

5年後の生活を考えていますか？

～大切な思いを未来へつなぐ「わたしノート」を書きませんか～

5年後は何歳になっていますか？学校を卒業している、新しい趣味を始めている、定年を迎えている…

このようなライフステージに合わせて、自分自身がどのような生活を送りたいか考えることは、自分自身の望む生き方を考えることにつながります。

◆「わたしノート」とは

自分自身の人生を振り返ったり、情報をまとめるノートです。病気になったり、事故にあったりすると自身の思いを伝えられないこともあります。どのような医療やケアを受けたいかについても同時に考えておくとい良いでしょう。

「わたしノート」は、各地域包括支援センターで配布しています。11月30日「人生会議の日」にあわせて「わたしノート」を書いてみませんか。

問合せ＝地域包括支援センター（☎55-7733）



休日窓口を行います

（マイナンバーカード各種手続き）

日時＝11月9日（土）8時30分～12時

場所＝マイナンバーカードの申請・マイ
ナンバーカード各種届出窓口（市民課）

取扱業務＝「マイナンバーカード」の申請・

再交付申請・券面更新・暗証番号の更新、ロック解除・
マイナンバーカードと保険証、公金受取口座の紐づけ

※代理人での手続きについては事前にお問い合わせください。

問合せ＝市民課（☎85-4581）



令和6年秋季全国火災予防運動

～守りたい 未来があるから 火の用心～

11月9日（土）～15日（金）に、全国一斉に秋の全国火災
予防運動が実施されます。市内でも火災予防に対する意
識を向上するため、ポスターや放送設備を使用した広報
活動を行います。暖房器具を使用する際は、周辺の整理
整頓を行い、可燃物を近くに置かないようにしましょう。

問合せ＝県広域消防組合大和郡山消防署 予防課（☎59-1289）

2024 クリーンアップならキャンペーン

～クリーンな心でグリーンな奈良に～

「クリーンなら」を目指し、県内全域で美化・清掃活動
を実施しています。今年度は11月23日（土）を統一実践
日とし、県内18コースでポイ捨てゴミの美化運動を行
います。市では市役所正面広場を出発し、郡山城跡付近
を中心に清掃活動を行う予定です。是非ご参加ください。

日時＝11月23日（土）9時～（約2時間）

集合場所＝市役所正面広場

※雨天決行（ただし、当日6時30分時点で大雨・洪水注
意報・警報、暴風警報のいずれかが発令時は中止）。

※清掃のできる服装で来てください。

※お持ちの人は軍手をご持参ください。ごみ袋は用意
しています。

問合せ＝総務課（内線252・255）

ひとり親家庭等医療費助成について

令和6年11月1日から児童扶養手当法等の一部が改
正され、児童扶養手当の所得制限が引き上げられまし
た。ひとり親家庭等医療費助成に関しても、所得制限
基準額が引き上げられます。

所得制限基準額については市ホーム
ページをご確認ください。新規申請をご
希望の場合、別途必要書類があります。

問合せ＝子育て支援課 給付係（内線529）



11月11日（月）～17日（日）は 「税を考える週間」です

◆年末調整・年調減税事務 説明会（予約不要）

日時＝11月21日（木）10時～12時、14時～16時

場所＝奈良公園バスターミナル東棟2階 レクチャーホール

対象・定員＝奈良税務署管内の源泉徴収義務者、各回
250人

※資料は当日配付。

※無料の駐車場はありません。公共
交通機関をご利用ください。

問合せ＝奈良税務署（☎0742-26-
7628）（税務課）



単独浄化槽清掃の申し込みはお早めに！

年末の単独浄化槽の清掃予約は混み合いますので、
申し込みは、お早めをお願いします。

なお、申し込みが多い場合は、年内中の清掃ができ
ないこともありますのでご了承ください。

※年末の業務は、12月27日（金）まで、年始は、令和7
年1月6日（月）から業務を行います。

申込・問合せ＝衛生センター（☎56-2279）