロレラを混ぜたエサを食べたマウスは通常のエサを食べたマウスと比較して27.9%に減少していました。デトックス効果が高いといわれるホウレンソウを混ぜたエサを食べたマウスと比較しても34.8%に減少していたことが分かりました。これは非常に興味深い結果です。

古くから健康に良い食品とされてきたクロレラには、便秘やデトックスの効果があります。便秘傾向のある女性たちがクロレラを摂取したところ、摂取前には1週間に平均4.36回しか無かった排便が摂取3週間後には平均5.55回に増加しました。その

クロレラはオランダの微生物学者バイエリンクにより発見された単細胞の緑藻類で、生命維持に必要な栄養が濃縮されています。さらに、天然の栄養バランスそのままに丸ごと食べることもできる「ホールフード」です。アミノ酸スコアが非常に高く、免疫機能の老化を抑制させる抗酸化ビタミンが大量に含まれるほか、細胞の老化を進行させるホモ

健康食品 どうしたらいい？



日本脳神経外科学会専門医 大阪医科大学臨床教育教授 香月脩二 院長

平成27年に「機能性表示食品」制度が始まって以降、健康食品の数はどんどん増えています。機能性表示食品制度とは、事業者が届け出れば特定の保健の目的が期待できる旨を表示できる制度です。

行い、責任を持っていますが、事業者にとっては、その基準を満たすハードルが高く、認可されにくいものです。そのため、事業者の要望に応じて、規制緩和の方針も創設されたのが機能性表示食品と言われるものです。

今、世間を賑わす紅麹を含む健康食品もこれにあたります。「お腹の調子を整えます」「脂肪の吸収を穏やかにします」など、国の承認を得

た、いかにも治療効果や予防効果があるかのようないかにも機能性表示食品は消費者に大いにアピールし、その商品数は、わずか10年足らずでトクホ商品の数をはるかに上回りました。

平成27年に「機能性表示食品」制度が始まって以降、健康食品の数はどんどん増えています。機能性表示食品制度とは、事業者が届け出れば特定の保健の目的が期待できる旨を表示できる制度です。

た、いかにも治療効果や予防効果があるかのようないかにも機能性表示食品は消費者に大いにアピールし、その商品数は、わずか10年足らずでトクホ商品の数をはるかに上回りました。

脳神経外科、内科、整形外科、リハビリテーション科、MRI・CT検査 **かつぎクリニック** 奈良市大宮町5丁目1-10-1 (中央郵便局東すぐ) 月・火・水・金 / 9~12時 / 17~20時 (リハビリ・検査 / 14~16時) 木・土 9~13時 / 日祝休 (P20台) ☎0742-32-3201 https://kazuki-ns.jp

NAKANO SHIRO LADIES CLINIC

足の計測 漢方相談

足は健康の土台

「正しい姿勢で歩く大切さを伝えたい」という想いで、奈良で下駄と靴屋を始めて8年。お客様より、足元を見直すことで、長距離歩くと辛いなどの足の悩みや、腰痛などの身体の不調が良くなったと、たくさんのお声も頂いています。ご自身の足の特徴、歩き方のクセなども知って頂ける機会になりますので、まずは足の計測だけでも気軽にお立ち寄りください。また、**外反母趾やタコでお悩みの方も、是非一度ご相談ください。**

靴と下駄の専門店 **tamaki奈良店** ☎0742-20-3777 奈良市小西町8-2 (奈良駅徒歩3分 小西さくら通り) 営業 / 10時~19時 定休日 / 火曜

くらしのツボ

春から行う害虫対策 暖かくなると出現する害虫は、有害な病原菌を持っている場合もあるため、早めの対策が必要だ。庭の草花には酢水や駆除剤を定期的に散布し、玄関先や湿気の多い台所などには置き型の駆除剤がおすすめ。また、ゴミはこまめに処分し、虫がつきやすい段ボール箱は不要ならすぐに処分を。夏が来る前に早速始めよう！

あなたの靴、足に合っていますか？

ドイツでは、子どもの頃から足の健康診断があり「足は全身を支配する」という考えが浸透している。日本では足の痛みや違和感を放置して、足のトラブルになる方が8割もいる。そんな靴選びについてTamaki奈良店の小松社長に伺った。

靴選びは、「自分の足を
知る」と「靴の特徴を知る」
ことがとても重要です。
足の形は一人ひとり違うだけでなく、同じ人でも左右で長さが違うのも当たり前。また、体重のかかり具合でも足の形は変化します。まずは計測を行い、自分の足の特徴を知ることが大事です。靴の特徴もそれぞれ異なるので、用途やライフスタイルをふまえて、自分に合った靴を選んでいくことがベストです。

お客様の声
元々、足には悩みが多かったのですが、Tamakiさんで測定後に合う靴を購入したところ、本当に歩きやすく、歩くのが楽しくなりました。自分に合った靴を履くことで身体も気持ちもスッキリです！
(50代女性)

Present

■京都市京セラ美術館 一般5組10名様
パリ ポンピドゥーセンター キュビズム展ー美の革命ピカソ、ブラックからドローネー、シャガールへ
西洋美術の歴史に大きな変革をもたらした、キュビズムの豊かな展開とダイナミズムを、主要作家約40人による絵画を中心に約130点を通して紹介。【会期】開催中~7月7日(日)【時間】10:00~18:00(入場は17:30まで)【休館日】毎週月曜日(4月29日と5月6日は開館)【料金】一般2,100円、高大生1,400円、小中学生900円【問合せ】075-771-4334(京都市京セラ美術館)

■カフェ ろくさろん 5組10名様
5月19日(日) 星名ともみライブ ペアチケット
奈良県出身のシンガーソングライター「星名ともみ」。歌を通して、奈良を盛り上げていきたいと活動中。4THアルバム販売記念ライブ「LoveLetter~大切なあなたの笑顔を折り、贈ります~」がムジークフェストなら2024の登録イベントとして開催。【日時】5月19日(日) 15:30開演(15:00開場)~17:45【会場】カフェろくさろん(奈良市高畑町1358-1)【料金】ライブチャージ3,500円、ペアチケット6,000円(2枚)、小学生以下1,000円【問合せ】080-5343-7308(オフィス MELODY)

Open!

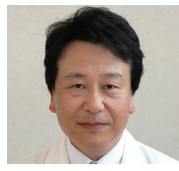
大人の女性の為の上質ネイルサロン **NEXUS** 奈良市西御門町11-5 ☎070-2821-1044 @nexus_sao

カラダからココロを整える整体 **kuschel** 生駒市辻町751-1 ☎070-8337-0915

精麻に触れることができるお店 **鯛安吉祥** 奈良市餅殿殿町12 ☎070-8337-0915

骨卒中に注意

第166回



日本整形外科学会専門医
山下 豊 院長

脳卒中は、ある日突然起こり、命にかかわることから非常に恐れられています。一方、高齢になってからの骨折、特に脊椎圧迫骨折や大腿骨頸部骨折は、生命予後を悪化させるので、脳卒中と同様に「骨卒中」と呼ばれています。その原因はもちろん骨粗鬆症です。

人生における骨密度のピークはなんと20歳代なので、日常診療の現場で骨量が落ちてくる患者さんに、骨を強くする治療を勧めると、「どうせ現状維持だけで骨が増えることはないでしよう」とよく言われます。ところがこれは正しくありません。実は骨量は増えるのです。現在日本において一番使われているビスフォスホネート製剤（起床後すぐの空腹時に服用するタイプ）は、治療によって骨量を現状維持で保つだけではなく、確

お薬（をきっちり服用すると、3年で約8%ほど骨量が増加することが分かっています。その後も服用を続けることで骨量は維持されるようです。また、最新の骨粗鬆症のお薬には、骨量の増加が18%程に達するものがあります。使用を継続するとさらに増加し、活性型ビタミンD3との併用も効果的です。

治療によって骨量を現状維持で保つだけではなく、確

実際に増やすのです。その結果、骨折ひいては寝たきりになるのを予防できます。

整形外科、外科、リウマチ科、リハビリテーション科

山下医院
京都府木津川市相美高下46
(JR西本津駅より徒歩4分・木津川中学校前)
月・火・水・金 9~12時
16時30分~19時30分
土曜9~12時 / 木曜・日祝休診
☎0774-72-7650

焼きたて食べ放題90分!

お肉を存分に楽しめるお店「シュラスコ料理スー」。美味しいお肉と色とりどりのサラダバーなどをお楽しみください。

GW限定 いちごフェア
2024.4.27(土)~5.6(月)

体験 いちごデザートフェア
お子さま「盛り付け体験」

LINE 公式アカウント 始めました!

GWファミリーコンサート
2024年5/5(日)・6(月)

17:30~食事
19:00~コンサート(約30分程度)

生演奏+buffet+飲み放題

大人(中学生以上) ¥6,500 小学生 ¥3,000 3歳以上 ¥880 (全税込) ※2歳以下は無料

近鉄奈良駅・JR奈良駅より無料送迎バス運行します!

☎0742-32-2577

ランチ(土日祝) 11:00~14:00
ディナー 17:30~21:00
水・木 ※4月28日は休業いたします
奈良市四条大路1-4-45 ホテルアジュール・奈良アネックス1F

地域で働く仲間募集中 求人情報

働く大人の豆知識

「年収の壁・支援強化パッケージ」とは?

配偶者の扶養範囲内で、パートやアルバイトなどで働く場合、一定の収入を超えると扶養から外れ、年金や健康保険料の負担が生じてしまう。そのため、働く側は勤務時間を減らさねばならず、事業者側は人手不足が生じるなど、双方ともに「年収の壁」が問題となっていた。そこで、短時間労働者が時間を気にせず働けるよう、当面の対応として国が始めた施策が「年収の壁・支援強化パッケージ」である。

収入が減らないんだ!
支援策があるって安心!

「106万円の壁」対応
パート・アルバイトで働く方の、厚生年金や健康保険の加入に併せて、**手取り収入を減らさない取組**を実施する企業に対し、**労働者1人当たり最大50万円の支援**をします。
※・社会保険適用促進手当を支給(社会保険料の算定対象外)
・賃上げによる基本給の増額・所定労働時間の延長

「130万円の壁」対応
パート・アルバイトで働く方が、繁忙期に労働時間を延ばすなどにより、**収入が一時的に上がったとしても、事業主がその旨を証明**することで、**引き続き被扶養者認定が可能となる仕組み**を作ります。

詳しくは **年収の壁** 検索 ※お勤めの企業に「年収の壁」に関する対応を検討しているかをご確認ください。引用：政府広報厚生労働省

皮膚トラブル
アトピー・ヘルペス・乾癬他

アトピー性皮膚炎と尋常性乾癬は、西洋医学では全く違う皮膚病とらえています。しかし、東洋医学ではアトピーと乾癬の原因は同じで、体の中にたまった毒素の作用のしかたが違ふから症状が違うと考えられています。アトピーの特徴は毒が体内で動き回り、乾癬は毒がある部分に集中し、動き回

りません。従って、アトピーの特徴は激しい痒みを生じ、乾癬は激しい痒みは全身に生まれません。皮膚トラブルのお手当は根本的に考えないと良くなりません。どこへ行っても結果が出ず、今の治療に疑問や不安をお持ちの方は、ぜひ一度ご相談ください。

※電話予約の上で来店
奈良市大森西町16の10
0120(77)2600
営業/朝10時~夕6時
定休日/日・月・祝
三笠薬品 あり

創業43年「漢方の三笠薬品」

駐車場有り
新大宮駅 大宮小(西) 三笠通 萬春堂 奈良100年 会館 さん天 旧店 あり

近鉄奈良駅から徒歩13分 or JR奈良駅から徒歩14分

情報誌の運営・編集・ライター

時給 970円~1,000円

時例 9:00~15:30 / 9:30~16:00 (休憩60分)
平日週3~5日勤務
休 土日祝・お盆・正月休み
待 雇用・労災保険対応、年次有給休暇、慶弔休暇、交通費規定支給、入社3ヶ月後から福利厚生制度適用
資 普通運転免許、PCの基本スキル
編 集ライターとしての業務経験者優遇
他 車通勤相談可

◆地域情報ネットワーク株式会社
☎0742-27-1061 奈良市法蓮町986-2

子育て情報誌「こまま」に掲載する記事や広告の編集、企画、ライティング、校正作業、写真撮影等を行う。

応募フォーム
応募・問合せは電話もしくは応募フォームにて

スーパーエバグリーン 押熊店 | 2024年6月下旬 NEW OPEN!(予定)

オープニングスタッフ大募集!!

新しい店舗でたくさんの新しい仲間と一緒にスタートしませんか♪
みんな一緒にスタートだから安心してお仕事をはじめられますよ♪

オープン前から研修として勤務スタートできます!
※時期・時間応相談

日曜日は時給120円UP!
(学生アルバイトは除く)

勤務時間・休日 応相談

★難しいスキルや実務経験不要!肩の力を抜いて取り組みましょう!
★基本的な知識や業務の流れは、ひとつひとつ教えてくれるので安心!
★経験がない方でも、イチから成長が可能ですよ!
★困ったときはどんどん質問してください!
★仕事帰りのお買い物も便利です!

仕事内容	時間	時給	休日	待遇
① レジ・フロアスタッフ	9:00~13:00、9:00~14:00、9:00~18:00、10:00~18:00、13:00~18:00	990円~(大学生980円 高校生970円)	①~③ 出勤日数は、相談下さい。 週2、3日~でもOKです! 土曜or日曜いずれか出勤できる方	有給休暇(学生アルバイト除く)、 保養施設(学生アルバイト除く)、 お盆・年末(会社指定日)特別手当有、 各種保険制度有(勤務時間による)、 制服貸与
② 夜間レジ・フロアスタッフ	13:00~22:00、15:00~22:00、17:00~22:00、18:00~22:00	1020円~(大学生980円 高校生970円)		
③ 登録販売者	9:00~13:00、15:00~22:00、17:00~22:00、18:00~22:00	990円~(18:00以降は1200円~)		
④ 事務員(兼レジ・フロアスタッフ)	8:30~17:30	990円~	週4~5日の勤務で土・日曜も勤務できる方	
⑤ 青果スタッフ	7:00~12:00、7:00~16:00、12:00~17:00	1000円~	⑤~⑩ 出勤日数は、相談下さい。 週2、3日~でもOKです! 土曜or日曜いずれか出勤できる方	
⑥ 精肉スタッフ	7:00~12:00、7:00~16:00、8:00~13:00、8:00~17:00、13:00~17:00	1100円~		
⑦ 鮮魚スタッフ	6:00~11:00、6:00~15:00、7:00~12:00、7:00~16:00、12:00~16:00	1100円~		
⑧ 惣菜スタッフ	7:00~12:00、7:00~16:00、12:00~17:00	1050円~		
⑨ 早朝品出し	6:00~9:00、7:00~9:00 4~5時間の勤務も可。お気軽にご相談ください。	1000円~		
⑩ 清掃スタッフ	7:00~10:00	950円~		

エバグリーン廣基は奈良・和歌山・大阪でスーパー・ドラッグストアを展開している企業です。バックヤードの雰囲気も、とっても明るい!部門を越えてみんな仲よし!そんなお店です。

未経験の方でも、自然と笑顔になれちゃう環境です! カンタンなことからお願ひするので、心配無用! もちろん始めに、しっかり丁寧にお伝えするので、分からないことは、遠慮なく聞いてくださいね!

勤務地 奈良県奈良市押熊町437 ※屋内禁煙 応募 ☎0737-63-5600 エバグリーン廣基 本部 採用担当

WEBからもご応募いただけます



暮らしのミカタ

生活の中で気になるアレコレを各店舗の専門家に聞きました!

「生前整理」

有限会社RIATEC

Q.生前整理はどうすればよいでしょうか?

- A. 生前整理とは、生きているうちに自分の身辺を整理することです。整理するものは人それぞれですが大きく分けて2つあります。
1. お金や保険、家や土地、美術品や骨董品など財産整理。財産目録を作成しリスト化しておく。
 2. 楽器や家具、服、壊れてそのままの家電などの処分。必要なものや残す価値のある物と、処分する物を分けておくことから始めましょう。



Q.生前整理はいつ頃から始めればよいでしょうか?

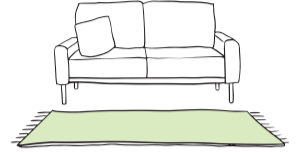
A. できるだけ早い時期からはじめることがおすすめです。きっかけとして多いのが、還暦や定年退職したときなど、人生のターニングポイントです。特に定年退職では第2の人生と言われるほど、社会的なリタイアを迎え、これまでの人間関係や生活のリズムがまったく異なるためこの時期から始める方が多いです。

「夏場を快適に過ごすためのラグ選び」

インテリア専門店「cucan」

Q.夏にラグを敷くメリットを教えてください。

A. 汗やベタつきの不快感をラグの繊維が吸収し、素肌もサラッと快適に過ごせます。



Q.夏のラグはどんな素材がオススメですか?

- A. [天然素材の綿やウール]
→夏は涼しく、冬は暖かい。また、吸湿性も高く肌にも優しい。
[イ草や竹]
→サラッとした肌触りで自然素材が持つ優しさがあり夏にオススメ。
[ナイロン]
→触れるとひんやりと感ずるため、冷感ラグにも使われている素材。遊び毛が出にくく、摩擦に強いので耐久性も高く年間通してオススメ!

無料見積 秘密厳守 高額買取

出張買取・遺品整理・生前整理 不用品回収・ゴミ屋敷清掃 女性スタッフ在籍

大事に集められていた思い出の品々を心を込めて丁寧に査定・買取いたします。

ハウスクリーニング、特殊清掃、家屋解体リフォーム、不動産整理、仏壇供養、車の買取、廃車 etc.

関西エリア対応可能です! お気軽にご相談ください

終活支援サポートセンター 有限会社 RIATEC -リアテック-

0120-829-440 年中無休 24時間対応

橿原市東坊城町 209-16 <https://riatec.info/> 代表 生川慶彦

古物商第641090001268号 産業廃棄物収集運搬許可番号 奈良県 第02903196922号 大阪府 第02700196922号

夏の対策キャンペーン 実施中

SUMINOE オーダーカーテン

店頭表示価格より!

50%OFF

店頭にてカーテンコーディネートのご相談

見積り無料!!

MOOMIN by SUMINOE edition.3 発売中

ようこそ、ムーミンの世界へ。

リトルミイマット50X60cm

特設売場にて SUMINOE ラグ・マット アウトレットセール開催中

出張採寸、カーテン吊り込み、レール・ブラインド等の取付工事、加工カーペット、壁紙リフォームまで承ります。

カーテン・カーペット専門店 **cucan** 0743-75-0118

cucanは(株)スミノエ直営店です [クーカン 近鉄生駒店] 生駒市谷田町1600 近鉄百貨店生駒店5F

「高く買取してもらうコツ」

ブランド買取専門店 断捨離館

1. 商品の状態を綺麗にする 汚れ、臭い、糸ほつれ等、第一印象に影響するものは出来る限り良くしておきましょう。
2. 付属品を忘れない 箱、保存袋、ストラップ、保証書、購入時のレシート等。
3. 個別ではなくまとめて売る 買う人だけでなく、商品をたくさん売ってくれる人も店舗にとって困りたい層であり、買取価格を高値に設定してくれる場合があります。
4. 売るタイミングを選ぶ 金の相場が歴史的な最高値を更新しているのをご存知ですか? 貴金属を売るなら今がオススメです!

12,822円/g (2024年4月現在)

4,396円/g (2016年平均) 6,122円/g (2020年平均)

※相場価格は日々変動します

もうワンポイント 流行り物は早めに売る、季節物はその季節の前に持ち込むと良いです。

「布団の入れ替え」

ふとんのしば田

Q.布団の収納と保管はどのようにすればよいですか?

A. 湿気を含んだままだと、カビやダニの発生原因となります。まずは、しっかりと布団を乾燥させましょう。敷布団は下に、掛布団は上にして湿気の少ない場所に保管。防虫剤を布団の間に挟み、通気性の良い木綿の風呂敷や布製の専用バックで包みましょう。ビニール製の袋は袋内が蒸れてしまうことがあるので、注意が必要。羽毛布団を圧縮袋で保管する場合は、空気の抜きすぎに注意!元の高さの1/4程度に圧縮。布団自体を痛め寿命を縮めてしまう可能性があるため、長期保存は避けたい方がよいでしょう。

買取品目 時計 バッグ 財布・小物 ブランド服 アクセサリー 金・貴金属 宝石 お酒 その他のブランド品全般

断捨離館 GW・こどもの日・自動車税・母の日... 出費がかさむ5月が来る前に! 家に眠っているお宝を お金に換えておきましょう!

断捨離館は お約束します!

1. 査定時間は地域最速とにかく早い! お待たせしません!
2. 買取金額 地域最高値を保証 どこよりも高く買います!

電池切れの状態でも 100,000円

20年前のバッグでも 60,000円

付属品無し、本体のみでも 125,000円

宝石各種 高価買取実績あり!

断捨離館は創業40年の信頼と実績のブランドキャリグループです

奈良市二条町1-1-60 10:00~19:00

0120-724-122

おふとんの無料診断

ご自宅へ訪問して、処理に困っておられるおふとんのご相談にのります!

おふとん丸ごと水洗いクリーニング

例 綿ふとん(シングル) 3,300円+ 羽毛ふとん(シングル) 5,500円+

汗・油汚れ・ダニや雑菌、ニオイなどスッキリ洗い落としてふっくら仕上げます。こたつ布団、カーテン、カーペットなどにも対応。

羽毛ふとんリフォーム

例 お手軽コース(シングル) 25,850円~

羽毛を取り出し、ゴミを除去、キレイに洗浄した後、羽毛を足しながら、新しい側生地に入れ直します。ダブルからシングルへのサイズ変更もOK!

綿ふとん打ち直し

例 敷きふとん(シングル) 11,000円~

中綿を取り出して、ホコリを除去。新しい側生地生まれ変わります。

カーテン ブラインド

ロールスクリーン カーペット

〈各種メーカー取り扱い〉出張採寸・見積り、ご相談を無料でお受けします。(全て税込み料金)

電話一本、手数料無料で集荷・配達にお伺いします!!

大正2年創業 ふとんのしば田 株式会社柴田衣料店

0120-48-1529 0742-20-2222

奈良市椿井町3番地(椿井小学校前) 休 火曜日 営 9:30~19:00

実家に帰省します。御朱印帳を買ったので、父と寺社仏閣を巡る旅行がしたいです。(奈良市 24歳 女性) <お父様にとってそんな嬉しいGWはないでしょう。是非楽しんでくださいね!>

マイタウン奈良

映画『霧の淵』

村瀬大智監督
特別インタビュー



自分の心が、 還る場所

総面積の約85%を森林が占める奈良県川上村。映画『霧の淵』には、自然と共生する人々が描かれ、家族の在り方、自身の生き方を問うメッセージが込められている。奈良県での上映を前に、村瀬大智監督に作品への思いを伺った。

(取材・記事 橋口優子)

“なにか越し”に見える世界

「映画づくりのために、何度も川上村へ足を運んだと伺いました。どのような出会いがありましたか？」

撮影に入る前から、約2年半、毎週のように村へ通い、村を象徴する場所を見て回りました。撮影期間は2週間でしたが、川上村とのつながりは2020年から現在まで続いています。村の人たちも、たくさん話しを聞かせてくれました。「映画撮るの？ 出演させてよ」なんて言われながら、村民の方々との信頼を築き、じっくりと作り上げた作品です。数々の出会いが、映画の中に散りばめられています。

内にも歴史が刻まれた建具が多く、たとえば大正ガラスの窓は、風が吹けばカタカタと揺れ、窓越しに見ると、向こうの景色をゆらりと歪ませる。二階越に、ガラス越しにと、“なにか越し”に見える世界を、作品の中でも大切にしています。映画の世界観に近いものが朝日館にはたくさんあったことが、舞台とした理由です。

故郷をもつすべての人へ

「映画のタイトルにある『霧』ですが、川上村は霧の多い地域なので強い結びつきを感じます。霧に込めた監督の思いを教えてください。」

「たくさんの出会いのひとつが、主人公の実家でもある『朝日館』なのです。旅館を舞台にした理由をお聞かせください。」

川上村は、総面積のほとんどが森林で、杉や桧から立ち上がる蒸気が霧の発生源のひとつです。押しつぶされそうなほどの深い山間に、村を覆い隠すかのような霧。まるで出口のない世界にいるようなイメージを霧で表現しています。人口が減り、過疎が進むなど、これからどうなるか分からない、霧の中で彷徨うような儼しい現実。だけど、村の人たちは、霧は当然あるも

のとして共生し、日々の営みを続けている。このあるがままの村の様子を、僕なりの視点で切り取りました。

「見えていたはずの未来が、霧に隠れて分からなくなる感覚は、私にも覚えがあります。その答えを探しに『川上村に還りたい』と思えました。」

川上村は、僕たちの故郷の象徴として描きました。色んな見方があるとありますが、この作品が誰もがもっている故郷を思い出すきっかけとなれば良いなと思っています。

「故郷をもつ人に、還る場所を探す人に、この映画が届いてほしいです。ありがとうございます。」

映画『霧の淵』

【あらすじ】 奈良県南東部の山々に囲まれたある静かな集落。かつては商店や旅館が軒を並べ、登山客などで賑わったこの集落で、代々旅館を営む家に生まれた12歳のイヒカ。数年前から父は別居をしているが、母の咲は、父との結婚を機に嫁いだこの旅館を義理の父・シゲと切り盛りしている。そんなある日、シゲが姿を消してしまう。旅館存続の危機が迫る中、イヒカの家族に変化の時がやってくる。

【上映】
4/26(金) ~ TOHOシネマズ橿原
4/26(金) ~ ユナイテッド・シネマ橿原
4/26(金) ~ シネマサンシャイン大和郡山

Beyond the Fog

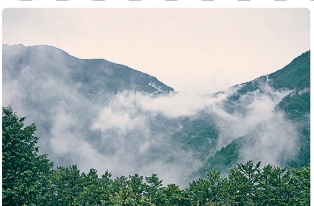
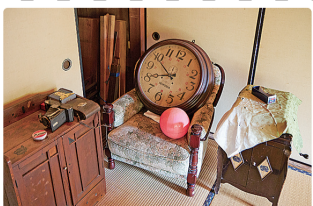
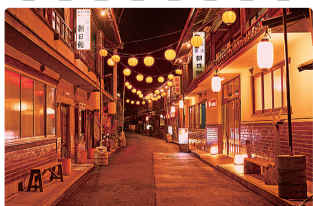


監督・脚本：村瀬大智
出演：三宅朱莉、三浦誠己、堀田真三、杉原亜実、中山慎悟、宮本伊織、大友至恩、水川あさみ
エグゼクティブプロデューサー：河瀬直美
プロデューサー：吉岡フローレス亜衣子
撮影：百々武 録音：森英司 照明：藤江立
美術：塩川節子 助監督：福嶋賢治
制作担当：濱本敏治 編集：唯野浩平
音楽：梅村和史 ヘアメイク：南辻明宏
衣装：山上順子 製作：なら国際映画祭
助成：奈良県、川上村、奈良市
配給：ナカチカピクチャーズ
©2023『霧の淵』Nara International Film Festival 2023 | 日本 | G | DCP | 5.1ch | 83分



Profile 村瀬 大智

滋賀県の信楽、映画館のない町で生まれ育つ。父親が所有していた映画がほとんどアメリカ映画だったため、アメリカ映画を観て少年時代を過ごす。京都造形芸術大学への入学を機に映画制作の道へ進む。『霧の淵』が第71回サンセバスティアン国際映画祭New Director部門、釜山国際映画祭「アジア映画の窓」部門、ソフィア国際映画祭インターナショナルコンペティションに選出。



新緑の山登り。大峰山に行きたいな。(奈良市 50歳 男性)
＜春の光を浴びながら新緑に囲まれて山登りなんてすごく楽しそう！お気を付けて行ってらっしゃい！＞

4月けいはんな映画劇場

「こんにちは、母さん」

監督：山田洋次 脚本：山田洋次 朝原雄三
 出演：吉永小百合 大泉洋 永野芽郁 YOU 他
 原作：永井愛 配給：松竹

いつまでも変わらない【親子】を描く「母と息子」の新たな出発の物語

仕事や家庭での悩みを抱える神崎昭夫は久しぶりに母・福江が暮らす東京下町の実家を訪れる。しかし迎えてくれた母の様子がどうもおかしい。イキイキと明るくこれまでは違う「母」に戸惑いながらも、次第に見失っていたことに気付かされてゆく。

4/26(金) 上映時間 1時間50分
 27(土) 各日 10:30~、14:00~

<入場料金>当日券のみ
 ○一般(高校生以上) 1,100円
 ○小・中学生、シニア(60歳以上) 800円
 ○おら50メール割引クーポンで提示 800円

けいはんなプラザ
 メインホール

けいはんなプラザ 検索

問合せ ☎0774-95-5115

○近鉄京都線「新祝園駅」より奈良交通バスにて「ATR(けいはんなプラザ東)」下車 ○近鉄けいはんな線「学研奈良登美ヶ丘駅」より奈良交通バスにて「けいはんなプラザ」下車



お知らせ

ピアノのことなら♪
 買取、調律、修理、運搬、販売(百数十台展示)教室他。登美ヶ丘ムジカセゾン ☎0742・48・0660

●料金 1行 880円(税込) (求人は1行 1,100円(税込))
 ※申込時に3回以上連続掲載が決定している場合は特別料金 770円(税込) (求人は990円(税込))

●5月25日号の締切は5月9日(木)です。
 ●お申し込みは☎0742(27)1061

カルチャー

ピアノ教えます
 生駒市立桜ヶ丘小学校近く 月4回5千円。無料体験有 5才以上(男女)~大人(女性) 090-1905-0516

ピアノ最高価で買取り 出張査定も運賃も無料! 古い・傷有りも喜んで! まずお電話を! ピアノプロ ☎0120(959)516

マイタウン PICK UP

4月~6月 インフォメーション

※おでかけの際は各主催者HPにて最新の情報をご確認ください。

美術館・博物館

入江泰吉記念奈良市写真美術館
 山本敏則写真展
 奈良のたからもの(入場無料)

5月3日(金)~6日(月) 9時半~17時(入館は16時半まで)
 3日は12時~、6日は16時で終了

奈良の日常は「特別」でとても優しく尊い「たからもの」。そんな奈良の日常の魅力を、奈良県下で撮影した写真を中心に約50点を展示。https://www.instagram.com/yamamoto.toshinori

天理参考館
 器にみるアンデス世界 —ペルー南部地域編—
 4月17日(水)~6月3日(月) 9時半~16時半 (入館は16時まで)

第86回企画展「器にみるアンデス世界—ペルー北部地域編—」の続編として、ペルー南部地域とボリビア

に栄えた古代文化の土器や木器の真作と贋作を同時に展示。詳細は「天理参考館」で検索。

イベント

奈良町にぎわいの家
 こいのぼり青空ペインティング
 4月27日(土) 14時~15時半(雨天の場合4/28)

大きな和紙に描かれた「こいのぼり」に、ポンポン絵具で色をつける子ども向けのイベント。参加無料。※汚れても良い服装 ☎0742-20-1917

一般社団法人 木津川市観光協会
 大仏鉄道ウォーキング 2024
 5月11日(土) 8時45分~10時45分受付

大仏鉄道とは、今から100年以上前に走っていた加茂と奈良を結ぶ9.9kmの路線の愛称。木津駅から加茂駅までの遺構を巡り、シールを集めながら廃線跡を歩こう! ☎0774-39-8191

大仏鉄道とは、今から100年以上前に走っていた加茂と奈良を結ぶ9.9kmの路線の愛称。木津駅から加茂駅までの遺構を巡り、シールを集めながら廃線跡を歩こう! ☎0774-39-8191

©(一社)木津川市観光協会

あうちで楽しむ / かんたんレシピ

柔らかくて甘い新玉ねぎを使って作ってみよう!

玉ねぎとマッシュルームのグラタン

調理時間10分 ※加熱・焼く時間を除く

材料(2人分)

- 玉ねぎ 2個
- バター 15g
- A | マッシュルーム(水煮・スライス) ... 50g
- ベーコン(スライス・粗みじん切り) ... 15g
- 薄力粉 大さじ2
- 牛乳 1カップ
- B | 塩・こしょう 各適量
- 粉チーズ 大さじ2
- パセリ(みじん切り) 少々

作り方

- 耐熱皿に十字に切り込みを入れた玉ねぎを入れ、ラップをして電子レンジ(500W)で5~10分加熱する。
- フライパンにバターを溶かしてAを炒め、薄力粉を加えて炒める。粉っぽさがなくなったら牛乳を加え、煮立ったら中火でよく混ぜ、とろみがついたらBで調味する。
- 1のまわりに2を入れ、粉チーズをかけて200℃に予熱したオーブンで10分程焼き、パセリを散らす。
※オーブン・電子レンジ対応の耐熱皿を使用してください。

主役は玉ねぎ

ぱぱっと簡単、おやつゼリー

ぷるぷるカラフルゼリー

調理時間10分

材料(2人分)

- キウイフルーツ (5mm角切り) 1個分
- キウイフルーツ (5mm輪切り) 1/2個分
- ひとくちゼリー (市販品・お好みの味4種類) ... 各4個
- ミント あれば

作り方

- ひとくちゼリーはそれぞれ粗く潰す。
- グラスに角切りのキウイフルーツ、1をそれぞれ層になるように入れる。星型で抜いたキウイフルーツとミントを飾る。

見た目もかわいい♡

出典：(株)アルファ・科育ホームページ

幼児リトミック グループレッスン

今、お子さまに身につけさせてあげたいことはなんですか?

無料体験レッスン 受付中

カワイ音楽教室は60年以上の歴史。リトミックのレッスンで心を豊かにし音楽の基本が身に付きま初めのおけいこにもピッタリです!

無料体験日程 (要予約)
 定員になり次第締切場合があります。お申し込みはお早めに。

1歳からの クーちゃんランド	2歳からの くるくるクラブ	新コース 3歳コース	4歳からの ピコルわーど!
聴く力を大きく育てます 1回40分・月3回(年間36回) グループレッスン(保護者同伴) 対象：2022.4/2~2023.4/1生	音楽たっぷり楽しさいっぱい 1回60分・月3回(年間36回) グループレッスン(保護者同伴) 対象：2021.4/2~2022.4/1生	多彩でカラフルな音楽活動 1回50分・月3回(年間36回) グループレッスン 対象：2020.4/2~2021.4/1生	鍵盤演奏のためのリトミック 1回60分・月3~4回(年間40回) グループレッスン 対象：2019.4/2~2020.4/1生
西大寺教室 奈良市山陵町108-1 ならファミリー別館2号館加藤ビル4F 1歳クーちゃん 月・水 11:00 2歳くるくる 月・水 10:00 3歳コース 月 14:30・金 15:30 4歳ピコル 月・木 15:30	八木センター教室 橿原市八木町1-7-1 大和センタービル2F 1歳クーちゃん 月 11:00 2歳くるくる 月 10:00 3歳コース 木 15:30	エコー・マミ教室 北葛城郡広陵町馬見中4-1 1歳クーちゃん 火 11:10・土 10:40 2歳くるくる 火 10:00・土 11:20 3歳コース 火 15:40 4歳ピコル 火 14:10	生駒センター教室 生駒市東新町4-23 生駒第一ビル2F 1歳クーちゃん 火 11:10 2歳くるくる 火 10:00
ガーデンモール木津川センター教室 京都府木津川市州見台1-1-1-1 ガーデンモール木津川2F 3歳コース 火 15:10	ミュージックスクール大和高田教室 大和高田市高砂町7-17 シェラースール島2F 1歳クーちゃん 木 11:00・16:00 2歳くるくる 木 10:00・15:00 3歳コース 土 15:30		

ご予約はWEBからが便利です。各コースのレッスン動画も公開中!

カワイ音楽教室

家の大掃除! 渋滞知らず、行列知らずで、気候も良いので掃除がはかどります。家にいるに限る!(奈良市 39歳 男性)
 <お掃除にはもってこいの気候ですね! 人混み嫌いの人は出ていく必要なし!>

今注目されている「薬用ヒトデ美容ジェル」。なぜ売れるのか？を、開発者にインタビューしたら...

私、年末の「紅白歌合戦」に出てもいいですか？



九州アスリート化粧品 開発担当 小浜(おばま)氏(39) 過酷な日差しを浴びたり、強烈なプレッシャーやストレスと戦う、アスリート向けの化粧品を開発している。

これがその、薬用ヒトデ美容ジェル。



これがその、実際の九州産のヒトデ。

今、忙しい日々を過ごす方が増えている中、九州アスリート化粧品が開発した「薬用ヒトデ美容ジェル」が売れている。なんでも、ヒトデエキスが肌を徹底的に整えてくれ、有効成分のナイアシナミドがシワを改善してくれる...

まず、開発者の考えから聞きたいです。小浜さん、女性性にとって肌とは、どういったものだと思いますか？ はい、なぜこんなにも気持ちが良いのか？と思うほど女性性にとって肌のキレイさは、気持ちに大きな影響を与えているものだと思います。

では、今の若い子が、高いお金で何度も海外まで行って、顔の作りを変えたりすることをどう思いますか？ そういふ選択も自由だと思えます。そんな中で私は、肌をキレイにすることを優先したい、と思っています。私も、自分の顔が衰えていくのを見て、近頃の理想的な人を見て、あー...と卑屈になっ...

それ、今人気の「薬用ヒトデ美容ジェル」の開発のキッカケだったのですか？ やはり気持ちの問題を反映してしまっています。睡眠不足や食生活も関係しますが、そこはコントロールできる。でも気持ちの問題は、どうにもならない。

さらに落ち込む、という負のスパイラルから抜け出せず苦しんだことも。だから気持ちが悪くても、肌がキレイになるものを作りたい!!落ち込んでいた時でも、肌がキレイだと明日への活力、勇気ができてきますから!

それが、今人気の「薬用ヒトデ美容ジェル」の開発のキッカケだったのですか？ そうです。忙しくて気持ち悪くても肌をキレイにできる!!そういうものを欲する方って、絶対に多いと思いますから!!なので、夜遅くまで追求する毎日。睡眠時間も少なくなり、肌を壊すマイナスばかりで完成させれば良いのよ!完成させる前に私の肌が終わるか、それともその前に完成させるか、

なんで!?私の願いは贅沢なの?見合う努力ができていないって言うの?絶対にそんなことない!!これ以上、追求できる人いるなら連れてきなさい!!絶対に私以上に追求できる人なんていないから!!

そこからはどうやって完成に? はい!ある大学の研究室でヒトデの水槽の世話をしていてスタッフの手が、驚くほどキレイになっていった、という情報を聞きつけたんです!それを聞いた時、もしかししたら...と聞いたら、自分腕が無くなってしまっても、自ら再生してしまうほど再生力の強い生き物。そのヒトデの

この「こっくり」感により、適切に肌に留まり、浸透しようとしてくれるのです!だから、ヒトデが肌を整え、有効成分がシワを改善する!!という力がしっかりと発揮されるのです!!絶対に誰にもマネできない、普通ではない美容ジェルが完成したと思っっています!!



▲この、質感にも、相当こだわったとか。

な、結果が違うのですか? それ売れている理由なのですか? はい、結果が違うと思っっています!!女性にとって、日々の悩みなどがあると、どうしても肌状態が悪くなってしまう事、あると思います!それで更に元気がなくなると、中々立ち直れず、負のスパイラルから抜け出せない時も、そういう状態の人でも、肌に満足できるものが作れた!それによって自分と言う事ではないですが、凄いいこと(尊いこと)だと思っっています。

そうなんです、使い心地はどんなものですか? はい、「こっくり」しているけど優しい質感のジェルになっています!!

私年末の紅白に出てもいいですか?!!なんて言ってます(笑)!!審査員でもないんですけど!!審査員でもないんですけど!!審査員でもないんですけど!!審査員でもないんですけど!!審査員でもないんですけど!!

今回の薬用ヒトデ美容ジェル、初回75%引きキャンペーンは、下記より。(メーカーから)

編集後記 皆さんの話、どうもありがとうございました。私は、凄く紅白が好きなので、言い過ぎで申し訳ないです!!

え?と思えるほど本当に凄く良いんです!!こんなものが世の中にあつたのか!!と思えるほど、私の肌には合っていました!!開発者が紅白に出たい!!と思うのも、ちょっと納得!!

なので皆さんにも!!九州産のヒトデが肌を整え、有効成分がシワを改善してくれる「薬用ヒトデ美容ジェル」を試してもらいたかったんです!!

▲紅白の話をした時に、「わははは!!」と高笑いする感じの小浜さん。凄く美容ジェルを作り上げ、使用者を満足させている自信から来ているのでしよう!!(実際、高笑いの声は、いい声だった(笑))

Large advertisement for the beauty gel featuring a woman's face, product images, and promotional text. Includes details about the 75% discount campaign and product benefits.

売却物件 求む!

お売り下さい
無料査定させて頂きます!

お気軽にお問合せ下さい! **ならまち不動産 検索**

JR木津駅 中古戸建
城山台6丁目 販売価格 **3299万円**
土地 **54.82坪**

JR平城山駅 中古戸建
左京2丁目 販売価格 **2380万円**
土地 **61.76坪**

近鉄奈良駅 中古戸建
青山7丁目 販売価格 **1980万円**
土地 **76.63坪**

JR奈良駅 中古マンション
大宮町1丁目 販売価格 **2980万円**
面積 **74.47㎡**

ならまち不動産 ☎0742-25-5551
〒630-8301 奈良市高畑町1098-1 KOTOMATIビル FAX:0742-25-5550 火曜・水曜

まちかどトピックス

暮らし

靴選びや足のトラブルで困っている方は、異邦人に相談してみよう!

近鉄奈良駅①出口すぐにある「ウォーキング専門店 異邦人」では、正しい靴選びから歩き方まで足と靴のエキスパートの店長が親切にアドバイスをしてくれる。また、脱ぎ履き簡単なダイヤル式ウォーキングシューズをこの機会に是非試してみよう。「腰が痛い、膝が痛い、外反母趾が痛い、魚の目ができる人は、靴の履き方が間違っているからです。しっかり靴紐を締めることが健康を保ちます」と店長。靴ひもを締めるのが苦手な方はダイヤル式がお勧め。異邦人にはダイヤル式が豊富に品揃え。又、超幅広タイプ6Eのダイヤルシューズも続々入荷。ウォーキングパンプスも新登場。細身タイプから幅広タイプまで(写真)。ヨネックスのウォーキングサンダルも入荷。さらにインソールをセットでご購入の方は1,000円引き。価格は全て税込。問合せは☎0742-24-4192(ヨイック) 異邦人 近鉄奈良駅前店 奈良市東向北路12番地 10時~18時 予約も



求人

有名ホテル、老舗旅館でのボディケアスタッフ募集!!

奈良に宿泊のお客様に旅の疲れを癒すお仕事をしてみませんか?

有名ホテル(写真:ホテル日航奈良)や老舗旅館からの依頼で客室で施術を行うボディケア及びマッサージ業務。また、全ての施設でフロントを介しているため安心。ボディケア実務経験あり、バイクや車で移動できる方を募集。自宅待機OK。女性施術者は女性客希望も可能。※海外のお客様にも対応出来るよう簡単な英語のマニュアルも有。サロンで働くのちよっと時間がない方、ブランクがあるので不安な方も是非、気楽にお問合せを。未経験者要相談。※歩合給

詳細はお電話、若しくはHPのお問合せからご連絡下さい。

〈楽や本院〉相楽郡和東町門前尾根56番地 ☎090-6978-7395 (堀15:00~24:00)

我が家の家族を紹介します

マイタウンアニマル No.35

チャッピー(8ヶ月)
ソマリ
そこ座りたいねんけど、退けてくれない?

むぎ(1歳)
ミニチュアピンシャー
元気すぎる
くいしんぼ姫です

コストコ再販店「グランドオープン」COCO STORE

☑小分け売りで気軽にお試し!
☑会費不用!

ペーパータオル、ストレッチタイトフードラップ、ディナーロール、ホノルルクッキー、おとなのばあむ

1月-金:11時~18時/土:11時~17時 日:祝
生駒市元町1-5-13 みとわビル1号室(生駒駅すぐ びっくり通り商店街内)
近隣に市営駐車場(30分無料)あり

ココストア ☎070-8460-2179

Instagramにて情報発信

「マイタウン奈良」& 「奈良しみんだより」 配布員大募集!!

- マイタウン奈良 固定型ポスティングスタッフ募集エリア**
- 奈良市**
- 四条大路4・5 (615部)
 - 四条大路2・3 (690部)
 - 西ノ京 (460部)
 - 山上町 (690部)
 - あやめ池北3丁目 (455部)
 - あやめ池南3・4 (450部)
 - あやめ池南5 (360部)
 - あやめ池南7・8 (500部)
 - 押熊町 (520部)
 - 登美ヶ丘6 (435部)
 - 百楽園北・学園北1 (1160部)
 - 学園朝日町 (590部)
 - 東登美ヶ丘4 (360部)
 - 富雄川西1 (530部)
 - 三松ヶ丘・三松2 (585部)
 - 三松1・3 (535部)
 - 富雄北3・百楽園4 (620部)
 - 二名1丁目 (260部)
 - 二名3・三松3 (320部)
 - 疋田町2・3・5 (530部)
 - 学園北2 (260部)
 - 学園南2丁目 (340部)
 - 学園南3 (200部)
 - 北御門 (470部)
 - 敷島町1丁目 (530部)
 - 三条川西町 (860部)
 - 高畑・白毫寺 (250部)
 - 三碓1・2・3・4 (900部)
 - 法華寺町北 (455部)
 - 西大寺宝ヶ丘 (780部)
 - 学園大和1・5 (565部)
 - 千代ヶ丘2・3 (605部)
 - 中山町西4丁目 (670部)
 - 帝塚山南 (830部)
 - 富雄泉ヶ丘 (330部)
 - 若草台(丸山) (460部)
 - 西大寺野神町2・芝町2 (440部)
 - 登美ヶ丘2・大洲町 (330部)
 - 学園中1・2・3 (290部)
 - 二条大路・市役所 (650部)
 - 富雄元町4・三碓5 (760部)
 - 今市町2・3丁目 (380部)
 - あやめ池北1・2 (410部)
 - 若葉台2・3丁目 (460部)
 - 富雄川西2 (200部)
 - 法華寺町北 (455部)
 - 法華寺東 (550部)
 - 右京1・2 (1360部)
 - 西登美ヶ丘6・7 (630部)
 - 六条西1・五条山団地 (600部)
 - 法蓮佐保 (590部)
 - 西城戸 (470部)
 - 学園大和3・4 (435部)

- 奈良しみんだより他 固定型ポスティングスタッフ募集エリア**
- 法蓮町の西側 北北部 (280部)
 - 法蓮町の西側 北中部 (400部)
 - 法蓮町の東側 北部 (190部)
 - 八条一丁目 (150部)
 - 八条三丁目 (15部)
 - 西大寺新田町 (285部)
 - 西大寺新池町 (245部)
 - 西大寺高塚町 (120部)
 - 西大寺宝ヶ丘 (220部)
 - 菅原東一丁目 (290部)
 - 若葉台一丁目 (170部)
 - 若葉台二丁目 (175部)
 - 若葉台三丁目 (225部)
 - 若葉台四丁目 (130部)
 - 疋田町 (240部)
 - 疋田町一丁目 (130部)
 - 疋田町二丁目 (125部)
 - 疋田町三丁目 (230部)
 - 疋田町四丁目 (90部)
 - 疋田町五丁目 (260部)
 - 西大寺野神町一丁目 (260部)
 - 西大寺竜王町一丁目 (170部)
 - 西大寺竜王町二丁目 (20部)
 - 西大寺赤田町一丁目 (270部)
 - 西大寺赤田町二丁目 (245部)
 - 西大寺芝町二丁目 (285部)
 - 西大寺野神町二丁目 (170部)
 - 宝来町 (210部)
 - 宝来三丁目 (260部)
 - 宝来四丁目 (260部)
 - 宝来五丁目 (30部)
 - 平松二丁目 (315部)
 - 平松三丁目 (290部)
 - 五条二丁目 (260部)
 - 五条三丁目 (300部)
 - 北新町 (10部)
 - 南新町 (50部)
 - 五条町 (170部)
 - 六条町 (235部)
 - 六条一丁目 (765部)
 - 六条二丁目 (400部)
 - 六条三丁目 (290部)
 - 七条西町二丁目 (10部)
 - 西ノ京町 (310部)
 - 二条大路南二丁目 (65部)
 - 二条大路南三丁目 (20部)
 - 二条大路南四丁目 (70部)
 - 二条大路南五丁目 (150部)
 - 三条大路二丁目 (95部)
 - 三条大路四丁目 (115部)
 - 三条大路五丁目 (135部)
 - 四条大路四丁目 (265部)
 - 四条大路五丁目 (225部)
 - 七条東町 (130部)
 - 六条西二丁目 (160部)
 - 六条西五丁目 (275部)
 - 菅原町 (805部)
 - 今辻子町 (75部)
 - 芝辻町の一部 (245部)
 - 尼辻中町 (265部)
 - 今小路町 (103部)
 - 手貝町 (73部)
 - 東之阪町 (100部)
 - 北御門町 (33部)
 - 今在家町 (62部)
 - 興善院町 (22部)
 - 南京終町7丁目 (405部)
 - 西新在家号所町 (20部)
 - 西新在家町 (30部)
 - 船橋町 (45部)
 - 北市町 (415部)
 - 青野町 (30部)

マイタウン奈良 仕事内容

内容 チラシの折り込み及び、フリーペーパーやチラシをポスティングするお仕事

時間 6:00~20:00までの都合の良い時間 毎月2回(基本第1・3週の水・木・金曜日)

給料 部数により変動

資格 必要なし! 20代~70代の元気な方

奈良しみんだより他 仕事内容

内容 奈良しみんだよりや県民だより(月によってゴミカレンダー、水道だより、市議会だよりなど)の挟み込み・ポスティングをするお仕事

時間 7:00~19:00までの都合の良い時間で毎月末(4~5営業日)

給料 部数により変動

資格 必要なし! 20代~70代の元気な方

お問合せ・受付は

地域情報ネットワーク株式会社
〒630-8113 奈良市法蓮町986-2
☎0742(27)1240
受付時間/9:30~17:00(月~金曜日)

他にも配れるエリアあり!

個人情報の取り扱いについて 当社へのプレゼント応募、催しのお申込みの際にご記入いただいた個人情報は、当社が責任を持って管理し、抽選・賞品発送、案内資料送付、及び個人を特定できる部分を削除してアンケート統計に利用させていただきます。これらの目的以外で、法律で定められている場合を除いて、本人の同意を得ず第三者に提供することはありません。掲載している広告主の収集する個人情報の取り扱いにつきましては、各々の広告主にお問合せください。