

「そうだ、SOUDA行こう！」 宇陀で使えるサテライトオフィス

ID 0003171

問 奈良サテライトオフィスうだ SOUDA(榛原萩原 2448-1)(☎ 96・9990)
午前9時～午後8時(定休日:日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日))

近鉄榛原駅南出口から東へ徒歩4分。旧・大和信用金庫榛原支店跡を活用したサテライトオフィス「奈良サテライトオフィスうだ SOUDA」は、仕事・学習・打ち合わせなど、様々な使い方ができる“まちなかのワークスペース”です。

こんな方におすすめ

- ・ 自宅だと集中しづらい…静かな環境でテレワークしたい
- ・ 1人で黙々、または2人で短時間の作業・面談・打ち合わせをしたい
- ・ Wi-Fiと電源のある場所で資料作成やオンライン会議をしたい
- ・ 市内外の方と“ちょっと集まる”場がほしい
- ・ 勉強場所として使いたい

施設の特徴

- ・ 3タイプのスペース：オフィス/ブース(1人用・2人用)/コワーキング(約20席)
- ・ Wi-Fi完備、給湯室・ロッカー等あり
- ・ 貸出備品：TV会議システム・プロジェクター・スクリーン・ホワイトボード・充電器等
- ・ 周辺に飲食店・金融機関・コンビニ・郵便局などもあり、日常の“ついで利用”にも便利

予約方法

- ・ ブース/コワーキングの随時利用は、予約サイトから
- ・ 各スペースの定期利用や貸切は事務局へご相談ください
- ・ コワーキングスペース1時間200円～、ブーススペース1時間300円～



▲予約サイト

図書館からのお知らせ

話題の
新刊1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：3月9日(月)・23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)

★おはなしクラブ(幼児・小学生)
日時：3月14日(土)・28日(土) 10:30～
場所：中央図書館(おはなしの部屋)

(一般書)
HSC 織細な子の育て方がわかる!
ペアレントトレーニング

著者：むらかみ りりか
出版：パステル出版

発達科学コミュニケーションマスタートレーナーの著者が、7000組以上の親子が実践してきたコミュニケーションに基づくペアレントトレーニングについて、親子の実話とともにまとめた一冊です。

(中央図書館所蔵)

(児童書)
まほうのるんるんきせつごはん
作者：まいのおやつ
出版：KADOKAWA

ふと気が付くと、まほうの列車のホームに立っていた。春、夏、秋、冬の四季を巡る電車に乗って、お野菜さんたちと一緒に季節の美味しいものを作って食べよう! 絵本に出てくる料理のレシピもついています。(大宇陀図書館所蔵)

中央図書館 (☎ 82・4749 / IP ☎ 88・9110) 大宇陀図書館 (☎ 83・0976)

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

20日(金)の春分の日
は、祝日で中央・大宇陀図書館とも休館させていただきます。



市役所の開庁時間

午前8時30分～
午後5時15分
(土・日曜日、祝日、
年末年始は開庁)
☎0745-82-8000(代)

お知らせ information

掲載の情報についての詳細は
市のホームページをご覧ください

問い合わせ電話番号 について

市内には、市外局番が0743の地域と0745の地域があります。
※市外局番0743の地域の方は、市外局番が表記されていない場合は、市外局番0745をつける必要があります。

ID番号の利用方法

- ① スマートフォンの場合
OSスマートフォンの場合
① 広報誌のID番号を確認
- ② 市ホームページの「情報をさがす」を押し「ページID検索」に7桁の番号を入力
- ③ 「表示」を押せば詳細情報を見る事ができます
※詳しくは広報うだ4月号をご確認ください

Life&Environment
くらし・環境

下水道に未接続の方へ

下水道は、健康で快適な生活環境の実現と公共用水域の水質保全に大切なものです。
公共下水道を使用できる区域で下水道に接続していない方は、下水道に接続をお願いします。
一日も早く接続していただくことにより、下水道はその役割を果たすことができます。
接続工事を行う際は、必ず市指定工事店に工事を依頼してください。

問 下水道課
(☎ 82・5622 / IP ☎ 88・9104)

国民年金保険料改定の お知らせ

令和8年4月分から令和9年3月分までの国民年金保険料は、月額17,920円です。
国民年金保険料額は、国民年金法第87条において17,000円とされていますが、平成16年度からの物価と賃金の変動に基づく令和8年度の保険料改定率「1.054」を乗じることにより、17,920円となりました。
保険料は、納付期限(翌月末)までに納めていただくようお願いいたします。
保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢年金」や、障がいや死亡といった不測の事態が生じたときに「障害年金」や「遺族年金」を受け取ることができなくなる場合があります。
経済的な理由により、保険料を納めることができない場合は、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」がありますので、年金事務所や市役所保険年金課、各地域事務所へご相談ください。

問 日本年金機構 桜井年金事務所
(☎ 0744・42・0000)
保険年金課
(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9008)

市県民税申告は市役所・各地域事務所へ

受付場所	受付期間
市役所(4階大会議室) 各地域事務所	3月16日(月)まで ※土・日曜日、祝日を除く

開設時間：午前9時～午後4時
※申告用紙は、税務課、各地域事務所にも備え付けています。相談会場では入場整理券を配付しています。配付上限に達し次第、受付を終了しますので、ご了承ください。

問 税務課 (☎ 82・1306 / IP ☎ 88・9072)

確定申告は

e-Taxによる電子申告が便利

e-Taxを利用すると自宅からいつでも確定申告ができます
マイナンバーカード方式・IDパスワード方式による事前準備がお済みの方は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

問 桜井税務署 (☎ 0744・42・3501)

市県民税の試算および申告書の作成は「市県民税申告書作成システム」をご利用ください!
市ホームページ上に、市県民税の試算および申告書を作成できるシステムを掲載しています。
作成した申告書は、「宇陀市役所 税務課宛」に郵送で提出可能です。(確定申告とは違って電子申告はできません。また、このシステムの計算結果はあくまでも

問 税務課
(☎ 82・1306 / IP ☎ 88・9072)



▲申告書作成システム

現時点での「試算」となります。実際の税額とは異なる場合がありますので注意してください。
ご利用は、こちらのQRコードからご覧ください。

3月中旬に

軽自動車・バイクの 廃車手続き、譲渡手続きを！



■軽自動車税は毎年4月1日現在の所有者に課税

譲渡・解体・盗難・紛失により軽自動車やバイクを所有しなくなった方は、3月中旬に廃車、譲渡の手続きを行ってください。3月中に手続きをされていない場合、次年度も課税されます。必ず手続きをお願します。

※盗難・紛失の場合、警察署への届出が必要になります。届出日、受理番号をご確認ください

※バイク等車両を廃品回収業者等に回収してもらう場合は、ナンバープレートを取り外して回収してもらい、各自で廃車手続きをしてください。廃車手続きの際、ナンバープレートが必要となります

■トラクターなどの農耕作業用の小型特殊自動車は軽自動車税の課税対象

トラクター、コンバイン、田植機等の農耕作業用の小型特殊自動車は、軽自動車税の課税対象となる車両です。

合は、手続きを行ってください。【持ち物】本人確認ができるもの(免許証・マイナンバーカード・パスポート等)、販売証明書(すでに所有されている場合は、メーカー名・型式・車台番号が分かるもの)

■転入された方で、軽自動車・バイクを所有の方は、車両の登録変更が必要

次の車両を所有の方は、各手続き場所へ登録地(住所)変更の手続きをしてください。

○他都道府県ナンバープレートの二輪・三輪・四輪車

○他市町村ナンバープレートの原動機付自転車(125cc以下)

○奈良ナンバーで他市町村にて登録されている二輪・三輪・四輪車

※提出書類などは事前に各窓口にご確認ください

【手続き場所】

●原動機付自転車(125cc以下の車両)・小型特殊自動車(農耕作業用含む)

↓税務課、各地域事務所

●軽二輪車(125cc超〜250cc以下)

ID 0003611 問 税務課 (☎ 82・1306 / IP ☎ 88・9072)

一輪小型車(250cc超) ↓近畿運輸局奈良運輸支局 (☎ 050・5540・2063)

●軽自動車(三・四輪) ↓軽自動車検査協会奈良事務所 (☎ 050・3816・1845)

■口座振替の注意点

軽自動車税を口座振替にて納めていただいている方は、所有されている全ての軽自動車税が指定の口座より引き落としとなり、車両ごとに引落先の口座を設定することはできません。

また以前に軽自動車を所有していたことがある場合は、過去に口座を登録していただいている可能性があり、税務課までお問い合わせください。

●軽JNKSの導入により、軽自動車税を口座振替で納められた方に、車検用納税証明書は郵送しませんので、あらかじめ「J」承ったください



■近畿運輸局奈良運輸支局からのお知らせ

毎年3月末は、決算期や自動車税の賦課期日の終期等による影響を受けて、各種申請が窓口に集中し、申請者の皆さんにお待ちいただいています。このような状況を緩和するため、各種申請につきましては、早期に済まされるようお願いいたします。

各種申請は、ヘルプデスク(☎ 050・5540・2063)にてご案内しているほか、自動車検査登録総合ポータルサイトを次のQRコードよりご確認ください。

▲登録総合ポータルサイト



マイナンバーカード夜間手続きの予約について

ID 0016336

マイナンバーカードの申請・受取・更新について、予約制で次のとおり夜間受付をしています。

マイナンバーカードに関する案内が届いた方は、お早めにお手続きください。

問 市民課 (☎ 82・2143 / IP ☎ 88・9076)

3月の夜間窓口

日	曜日	場所	時間
3/16	月	本庁市民課	午後5時30分から7時30分までの予約受付



スマホからでも予約できます！



「林野火災注意報・警報」運用開始！

昨今、岩手県大船渡市で発生した林野火災発生事例をはじめ、全国各地で林野火災が相次いでおり、警戒が必要な状況となっています。

このような状況を踏まえ、奈良県広域消防組合管内においても、林野火災発生防止と被害の拡大防止を図るため、令和8年1月1日から「林野火災注意報」と「林野火災警報」が運用されています。林野火災の予防上、注意を要する気象または危険な気象状況になれば、火の使用を制限する努力義務または義務を課すこととなりました。



▲条例改正について

○発令指標

・林野火災注意報

以下の①または②のいずれかの条件に該当する場合

- ①前3日間の合計降水量が1mm以下 かつ 前30日間の合計降水量が30mm以下
- ②前3日間の合計降水量が1mm以下 かつ 乾燥注意報が発表

・林野火災警報

林野火災注意報の発令指標に加え、強風注意報が発表



▲発令状況のご確認はこちら

○対象期間

林野火災が多発する
1月～5月 まで

○周知方法

発令時は、SNSや消防車両の巡回等でお知らせします。

○火の使用制限

1. 山林、原野等において火入れをしないこと。
2. 煙火を消費しないこと。
3. 屋外においての火遊びまたはたき火をしないこと。
4. 屋外において、引火性または爆発性の物品その他可燃物の付近で喫煙をしないこと。
5. 山林、原野等の場所で喫煙をしないこと。
6. 残火(たばこの吸殻を含む)、取灰または火粉を始末すること。
7. 屋内において裸火を使用するときは、窓、出入口等を閉じて行うこと。

「たき火」の届出が義務化！

林野火災予防対策の一環として、たき火(火入れ、野焼き等を含む)については、事前の届出が義務化されています。たき火や焼却行為など、火災とまぎらわしい煙や火災を発生する恐れのある行為を行う場合は、

▶事前に消防署へ届出をしてください。

※届出は「許可」ではありません

※状況によっては、延期または中止をしていただく可能性があります

問 危機管理課 (☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

特集 市政ニュース うだぢから 子育て・病院 健康プラザ お知らせ 掲示板・うだちゃん

市営赤人霊苑へのお墓参り臨時送迎バスを運行

予約制となりますので、3月2日～13日(土・日除く)間に予約をお願いします。

【日時】3月20日(金・祝)
 【霊苑滞在時間】45分間
 【環境対策課】☎82・2202 / IP ☎88・9078
 午前8時～午後5時15分(土日祝を除く)



【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

バス停	1回目	2回目	3回目
榛原駅北口	8:00 発	10:15 発	13:30 発
↓			
宇陀川公園	8:05 発	10:20 発	13:35 発
↓			
福地 奈良交通バス停	8:10 発	10:25 発	13:40 発
↓			
ひのき坂3 スクールバス乗り場	8:15 発	10:30 発	13:45 発
↓			
天満台西2 奈良交通バス停	8:18 発	10:33 発	13:48 発
↓			
天満台西4 奈良交通バス停	8:19 発	10:34 発	13:49 発
↓			
天満台東2 奈良交通バス停	8:20 発	10:35 発	13:50 発
↓			
赤人霊苑〈到着〉	8:40 着	10:55 着	14:10 着
赤人霊苑〈出発〉	9:25 発	11:40 発	14:55 発

Event&Others
 イベントのご案内

第4回狼煙をあげる会

芳野城を守る会では、登城道の整備や案内板の設置などを行ってきました。また、狼煙をあげる会なども実施してきました。このような活動を通して登城者も年々増えて来ています。今年も開催します。ぜひご参加ください。

【実施日】3月7日(土)
 午前10時～11時
 (雨天の場合は狼煙中止、奉納演奏のみ 下芳野集会所で実施)
 【内容】狼煙をあげる 奉納演奏
 【場所】芳野城山頂
 【主催】芳野城を守る会



問 岸岡方
 (☎060・2069・272)
 観光課
 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

Welfare
 福祉

発達についての個別相談

発達に不安や心配を抱えている方やその家族からの相談に奈良県発達障害者支援センターの専門相談員を交えて応じます。

【日時】3月16日(月)
 【場所】市役所2階211会議室
 【相談時間】一人50分 10時・11時・13時・14時・15時
 【定員】5人(先着順)
 【申し込み】3月12日(木)までに介護福祉課へ

問 介護福祉課

(☎82・3675 / IP ☎88・9088)

かるがもクラブ

お子さんの発達の悩みについて語り合いませんか?
 お母さん同士のつながりは強い力になっていきます。
 申し込み不要ですので、好きな時間にお気軽にご参加ください。

【日時】3月17日(火)
 午前10時～正午

【場所】宇陀市人権交流センター1階 多目的室

※いつもと場所が変わりますのでご注意ください

問 介護福祉課

(☎82・3675 / IP ☎88・9088)

さんとぴあ榛原
 からのお知らせ

問 さんとぴあ榛原 (☎85・2525 / IP ☎88・9065)

「ひな祭りを楽しむ」

春の訪れを感じる3月、当施設では「ひな祭り」に向けた準備を進めており、毎年施設内にひな人形を飾っています。
 ひな人形は、華やかで温かい雰囲気施設に広がっています。
 また、毎年ご利用者さんに手のリハビリを兼ねて「お雛様の手工芸」に挑戦していただいています。
 色紙を使ったひな人形づくり

健康管理を十分に春になると寒暖差が大きい時期でもあり体調管理が重要です。
 服装や温度管理に気を付け、風邪や花粉症への対策もしっかりと行っていきます。



▲手工芸ひなまつり

SDG s 推進・自然災害復興支援

第8回 すてきなともだちコンサートの開催

本イベントは、1995年の阪神・淡路大震災の復興を願って、1997年3月に開催した第1回 すてきなともだちコンサートがはじまりで、この度8回目を迎えます。

第1回～3回：阪神・淡路大震災復興支援、第4回・5回：東日本大震災復興支援、第6回：自然災害復興支援、第7回：能登半島地震復興支援として開催し、参加者のご協力による義援金を、日本赤十字社を通じ復興に役立てていただきました。

今回は、能登半島災害(地震や大雨災害)の復興への支援が依然必要とされている現状をふまえ、能登半島災害復興支援として実施します。実行委員会を構成する各団体やゲスト出演者よるステージでの公演形式で、イベントを盛り上げたいと考えています。

自然災害などに対する私たちの防災意識を高め、被災された方々の一日も早い復興を願い、私たちにできることを探るとともに、SDG s 推進の意識喚起や人権について考える機会として実施します。

【開催日時】3月22日(日) 午後1時開会～4時終了予定 (開場：午後0時40分)

【会場】文化会館 かぎろひホール(大宇陀拾生 871)

【主催】すてきなともだちコンサート実行委員会

【共催】宇陀市人権教育推進協議会

※参加にあたって事前申し込みは不要です。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

問 人権推進課

(☎82・2147 / IP ☎88・9077 / FAX82・7234)

宇陀市部活動地域移行推進計画を策定しました

～4月から「宇陀クラブ(地域クラブ)」の活動が始まります～

問 生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

市では、令和5年度に「宇陀市部活動地域移行推進協議会」を設立し、令和6年度からは地域クラブの実証事業を実施し、部活動地域移行について協議を重ねてきました。

この度、同協議会において「宇陀市部活動地域移行推進計画(案)」を作成、パブリックコメントを実施し、いただいたご意見を反映した「宇陀市部活動地域移行推進計画」を策定しました。同推進計画に基づき、令和8年4月より、宇陀市立中学校の「休日の学校部活動の地域移行」が始まります。

- ・平日の学校部活動は、令和8年4月以降も、引き続き各中学校で実施します。
- ・休日の教員の指導による学校部活動は廃止されます。
- ・休日の活動は、中学生が活動できる環境を整備し、地域クラブ「宇陀クラブ」が受け皿となり、参加者を募集します。

部活動地域移行についての説明動画を公開しています。また、参加者募集・指導者の募集を進めています。詳しくは、市ホームページよりご確認ください。

詳細は、下記のQRコードから各資料をご覧ください。



▲推進計画



▲推進計画概要



▲パブリックコメント実施結果



▲地域移行ホームページ

3月の文化会館だより

ID 0001046

問 文化会館 (☎ 83・0977)

3月の休館日 (3.10.17.20.24.31日)

かぎろひホールの催し

日	曜日	催し物案内	入場方法	時間	主催者	問い合わせ
2	月	令和7年度 宇陀市市民講演会 漫才で笑って学ぶ 成年後見制度 ～認知症になっても自分らしく暮らせるために～	無料 事前申込	開場：午後1時～ 開演：午後1時30分～	宇陀市 宇陀市社会福祉協議会	宇陀市 権利擁護センター ☎ 88・0655
15	日	リトル・ピアニスト・ コンサート	関係者	1部：午前10時15分 2部：午後1時15分	貴師田 三紀子 藤岡 あづさ	
22	日	第8回 すてきなともだち コンサート	一般 無料	開場：午後0時40分 開演：午後1時	すてきなともだちコ ンサート実行委員会	人権推進課 ☎ 82・2147

展示ホールの催し

■宇陀市文化会館 文化教室受講生作品展

文化会館で開催している絵手紙教室と陶芸教室の作品展です。四季折々のモチーフを描いた心あたたまる絵手紙、個性豊かな陶芸作品など受講生の力作をどうぞご覧ください。

【展示期間】3月2日(月)～16日(月)午前9時～午後5時まで



宇陀市市制20周年記念事業 宇陀川桜並木ライトアップ

桜は夜になるとお昼と違った姿を見せてくれます。そこで、榛原サンクシティ前の散策スポットに宇陀川桜並木ライトアップを3月28日(土)から桜の見頃が終わるころまで実施します。約600メートルにわたる桜並木にやさしい光が照らされ、水面に映る桜の姿がさらに幻想的な景色を演出します。この機会にぜひ家族・友人や恋人と「幻想的な夜桜」の世界に足をお運びください。ライトアップ実施に伴い、点灯式を開催します。

【ライトアップ点灯式】

- 【日時】3月28日(土) 午後6時30分～(10分程度)
- 【場所】榛原サンクシティ前
- 【内容】ライトアップ点灯のカウントダウンを行います

【ライトアップ期間中の点灯時間】 午後5時30分～10時

問 観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)

宇陀シティマラソン開催における 交通規制のお知らせ

ID 0021561

【交通規制日時】

3月8日(日)

午前9時20分～午後1時30分まで

規制時間帯はコース上、車両の通行はできません。

通行規制・迂回については警備員等の指示に従ってください。皆様のご協力をお願いします。

問 宇陀シティマラソン実行委員会(生涯学習課内)
(☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)



文化会館文化教室受講生募集のお知らせ

問文化会館 (☎ 83・0977) 午前9時～午後5時まで (火曜・祝日除く)
(メール: bunkakaikan@city.uda.lg.jp)

- 【申込期間】 3月1日(日)～11日(水) 午前9時～午後5時まで
 【申し込み】 文化会館窓口・電話・応募フォーム (<https://logoform.jp/form/bG5b/1408042>)
 【対象者】 市内在住・在勤の方
 【その他】 応募者多数の場合は抽選。(ただし、市内在住者を優先とします)
 気象状況(警報発令時)や講師等の都合等により受講日時を変更することがあります。



教室名	開催日	月額受講料	定員	講師	内容
絵手紙教室 Aコース (初心者・初級コース)	毎月第3木曜日 午前10時～正午 ※6月は休講します	1,000円/月 ※別途教材費が必要 ※用具をお持ちでない 方は一式(7,000円 程度)が必要	各10人	村上 里美 氏	毎月違う季節のモチーフ を使って、ハガキや巻紙、 和紙などに絵手紙を描き ます。
絵手紙教室 Bコース (中級コース)	毎月第3木曜日 午後1時30分 ～3時30分 ※6月は休講します				
陶芸教室 Aコース	第2・4水曜日 午前9時～正午	3,000円/月 ※別途材料費(粘土代等) が必要	各10人	こめだみゆき氏	それぞれに合わせた指導 で、茶碗や皿等色々な陶 器を作成します。 陶芸の基本をカリキュラ ムに沿って学びます。 未経験者～陶芸経験1年 程度の方のコースです。
陶芸教室 Bコース	第2・4日曜日 午前9時～正午				
陶芸教室 初心者コース	第2・4日曜日 午後1時30分～4時				
ヨガ教室 Aコース	毎月第1・3金曜日 午後1時30分～3時	2,000円/月	各7人	仲尾 明子 氏	心・呼吸・身体・魂を一 つにつないでいくように 深く長い呼吸を行い、季 節に弱りやすい内臓の働 きを高めるために経絡の 流れにそってポーズを行 います。「笑い」と「愛」 を忘れずに、出来るだけ 笑って気楽に行こうを目 標に行います。
ヨガ教室 Bコース	毎月第2・4金曜日 午後1時30分～3時				
ヨガ教室 月4回コース A/B両コースを受講	毎月第1～4金曜日 午後1時30分～3時	4,000円/月			

節水への協力をお願いします

県内では、例年と比較して少雨傾向のため、ダムの貯水率が低下するなど、渇水傾向が続いています。県内にお住まいの皆さん【奈良県内の事業者の皆さん】におかれましては、節水にご協力をお願いします。

問奈良県 環境森林部 水・大気環境課 (☎ 0742・27・8489)

受講生大募集!!

始めようと思った時がチャンス!
あなたにピッタリの教室を見つけて!

問総合体育館 (☎ 82・6561/IP ☎ 82・0511)
問室内温水プール (☎ 82・2200/IP ☎ 88・9106)
※火曜日休館 (祝日の場合、翌日が休館)

- ・総合体育館
- ・室内温水プール (アクアグリーン榛原)

大人のための運動教室

音楽に合わせた体操や、ゆったりとしたストレッチ、たっぷり汗をかく有酸素運動など身体を痛めることが少なく体力向上に効果的

※通年イブニングスクールを新設

本年度より、仕事帰りの方や日中の教室へ参加できない方を対象に実施

【申し込み方法】

- ①総合体育館または室内温水プール窓口にて申込書記入
 - ②URLまたはQRコード(下記)から、申し込み入力
- 【URL】 <https://logoform.jp/form/bG5b/1401941>

【申込期間】

3月1日(日)～16日(月) 午前9時～午後4時まで

運動教室申し込み
QRコード▶



	教室名	時間	曜日					対象	定員	受講料 (月4回)	保険料 (年間)
			月	火	水	木	金				
大人のための運動教室	膝腰機能改善 ウォーキング	午後1時30分～2時15分			○			20歳以上の 市内在住者 ※治療中の 方は、医 師の許可 が必要	40人	800円 /1回	2,000円 (65歳未満) 1,200円 (65歳以上) ※任意
	筋力・体力アップ体操	午後1時15分～2時15分	○				40人		2,000円 /月		
	リラクセス・ヨガ	午後1時15分～2時15分			○		60人				
	エアロビクス	午後1時15分～2時15分				○	40人				
		ピラティス	午後2時30分～3時30分				○	50人			
		新設ピラティスEveningSchool	午後6時30分～7時30分	○				20歳以上～ 64歳以下 市内在住・ 在勤者	50人	500円 /1回	
		新設ヨガEveningSchool	午後6時30分～7時30分			○		50人			

水泳教室

子どもも大人も楽しく泳ぎましょう!
水中での全身運動は、膝や腰に負担なく代謝や体力向上の効果が期待できます。

【申込期間】 3月1日(日) 申し込み開始

【受付場所】 温水プール (午前9時～午後8時)

教室名	時間	月	火	水	木	金	土	対象	定員	受講料 (月4回)	保険料 (年間)
成人コース	午前11時～正午	○			○		○	16歳以上	30人	5,280円	2,000円 (65歳未満) 1,200円 (65歳以上)
幼児 児童 生徒 コース	午後3時30分～4時30分	○	休館日	○	○	○		3～15歳まで	45人	4,840円	800円
	午後4時30分～5時30分	○		○	○						
	午後5時30分～6時30分	○		○	○			3～15歳まで ※9級以上の方	30人		
選手コース	午後6時30分～8時 木曜のみ 午後5時30分～7時	○		○	○		高校生まで ※コーチの推薦 者のみ	—	8,500円 10,000円 (高校)	800円 2,000円 (高校)	

【注意事項】

- ・新規お申し込みの場合、各教室、お一人様1回限り無料体験が可能。前日までの申し込みが必要です。ただし、定員数に達している場合は、お断りする事もあります。
- ・自己都合での欠席は受講料をお返しの事が出来ませんのでご了承ください。

- ・受講料の支払いについては、月払いと都度払いの教室があります。
- ・毎週火曜日が休館となりますが、祝日の場合は翌日休館。年末年始の休館(総合体育館12月29日～1月4日・室内温水プール12月26日～1月5日)

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、掲載しない月も有ります

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】			【公民館】					
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	子ども未来課	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	82-3679	88-9090	市立病院	82-0381	—
企画課	82-1362	88-9074	農業委員会事務局	82-5781		さんとぴあ榛原	85-2525	88-9065
政策推進課	82-3910	88-9094	商工業課	82-5874	88-9075	健幸プラザ	82-2100	—
市民協働課	82-2130	88-9085	建設課	82-5638	88-9095	子育て支援センター	84-9925	84-9925
総務課	82-1302	88-9068	建設課(地籍調査担当)	82-5608	88-9091	総合体育館	82-6561	82-0511
危機管理課	82-1304	88-9070	下水道課	82-5627	88-9104	【地域事務所】		
財政課	82-1305	88-9071	まちづくり推進課	82-5624	88-9092	大宇陀地域事務所	83-2251	88-9195
税務課	82-1306	88-9072	公園課	82-3674	88-9093	菟田野地域事務所	84-2521	88-9188
市民課	82-2143	88-9076	住宅課	82-5642	88-9096	室生地域事務所	92-2001	88-9182
保険年金課	82-3672	88-9086	出納室	82-5673	88-9098			
人権推進課	82-2147	88-9077	教育総務課	82-3973	88-9259			
環境対策課	82-2202	88-9078	生涯学習課	82-3975	88-9364			
			文化財課	82-3976	88-9365			

広報うだ設置場所

榛原地域

- ・市役所(1階ふるさとテラス)
- ・市立病院
- ・観光案内所「じゆうだテラス」
- ・大和富士ホール
- ・中央図書館
- ・奈良サテライトオフィスうだ
- ・総合体育館
- ・うだ健幸プラザ
- ・榛原総合ゲートボール場
- ・平成榛原こどものもり公園
- ・保養センター美榛苑
- ・歴史文化館旧旅籠「あぶらや」
- ・榛原にぎわい市場YAMATONA
- ・天満台東交流センター
- ・榛見が丘集会所
- ・JAならけん榛原支店
- ・ゆあほうむ榛原
- ・特別養護老人ホーム悠楽園
- ・あかね台コミュニティセンター

大宇陀地域

- ・大宇陀地域事務所
- ・文化会館
- ・大宇陀人権交流センター
- ・大宇陀温泉あきののゆ
- ・道の駅宇陀路大宇陀
- ・歴史文化館「薬の館」
- ・まちづくりセンター「千軒舎」
- ・まちなみギャラリー「石景庵」
- ・宇陀松山会館
- ・県営うだ・アニマルパーク
- ・南都銀行大宇陀支店
- ・大宇陀郵便局
- ・JAならけん大宇陀支店
- ・特別養護老人ホームラガール

菟田野地域

- ・菟田野地域事務所
- ・人権交流センター
- ・菟田野分館
- ・子育て支援センター
- ・奈良カエデの郷ひらら
- ・菟田野アグリマート
- ・南都銀行菟田野支店
- ・JAならけん菟田野出張所
- ・特別養護老人ホームやまびこ
- ・介護付有料老人ホーム四つ葉のフローバー

室生地域

- ・室生地域事務所
- ・室生福祉保健交流センター
- ・室生山上公園芸術の森
- ・道の駅宇陀路室生
- ・ふるさと元気村
- ・中山台コミュニティプラザ
- ・三本松郵便局
- ・JAならけん室生出張所
- ・特別養護老人ホーム室生園

市内コンビニ店舗にも設置させていただいています
ぜひご利用ください

春の薬草観察会 4月～7月

市内各地の身近な薬用植物を観察したり暮らしに役立てたりして薬草に親しもう！

回	月日	曜日	時間	開催場所
1	4月11日	土	午前10時～正午	榛原ふれあい広場周辺 (榛原山辺三319)
2	5月9日	土	午前10時～正午	大宇陀の宇陀川沿い (大宇陀平尾435-1)
3	6月13日	土	午前10時～正午	芳野川上流地域 (菟田野)
4	7月11日	土	午前10時～正午	室生山上公園周辺 (室生181)

【催行日】原則第2土曜日 集合午前9時45分 雨天中止

【定員】15人(先着順) 【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴)

【参加費】500円(保険代含む) ※参加費は当日集金 【申し込み】下記のQRコード

※ワークショップには、参加費以外に材料費など実費を集金します

【持ち物】野外観察可能な服装(長袖、長ズボン、帽子、靴)、お茶、虫刺され対策など各自準備

※8月以降も開催予定

※天候やその他の事情で計画が変更される場合があります

問 宇陀市薬草協議会(商工業課内) (☎82・5874 / IP ☎88・9075)



申し込みはこちら

大和当帰苗の予約を受付します

問 宇陀市薬草協議会(商工業課内) (☎82・5874 / IP ☎88・9075)

市では、薬草を活用したまちづくり、薬草のまちを目指して薬草協議会が中心となって、大和当帰の栽培を進めています。

当帰苗の販売を行います。

栽培に興味がある方はご連絡下さい。

【対象】市内で栽培される方(※多数の申し込みがあった場合は、数量を制限する場合があります)

【配付価格】1本10円

【配付時期】4月上旬(予定)

【申し込み】3月13日(金)まで問へ

【受渡し場所】商工業課 市役所2階(予定)

初めて栽培される方でも1本から購入できますので、お気軽にお申し込みください。



大和当帰

セリ科の多年草で、根は冷え性や血行障害の改善、強壯、鎮痛剤などの漢方「当帰」として処方され、主に婦人科系疾患に効果があるといわれています。

近年では葉は食材としての使用が認められ、様々な活用方法が注目されています。大和当帰の葉を使用したうどんや飴、お茶といった食品として使用したり、入浴剤などといった食品以外のものにも活用できます。ぜひこの機会に大和当帰の栽培を始めてみませんか！



必要なとき、困ったときは電話してね！

そうだんのしゅるい	そうだんできる日	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]	3月4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)
	3月11日(水)	室生振興センター		
	3月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
	3月18日(水)	市役所(212会議室)		
人権相談	3月11日(水)	室生振興センター	9:00~12:00	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	3月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
消費生活相談窓口 [予約不要]	3月2日・5日・9日・12日・16日・19日・23日・26日・30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)
こころの健康相談 [要予約]	3月17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]	3月25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]	3月4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) 室生地域事務所 (☎92・2001 / IP ☎88・9182) 大宇陀地域事務所 (☎83・2251 / IP ☎88・9195) 厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
	3月11日(水)	室生振興センター		
	3月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
	3月23日(月)	榛原総合センター		
若者自立のための無料相談[要予約]	3月25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]	3月10日(火)	市役所(211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]	3月11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]	毎週火・水・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]	3月9日(月)	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) 榛原サンクシティ2階
精神科医による専門相談[要予約]	3月18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	

◇はい！こちら消費者相談窓口です◇

◆警察官のなりすまし◆

以前より市の職員を名乗る還付金詐欺の電話が横行していますが、近頃は「あなたの口座を調べる必要があります」「あなたが〇〇犯罪に関わっているという情報を得ました」などと警察官になりすましてかけてくる詐欺が横行しています。そんな犯罪絡みの内容で警察から個人に電話が入ることなど絶対にありません。一旦電話を切つて、必要ならば名乗った警察の本当の連絡先に確認する対応が望めます。あの手この手で劇場型詐欺はエスカレートする一方です。留守番電話を設定するなどひと呼吸置いて対処できる環境づくりを心がけましょう。

☎商工産業課(☎82・5874 / IP ☎88・9075)

社会教育活動「自主グループ」登録のご案内

市内生涯学習関連施設では、社会教育活動、文化振興活動の一環として、施設を定期的かつ継続的に使用する団体がグループ登録をして、グループの相互の協力に基づき、施設の使用の調整をして円滑な運営を図ることを目的として、「自主グループ」の登録受付を行います。

登録された自主グループが事業を実施する場合、施設の使用料は半額免除となります。

【対象施設】

- ①大和富士ホール 宇陀市生涯学習活動自主グループ
- ②中央公民館および各分館 宇陀市公民館活動自主グループ
- ③市文化会館 宇陀市文化会館活動自主グループ

【登録期間】令和8年4月1日(水)~令和9年3月31日(水)

【要件】次の全てに該当すること

- ・社会教育活動の一環として、各施設の設定目的に沿った活動を行うこと
- ・市内に在住・在勤する10人以上の会員で構成し、毎月定期的に自主的な活動を行うこと
- ・営利を目的としないこと
- ・特定の政党、宗教などと利害関係を持たないこと

【申し込み】3月15日(日)までに申請書と会員名簿を、利用される施設へ提出。申請書は各施設窓口にあります。※1.施設の休館日にご注意ください ※2.新たに自主グループを登録する場合は、上記期間に限らず、随時申請を認めるものとします

【登録後の諸注意】

- 次のいずれかに該当するときは、登録を取り消します。
- ・理由なく2か月以上、施設を使用しなかったとき
 - ・登録の要件を欠いたとき
 - ・その他、自主グループとしてふさわしくない行為があったとき

☎生涯学習課(☎82・3975 / IP ☎88・9364)
中央公民館(☎83・0551 / IP ☎88・9180)
(休館日:火・祝日)
文化会館(☎83・0977)(休館日:木・祝日)

みんなで自学自習を始めてみませんか

【会場】榛原小学校 多目的ホール

【参加費】無料

【対象】小学校1年生~6年生

【定員】20人(先着順)

【日時】4月より毎週月曜日 午後4時~5時

【指導者】菊岡 基益さん(元小学校教諭)

【締め切り】3月19日(木)

☎政策推進課

(☎82・3910 / IP ☎88・9094)

てんいち先生



東日本大震災から15年が経ちました。月日の流れとともに、防災への意識が少しずつ薄れてはいないでしょうか。あの震災が私たちに教えてくれたのは、備えの大切さだけではありません。自力で避難することが難しい人たち、いわゆる災害弱者への配慮が、命を守るうえで欠かせないという事実です。想像しましょう。非常事態の中で、足腰の弱いお年寄り、小さな子どもを連れた家族、言葉が十分に通じない外国の方が、どれほど不安を抱えるかを。情報が届かず、移動もままならない状況が想像できます。

まならず、孤立してしまう場面も少なくありません。そんな時に交わされる「大丈夫ですか?」という一言や、周囲の変化に気づくまなざしは、不安を和らげ、行動への勇気を生み出します。想像しましょう。自分がその立場だったら、どうしてほしいかを。思いを巡らせ、行動に移すことは、人権を守ることにつながります。誰も取り残さない街づくりは、日常の挨拶や避難訓練での気づきから始まります。私たち一人ひとりの想像力と行動力が、排除のない、安心して暮らせる地域への第一歩となるのです。



誰一人取り残さない未来

☎人権推進課(☎82・2147 / IP ☎88・9077)