



うだ

12

2025年
(令和7年)



表紙について

古市場の山の神

山仕事の安全を願う行事で、前日までに御神木のしめ縄を掛け替え、12月7日に祭典を行っています。山の神は市内各地に残り、地域により祭祀の形は様々です。

特集：祝 歴史まちづくり計画認定・・・2
人事行政の運営状況をお知らせします・・・8
予 算 執 行 状 況 報 告・・・10
年末年始の業務のお知らせ・・・24

中速中型自動配送ロボット 実装共創会議を開催



市では、エストニアのロボティクス企業との連携協定（MOU）をもとに、買い物・物流支援の課題解決に向けて地域の暮らしを支える新たな配送手段の可能性について検討を進めており、「中速中型自動配送ロボット実装共創会議」を設置し、10月1日（水）に第1回会合を開催しました。

会議には、経済産業省、奈良県、国際企業・団体が参加し、中速中型自動配送ロボットを取り巻く状況や制度活



▲エストニアのロボティクス企業が開発した中速中型自動配送ロボット「CLEVON 1」

～なぜ、中速中型自動配送ロボットなのか～

自動配送ロボットは、自動運転車やドローンと並ぶ、新しい配送手段のひとつです。2023年4月の改正道路交通法により、低速・小型ロボットが公道を走行できるようになり、国内でも自動配送サービスの実用化が進み始めています。海外ではすでに、より速く、より多くの荷物を運ぶ「中速・中型」や「中速・小型」など、様々なタイプの自動配送ロボットの実証実験やサービスが始まり、ルール整備も進んでいます。

これらのロボットが社会に広がることで、物流の人手不足の解消や、買物が難しい方への支援など、暮らしの課題解決に役立つことが期待されています。また、関連産業の発展によって、新たな雇用や経済効果を生み出す成長分野としても注目されています。

活用シーンのイメージ



子どもたちの挑戦や学びが、少しずつ地域にも広がり始めています。市内では、地域・企業・大学など、立場の垣根を越えて関わり合う場面が増えてきました。小さな一步がつながるたびに、新しい可能性が生まれています。そのひとつひとつの動きを大切にしながら、子どもも大人も、そして地域全体も、ともに育っていくまちへ、その歩みを、市民の皆さんとともに重ねていければと思います。

政策推進課 (☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

宇陀 エストニア プロジェクト 検索



▲都会の子と学び合う事を目的にドルトン 東京学園中高等部学生と共に学びました



▲宇陀紙でユニコーンを作るワークショップ



▲チームワークワークショップ

宇陀×エストニアプロジェクト

－子どもが学び、育ち、挑戦が生まれるまちへ－

市民の皆さんに短期留学の成果を報告する「エストニア短期留学報告会」を開催しました。参加した子どもたちが現地での学びや体験を自分の言葉で発表し、その成長を共有しました。



報告会の前半では、生徒による体験発表が行われ、現地で挑戦したエピソードや、仲間と語り合う中で生まれた気づきが紹介されました。自分の学びを振り返り、次の行動を自ら考える姿が印象的でした。

エストニアとの交流を始めて3年。自ら学び、挑戦し、仲間と協働する姿が着実に育っています。こうした学びが学校の外にも広がり始め、地域で小さな変化が生まれています。



～子どもが安心して挑戦できる環境へ～



市では、放課後や週末などに、子どもたちが仲間とともに挑戦し、学びを深められる場づくりを進めています。

子どもたちが安心して挑戦できる環境には、そばで支え、寄り添う大人の存在が欠かせません。そこで、市では、子どもの学びを支えられる大人を地域に広げていくことにも取り組んでいます。

その第一歩として、12月に市内外の大人が参加し、子どもの学びを支える視点を深め合う「学び合いブートキャンプ」を開催します。子どもたちの「やってみたい！」に寄り添い、一緒に考え、背中を押せる大人が増えていくことを願います。

■期末・勤勉手当の状況（令和6年度分）

区分	期末手当	勤勉手当	1人当たり平均支給額
宇陀市	2.50月分	2.10月分	1,585千円
国	2.50月分	2.10月分	—

■その他の手当の状況（令和6年度 普通会計決算）

手当の名称	支給実績（千円）	1人当たり平均支給額（千円）
地域手当※	41,421	121
特殊勤務手当※	2,369	28
時間外勤務手当	81,516	319
扶養手当	33,434	217
住居手当	15,667	279
通勤手当	27,600	105
管理職手当	46,965	552

■特別職の報酬などの状況（令和6年度分）

区分	給料・報酬月額（円）	期末手当	勤勉手当	退職手当（算定方法）
給料	市長 697,000 (820,000)	3.45月分	—	給料月額×勤続年数×520／100
	副市長 612,000 (680,000)			〃 × 330／100
	教育長 513,000 (570,000)			〃 × 240／100
報酬	議長 430,000	3.45月分	—	
	副議長 360,000			
	議員 330,000			

○市では、平成26年4月から市長は給料月額の15%、副市長および教育長は10%の減額措置を実施しています。
()は、給料減額前の額です。

■職員の勤務時間・その他の勤務条件の状況

■勤務時間

月～金曜日（休日・祝日を除く）

午前8時30分～午後5時15分（うち休憩時間60分）

※週休日、祝日に開館している施設については、4週間で8日の週休日を設けています

■年次有給休暇、特別休暇

○年次有給休暇：1年に20日（現年付与分のみ繰り越し可能）

○病気休暇：負傷または疾病のため療養する場合の休暇（90日）

○特別休暇：骨髄提供のための休暇、裁判員等として出廷するための休暇、ボランティアのための休暇、結婚休暇、産前・産後休暇など

■分限・懲戒処分、公平委員会への措置要求、不服申立

■分限処分と懲戒処分（令和6年度）

処分の種類	処分者数（人）	処分の種類	処分者数（人）
分限 降任	0	懲 戒 告	0
免 職	0	減 給	0
休 職	36	停 職	0
降 紹	0	免 職	0

※分限処分とは、心身の故障等により職務を果たせない場合に公務能率を維持するための処分をいいます

※懲戒処分とは、公務員としてふさわしくない非行があった場合に行う処分をいいます

※処分者数については、延べ人数となります

■公平委員会の状況（令和6年度）

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求	0
不利益処分に関する不服申立て	0

※職員は、給与など勤務条件に関し、公平委員会に対し、市の当局より適切な措置をとられるよう要求することができます。また、懲戒処分など不利益な処分を受けたときは、同委員会に対し不服申立てをすることができます

市職員の給与は、「宇陀市の一般職の職員の給与に関する条例」のほか、関係条例・規則等の規定に基づき支給しています。また、市職員の定員管理等の詳しい内容は、市ホームページで来年5月頃公表します。

■退職者の再就職状況の概要

区分	再就職の届出があつた者（人）	再就職先（人）		
		民間企業	国・地方公共団体	公共的団体等
課長級以上の職にあつた職員	5	—	3	2

市職員の給与と職員数など、人事行政の運営状況をお知らせします

地方公務員法第58条の2の規定に基づき、市的人事行政運営の公正性と透明性を高める目的で、職員の給与や職員数、勤務条件などを公表します。

問人事課（☎ 82・1303 / IP ☎ 88・9069）

給与、職員の任免および職員数に関する状況

◆職員数は令和6年度から令和7年度において、新規採用者数が65人、退職者数61人、全体で4人の増数となりました。

■職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数（人）A	給与費（千円）					一人当たり給与費（千円）B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B	対前年比較	
R4年度	338	1,291,435	256,601	492,145	2,040,181	△113,890	6,036
R5年度	340	1,295,631	253,105	541,844	2,090,580	50,399	6,149
R6年度	340	1,290,945	252,054	538,958	2,081,957	△8,623	6,123

職員数は、各年4月1日現在における普通会計に属する職員数

○普通会計とは、市の全部の会計から公営企業などの特別会計（病院、水道、介護老人保健施設、下水道など）を除いたものです

■人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口（人）A	歳出額（千円）	実質収支（千円）	人件費（千円）B	人件費率B/A（%）	人件費対前年比較（千円）
R4年度	27,697	19,480,722	465,604	3,058,178	15.7	△266,351
R5年度	27,094	21,040,259	399,918	3,132,311	14.9	74,133
R6年度	26,413	22,622,488	367,649	3,198,240	14.1	65,929

住民基本台帳人口は、各年3月31日現在の人口

※人件費には、職員給与のほか、議員・委員等報酬、特別職給料、市町村職員共済組合負担金などを含みます

■部局別職員数の状況と増減数

部局	職員数			対前年増減数	対前々年増減数
	R5年	R6年	R7年		
(1) 市長の事務部局の職員	503	527	551	24	48
ア 一般事務部局の職員	312	310	320	10	8
(内訳) 本庁	297	295	305	10	8
大宇陀地域事務所	5	5	5	0	0
菟田野地域事務所	5	5	5	0	0
室生地域事務所	5	5	5	0	0
イ 下水道事業の職員	0	0	5	5	5
ウ 宇陀市立病院の職員	191	217	226	9	35
(2) 議会事務局の職員	4	5	4	△1	0
(3) 市営水道の事務部局の職員	15	16	0	△16	△15
(4) 介護老人保健施設さんとびあ様の職員	37	39	40	1	3
(5) 教育委員会の事務部局の職員	57	55	51	△4	△6
合 計 (1) + (2) + (3) + (4) + (5)	616	642	646	4	30

■年齢別職員構成

（令和7年4月1日現在）

区分	職員数（人）
20歳未満	1
20～23歳	

市では、防災・危機管理対策に取り組むとともに、災害等による人的被害、経済被害を軽減する減災の備えを一層充実するため、災害応急対策や災害復旧などにご協力いただける民間団体や企業、NPO法人との各種防災協定の締結を進めています。

今回、市内で水災害が発生した際に、迅速かつ効率的に罹災証明書を発行し、早期の生活再建につなげるため、三井住友海上火災保険株式会社と市が10月10日（金）に損害調査結果の提供および利用に関する協定を締結しました。

三井住友海上火災保険（株）による損害調査結果の提供および利用に関する協定締結

安全・安心の年の瀬を！



問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 桜井警察署

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

問 危機管理課

(☎ 8

「認知症の不安ゼロのまち」宣言 企業・研究機関8者 包括連携協定を締結

榛原中学校が韓国全州萬成中学校の3年生と交流

政策推進課 (082-3910/IP 088-9094)

ウェルネスシティ宇陀の実現に向け、市・市立病院・企業・研究機関が連携し、認知症の早期発見と予防を推進するとともに、認知症になった場合でも住み慣れた地域で支え合いながら尊厳と希望をもつて暮らすことができることのできる全国のモデルとなるまちづくり「認知症の不安ゼロのまち」を宣言しました。

この取り組みの一環として、市ならびに市立病院と国立研究開発法人国立循環器病研究センター、国立研究開発法人国立長寿医療研究センター、SMK株式会社、太陽生命保険株式会社、株式会社太陽生命少子高齢社会研究所、東京電力パワーグリッド株式会社、リージョナルデータコア株式会社、JIMINT認定推進機構株式会社の8者が、10月27日(月)、包括連携に関する協定を締結しました。

本協定に基づき実施する「認知症予防包括プロジェクト」では、行政・医療機関・民間企業・研究機関が垣根を越えて連携し、認知症予防の啓発から

自助の推進までの事業を地域住民に提供します。専門的な知見と地域社会の力を融合し、「気づき」「寄り添い」「見守り」を大切にした新たな「認知症モデル」の構築に向けて取り組みます。今般の包括連携協定に基づき、認知症への正しい理解を広め、安心して暮らせるまちづくりを推進します。



榛原中学校 (082-1175/IP 088-9125)

榛原中学校では、学校で英語を学ぶ意義を感じ取るとともに、グローバル社会の中で、他者と協働してたくましく生きる子どもを育てる「ことを目的に、令和5年度から希望生徒を対象に韓国の中学生とオンライン交流を続けています。

このような実績を踏まえ、奈良県観光局より訪日旅行受け入れの依頼があり、10月22日(水)に韓国全州萬成中学校の3年生22人が榛原中学校を訪問することになりました。当日、韓国の中学生は榛原中学校の生徒と一緒に給食をとり、音楽と体育の授業に参加しました。また、放課後にはゲームをしたり、互いの生活や文化を交流したりして親睦を深め、その日の夜は、榛原中学校の生徒や地域の家庭でホームステイをしました。

垣内校長は「このような体験を通して、住む場所や言葉は異なっても、互いのことを理解し、尊重することでのける平和な世の中をつくる人に育つてほしい」と話していました。



青少年健全育成啓発標語

問 生涯学習課

(082-3975/IP 088-9364)

市内の中高生応募作品の中から、最優秀賞、優秀賞が決定しました。

【テーマ】「青少年の健全育成・非行防止・あいさつ運動・明るい社会づくり・未来の希望・いのちの大切さ・友達や社会へのメッセージ」

【中学生の部】

○最優秀賞

ほくたちの 心が晴れる ありがとう

大宇陀中学校 1年 勝本 佳嘉さん

あいさつで つながる 心の輪

菟田野中学校 3年 浅井 夢美さん

言葉の キヤツチボールで つながろう

室生中学校 1年 井谷 拓夢さん

○最優秀賞

地域の手 みんなで守ろう 子どもの未来

宇陀高等学校 3年 勝本 佳嘉さん

○優秀賞

「ありがとう」「Jめんなさい」を 忘れずに

宇陀高等学校 2年 福井 かりんさん

【高校生の部】

○最優秀賞

地域の手

宇陀高等学校 3年 勝本 佳嘉さん

○優秀賞

「ありがとう」「Jめんなさい」を 忘れずに

宇陀高等学校 2年 福井 かりんさん

宇陀市図書館を使つた調べる学習コンクール表彰式

問 中央図書館 (082-4749/IP 088-9110)

11月3日(月・祝)、文化会館にて第9回「宇陀市図書館を使った調べる学習コンクール」の表彰式を行いました。

書館を使った調べる学習「コンクール」の育成を目的に、公益財団法人図書館振興財団により毎年開催されています。子どもたちの「調べる力」の育成を目的に、公益財団法人図書館振興財団により毎年開催されています。今年は、小学生の部15作品、中学生の部3作品の応募があり、特に優秀な8作品について表彰を行いました。そのうち「教育長賞」と「図書館長賞」の上位2作品を全国コンクールに推薦しました。

今後も図書館の活用により、子どもたちが調べることの喜びを通して、生きる力・自ら考える力を培ってくれることを願っています。

菟田野芳野で国際交流体験を実施

問 観光課

(082-2457/IP 088-9081)

10月28日(火)、芳野城守る会と(一社)大和飛鳥ニューターリズムが連携し、シンガポールから訪れた中学生24人を迎えて、菟田野芳野でサツマイモ掘り体験を実施しました。

秋晴れのなか、はじめての芋掘りに生徒たちは笑顔いっぱい。地域の皆さんと声をかけ合いながら、一緒に収穫を楽しみました。その後は、地元の方の手ほどきで焼き芋づくりにも挑戦。言葉の違いや文化の壁をこえて、自然の中で心温まる交流が生まれました。



詳しい内容については
(一社)大和飛鳥ニューターリズム 理事 葛城 方
0745-84-2498

特

集

市政ニュース

うだぢから

子育て・病院

健幸プラザ

お知らせ

掲示板・つだチャン

宝くじ助成金で 地域を活性化!!

問 市民協働課 (☎ 82・2130 / IP ☎ 88・9085)

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業(一般コミュニティ助成事業)として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などにに対して助成を行っています。

今年度、市からは次の団体が助成を受け、地域のコミュニティ活動に必要な物品を購入しました。

■深野自治会 カラー複合機、カラオケセット、折りたたみ椅子、折りたたみテーブル



令和7年度奈良県 自治功労者表彰

問 市民協働課 (☎ 82・2130 / IP ☎ 88・9085)

長きにわたって、住民自治組織の長もしくは代表者として地域住民の福祉の向上に貢献し、県・市政の円滑な推進に協力された功績が認められ、表彰された方々です。

【奈良県知事表彰】
泉岡 嘉連さん 前川 亮さん 横谷 益男さん
【奈良県自治連合会会長表彰】
出口 茂一さん 龍岡 功さん



宇陀市戦没者並び に消防殉職者追悼 式を挙行

問 厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)

10月17日(金)、市文化会館において「宇陀市戦没者並びに消防殉職者追悼式」がしめやかに挙行されました。式には遺族や関係者の方々約200人が参列され、式辞・追悼の辞のあと献花を行い、戦争や消防活動により尊い命を落とされた方々の「冥福をお祈りしました。式終了後、「戦没者遺族のつどい」が行われ、遺族による作文の朗読など戦後80年特別事業が開催されました。



山本文那選手・恵令奈選手 親子揃つて全国大会出場 & 上位入賞!

市内在住の山本文那さん、恵令奈さん

親子が全国大会出場結果報告のため、10月10日(金)に表敬訪問されました。

母親である文那さんは9月21日(日)に開催された「第5回JKO全日本シニア空手道選手権大会」に出場し、見事優勝を果たしました。

娘の恵令奈さんは6月28日(土)に開催された「第1回オープントーナメント国際グランドチャンピオン決定戦・少年少女空手道選手権大会」で3位に、8月31日(日)開催の「がん撲滅サミットチャリティー・シンデレラカップ」で9th全日本女子空手道選手権大会では優勝と親子揃つて全国大

会出場と素晴らしい成績を認められました。

会出場と素晴らしい成績を認められました。

問 生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)



オレンジリボン キャンペーンを 実施

11月は児童虐待防止月間です。11月4日(火)、榛原駅前で啓発グッズの配布を行いました。たくさんの市民の皆さんへ啓発グッズを通してオレンジリボンを知っていただく機会となりました。ご協力いただきました皆さん、ありがとうございました。



問 子ども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)

旅行 山登り



左手掌の横で掌を向き合わせて右手2指を小さく回す【汽車】



甲を上に向けた右手で左から右へ山の形を描き【山】



右手2指を下に向け、指を交互に突出して斜め上へ進める【登る】

皆さんの趣味は何かですか?
手話がわからなくてもその
様子をジェスチャーなどで楽
しく表現すると伝わりやすい
です。

料理



丸めた左手5指に沿って右手を上下させながら左へ動かす

ドライブ



右手親指と4指を平行に伸ばし、S字状に前に出す

編み物



両手人差し指を編み棒に見立て、毛糸を編むしぐさをする

ゲーム



両手を揃えて並べ、親指を曲げる動作を繰り返す

手話への扉

第65回



～ネズミモチ～

ネズミモチという名前は、果実がネズミの糞に似ており、木がモチの木に似ているので付けられたものです。このネズミの糞に似た黒い果実を採集し、漢方の女貞子として利用します。強心、利尿、緩下、強精剤として内臓の諸器官を丈夫にするほか、肝臓、腎臓、腰・膝を強くしたり、精力を増したり、若白髪などの改善もできます。また、視力減退やかすみ目、難聴にも良い果実です。ネズミモチの果実を焼酎に漬けて1年以上置き、

女貞子酒にするか、実の付いた枝葉を切り取つて刻み、容器に入れて焼酎を注いで漬酒にすると良いでしょ。年齢の進んだ人は、服用すると力が湧いて出でるようを感じると思います。



※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 商工産業課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

毎回「薬草」に関する内容を連載でお届けするコラムです。

3 地域の特産品等をPR
（市内5まち協）

10月25日（土）・26日（日）の「うだ産フェスタ2025」に、5つのまち協が出店しました。

おおうだ南部地域まち協は、ブランド化を進める「清流米」を販売しました。自然豊かな地域で収穫されたお米は、毎年人気商品です。

大宇陀政始まち協は、カレーライスをはじめ、綿菓子など盛りだくさんのメニューを準備しました。また、「ならどっとFM」に10月8日（水）に出演し、うだ産フェスタのPRを行いました。



▲おおうだ南部地域・大宇陀政始まち協の出展

大王地区まち協は、米ぬかを使用した焼き菓子やシフォンケーキを販売。今年は、新製品としてシュークリームも販売し、すぐに完売しました。

伊那佐地区まち協は、ネギ焼きをアレンジした「いなさ焼き」を販売。生地に練りこんだ菊芋パウダーが良い風味を出しています。

今回のうだ産フェスタは天候が心配され、準備の数量等をどうするか悩みましたが、各まち協とも予定以上の販売を行うことができひと安心でした。今後も地域の特色を活かした特産品を販売し、地域の活性化を図っていきます。



※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 商工産業課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

3 地域の特産品等をPR
（市内5まち協）

10月25日（土）・26日（日）の「うだ産フェスタ2025」に、5つのまち協が出店しました。

おおうだ南部地域まち協は、ブランド化を進める「清流米」を販売しました。自然豊かな地域で収穫されたお米は、毎年人気商品です。

大宇陀政始まち協は、カレーライスをはじめ、綿菓子など盛りだくさんのメニューを準備しました。また、「ならどっとFM」に10月8日（水）に出演し、うだ産フェスタのPRを行いました。

1 音楽で心も体も元気に「ミュージック・ケア」開催
（本郷まち協）

10月13日（月）、当まち協による「ミュージック・ケア」が開催されました。保育や介護、発達障害児支援など、福祉と教育の現場で豊富な経験を積まれ、音楽を通じて心と体のケアをする活動を行われている谷岡さんを講師にお招きしました。当日は、CDの音楽に合わせたウォームアップ、发声練習、手遊び、リハビリ用具を使った運動など、笑顔あふれるプログラムが展開されました。音楽を通じて心と体を元気にし、地域のつながりを深める貴重な活動となりました。今後も当まち協では、地域の誰もが安心して参加できる活動を続けていきます。



▲リハビリ用具（ゴムバンド）を使った運動



▲園児から元気を貰いました

方と競技を通じて話が弾み、最後の抽選会まで大いに盛り上がりました。当まち協の役割として、このようなイベントを開催することにより、外へ出て地域で交流をする機会を作ることも大事なことだと思っていました。今後も、皆さんに喜んで頂けるよう、スタッフ一同地域活動に取り組んでいきます。



▲輪投げで盛り上がりました！

うだちから

「うだちから」とは、宇陀に従来からある地域コミュニティの力（宇陀力）のことです。このコーナーでは、市が取り組む「まちづくり」やNPO団体などを紹介します。

問 市民協働課 ☎82・2130 / IP☎88・9085



▲説明する谷岡講師

2 地域でのふれあい活動の推進

（内牧地域まち協）

コロナ禍以降、各地域ではイベント等の開催が激減し、顔を合わせる機会が少なくなるとともに、地域でのつながりが希薄化してきたのは、市内の各地域でも共通の課題かと思われます。当まち協では、ようやく從来の活動を行えるようになり、少しでも地域の賑わいづくりにつながればと思っています。

懸命に歌ったり踊ったりする姿を見ると、こちらも童心にかえったようで身も心も軽くなりました。また、10月18日（土）には、「みんなでつながったわ！輪！WA！」と題して輪投げを行いました。老若男女が各チームに分かれての対抗戦です。普段、顔を合わさない对抗戦です。普段、顔を合わさない

懸命に歌ったり踊ったりする姿を見ると、こちらも童心にかえったようで身も心も軽くなりました。また、10月18日（土）には、「みんなでつながったわ！輪！WA！」と題して輪投げを行いました。老若男女が各チームに分かれての対抗戦です。普段、顔を合わさない

懸命に歌ったり踊ったりする姿を見ると、こちらも童心にかえったようで身も心も軽くなりました。また、10月18日（土）には、「みんなでつながったわ！輪！WA！」と題して輪投げを行いました。老若男女が各チームに分かれての対抗戦です。普段、顔を合わさない

宇陀市立病院から

病院の休診日：
土・日・祝日・年末年始

面会のご案内

【通常面会時間】午後1時～5時までの間で20分程度
【面会人数】1日3人まで
【面会場所】原則、談話室または家族控室
(移動が困難な入院患者さんのみ病室)
※仕事や、やむを得ない事情などがある場合に限り、
午後7時まで面会が可能です
(事前連絡をいただき、許可を受けた方のみ)
必ずマスクの着用、手指消毒にご協力をお願いします



12月27日(土)～
令和8年1月4日(日)
休診します

年末年始の休診日の救急診察について、必ず事前に電話でお問い合わせください。また、病状によっては、専門外等の理由から診察が困難な場合もありますので、ご了承ください。

糖尿病教室 (申し込み不要・参加費無料)

糖尿病の診断から治療、合併症などについて5回シリーズで説明する、糖尿病教室を開催しています。患者様やご家族だけでなく、糖尿病について知りたい方はどなたでも参加していただけますのでお気軽にお越しください。

【日時】各回、午後2時～3時
①12月5日(金)糖尿病の治療：運動療法
②12月12日(金)糖尿病の治療：薬物療法
③12月19日(金)低血糖、フットケア、体調が悪いときの対応について

【場所】北館2階 栄養指導室

職員募集

■看護師(正規職員)：2人

対象者：資格取得者で45歳未満の方
業務内容：病棟または手術室勤務
採用試験：論文・面接
提出書類：履歴書(写真貼付)・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時

■看護師(パート)：3人

対象者：資格取得者で、午後5時～翌午前9時まで勤務可能な方
業務内容：病棟での看護業務(夜間)
採用試験：論文・面接
提出書類：履歴書(写真貼付)・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時



問 経営企画課(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

当院ではもの忘れ外来を開設しています

認知症は、最も多い神経疾患の一つであり、早期発見は症状進行の予防や、今後を見据えた対応を可能にします。当院では、脳神経内科の専門性を生かし、もの忘れ症状でお困りの患者さんについて、認知症の診断を行うことを目的として「もの忘れ外来」を開設しています。「最近もの忘れの症状が気になる」「認知症ではないかと心配」といったお悩みをお持ちの方は、当院までご相談ください。

■もの忘れ外来の診療は完全予約制です。電話でご予約のうえ受診してください。
■診療日 毎週水・金曜日(いずれも午前)

薬剤師(正規職員)：1人

対象者：資格取得者で45歳未満の方
採用試験：論文・面接
提出書類：履歴書(写真貼付)・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時

薬剤師(パート)：1人

採用試験：論文・面接
提出書類：履歴書(写真貼付)・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時
※勤務日・時間は相談に応じます。

医師事務作業補助者(パート)：1人

対象者：ワード、エクセルの基本操作ができる方
採用試験：論文・面接
提出書類：履歴書(写真貼付)・職歴書
応募締切：随時



詳しくはこちる▶

宇陀市立病院 ☎ 82・0381

<https://udacity-hospital.jp/>



みんなで子育て

♪♪みんなで楽しく子育てしませんか♪♪

ID 000019

子育て支援センターお知らせ

問 ☎ 84・9925 (菟野松井473の1)

英語で遊ぼう ※申込不要

みんなで一緒に遊んだりお話をしたりして英語に触れましょう。
【時間】午前9時30分～11時30分

○つどいのひろば

※申込不要

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。子育てについての情報交換や親子のふれあいを楽しみましょう。
【日時】毎週水曜日 午前10時～11時
【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児と保護者

支援センター開放

※申込不要

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放します。親子でゆったり遊び、みんなでおしゃべりをして気分転換をしましょう。

【日時】月～金曜日(祝日は除く)
午前9時～午後4時
【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児と保護者

子育て講座「ベビーマッサージ」

※申込必要

赤ちゃんと「肌と肌の触れ合い」からのコミュニケーションを感じてみませんか。

【日時】12月17日(水)午前10時～11時
【対象】市内在住の就園前の乳児(生後2ヶ月～10ヶ月)と保護者

【講師】インストラクター 金谷智子先生

【定員】10組

【申込】12月1日(月)～12日(金)

【持ち物】赤ちゃんを寝かせられる大きさのタオル1枚

保健師相談日※申込不要

健康増進課から保健師さんが来ます。体重・身長の測定や成長の悩みの相談ができます。
【時間】午前10時～11時30分

12月 すくすくカレンダー

対象の就園前とは幼稚園等入園まで
就学前とは小学校入学まで

月	火	水	木	金
1 0歳児親子教室	2 つどいのひろば (大宇陀こども園) 保健師相談日	3 英語で遊ぼう	4 1歳児親子教室	
8	9 つどいのひろば (大和富士ホール)	10 おはなししなに	11 2歳児親子教室	12
15 子育て講座 'ピラティス'	16 子育て講座 'ベビーマッサージ'	17	18 19	
22	23	24	25 午後開放中止	26
29	30			27日～1月4日 までお休みです

→お話の日 →リズムの日(健康ポイント事業) →つどいのひろば(健康ポイント事業)
時間：午前10時30分～11時 時間：午前10時～11時

予防接種

内容	実施日	対象者	場所	開始時間
赤ちゃんのための 予防接種説明会	23日(火)	令和7年11月生まれの児の 保護者	室生福祉保健 交流センター	午前10時

乳幼児健診

内容	実施日	対象者	場所	受付時間
4か月児健康診査	17日(水)	令和7年8月生まれの児	市立病院	
10か月児健康診査		令和7年2月生まれの児		
1歳6か月児健康診査		令和6年5月生まれの児	室生福祉保健 交流センター	
2歳児歯科健康診査	11日(木)	令和5年11月生まれの児		
3歳児健康診査		令和4年6月生まれの児		

問 健康増進課 (☎ 82・3692 / IP ☎ 88・9087)

<保健センター>

令和7年度 体組成(Inbody)測定

【実施日】12月17日(水)午前10時～正午、午後1時～3時の間 原則予約制
【予約申し込み】12月1日(月)～うだ健幸プラザ(☎ 82・2100)までお申し込みください。

【対象・定員】市民の方 40人(定員になり次第締め切り)

【場所】室生振興センター(室生大野1637)

【参加費】お一人1回100円もしくは健康ポイント50P

【内容】インボディを使った体組成測定(裸足で機械に乗り、棒を握って測定します。姿勢が保てない方、ペースメーカーをついている方は測定できません。測定時、ストッキング等の着用は避けてください。)



帯状疱疹予防接種

令和7年4月より、65歳の方などへの帯状疱疹ワクチンの予防接種が、予防接種法に基づく定期接種の対象となり、対象となる方へは4月に個別通知しています。接種を希望する方で、まだ接種されていない方はお早めに接種してください(接種期間を過ぎると自費となります)。

【対象】①年度内に65歳を迎える方

②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方(厚生労働省で定める者:身体障がい者1級相当)

③年度内に70、75、80、85、90、95、100歳になる方

④100歳以上の方(令和7年度のみ対象)

【接種期間】令和8年3月31日まで

その他詳細については、既に送付しているお知らせ等をご参考ください。



高齢者インフルエンザおよび新型コロナワクチンの予防接種の自己負担金の助成は1月31日(土)までです。ご自身の健康維持、感染防止のためお早めにお受けください。

すずらん会(酒害教室)



アルコール問題でお悩みの当事者、家族、関係機関の方などなたでも参加可能です。個別相談も実施しています。お気軽にご相談ください

【日時】12月8日(月)午後1時30分～3時

【場所】榛原総合センター

【内容】酒害に関するミニ講座・個別相談

※秘密は厳守します



こころの健康相談

こんにちは!精神保健福祉士の伊達です。今年最後です。誰にも言えない心のモヤモヤ、吐き出して新年を迎えませんか。

【日時】12月16日(火)午後1時30分～4時30分

【場所】市役所 相談室

【予約申込】うだ健幸プラザ(☎ 82・2100)

(事前予約制)

※秘密は厳守します



Cooking 野菜たっぷり クッキング *レシピ*

鶏肉と白ねぎのさっぱり煮

(学校給食センターメニュー)

【材料】(2人分)

鶏もも肉…120g、白ねぎ…40g、たまねぎ…80g、にんじん…20g、おろししょうが…2g、葉ねぎ…5g、砂糖…大さじ1・1/3、しょうゆ…大さじ1/2、酢…大さじ1、酒…小さじ1

【作り方】

①鶏肉は一口大の大きさに切る。白ねぎは1cm長さに切る。たまねぎとにんじんは1cmの千切りにする。葉ねぎは小口切りにする。

- ②鍋に鶏肉、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、酢の2/3、酒、おろししょうがを加えて煮る。
- ③鶏肉に火が通った時にんじん、白ねぎを加えて煮る。
- ④照りが出てきたら残りの酢1/3を加えて仕上げる。
- ⑤器に盛り、葉ねぎを散らす。

健幸プラザからのおしゃらせです!



<医療介護あんしんセンター>

問うだ健幸プラザ(榛原サンクシティ2階)
☎ 82・2100 / FAX 82・2104

冬に多い事故と健康管理について

寒さと乾燥が厳しくなりインフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が増える季節です。また餅による窒息など、この時期の行事での事故にも注意が必要です。寒い季節に多い事故等を予防して、冬場も元気に過ごしましょう。

【餅による窒息】

餅による窒息は、高齢者に非常に多く発生し、特に餅を食べる機会が多い12月、1月に事故が集中しています。

(予防のポイント)

- ・寒い時期は食べている間に固くなりやすいので、しっかりかんで食べられるように、口の準備運動をしたり、スープ等の滑らかなもので喉を潤してから、食べましょう。
- ・餅を小さくするだけでなく、餅に唾液を含ませられるよう、口の中でしっかりかんで食べましょう。

【暖房器具による低温やけど】

低温やけどは、カイロや湯たんぽなど、体温より少し高めの温度(44～50°C)に長時間触れ続けることによって起きるやけです。

(予防のポイント)

- ・定期的に皮膚を観察して赤みや痛みが出ていないか確認しましょう。
- ・長時間同じ場所にカイロなどが触れないよう、口などでしっかりかんで食べましょう。

【冬の脱水】

冬の脱水は、気温が高く汗をかく夏に起こりやすい印象がありますが、冬は空気が乾燥していることに加え、喉が渇きづらいため、気づかぬうちに脱水になっていることがあります。

(予防のポイント)

時間を決めてこまめに水分を摂るようにしましょう。



認知症サポーター養成講座

10月24日(金)にいきいき百歳体操(萩原宮本)に参加されている7人が、11月6日(木)には宇陀高校介護福祉課3年生11人が認知症サポーター養成講座を受講されました。

講座では、認知症の症状や認知症の方への接し方、市の取り組みについて学びました。



▲いきいき百歳体操(萩原宮本)に参加されている方々



▲宇陀高校介護福祉課3年生

<12月開催のオレンジカフェのご案内>



認知症の方やその家族がホッと息抜きをして心を軽くできるよう参加者同士で話をしたり、ちょっとした催しを楽しんだりするところです。市内には7か所のカフェがあり、今月は下記の場所で開催されます。気軽にご参加ください。参加費は各カフェ一律で100円(お菓子、飲み物付き)です。

～おひさまカフェ～

【場所】さんとぴあ榛原

【日時】12月14日(日)

午後2時～4時

【申込】さんとぴあ榛原

(☎ 85・2525)

～スマイルカフェ～

【場所】グランソール奈良

【日時】12月17日(水)

午後2時～4時

【申込】四つ葉のクローバー

(☎ 84・2950)

～ニコニコカフェ～

【場所】室生園

【日時】12月20日(土)

午後2時～3時30分

【申込】室生園

(☎ 93・2525)

12月27日～翌年1月4日まで、市の業務は休業となります。

問 82-2202/IP 88-9078
環境対策課

■は閉庁・閉館日	12月					1月					
	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
■市役所・庁舎											
市役所・地域事務所											
うだ健幸プラザ											
子育て支援センター											
■病院											
市立病院											
国保直営田口診療所											
国保直営東里診療所											
■スポーツ・レクリエーション施設											
総合運動場											
大宇陀運動場・菟田野運動場・榛原運動場・内牧運動場・室生運動場											
総合体育館											
大宇陀体育館											
榛原体育センター											
伊那佐体育館											
室生農林トレーニングセンター											
大宇陀ふれあい交流ドーム											
菟田野ゲートボール場											
榛原ゲートボール場											
やまなみドーム											
平成榛原こどものもり公園											
室生オートキャンプ場											
室内温水プール※											
グリーンテニスコート※											
■文化施設・社会教育施設											
図書館(中央・大宇陀)											
文化会館											
菟田野農林センター											
菟田野産業振興センター											
農林会館											
榛原総合センター											
大和富士ホール											
たかぎふるさと館											
室生振興センター											
中央公民館(大宇陀)											
菟田野分館											
榛原分館											
室生分館											
大宇陀人権交流センター浴室											
■は閉庁・閉館日	12月					1月					
■は午後休館	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5

観光施設・その他の休業

施設名	休業・休館期間
ふるさと元気村	12月25日(木)～1月10日(土)
音楽の森ふれあい館	12月26日(金)～1月6日(火)
奈良カエデの郷ひらら	12月25日(木)～1月5日(月)
まちづくりセンター「千軒舎」	12月29日(月)～1月4日(日)
歴史文化館「薬の館」	12月15日(月)～1月15日(木)
歴史文化館「旧旅籠あぶらや」	12月15日(月)～1月15日(木)
宇陀松山地区「まちかどラボ」	12月29日(月)～1月4日(日)
宇陀松山会館	12月27日(土)～1月6日(火)
松山地区まちなみギャラリー「石景庵」	12月29日(月)～1月3日(土)
保養センター「美榛苑」	年末年始休館なし
大宇陀温泉「あきのゆ」	年末年始休館なし(時短対応等無) ※12月29日～1月2日 入浴料土日祝料金適用
道の駅「宇陀路室生」	12月30日(火)午後1時～1月1日(木)
道の駅「宇陀路大宇陀阿騎野宿」	年末年始休館無
観光案内所「じゅうだテラス」	12月29日(月)～1月4日(日)
室生山上公園芸術の森	12月29日(月)～2月28日(土) (冬季休園中臨時開園日有)
室生口大野駅前観光案内所「おもてなしステーション」	12月27日(土)～1月4日(日)

宇陀市公共交通

交通機関	運休期間
かぎろひバス	12月27日(土)～1月4日(日)
榛原大野線	12月27日(土)～1月4日(日)
デマンド型乗合タクシー	12月27日(土)～1月4日(日)
らくらくタクシー	12月27日(土)～1月4日(日)
ほっとバス錦運行協議会 ほっとバス錦	12月27日(土)～1月4日(日)
ノックカルおくうだ	12月28日(日)～1月4日(日)

問 政策推進課(☎ 82-3910 / IP ☎ 88-9094)

公共施設予約システム

【仮予約停止期間】

12月27日(土)～1月4日(日)

※総合体育館、総合運動場、グリーンテニスコート、各公民館は12月29日(月)からの停止となります
※文化会館は12月28日(日)からの停止となります
※期間中は空き状況の照会のみとなり、仮予約をすることはできません

問 各施設に直接お問い合わせください

※室内温水プール・榛原グリーンテニスコートについては1月6日(火)までお休みとなります

家屋を取り壊したときは年内に届出を

税 金
固定資産税(第3期)
国民健康保険税(第6期)の納期限は
12月25日(木)です。
税金は納期限内に納めましょう。

問 税務課
☎ 82-1306 / IP ☎ 88-9072

持参物
固定資産税(土地・家屋別紙課税明細書)

し尿収集

■収集依頼電話受付業務

榛原清掃組合	【年末】12月24日(水)まで 【年始】1月5日(月)から
宇陀清掃社	【年末】12月20日(土)まで 【年始】1月7日(水)から
アクアソリューション	【年末】12月20日(土)まで 【年始】1月7日(水)から

■収集業務

榛原清掃組合	【年末】12月27日(土)まで 【年始】1月5日(月)から
宇陀清掃社	【年末】12月27日(土)まで 【年始】1月7日(水)から
アクアソリューション	【年末】12月27日(土)まで 【年始】1月7日(水)から

収集地域	収集業者名
大宇陀地域	宇陀清掃社 ☎ 82-1093
菟田野地域	榛原清掃組合 ☎ 82-4777
榛原地域	榛原清掃組合 ☎ 82-4777 戒場・山辺三・五月ヶ丘・額井・赤瀬・長峯・福地・玉立・墨坂・新吉田・福田・上ノ町・東町・稲荷・桧牧・五味原・荷阪
室生地域	アクアソリューション ☎ 0744-22-3449

問 公園課 ☎ 82-3674 / IP ☎ 88-9093	閉栓期間 12月～令和8年3月末	公園の水飲み場などを閉栓
		凍結による水道器具破損防止のため、市内にある公園の水飲み場を閉栓します。トイレは使用可能ですが、ご迷惑をおかけしますが、ご協力お願いします。

ごみ収集

■可燃ごみ収集業務

年末：12月26日(金)まで通常どおり
年始：1月5日(月)から通常どおり

■不燃ごみ収集業務

1月1日(木)～2日(金)の収集業務は休止となります

地 域	振 替 日	種 類

</



◆ヘルプマーク

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるマークです。



◆身体障害者マーク

肢体不自由を理由に運転免許に条件を付されている方が、運転する車に表示するマークです。



◆聴覚障害者マーク

聴覚障がいを理由に運転免許に条件を付されている方が、運転する車に表示するマークです。



◆耳マーク

聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない方・聞こえにくい方への配慮を表すマークです。

これらのマークを見かけたら、障がいのある方に配慮し、思ひやりのある行動を心がけましょう。

障害者基本法において、障がい者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化などあらゆる分野の活動に参加する意欲を高めることを目的として、毎年この期間を「障害者週間」と定めています。

12月3日から9日は障害者週間です

問 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

第19回宇陀シティマラソン メディカルランナー募集について

第19回を数える宇陀シティマラソンを下記のとおり開催します。

実行委員会では、ご参加いただくランナーの方々に安全なマラソン大会環境を提供するため、レース中の参加者への声掛けや、傷病者発生時の応急処置等の補助を行っていただく、「メディカルランナー」を募集します。申込期間内でも、募集定員になり次第、締め切りとなりますのでご了承ください。

【大会概要・大会開催要項】

【期日】令和8年3月8日(日)午前9時45分スタート

【種目】21.0975 km(ハーフ)・10 km ※令和7年開催の近畿高校駅伝コースを採用

【参加予定者数】21.0975 km(ハーフ):600人 10 km:400人

【主催】宇陀シティマラソン実行委員会 主管:宇陀市スポーツ協会



【メディカルランナー応募資格】

- ① 18歳以上(高校生は除く)
- ② 医師・看護師・保健師・救急救命士
- ③ 21.0975 kmまたは10 kmを完走できる方
- ④ メディカルランナーの役割を理解したうえで、役割を果たせる方

【募集人数】30人程度(先着順)

【募集期間】令和8年1月9日(金)まで

【募集方法】QRコードよりお申し込み下さい。



申込
QR
コード

教育・文化・スポーツ
Education・culture・sports

【協力内容】

- ① 21.0975 kmまたは10 kmの部に出場いただき、周囲のランナーの観察および不調なランナーへの声掛け
- ② 傷病者発生時の応急処置や救護スタッフの補助
- ③ 救急の際は「119」に通報し、必要な場合は救命処置等(AEDの使用)
- ※可能な限り、携帯電話の持参をお願いします

【留意事項等】

- ①ご協力いただける方には、「メディカルランナー用ゼッケン等」をご自宅へ事前に送付します。
- ②申し込み後に、住所変更や参加ができなくなった場合は、直ちに事務局へご連絡ください。
- ③メディカルランナーとしてご協力いただける場合は、一般ランナーとしての申し込みは不要です。(※参加費は不要です)
- ④参加に伴う交通費、謝金等のお支払いは行いません。
- ⑤大会当日の午前8時頃から簡単なミーティングを行いますので、可能な限り参加してください。(※詳細は後日連絡します)
- ⑥メディカルランナーも一般ランナーと同じ傷害保険に主催者が加入します。
- ⑦大会プログラムへ氏名および所属などの情報を掲載します。
- ⑧申し込み時に資格の確認のため、資格証の写真の貼付が必要です。(※昨年度ご参加いただいた方は不要です)
- ⑨メディカルランナーとしてご参加いただいた方には、後日、市の特産品(3千円程度)を実行委員会より送付します。

問 宇陀シティマラソン実行委員会事務局(生涯学習課内)(☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364) E-mail: s-gakusyuu@city.uda.lg.jp

生ごみの減量化にご協力ください!

家庭用生ごみ処理機購入の方に 補助金を交付します!

問 環境対策課 (☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

家庭用生ごみ処理機または処理容器を購入し、ごみの減量に取り組まれる方に、予算の範囲内において購入費用の一部を補助します。

この制度は、家庭からでる生ごみを乾燥して量を減らしたり、肥料にすることで、ごみの減量化とごみに対する意識高揚を図ることを目的とします。

※申請受付は、先着順とし予算がなくなり次第終了します。

【補助対象機種】 令和7年4月1日以降に購入したものが対象となります。

生ごみ処理機乾燥式	生ごみ処理機バイオ式	生ごみコンポスト容器	生ごみEMボカシ容器
かくはんしながら電気で生ごみを加熱し、乾燥させる方式で、臭いが出ないので屋内で使用できます。	保温等により微生物が活動しやすくし、生ごみを分解し堆肥化させます。	庭や畑に置き、土の中の微生物等により生ごみを分解、発酵させ、堆肥化させます。	ボカシと呼ばれる微生物により生ごみを分解し、堆肥化させます。

【補助対象者】

- ◆過去5年以内に当補助金の交付を受けていない方
- ◆市税の滞納がないこと
- ◆近隣住民、住宅等に迷惑をかけない処理機等の設置場所を確保していること
- ◆処理機等によって作られた堆肥の活用を自ら適切に行えること
- ◆処理機等の維持管理を自ら行えること

【必要書類】

- 家庭用生ごみ処理機等設置費補助金交付申請書(様式第1号(第6条関係))
- 家庭用生ごみ処理機等設置費補助金交付請求書(様式第3号(第8条関係))
- 納税等確認承諾書(様式第4号(第6条関係))
- 印鑑
- 通帳番号のわかるもの(キャッシュカード・通帳等)
- 購入したレシートまたは領収書

【補助金額】

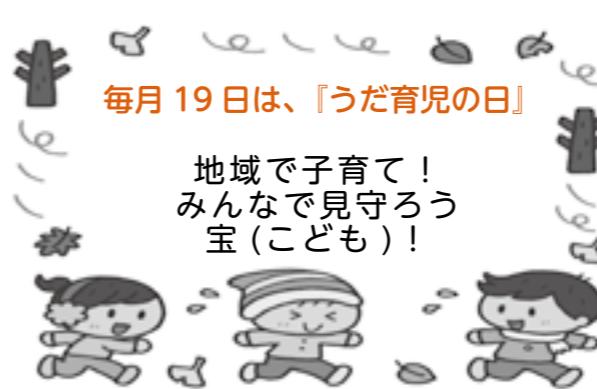
補助金の額は、消費税を除いた購入金額の2分の1で、限度額があります。

容器の種類	限度額
生ごみ処理機(電動式または手動式)	1世帯につき1台 30,000円
生ごみコンポスト容器	1世帯につき2個まで 1個につき3,000円
EMボカシ容器	1世帯につき2個まで 1個につき2,000円

【申請先】

◆環境対策課

◆各地域事務所



問 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

場所 市役所 2階 213会議室
時間 12月9日(火)午前10時~正午

お気軽にご参加ください。

お子さんの現在の様子や困りごとを話したり、聞いたりしますか? 子育てのヒントが見つかるかも。

かるがもクラブ

福祉

令和8年 宇陀市 二十歳のつどいを 開催

ID 0016336



【日時】令和8年1月11日(日)
午前10時~(受付:午前9時~)

【会場】文化会館

【対象】

平成17年4月2日~平成18年4月1日までの間に生まれた方
※転出や転入された方で式典に参加希望の方は、問までにご連絡ください

問 生涯学習課
(☎ 82-3975 / IP ☎ 88-9364)

1月25日宇陀市市制施行20周年 記念式典および記念イベントの開催

令和8年1月1日に市制20周年を迎えるにあたり、令和8年1月25日(日)に宇陀市市制施行20周年記念式典および記念イベントを開催します。

当日のスケジュールについては、以下のとおりです。

1月25日(日)スケジュール

第一部 記念式典(招待者のみ)

【時間】午前10時~【会場】文化会館

第二部 「トランジットイン フラミング」上映会

【時間】午後1時30分~【会場】文化会館

宇陀スカイランタンフェスティバル

【時間】午後5時~

【会場】心の森総合福祉公園 大宇陀ふれあい交流ドーム

第二部 「トランジットイン フラミング」は市内がロケ地になった映画です。参加にはお申し込みが必要です。

また、宇陀スカイランタンフェスティバルについては、見学は自由ですが、ランタンを購入した方を含むグループ(1基につき4人まで)限定のフォトブースも用意しています。

上映会および宇陀スカイランタンフェスティバルの詳細については折込チラシをご確認ください。

問 記念式典の問い合わせ先▶企画課(☎ 82-1362 / IP ☎ 88-9074)
各イベントの問い合わせ先▶市民協働課(☎ 82-2130 / IP ☎ 88-9085)

図書館からのお知らせ

話題の 新刊本!

★すくすくひろば おはなし会(0~3歳)
「絵本の読み聞かせやわらべ歌で体あそび」
日時:12月8日(月)・22日(月)
①10:00~ ②10:45~ 2回内容同じ
場所:中央図書館(おはなしの部屋)
◆『図書館フェスティバルinうだ』イベント
日時:12月6日(土)10:30~11:00(10:20開場)
場所:中央図書館(おはなしの部屋)
内容:人形劇「チャカポコ」による『ジャックと豆の木』
11月29日(土)から開催の『図書館フェスティバルinうだ』ウィークの最終イベントです。

■クリスマスおはなし会
日時:12月13日(土)
10:30~11:30
場所:榛原総合センター2階
研修室1・2
内容:おはなし、エプロン・
パネル・ブラックシア
ター、かみしばいなど
事前申込みは不要です。
※今月は、第2・4土曜日開催の定
例の『おはなし会』はありません

休館日 12月						
日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
1	2 休館	3	4	5	6	
7	8 休館	9	10	11	12	13
14	15 休館	16	17	18	19	20
21	22 休館	23	24	25	26	27
28	29 休館	30 休館	31 休館			

※28日(日)~1月4日(日)は、年末年始で休館となります。

(一般書)
「昭和100年今日は何の日」
著:河出書房新社編集部
出版:河出書房新社
あの日、あの年に何があった?今から100年前の昭和改元から令和の現在に至るまでの出来事を、1年366日の今日という日付で区切ってまとめたものです。おおよそ、3世代にわたって時代の移り変わりがわかる本となっています。(中央図書館所蔵)



(児童書)
「1・2・3・4・5・6・7・8・9・10」
著:谷口智則 出版:金の星社
ねずみにうさぎ、みけねこ、ウシ、ゾウ、シロクマ、サル、ハチ、ペリカンまで。いろんな動物たちがたくさんの食べ物を運んできてくれました。数をかぞえて、ぜんぶそろったら、美味しい何ができるかな? (中央図書館所蔵)



中央図書館
(☎ 82-4749
/ IP ☎ 88-9110)

大宇陀図書館
(☎ 83-0976)

中央公民館講座「防犯講座」

問 中央公民館(☎ 83-0551 / IP ☎ 88-9180)【休館日】木曜日・祝日
榛原分館(☎ 82-3377)【休館日】火曜日・祝日

ID 0018242

近年、ストーカー被害や闇バイトに巻き込まれるケースが社会問題化しています。SNSやネット経由で見知らぬ相手とつながりやすくなつた現代だからこそ、誰もがこうした危険に直面する可能性があります。犯罪や身近な危険に備えるには、適切な知識とスキルが必要です。この防犯講座では、具体的な対策を学びながら、「安心して暮らせる毎日」を目指します。今回は2部構成で講座を実施しますので、興味のあるテーマを選んでご参加ください。もちろん両方の受講も可能です。

ぜひこの機会に、自己防衛の方法と一緒に学び、ご自身の安全を守る第一歩を踏み出しましょう。

第1部 「闇バイトに巻き込まれないために~手口を知り対策を学ぶ~」

【時間】午前9時~10時

【内容】闇バイトの手口や実態、勧誘された時の対処法などを学ぶ

第2部 「ストーカーにあった場合の対応方法、特殊詐欺の実例を学ぶ」

【時間】午前10時20分~正午

【内容】ストーカーにあった場合の対応方法、特殊詐欺に遭わない防止策を学ぶ



▲応募フォーム

【日時】12月20日(土)

【定員】各回30人(第1部、第2部両方の受講も可能です)

【場所】榛原分館(榛原総合センター)2階研修室1、2

【講師】奈良県桜井警察署 生活安全課

【申し込み方法】12月15日(月)までに応募フォームまたは中央公民館および榛原分館窓口受付
応募フォーム▶(URL: https://logoform.jp/form/bG5b/1139934)

公共施設ダイヤルイン番号・IP電話番号

※電話番号ですが紙面の都合上、掲載しない月もあります。

課名	ダイヤルイン	IP電話	課名	ダイヤルイン	IP電話	施設名	ダイヤルイン	IP電話
【市役所】								
市役所代表	82-8000	—	健康増進課	82-3692	88-9087	中央公民館	83-0551	88-9180
議会事務局	82-5771	88-9082	介護福祉課	82-3675	88-9088	菟田野分館	84-3521	88-9190
秘書広報情報課	82-3912	88-9083	こども未来課	82-2236	88-9080	榛原分館	82-3377	—
自主放送 スタジオ	82-2497	—	厚生保護課	82-2221	88-9079	室生分館	92-2496	92-2496
人事課	82-1303	88-9069	観光課	82-2457	88-9081	【公共施設】		
行政経営課	82-3632	88-9084	農林課 (農業委員会)	82-3679	88-9090	市立病院	82-0381	—
企画課	82-1362	88-9074	商工産業課	82-5874	88-9075	さんとぴあ	85-2525	88-9065
政策推進課	82-3910	88-9094	建設課	82-5638	88-9095	榛原	82-2100	—
市民協働課	82-2130	88-9085	建設課 (地震調査担当)	82-5608	88-9091	健幸プラザ	84-9925	84-9925
総務課	82-1302	88-9068	下水道課	82-5627	88-9104	子育て支援 センター	84-9925	84-9925
危機管理課	82-1304	88-9070	まちづくり 推進課	82-5624	88-9092	総合体育館	82-6561	82-0511
財政課	82-1305	88-9071	公園課	82-3674	88-9093	【地域事務所】		
税務課	82-1306	88-9072	住宅課	82-5642	88-9096	大宇陀 地域事務所	83-2251	88-9195
市民課	82-2143	88-9076	出納室	82-5673	88-9098	菟田野 地域事務所	84-2521	88-9188
保険年金課	82-3672	88-9086	教育総務課	82-3973	88-9259	室生 地域事務所	92-2001	88-9182
人権推進課	82-2147	88-9077	生涯学習課	82-3975	88-9364			
環境対策課	82-2202	88-9078	文化財課	82-3976	88-9365			



そだんのしゅるい	そだんできる日	場所は?	時間は?	くわしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	12月3日(水)	宇陀市人権交流センター	9:00～12:00	総務課 (☎ 82・1302／IP ☎ 88・9068)
	12月12日(金)	室生振興センター		
	12月15日(月)	大宇陀人権交流センター		
	12月17日(水)	市役所(213会議室)		
人権相談	12月3日(水)	宇陀市人権交流センター	9:00～12:00	人権推進課 (☎ 82・2147／IP ☎ 88・9077)
	12月17日(水)	宇陀市役所		
消費生活相談窓口 [予約不要]	12月1日・4日・8日・11日・15日・18日・22日・25日・(各月・木曜日)	市役所(213会議室)	13:00～16:00	商工産業課 (☎ 82・5874／IP ☎ 88・9075)
税務相談センター [要予約]	12月17日(水)	市役所(213会議室)	13:00～16:00	税務課 (☎ 82・1306／IP ☎ 88・9072)
こころの健康相談 [要予約]	12月16日(火)	予約の際にお知らせします	13:30～16:30	保健センター (☎ 82・2100)
DV相談 [要予約]	12月24日(水)	予約の際にお知らせします	13:00～16:00 (1人50分・1日3人)	人権推進課 (☎ 82・2147／IP ☎ 88・9077)
心配ごと相談 [予約不要]	12月3日(水)	宇陀市人権交流センター	9:00～12:00	菟田野地域事務所 (☎ 84・2521／IP ☎ 88・9188)
	12月10日(水)	室生振興センター		室生地域事務所 (☎ 92・2001／IP ☎ 88・9182)
	12月15日(月)	大宇陀地域事務所		大宇陀地域事務所 (☎ 83・2251／IP ☎ 88・9195)
	12月22日(月)	榛原総合センター		厚生保護課 (☎ 82・2221／IP ☎ 88・9079)
若者自立のための無料相談 [要予約]	12月24日(水)	市役所(213会議室)	14:00～17:00 (※相談員の都合で中止となる場合があります。)	【予約先】 若者サポートステーションやまと (☎ 0744・44・2055)
中南和法律相談センター [要予約]	12月9日(火)	市役所(213会議室)	13:00～16:00	【予約先】奈良弁護士会 (☎ 0742・22・2035) (相談日の2週間前より受付)
生活困窮者自立相談支援窓口	月～金曜日(祝日除く)	市役所 厚生保護課(2階)	9:00～12:00 13:00～16:00	厚生保護課 (☎ 82・2221／IP ☎ 88・9079)
巡回職業相談 [要予約]	12月10日(水)	市役所(213会議室)	9:00～12:00 13:00～15:00	
ひとり親福祉資金貸付相談 [要予約]	毎週月・火・木・金曜日(祝日除く)	市役所	10:00～16:00	【予約先】こども未来課 (☎ 82・2236／IP ☎ 88・9080) (相談日の2日前の11時までに)
弁護士による福祉専門相談 [要予約]	12月9日(火)	うだ健幸プラザ	10:00～12:00 (1人60分・1日2人)	うだ健幸プラザ 権利擁護センター (☎ 82・2100)
精神科医による専門相談 [要予約]	12月24日(水)		14:00～16:00 (1人60分・1日2人)	
家計改善支援相談 [要予約]	毎週月～金曜日(祝日除く)		9:00～12:00 13:00～16:00	榛原サンクシティ2階

◆はい！こちら消費者相談窓口です◆

◆ Web 上での有料相談サイトのトラブル◆

パソコンの不具合やネット上の契約でトラブルが発生し、メーカーや契約先の業者に問い合わせているつもりが全く別の有料相談サイトにつながって、自動的に会員契約にまでなり、気付かないまま毎月会費が引き落とされていたというトラブルの相談が寄せられています。相談サイトのトライアル期間も短いため、気づけば期間が過ぎ、自動で会員に移行してしまい、その後そのサイト

を利用していないにもかかわらず毎月の料金が引き落とされてしまいます。Web上では相手が見えないため、気づかないことも勘違いも多く発生します。十分に注意して確認しながら、慎重に作業を進めましょう。困った時には最寄りの消費生活相談窓口までご相談ください。

問商工産業課 (☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075)

宇陀市職員採用試験

令和8年4月1日採用

試験期間 : 12月1日(月)～23日(火)
試験会場 : 全国各地のテストセンターおよび
オンライン会場

試験日程：令和8年1月下旬【予定】
試験会場：市役所

問 宇陀市職員採用試験委員会 人事課内 (☎ 82・1303 / IP ☎ 88・9069)



近鉄榛原駅前のロータリーを中心、LEDによる幻想的なイルミネーションで飾り付け市街地の賑わいづくりに取り組んでいます。

ぜひ開催期間中に足をお運びいただき、華やかな光の空間をお楽しみください！

【期間】 12月3日（水）～令和8年2月中旬

※時計台の点灯は12月6日（土）からの予定です

※ただし、天候等により期間が前後する場合があります

【場所】 近鉄榛原駅周辺

【主催】 宇陀商工会青年部

（会 82・2211） 宇陀商工会青年部事務局
（宇陀商工会内）



「戦争で〇〇人死亡…」
戦争や紛争が報じられるたびに、「遠い国の話」「自分には関係ない」と感じることはありますか?しかし、戦争の陰で最も基本的な人権、例えば「平和に暮らす権利」や「命の権利」が奪われています。戦争は、平和に生きる権利や命そのものを奪う最大の権利侵害なのです。

私たちが当たり前だと思っている自由や安全は、世界中の方々の努力によって守られており、遠い国の人出来事も決して無関係で

を世界で共有するために、1948年12月10日に国連で「世界人権宣言」が採択されました。この日を記念し、12月4日から10日までが「人権週間」と定められています。

大切なのは「知ること」、そして「遠い国の出来事であっても、自分のこととして考えてみること」です。

「自分も、あの人も」大切
な権利があります。一人ひとりの「知る」という行動が、やがて世界を動かす大きな力になります。自分自身の周りから、人権を大切にす

年末年始のイベントのお知らせ

12月4日～10日は「人権週間」



入賞作品 歯と口の健康に関するポスター・標語

「むし歯の減少」を目指し、予防のための取り組みを進めています。今回、市内各小中学校からポスターを中学校から標語の募集をしたところ、ポスター 159 作品、標語 476 作品の応募がありました。

(順不同)

小学校
(低学年の部)

最優秀賞 岡村 梨太郎さん (小3)



優秀賞 生駒 珠愛さん (小3)



優秀賞 太井 さくらさん (小2)

小学校
(高学年の部)

最優秀賞 平尾 宗津美さん (小6)



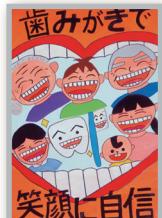
優秀賞 中野 仁貴さん (小5)



優秀賞 梶村 遙花さん (小5)



中学校の部



最優秀賞 複田 佳音さん (中2)



優秀賞 堀内 愛友さん (中2)



優秀賞 中西 莉那さん (中2)

最優秀賞

虫歯の予防 健康への第一歩

優秀賞

毎日みがこう 歯は一生の宝物！
きれいな歯 素敵な笑顔 これからも
今みがこう 未来につながる きれいな歯

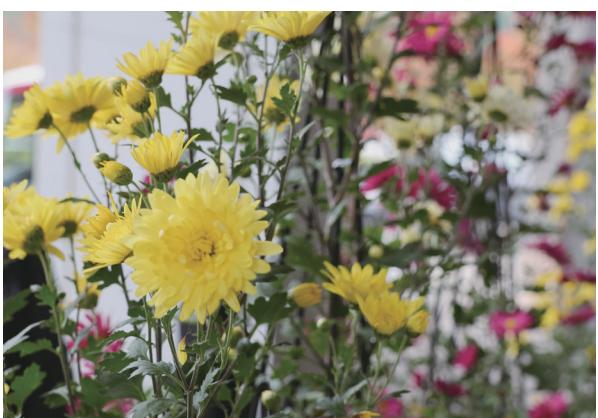
優秀賞 堀邊 いぶきさん (中2)

優秀賞 西田 かれらさん (中3)

優秀賞 安田 希さん (中1)

優秀賞 鈴木 心結さん (中3)

色とりどりの菊



宇陀菊花愛好会の皆さんから菊を寄贈していただきました。

色とりどりの菊は鮮やかに咲き、来賓された方々を楽しませてくれました。

宇陀市HP
奈良県宇陀市
@uda_tappy