

広報



UDA-NARA

うだ

4

2026年
(令和8年)

夜桜特集・・・・・・・・・・2
宇陀松山城 豊臣家と運命を共にした城・4
奈良県100年企業顕彰受彰・・・・8

表紙：にじゅうだ Instagram フォトコンテスト入賞作品

宇陀市 夜桜MAP

特集

市政ニュース

うだちから

子育て・病院

健幸プラザ

お知らせ

掲示板・うだちゃん



宇陀川桜並木

PICK UP



桜情報ははこちら



水分桜



2 西光寺



3 佛隆寺



4 岩端の桜



5 平井大師山

- …ライトアップ実施
- …桜スポット



宇陀市には、由緒ある寺社仏閣や山あいの風景などとともに楽しめる桜の名所が点在し、それぞれに趣の異なる春景色が広がります。夜にはライトアップされるスポットもあり、昼とはまた違った幻想的な美しさも楽しめます。春の宇陀を感じに、ぜひお出かけください。



PICK UP

宇陀市市制20周年記念事業 宇陀川桜並木ライトアップ

問 観光課

☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081

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や友達・恋人と「幻想的な夜桜」の世界にお越しください。

- 日時 3月28日(土) ～桜の見頃が終わる頃
- 場所 榛原下井足(榛原サンクシティ前) ～篠楽
- 駐車場 専用駐車場はございません。榛原駅近隣の有料駐車場等をご利用ください。

かりじ 狛路の桜まつり2026

～桜と川面と大和富士。万葉の雅に想いをはせる～

問 市観光協会(観光課内)

☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081

- 日時 3月28日(土) ～4月12日(日)
 - 場所 榛原下井足・篠楽
- 詳しくは、「広報うだ3月号」折込チラシをご覧ください

- 1 **【水分桜】** (菟田野古市場)
宇太水分神社近く、芳野川沿いの堤防に約100本の桜並木が続きます。
【見頃】 3月下旬～4月上旬
【駐車場】 観光駐車場あり(約55台)
 - 2 **【西光寺】** (室生31)
樹齢は約300年で、大野寺の桜の親木とも伝えられています。
【見頃】 3月下旬～4月上旬
【駐車場】 臨時駐車場あり(開花期間中)
 - 3 **【佛隆寺】** (榛原赤埴1684)
樹齢900年を超える県下最大最古の桜として天然記念物に指定されています。
【見頃】 4月上旬～中旬
【駐車場】 無料駐車場あり(約10台)
 - 4 **【岩端の桜】** (菟田野岩端)
芳野川沿い約1キロメートルにわたって連なる桜並木。谷間には色とりどりの鯉のぼりが泳ぎます。
【見頃】 3月下旬～4月上旬
【駐車場】 駐車スペースあり(約3台)
 - 5 **【平井大師山】** (菟田野平井)
大師山には数多くの山桜があり、美しい色合いで周囲を彩ります。
【見頃】 3月下旬～4月上旬
【駐車場】 無料駐車場あり(約5台)
- ※見頃は天候や気候により異なる場合があります
※路上駐車、私有地への無断駐車は、遠慮ください



(復元CG)

豊臣家と宇陀松山

宇陀松山城は、在地勢力の秋山氏が築いた山城を起源とし、「秋山城」と呼ばれていました。天正13年(1585)、豊臣秀吉の弟秀長が大和郡山城に入ると、宇陀は戦略的要衝として重視され、豊臣配下の武将たちが相次いで城主として送り込まれました。

伊藤義之、加藤光泰、羽田正親といった豊臣家の家臣たちが城主を歴任し、この時期に城の大規模な改修が進められ、豊臣の管理拠点として、「大和郡山城」「高取城」と並び大和国を三方から守護する豊臣政権の支配体制の一翼を担いました。

秀吉の没後は、関ヶ原の戦いを経て徳川配下の福島高晴が城主となりました。

高晴は城名を「松山城」と改め、城の改修と城下町の整備に尽力しましたが、大坂夏の陣において、高晴は豊臣方への内通を疑われ改易処分となり、幕府の命を受けた小堀遠州・中坊秀政によって、宇陀松山城は徹底的に破却(城割)されました。豊臣家の滅亡と同じくして、宇陀松山城もその運命を供にしました。(諸説あり)

- 南北朝時代 ● 阿紀神社の神職であった秋山氏が領主となり、古城山に「秋山城」を築く。そのふもとに城下集落をつくる。
- 天正13年(1585) ● 豊臣秀長が大和に入る。秋山氏退去。伊藤義之、宇陀に入部。
- 天正14年(1586) ● 加藤光泰、宇陀に入部。
- 天正16年(1588) ● 羽田正親、宇陀に入部。
- 永禄元年(1592) ● 多賀秀種、宇陀に入部。かたばみ文(多賀氏の家紋)が入った鬼瓦が出土していることから、大規模な改修を行ったと考えられる。
- 慶長5年(1600) ● 関ヶ原合戦後、福島高晴が宇陀に入部。「松山城」と改める。
- 慶長20年(1615) ● 福島氏が改易。その後、宇陀松山城が小堀遠州・中坊秀政によって破却(破城)される。

奈良 御城印 周遊企画

※無くなり次第終了となります

▲詳しくはこちら

4か所全ての御城印を集めた方にスペシャル御城印をプレゼント!

<p>郡山城</p> <p>販売場所</p> <p>柳沢文庫(郡山城跡内)</p> <p>／大和郡山市観光協会</p>	<p>高取城</p> <p>販売場所</p> <p>高取町観光案内所</p> <p>夢創館</p>	<p>宇陀松山城</p> <p>販売場所</p> <p>まちかどラボ</p>	<p>長谷寺</p> <p>販売場所</p> <p>長谷寺本堂東側に</p> <p>ある納経所(御朱印所)</p>
--	--	---	--

ガイドおすすめ!!

豊臣家の歴史が残る宇陀松山を巡ってみましょう!

宇陀松山歴史散策コース

宇陀市観光ボランティアガイドの会 会長 藤本勝也さん

道の駅宇陀路大宇陀

↓ 約5分

まちかどラボ

↓ 約30分

宇陀松山城跡

↓ 約15分

春日神社

↓ 約20分

松山西口関門(黒門)

↓ 約30分

宇陀松山会館

↓ 約7分

道の駅宇陀路大宇陀

ボランティアガイド申し込みはこちら

ロゴ、使ってみませんか?

豊臣家ゆかりの地である「宇陀松山」の魅力を広く発信するため、どなたでも無償で利用できるオリジナルロゴマークを作成しました。

■ご利用の流れ

- 市ホームページ掲載の申請フォームに必要事項を入力し、送信
- 送付されたロゴマークデータをダウンロード
- ロゴマークを使用した物品が完成後、速やかに市ホームページに掲載の報告フォームに必要事項を記入し、完成品写真等を添付のうえ、送信

ホームページ

TSUWA-MONO SPIRITS

4月1日から市役所の窓口が変わります

こども家庭センターが新設

問こども家庭センター (☎ 97・9077)
榛原下井足 105-1

母子保健「たまひよ」	伴走型相談支援、妊娠の届出、母子保健教室、乳幼児健診 等
子育て支援「すくすく」	プレイルーム開放、育児相談、駅前託児「ぼかぼか」、サークル支援、親子教室の開催、ファミリー・サポート・センター 等
家庭児童相談「すまいる」	子ども・家庭の相談支援、児童虐待や養育等の相談支援、要保護児童対策協議会、ヤングケアラー対策 等

健幸プラザに健康増進課が移転

問健幸プラザ (☎ 82・2100)
榛原下井足 49 番地の 1 棟 棟原サンクシティ 2 階

こども家庭センターの新設に伴い、健康増進課の母子保健はこども家庭センターへ移転します。

健康増進課は健幸プラザに移転し、予防接種(こども・高齢者)、健幸ポイントの参加賞交換、各種検(健)診申し込み、不妊治療助成金等の手続きを実施します。

生涯学習課に国民スポーツ大会準備室を設置

令和 13 年度に奈良県で開催予定の国民スポーツ大会に向けた準備のため、生涯学習課内に準備室を設置しました。
問生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

～行政サービスの質と財政運営の将来を見据えた量の改革の実践～

第 5 次宇陀市行政改革大綱を策定しました

ID 0022299



▲金剛市長に答申書を提出された行政改革推進懇話会の鶴谷会長(中央)と杉本副会長(右)

問行政経営課 (☎ 82・3632 / IP ☎ 88・9084)

市では、令和 8 年度から令和 12 年度までの 5 年を推進期間とした第 5 次宇陀市行政改革大綱を策定しました。

第 5 次宇陀市行政改革大綱の基本事項

1 基本理念

行政サービスの質と財政運営の将来を見据えた量の改革の実践

2 基本方針

【行政運営面】

1. 急激な時代の変化に適応できる行政運営の展開
人口減少、少子高齢化及び物価高騰による影響など社会情勢が大きく変化する中、サービスの質を維持するため市民の利便性と職員の事務効率の向上に向けた取り組みを活性化させ、時代の変化に適した持続可能な行政運営を推進します。

【財政運営面】

2. 選択と集中による規律ある財政運営の確立
安定的な財政運営のため、選択と集中による事業運営の見直しに取り組み、財政的な自立を目指し健全化を図ります。

3 重点取組項目

【行政運営面】

- (1) 多様なニーズに適した自治体 DX の活用
- (2) 行政と地域が連携し協働することで支えるまちづくり
- (3) 生産性向上に向けた働き方改革

【財政運営面】

- (1) 実態に即した堅実な財政運営の実現
- (2) 積極的な歳入の確保による財源の創出
- (3) 民間活力とファシリティマネジメントの推進

行政改革とは

現在の行政運営を見直し、行政サービスの利便性の向上、事務の効率化、財政の健全化(経費の削減や歳入の確保)などを通じて、時代に即した効率的で質の高い行政サービスを提供し続けるための取り組みです。

第 5 次宇陀市行政改革大綱

策定に際しては、行政内部の各部署との横断的な協議を経たのち、市民の方々で構成される宇陀市行政改革推進懇話会に諮問し、慎重審議を踏まえて、2月20日(金)に答申を受け策定しました。

今回の大綱では、第4次宇陀市行政改革大綱の取り組みを継承するとともに、推進に遅れが生じた部分の見直しと新規取り組みの追加による刷新を図り、災害等の不測の事態に備える財政調整基金の残高を回復させ、時代の流れに適した柔軟な行財政運営を確立することで、行政サービスの質の向上と未来へ負担を先送りしないことを目指し、不断の行政改革を推進します。

第 5 次宇陀市行政改革大綱実施計画書

今回の実施計画書は、大綱に掲げる基本理念に基づき、山積する行政課題の解決に向けて的確に対応することができる持続可能な行財政運営の確立を目指して策定しました。

今後の宇陀市の財政状況は、まだまだ厳しいことが予想されますので、行政改革の実施にあたっては、適宜取組の進捗状況を十分に検証し、必要に応じて実効性の高い内容に修正することで、改革の速度を遅らせることなく成果を挙げられるように取り組んでまいります。

市民の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

第 5 次宇陀市行政改革大綱及び実施計画書は、市ホームページでご覧になれます。



叙勲受章おめでとうございます

旭日単光章



高橋 重明さん
(元宇陀市議)

問秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083)
高橋さん(榛原天満台)は、平成 11 年の榛原町議会議員から、15 年という長きにわたり議会議員として、宇陀市の行政に携わり、住民の生活環境の整備や教育、福祉の向上に尽力され、市の発展に貢献されました。
現在もこれまでの経験を生かし、地元の方からの相談や自治会・老人会での活動など、引き続き地域のために活動されています。

チエンソー整備および

間伐講習会

宇陀市森林組合および付近の山林で、宇陀林業振興協議会による「枝打ち・間伐講習会」が開催され、約 50 人が参加されました。
午前の整備講習会では、刃の目立てや点検方法などの講習を受けました。その後、持参したチエンソーの点検やヤスリを使って刃の手入れを行いました。
午後の間伐講習会では、間伐が必要な木の見分け方や、林業で使えるロープの結び方について学習しました。また、森林組合職員による間伐の実演があり、大木が倒れる瞬間の震動はとて無事に講習会が終わり、「大変実用



問農林課 (☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090)
的なことを学ぶことができた」と参加者は満足されていました。

奈良県100年企業顕彰

受彰おめでとうございます

問 商工業課
TEL 5874 / IP 88・6075

令和7年12月17日(水)、奈良県庁において、奈良県100年企業顕彰式が行われました。この奈良県100年企業顕彰は、幾多の困難や時代の変化を乗り越え、長年にわたり企業活動を行い、奈良県経済の振興や発展に貢献した県内企業を顕彰するもので、市内から次の4企業が受彰されました。



代表取締役会長
池田 宗義氏

【株式会社池田工業社】 明治35年(1902)創業 ※創業123年
・創業から現在まで
明治35年(1902)に農具を扱う商いとして創業。自転車用耐風灯(商品名:ニコニコランプ)や餅焼き網などの家庭用品、金網製の蛍かごを製造し、全国に販売。その後は、樹脂製の虫かごや虫捕り網などのメーカーとして、ホームセンターをはじめとする量販店への販路開拓に傾注し、市場やお得意先のニーズに応えながら、現在の玩具メーカーへと変容されました。現在も、子どもだけでなく、より多くの方々に喜んでいただける商品づくりに挑戦し続けておられます。

・受彰のコメント
これまで事業を支えてくださった多くの従業員をはじめ、地域の皆様に心より感謝申し上げます。これからも、世界中の方々に笑顔と感動をお届けできる企業を目指し、精進してまいります。



代表取締役
黒川 伸一氏

【株式会社黒川本家】 元和元年(1615)創業 ※創業410年
・創業から現在まで
江戸初期の元和元年(1615)、京都にて吉野より葛根を取り寄せて葛粉を作られたのが始まりとされています。その後、大和国松山藩(現在の奈良県宇陀市大宇陀)に移り住み、本格的に本葛作りを始められました。葛作りに恵まれた自然環境のもとでつくり出す本葛粉は大和松山藩主であった織田伊豆守長頼から「当代随一」と評されました。創業以来ほとんど変わらない伝統の製法で、純良・高品質な「本物の味」を今も守り続けられています。

・受彰のコメント
創業以来、地域の皆様や伝統製法を受け継いだ地元の従業員に支えられて今日に至っております。今後も、葛を通じて宇陀の魅力を発信できるように努力していきたいと思っております。



代表取締役
藤岡 繁壽氏

【株式会社藤岡勇吉本店】 明治16年(1883)創業 ※創業142年
・創業から現在まで
嘉永7年(1854)、藤岡治右衛門翁氏が前身である藤岡商店を設立し、明治16年(1883)に初代藤岡勇吉氏が天然繊維の製造・卸売業を創業。激動の時代の中幾多の困難を乗り越え、受け継がれた「心」と「技」を守りつつ時代に沿った「技術開発」と「ものづくり」に真摯に取り組んでこられました。地域の皆様、取引先各社、従業員に支えられ、多種多様なお客様のニーズに応えた商品を届けられています。

・受彰のコメント
今日までご高配賜りました皆様に深謝申し上げ「200年企業」を目指して精進して参りますので、今後とも変わらぬご指導ご鞭撻のほどをお願い申し上げます。



代表取締役
森野 藤助氏

【株式会社森野吉野葛本舗】 16世紀半ば創業 ※創業470年余り
・創業から現在まで
創業以来、吉野に始まり今は宇陀のゆたかな風土に支えられ、吉野葛づくりに取り組まれてきました。伝統を単なる継承とせず、時代に応じて磨き続けることで「本物」の価値を守ってこられました。先人の知恵と自然の恵みが詰まった「吉野本葛」。その可能性を広げながら、これからも未永く重宝される製品を届け、この地域の誇りとなれるように、これからも吉野葛づくりを続けていければ幸いです。

・受彰のコメント
受彰を励みに、宇陀の風土が育む伝統を磨き、本物の吉野葛を次世代へとつないでいく決意です。



花いっぱい運動
暖かな日差しの中、今年も大宇陀青少年健全育成協議会が中心となって「花いっぱい運動」を行いました。花植え作業は、プランターにジュリアンを3苗ずつ植え、大宇陀地域の5つの施設①宇陀高等学校(大宇陀学舎)②大宇陀中学校③大宇陀小学校④大宇陀こども園⑤大宇陀グループホームラガールに20個ずつ配りました。この運動を通して家庭・学校・地域が連携し、未来を担う子どもたちの健全育成に寄与できたらと考えています。

第98回 選抜高等学校野球大会 出場

問 生涯学習課
TEL 3075 / IP 88・9364

市内出身の山京佑くん(高校2年生)が所属する山口県の高川学園高等学校野球部の第98回選抜高等学校野球大会出場が決定しました。
以前、お兄さんも高川学園から甲子園に出場しており、「兄弟揃って同じ高校から甲子園に出場する」という京佑くんの夢が実現されました。甲子園出場、本当におめでとうございます。今後も活躍を期待しています。



「昭和百年カラオケ大会」で 天童よしみ賞受賞!

問 生涯学習課
TEL 3075 / IP 88・9364

市内在住の山功樹くん(中学2年生)が、東京都で開催された「天童よしみ『昭和百年』カラオケ大会」で、見事天童よしみ賞を受賞されました。
小学生の時からファンクラブに入るほど天童よしみさんのことが大好きだそうです。
また、演歌以外にも、民謡、日本舞踊、三味線なども習っているそうで、今後の幅広い活躍が楽しみです。本当におめでとうございませぬ。



奈良県美術 展覧会で入賞

問 生涯学習課
TEL 3075 / IP 88・9364

令和7年12月11日(木)から21日(日)、奈良県立美術館にて第76回奈良県美術展覧会が開催されました。
この展覧会は芸術に対する関心を高め、文化の振興と交流を図ることを趣旨として開催され、市内からは次の方が「彫刻」「書芸」の部で入賞されました。今後も活躍を期待しています。

【入賞者】(敬称略)

賞名	氏名	部門	作品タイトル
知事賞 ・あなたが選ぶ作品賞*	もみじ家 鯉太郎	彫刻	親子
奈良県教育委員会 教育長賞	森川 幸恵	書芸	花

*あなたが選ぶ作品賞・・・12月11日・12日の来館者の投票により決定

県学校給食献立コンテスト 奈良県教育長賞受賞

問 学校給食センター TEL 3113

県内の栄養士が、季節感、地産地消、食文化、栄養価、減塩等その時々課題に応じた自慢の献立を提出した中から、季節彩り賞・サンシャイン地産地消費賞・食文化継承賞・減塩アイデア賞・栄養満点で賞の5つの賞を、奈良県学校給食栄養研究会が設定し表彰をしています。

その中で、市給食センターの松生栄養士が考えた献立が食文化継承賞に選ばれ、2月26日(木)の奈良県学校給食栄養研究会で、昨年度に続き「奈良県教育長賞」を受賞しました。
献立は、10月24日(金)、市内小中学校と幼稚園の給食に提供されました。



▲給食献立QR

学校部活動の大きな転換期

～「学校教育の一環」から「生涯学習」へ～

生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

これまでの中学校部活動は、自主的な取り組みを通じて学習意欲の向上や責任感、連帯感、社会性の育成に大きく貢献してきました。しかし現在、部活動を取り巻く環境は深刻な課題に直面しています。

- ① 少子化の影響：生徒数の減少により、単独校でのチーム編成が難しくなり、廃部や休部を余儀なくされるケースが増えています。
- ② 指導体制の課題：教員数の減少により、未経験種目の指導など顧問としての負担が増大しており、今まで通りの運営を維持することが困難になっています。

こうした背景から、奈良県の方針に基づき、**令和8年度より休日の教員による学校部活動は廃止**されることとなりました。



新たな受け皿「宇陀クラブ」

生徒たちが将来にわたって「やりたいこと」を続けられる環境を守るため、市では地域クラブ「宇陀クラブ」を立ち上げ、休日のスポーツ・文化活動の機会を確保する取り組みを進めています。

学校と地域が連携し、自校の枠を超えた多様な選択肢を提供することで、子どもたちの健やかな成長を社会全体で支えていきます。

安心して活動に参加できるよう、以下のガイドラインに沿って運営します。
 ○活動日時：休日（土日祝）に週1回3時間、1か月に2～3回程度。
 ○活動場所：市内中学校、県立高校、公共施設（総合体育館等）を活用します。
 ※普段通っている学校以外の場所で活動する場合もあります

活動のルール

活動種目

市では令和6年度から段階的に実証事業を進めてきました。令和8年度からは、新規追加の種目を中心に活動を本格化させます。※準備の整った種目から順次、活動を開始します

【継続種目】

陸上競技・剣道・卓球・ウェイトリフティング・自転車競技



【新規追加（令和8年度予定）】

軟式野球・バスケットボール・バレーボール・吹奏楽・ソフトテニス・バドミントン



あなたの力を子どもたちの未来へ （指導者募集）

「宇陀クラブ」では、子どもたちの活動を支援くださる指導者を募集しています。これまでの経験や専門的な技術を活かし、子どもたちのために「技術と想いと時間」を少し分けていただけませんか？

- ・登録方法：「宇陀市指導者登録バンク」より登録をお願いします。
- ・詳細：市ホームページをご覧ください。



第2回 千年未来塾開催

問 政策推進課

(☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

2月28日（土）、榛原総合センターで第2回千年未来塾を開催しました。市出身で米国を拠点に活躍する起業家・藤田浩之さんと市民が「挑戦が続く地域とは何か」をテーマに対話。

宇陀の農業や山林など地域資源の価値や、小さな実験を重ねることの大切さが共有されました。参加者からは運営に関わりたいとの声も上がりました。

なお、千年未来塾は藤田さんのご提案とご厚意により開催しており、藤田さんの帰国に合わせて実施しています。

○第3回の開催予定
 【日時】4月5日（日）午後1時～
 【場所】榛原総合センター

令和7年度 きのこ栽培技術研修会

問 農林課

(☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090)

奈良県東部農林振興事務所主催のきのこ栽培技術研修会が農林会館で開催され、約40人が参加されました。

午前は、きのこの基礎知識、シイタケ、ナメコ、クリタケの原木栽培の講義と、配付されたほだ木にドリルで一定間隔の穴を開け、ナメコの植菌作業の実習を行いました。

午後からは、別のほだ木にシイタケ、クリタケの植菌作業の実習を行い、無事に研修会は終わりました。「数年後生えてきたきのこを食べるのがとても楽しみです」と満足されていた参加者。きのこ栽培への挑戦は続きます。



手話への扉

問 介護福祉課

(☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

第69回

今年度は、いろいろなお店で使う手話を掲載します。ぜひ覚えてください。今月は「お花屋さん」です。

花 色 赤



曲げた両手の指先と手首をつけ、手首を軸にして指先を左右へ開く
 つまんだ両手5指の指先をつけ、互いの手を逆方向へひねる
 右の人差し指をくちびるにあて右に引く

ピンク 黄色 きれい プレゼント



両手を軽く曲げて、指先と手首をつけ合わせる
 直角に開いた右手2指の親指を額につけ、人差し指を左上へ倒す
 左手のひらを右手のひらでなでながら、素早く右方へ動かす
 左手のひらの上方向きの右手2指を置き、同時に前へ出す

うだちから

「うだちから」とは、宇陀に由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。
 市民協働課 ☎82・2130/IP ☎88・9085

植えでは栽培方法のポイントが紹介され、参加者は思い思いの植物を選んでいました。アロマスプレー講座では、ラベンダーやローズマリーなど身近な精油の効能を学び、好みの香りをブレンドしたスプレーが完成しました。作業の合間にはお茶も振る舞われ、参加者同士の交流も深まりました。

おおうだ南部地域まち協では、2月21日(土)、23日(月・祝)に伝統行事「かき餅作り」を実施しました。洗米から浸けこみ、つき、寝かし、切りまで4日間におよびますが、今回は、二日目の「かき餅つき」と四日目の「かき餅切り」を行いました。参加者は、手慣れた様子で、もちを切り、ひもで編み、和気あいあいと作業を進めました。近年は、「かき餅切り器」



▲うまくレイアウトできました

を導入したことにより、かつて包丁で行っていた作業が効率化され、より安全でスムーズな作業が実現しました。最後には吊り終えたかき餅の短冊を前に記念撮影を行い、地域のつながりを再確認するひとときとなりました。

それぞれのまち協の取り組みは、地域の温かさ人と人とのつながりを感じられる催しとなりました。

講師を務めていただいた曾爾村教育委員会教育長の山本雅則さんより、当時の記録を基にした講演を行っていただきました。

宇陀松山藩の参勤交代に焦点を当てつつ、人々の暮らしや背景を詳しく解説。参加者は身近な地域に潜む歴史に改めて興味を持つとともに、昔の奮闘や文化に思いをはせる時間を楽しまれました。特に宇陀松山藩は、初代当主が織田信長の次男・織田信雄であったことから、歴史好きな参加者にとっても非常に魅力的な内容となりました。



▲パネル展示も参考になりました

1 地域のつながりを育む「健康推進講座」と「かき餅作り」

上龍門地域まち協
 おおうだ南部地域まち協
 2月22日(日)、上龍門地域まち協では、「健康推進講座」を開催しました。「人と会い、話し、笑うことが健康づくりの基本」とのあいさつがあり、会場は温かな雰囲気になりました。今回は、多肉植物の寄せ植えとアロマスプレー作りの二本立てで実施。寄せ



楽しい協働作業！
 各まちは、当てるもの、ポップコーン、おでん、豚汁、焼き芋とそれぞれの得意分野を活かしながらの出店。猿回しが始まる夕方には沢山の人が会場が埋まり、大いに賑わっていました。



▲参勤交代を詳しく説明している様子

講演会終了後、参加者からは「この地域にこんなに深い歴史があるとは知らなかった」「大変有意義な時間だった」という感想が多数寄せられ、次回の開催を期待する声までいただきました。

地域の歴史を知ること、その土地への愛情や誇りを育む素晴らしい機会です。歴史に触れることで、参加した方々は新たな発見をしたことと思います。

3 イベント企画回で出店

榛原地区まち協／東榛原まち協／大王地区まち協／伊那佐地区まち協
 2月10日(火)、榛原恵比寿神社前の榛原きずな広場において、榛原きずな広場実行委員会の主催により開催されたイベントに各まち協が出店しました。

この日は、榛原初えびすの開催日で、榛原地域では昔から最も寒さが厳しいといわれている日でしたが、幸いにも穏やかな天気恵まれました。



各まちは、それぞれの地域で活動していますが、このような機会をいかにして、お互いの情報交換等を行い、今後の活動の参考とする有意義な時間となりました。



▲東榛原まち協



▲大王地区まち協



▲伊那佐地区まち協



▲榛原地区まち協

田口地区まち協からのお知らせ

室生漁業組合あまご解禁
 ▶解禁日 4月12日(日)夜明け
 ▶放流場所 宇野川橋～黒岩口
 ▶遊漁券発売所 オートキャンプ場事務所
 事前に連絡願います
 松井方 ☎090・7697・0678
 北脇方 ☎090・1588・6333



桃の花も咲き始めました。きれいな花なので、生け花にする人もいるでしょう。採集した桃の花弁を、十分乾燥してコーヒーマルやすり鉢などで粉末にし、同量の小麦粉と少量の水を混ぜて練りまします。皮膚に塗って乾燥後に洗い落とせば、染み、そばかす、にきびなどをなくすことができます。効果のある方法なので試してみてください。

桃の花の効果をこれだけではありませぬ。花弁の粉末を1〜2g服用すると、強い下剤となるとともに、強い利尿剤にもなります。花弁やつぼみを、砂糖漬け

や塩漬けにしておき、食事のときにいただく便秘も解消します。また、桃の花を酒に入れて花酒を作るか、花弁をご飯と麴に混ぜて甘酒を作ると、効果のよい美味しい飲料になります。

桃の花弁は、古くなると効果がなくなるので、毎年新しい花弁を集める必要があります。

一方、花弁の強烈な効果とは対照的に、桃の葉は体に優しい消炎剤となります。湿疹、おむつかぶれ、肌荒れ、あせもなどにも葉を煎じた液で洗うか湿布すると効果があります。



※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

商工産業課 ☎82・5874 / IP ☎88・9075

宇陀市立病院から

病院の休診日：
土・日・祝日・年末年始

外来診療日程表(4月1日現在)

診療科	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	3診	呼吸器内科 徳山・櫻井/ 腎臓外来 井上(午後)	中川	丸山	久保	浅田
	4診	永富	松島	森田	野木	信岡
	5診				勝又	
	初診	森田	中村	羽角/井上(午後)	信岡	杉浦
整形外科	2診	木村 (予約外・一部 予約含む)	中山 (予約外・一部 予約含む)	江川 (予約外・一部予 約含む)	午前:江川 (予約) 午後:森本 (術後予約)	辻村
	3診	石崎 (予約)	角能	石崎	門野 (予約)	井上 (予約外午前のみ) (一部予約含む)
	5診	川上 (予約外・一部 予約含む)	(ペイン クリニック)	倉田 (予約外午前のみ) (一部予約含む)	奥本 (予約外・一部 予約含む)	角能 (予約)
眼科	午前	安森	安森	安森	安森	安森
皮膚科	午前	西村	橋本	小野寺	米田	戸次
脳神経内科	午前1診	休診	休診	鈴木		小林/清水

※前月より変更があった診療科のみ掲載しています。(緑色の字が変更箇所)

個室使用料・文書手数料(一部)の変更 (3月号再掲)

4月1日(水)より個室使用料・文書手数料について、新料金に改定させていただきます。

注) 表示はすべて税抜金額です

個室使用料		旧料金	新料金
		1床室(シャワーなし)	1日につき 5,000円
1床室(シャワー付き)		1日につき 7,000円	1日につき 9,000円
文書手数料	普通診断書	1,500円	2,000円
	死亡診断書	3,000円	3,000円
	入院証明書	3,000円	5,000円
	恩給診断書	3,000円	3,000円
	身障診断書	2,000円	2,000円
	自賠責診断書	3,000円	5,000円
	自賠責明細書	3,000円	3,000円
	その他の文書証明	1,000円	1,000円

医師の退職および採用について

- ◆ 3月31日付退職
 - ▶ 医師 松本 啓佑 (整形外科)
- ◆ 4月1日付採用
 - ▶ 医師 信岡 司 (内科)
 - ▶ 医師 石崎 歩 (整形外科)
 - ▶ 医師 角能 遼星 (整形外科)

職員募集

- 薬剤師(パート) 1人
- 看護師(正規職員・職務経験者) 1人
- 看護師(パート・夜間) 3人
- 看護助手(パート) 1人
- 医師事務作業補助者(パート) 1人

▶ 詳しくは QR コードをご覧ください。



宇陀市立病院 ☎82・0381

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

今月の こども家庭センター

☎97・9077

♪♪ みんなで楽しく子育てしませんか♪♪ (榛原下井足105の1)

子育て支援 すくすく

ID 000019

4月 すくすくカレンダー

日	月	火	水	木	金
			1	2	3
		開放中止		プレイルーム 開放開始	
6	7	8	9	10	
					親子教室受付終了
13	14	15	16	17	
20	21	22	23	24	
					親子教室受付終了
27	28	29	30		

★ → つどいのひろば(健康ポイント事業) 時間: 午前10時~11時

📖 → お話の日 🎵 → リズムの日(健康ポイント事業) 時間: 午前10時30分~11時

○親子教室の募集については、25 ページのお知らせ
コーナーをご覧ください。

子育てサークル募集

【対象】 市内在住の就学前の乳幼児とその保護者
【日時】 月~金曜日 (祝日は除く)
午前9時~正午、午後1時~4時
【年間登録料】 お子さん 一人 200円
※親子3組以上からサークルを作ることができます
※活動内容につきましては、相談に応じます

プレイルーム開放※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。

【対象】 市内在住および里帰りの就学前の乳幼児
と保護者

【日時】 月~金曜日(祝日は除く)
午前9時~午後4時

つどいのひろば※申込不要

市内のこども園で遊びや交流の場を提供します。
【時間】 午前10時~11時

母子保健 たまひよ

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	24日(金)	令和8年3月生まれの児の 保護者	こども家庭 センター	午前10時

乳幼児健康診

内容	実施日	対象者	場所	受付時間
4か月児健康診査	15日(水)	令和7年12月生まれの児	市立病院	時間を分けて 実施個別に 案内します
10か月児健康診査		令和7年6月生まれの児		
1歳6か月児健康診査	23日(木)	令和6年9月生まれの児	こども家庭 センター	
2歳児歯科健康診査		令和6年3月生まれの児		
3歳児健康診査		令和4年10月生まれの児		

〈保健センター〉

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市” 健康ポイント事業 “毎日の健康づくりでポイントを貯めて当よう！”

健康づくりの自主的な取り組みや健診受診、健康講座などに参加することで、ポイントを貯め応募する健康ポイントカード。令和7年度応募総数は2478枚で、抽選の結果、特賞の空気清浄機7人、ウェルネスシティ賞のウッピー商品券200人、Wチャンス賞30人、協賛企業賞173人の方がご当選されました。令和8年度も健康ポイント事業を継続して実施します。まだ応募されていない健康ポイントカードは令和8年度も引き続きお使いいただけます。健康づくりに楽しく取り組んで健康な体とポイントをダブルGet！しましょう。
【問い合わせ先】保健センター（☎82・2100）

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種の費用助成事業の変更について

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種について、20種類の血清型に対応し、より高い予防効果と長期間の免疫持続が期待される「結合型ワクチン」に変更されることに伴い、4月1日より右記のとおり変更となります。※既に案内が送付されている方も右記のとおり変更となりますのでご注意ください。

	変更後	変更前
使用するワクチン	沈降20価肺炎球菌結合型ワクチン	23価肺炎球菌荚膜ポリサッカライドワクチン
自己負担金	3,500円	2,000円
接種方法	筋肉内に接種	皮下または筋肉内に接種

高齢者带状疱疹予防接種

重症化予防のため、高齢者带状疱疹予防接種の助成を行います。

【対象者】対象の方には個別にご案内を郵送します（※過去に带状疱疹予防接種を接種された方は原則対象外）令和9年3月31日現在で以下に該当する方

- ① 65、70、75、80、85、90、95、100歳の市民
- ② 60歳以上65歳未満でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい有する市民（厚生労働省令で定める者）

【接種期間】案内到着後～令和9年3月31日

【接種回数】組換えワクチンは1人2回

生ワクチンは1人1回

【自己負担金】組換えワクチンは1回7,000円

生ワクチンは3,000円

【接種場所】市内医療機関

【申し込み方法】原則として市内医療機関へ

【問い合わせ先】保健センター（☎82・2100）

令和8年度のがん検診の申し込みは…

今月号の広報折込「令和8年度 がん検診のお知らせ」を参照してお申し込みください。申し込みは、4月1日（水）から受け付けます。

検診専用ダイヤル ☎82・2030

※宇陀市国民健康保険に加入されている方には、封筒で案内が届きますので、そちらでお申し込みください。

うだウェルネス健康ナビ 検索



※胃カメラ検診はWEBからは申し込みできません

令和8年度 健康ポイント事業 協賛企業を募集します

☆健康ポイント事業を 応援して下さる商店・事業所等を募集☆

市民の皆さんの健康づくりを推進する「健康ポイント事業」にご協力いただける商店や事業所等を募集します。ポイント事業の記念品として商品などをご提供・協賛いただける場合、事業所等の名称、商品等をチラシや市ホームページ内で紹介します。応募は4月末まで。

【問い合わせ先】保健センター（☎82・2100）

Cooking

野菜たっぷり クッキング *レシピ*

にんじんごはん（こども園メニュー）

【材料】（2人分）

- 米…2合、にんじん…150g、ごま油…大さじ1、塩…小さじ1/3、しょうゆ…小さじ1強、黒ごま…大さじ2

【作り方】

- ①米は洗い、普通の水加減で炊く。
- ②にんじんはみじん切りにし、下茹でする。



にんじんごはん

- ③熱したフライパンにごま油を入れにんじを炒め、塩・しょうゆを入れる。
- ④ごはん③と黒ごまを入れて混ぜる。

健幸プラザからの おしらせです！

4月からこども家庭センター開設に伴い、市役所健康増進課にて実施していました予防接種（こども・高齢者）、健康ポイントの参加賞交換、各種検（健）診申込、不妊治療助成金等の手続きにつきましては、健幸プラザにて実施します。

問うだ健幸プラザ（榛原サンクシティ2階）

☎82・2100 / FAX82・2104

〈医療介護あんしんセンター〉

みんなで防ごう高齢者の詐欺被害

県内の令和7年中の詐欺被害のうち、特殊詐欺被害は323件で約23億円、SNS型投資・ロマンス詐欺が212件で約34億円になっています。高齢者を狙った巧妙な手口も増えているため、だまされたことに気づいていなかったり、家族に迷惑をかけたくないという思いから、被害を訴えない方もいます。あなたの周りで「もしかして？」と感じる友達や家族はいませんか。普段の会話を通じて日頃から家族や周囲の方で声をかけ合い、被害を防ぎましょう。

実際にあった被害

「捜査に協力してください」

警察を装い「あなたの名義が悪用されています。犯人を逮捕していますが、共犯者がいるので捜査に協力してください。極秘捜査のため絶対に他の人に言わないでください」と周りに相談できないように口止めをしたうえで、捜査のためと言って、数回に分けてATMから現金を引き出させ、自宅のポストの下など人目につきにくいところに置いておくように指示し、現金をだまし取るという詐欺です。警察官や検察官などと名乗って入れ替わり電話をかけてきて、被害者を信用させる詐欺手口です。

息子をかたる オレオレ詐欺も急増



「2時間後に電話が止まります」

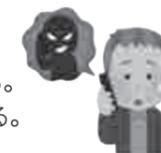
自宅の固定電話にNTTを名乗る自動音声で「支払いが未納です。2時間後に電話が止まります。オペレータと話す方は1を押してください」とのアナウンスが流れ、それに従うとオペレータにつながり、個人情報聞き出ししたり、高額な契約を迫ったりする詐欺手口です。

被害にあわないための対応策

- ・「+18〇〇……」などの国際電話、見たことのない桁数の電話には出ない。
- ・不安に思ったときは、すぐに家族や周りの方、警察等へ相談する。
- ・「おかしい」「怪しい」と思った時点で電話を切る。
- ・『この電話は録音されます』と電話がつながる前に自動音声流れる防犯電話にする。
- ・国際電話不取扱受付センターに休止の申し込みをして、海外からの着信・発信を止める。

【国際電話不取扱受付センター】☎0120-210-364（通話料無料）

オペレータ案内 平日：午前9時～午後5時 自動音声案内平日、土日祝24時間



認知症サポーター養成講座を開催しました

榛原山路の地域の方へ認知症サポーター養成講座を行いました。講座では、認知症やその症状について学び、理解を深めました。宇陀市キャラバン・メイトでは、ご依頼があれば認知症サポーター養成講座を開催します！詳しくは問へ。



市では、認知症サポーター養成講座に加えて、認知症の方やそのご家族がホッと息抜きして、心を軽くできるよう、参加者同士で話をする事ができるオレンジカフェも開催しています。お気軽に問へご連絡ください。

訂正

広報うだ3月号「オレンジカフェのご案内」にてグループホームラガールの電話番号を誤って記載しておりました。正しくは下記の通りです、お詫びして訂正いたします。
誤：電話：84・2950 正：電話：83・0088

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。

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

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)

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
- ② 広報誌のID番号を確認
- ③ 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
- ④ 「表示」を押せば詳細情報を見ることが出来ます

詳しくは下記のQRコードをご確認ください



Life&Environment
くらし・環境

国民年金学生納付特例制度

学生納付特例制度とは、前年所得(前年所得の目安 128万円+扶養親族等の数×38万円+社会保険料控除等)が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。保険料を納められないときは、未納のまま放置せず学生納付特例を申請しましょう。

事務所で手続きください。また、令和7年度に学生納付特例制度により保険料を猶予されている方で、引き続き令和8年度も在学予定の方には、日本年金機構よりハガキ形式の「国民年金保険料学生納付特例申請書」が自宅に届きます。申請書に必要事項を記入してポストに投函すること、令和8年度の申請をすることが出来ます。この場合、添付書類は不要です。

ただし、在学している学校等に変更がある方については、このハガキで申請することはできませんので、通常の申請書に在学証明書等を添付して申請することになります。

問 日本年金機構 桜井年金事務所
☎0744・42・0000
☎82・3672 / IP ☎88・9086

「子ども・子育て支援金制度」が開始されます

「子ども・子育て支援金制度」は、少子化・人口減少が危機的な状況にある中、全世代や企業の皆さんから支援金を拠出していただき、それを基に児童手当の拡充など、子ども・子育て世帯に対する給付の拡充を図ることで、子育て世帯の負担を軽減し、少子化トレンドの反転につなげていける

よう社会全体で子どもや子育て世帯を応援する制度です。

なお、拠出したたく支援金は、令和8年4月分から医療保険料(税)とあわせて拠出したこととなりますが、実際に徴収が開始される時期は加入する医療保険によって異なりますので、ご加入されている保険者にご確認ください。

問 保険年金課
☎82・3672 / IP ☎88・9086

後期高齢者健康診査のご案内

疾病の早期発見や重症化予防のため、健康診査を受診しましょう。

後期高齢者医療制度に加入されている方の健康診査は、奈良県後期高齢者医療広域連合が在住まいの市町村に委託して、年1回実施しています。

市では、加入者の皆さんが健康診査を受診していただきやすくするために、「受診券」を対象者の方へ4月中旬に送付します。

【検査項目】 問診、診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査

【実施期間】 令和8年6月～令和9年2月末まで
※健康診査を受診できない方・病院または診療所に長期入院(6か月以上継続して入院)している方

・事業主健診等、他で健康診査の受診機会のある方
・施設入所されている方(障がい者支援施設、養護老人ホーム、介護保険施設等)

問 保険年金課
☎82・3672 / IP ☎88・9086

不動産に関する悩みや疑問について、専門家に無料で相談できる相談会を開催します。

相続、売買、登記、税金、境界、建築など、不動産に関する幅広い相談に、各分野の専門家が総合的に対応します。事前申し込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

【日時】 4月18日(土)
午後1時30分～4時30分

【場所】 うだ健康プラザ内会議室(棟原サンクシティ2階)

問 特定非営利活動法人 奈良不動産専門家協会
☎0742・35・6363
市民協働課
☎82・2130 / IP ☎88・9085

■ 特定健診・お早め健診の自己負担額が無料です！
対象者には、4月上旬に申込案内を送付しますので、詳細については案内をご確認のうえ、お申し込みください。

■ 人間ドック・脳ドック受診費用の助成を希望される方の受付を行います。
対象者には、4月上旬に特定健診・がん検診の案内とともに、人間ドック・脳ドックの申請案内を送付します。希望される方は同封の申請書を期限までに提出ください。

※ 国民健康保険税の滞納のない方に限ります(分割納付の場合も不可)

【申し込み】 4月24日(金)までに同封の返信用封筒にて
※ 当日消印有効

問 保険年金課
☎82・3672 / IP ☎88・9086

宇陀市
何でもランキング
令和6年度
国民健康保健特定健診受診率
第1位(奈良県12市)

特定健診は、生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドロームに着目した健診です。早期の病気発見に役立つ重要な制度のため、「未来への健康投資」として毎年受けましょう！

図書館からのお知らせ

★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：4月13日(月)・27日(月)
① 10:00～ ② 10:45～ 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：4月25日(土) 10:30～11:15
場所：中央図書館(おはなしの部屋)
テーマ：「パタパタちょうちよを作ろう！」

★4月から「おはなし会(おはなしクラブ)」がバージョンアップします！
4月から、「おはなし会(おはなしクラブ)」が第4土曜日のみとなり、内容がバージョンアップします。時間も30分間から45分間となり、中身も読み聞かせだけでなく、催し物の内容も充実。参加者には、特典として、お誕生日の方や「おはなしクラブ参加カード帳」で、賞品をGETできたりします。詳しくは、図書館のホームページをご覧ください。

休館日
4月

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

※29日(水)の昭和の日、祝日で中央・大宇陀図書館とも休館させていただきます。

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

話題の新作！
【一般書】
とりあえず やってみる 技術
著者：堀田 秀吾
出版：総合法令出版

人は「動かなきゃ」と思っている、なかなか「動かない」生き物です。頭では理解していても、体が動かない。その背景には、個人の性格や意志の弱さだけではなく、脳の仕組みや現代社会の構造的な原因がありました。本書は、様々な論文や研究成果から、「動けなさ」の正体を読み解いています。(中央図書館所蔵)

【児童書】
山がめざめて
作者：マツ・シャンクス
訳：梨木 香歩
出版：ひさかたチャイルド

何億年前から眠っていた山が、目を覚ました。眠りにつくときに聴いていた生き物たちの歌が消えたからです。山はその歌を探すため、歩きだします。しかし、いくら歩いても石と砂ばかり。そして、山は見つけだします。自然界の再生をテーマにした希望に満ちた絵本です。(中央図書館所蔵)

マイナンバーカード 休日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休日受付をしています。

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

4月の休日窓口

日	曜日	場所	時間
4/26	日	本庁市民課	午前9時から11時30分までの予約受付

スマホからでも予約できます！

軽自動車税の減免申請は4月30日まで

身体障がい、知的障がい、精神障がいのある方が所有、もしくは納税義務者である軽自動車などで、障がいのある方の通学、通院、通所、生業のために運転する場合は、申請に基づき軽自動車税の減免を受けることができます。

また、18歳未満の障がいのある方と生計を一にする方が所有される場合も対象となります。減免更新の方で昨年から変更のない場合は、郵送でも申請手続きが可能です。

※障がいの種類・等級などにより減免できる範囲が異なります

【必要なもの】
○身体障害者手帳・戦傷病者手帳・療育手帳または精神障害者保健福祉手帳

○申請者（軽自動車の所有者もしくは納税義務者）の本人確認ができるもの（マイナンバーカード・免許証等）

○運転者の運転免許証
○申請者名義の車検証
○軽自動車税減免申請書

【注意事項】
※軽自動車を所有する障がいのある方と運転者の方で住所が異なる場合、「生計同一証明書」もしくは「常時介護証明書」が必要になることがあります

飼い犬登録と狂犬病予防注射をしてください

狂犬病は人間にも動物にも感染し、発病後ほぼ100%の割合で死に至る感染症です。狂犬病を防ぐには現代医学でも予防注射しか方法がありません。

飼い主の方は、社会や飼い主に対する責務として必ず犬の登録と予防注射をしてください。狂犬病予防注射の有効期間は概ね1年のため、毎年予防注射を受けてください。

【料金】

- 登録手数料 3000円
- 予防注射代金 3400円
- (内訳：注射代 2850円
注射済票交付手数料550円)

【登録と予防注射】

- 生後90日を経過した犬
- ※飼い犬の登録は、生涯一回登録です。登録は随時受付していますので未登録の方は、必ずお手続きください
- ※マイクロチップの登録が済んでいる犬は必要ありません
- ※飼い犬が死亡したり、所有者の変更、住所が変わった場合は、必ず届け出てください
- ※コロナウイルスの感染状況により巡回接種を中止する場合があります

環境対策課 (☎82・2202 / IP ☎88・9078)

※減免できる車両は、普通自動車等も含め1台です。既に別の車両で減免を受けている場合は、申請前にその車両の減免を取り消す必要があります

※自動車検査証に「自家用」と記載があるものに限りです

【申し込み】4月30日(木)までに、または各地域事務所へ

車検時の納税証明書の提示は、原則不要です！

令和5年1月より軽JNKSが導入され、小型二輪車についても令和7年4月より、軽自動車検査協会が軽自動車税の納税情報を確認できるようになりました。それにより、これまで必要とされていた継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります。

※納税証明書の提示が原則不要となったことから、令和5年度以降、軽自動車税を口座振替で納付された方への納税証明書の発送は行いません

【注意事項】
※軽自動車税の納付データが市区町村の税務システムに反映されていない等、軽JNKSでは納付情報を確認できない場合も

あります。次の場合は問までお問い合わせください。

- ・軽自動車税の納付直後
- ・5月上旬に車検を受けられる場合
- ・紙の納税証明書が必要な場合

納税証明書の発行について

税務課および各地域事務所にてご請求いただく納税証明について、「コンビニでのお支払いや口座振替など、納付状況によってすぐに交付できない場合があります。

納付後2週間以内に納税証明書を申請されるときは、必ず領収書をお持ちください。

問 税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)

令和8年度固定資産税縦覧・閲覧制度について

固定資産税の納税者の方は、土地または家屋価格等縦覧帳簿を期間中無料で縦覧できます。

【期間】4月1日(水)～6月1日(月)の開庁時間

【場所】市役所1階 税務課

【対象】市内に土地または家屋を所有する固定資産所有者本人・納

税 金

軽自動車税の納期限は
4月30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)

税義務者本人、同居親族、納税代理人(市内に土地等をお持ちでも、固定資産税が課税されていない方は対象外)、納税者からの委任状持参の方

【持ち物】マイナンバーカードや運転免許証等本人確認のできるもの。

なお、同期間中、税務課および各地域事務所では、「ご自分の固定資産課税台帳を無料で閲覧(借地・借家人は対象物件のみ)することができません。

4月の文化会館だより ID 0001046
4月の休館日(7. 14. 21. 28. 29日)

■かぎろひホールの催し : 催しはありません

■展示ホールの催し : 催しはありません

■文化会館からのお知らせ 令和8年度において、下記のとおり祝日を臨時開館します。
5月3日(日) 7月20日(月) 9月21日(月) 11月3日(火)

【令和8年度 狂犬病予防注射(集合)日程】

■注射場所 (室生地域)		
月日	時間	実施場所
4/13 (月)	10:00 ~ 10:10	弁財天公民館前
	10:20 ~ 10:30	上田口 (旧奈良交通宿泊所前)
	10:40 ~ 10:50	田口診療所前
	11:00 ~ 11:10	胎中集会所前
	11:20 ~ 11:30	下田口会館前
	13:10 ~ 13:20	室生生活改善センター
	13:40 ~ 13:50	大野西垣内集会所
	14:00 ~ 14:20	大野中山台公園前
	14:30 ~ 14:50	室生地域事務所
4/14 (火)	10:00 ~ 10:10	向洲奥山 (唐澤様宅前)
	10:20 ~ 10:30	染田公民館
	10:40 ~ 10:50	多田バス停前
	11:00 ~ 11:10	室生人権交流センター
	13:10 ~ 13:20	深野集会所前
	13:35 ~ 13:45	下笠間なごみ会館前
4/15 (水)	13:55 ~ 14:05	奈良県農協宇陀東里経済店舗
	14:15 ~ 14:25	小原みのりホール前
	10:00 ~ 10:20	向洲消防機庫前
	10:40 ~ 10:50	古大野公民館前
	11:00 ~ 11:10	琴引消防機庫前
	11:20 ~ 11:40	道の駅宇陀路室生第2駐車場
	13:00 ~ 13:10	瀧谷公民館前
	13:20 ~ 13:35	龍口公民館前
13:45 ~ 13:55	西谷生活改善センター	
14:05 ~ 14:15	蕨集会所	

■注射場所 (大宇陀地域)		
月日	時間	実施場所
4/16 (木)	10:20 ~ 10:30	ときわ老人憩の家
	10:40 ~ 10:55	奈良県農協育苗センター
	11:05 ~ 11:15	本郷老人憩の家
	13:00 ~ 13:20	岩清水地区多目的研修センター
	13:30 ~ 13:50	後出集会所
	14:00 ~ 14:20	田原消防機庫前
4/17 (金)	9:40 ~ 10:00	のよりふれあいの館
	10:10 ~ 10:35	大宇陀人権交流センター
	10:45 ~ 11:00	大宇陀商工会前
	11:05 ~ 11:25	大宇陀地域事務所

■注射場所 (菟田野地域)		
月日	時間	実施場所
4/20 (月)	9:30 ~ 9:50	佐倉創作館
	9:55 ~ 10:10	旧宇賀志小学校前
	10:20 ~ 10:25	上芳野消防会館
	10:35 ~ 10:50	芳野地区公民館
	10:55 ~ 11:10	東郷地区集会所
	12:50 ~ 13:10	岩崎消防会館
	13:20 ~ 13:30	平井青年会館
	13:40 ~ 13:50	見田地区集会所
	14:00 ~ 14:15	松井消防会館
	14:25 ~ 14:40	宇太地区公民館 (西部公民館)

■注射場所 (榛原地域)		
月日	時間	実施場所
4/21 (火)	9:45 ~ 11:00	大和富士ホール
	13:00 ~ 13:50	天満台東交流センター
4/22 (水)	9:30 ~ 9:45	内牧公民館
	9:55 ~ 10:15	たかぎふるさと館
	10:20 ~ 10:35	旧奈良県農協内牧支店
	10:45 ~ 11:00	榛原ゲートボール場駐車場
	11:15 ~ 11:40	榛原総合センター前
	13:00 ~ 13:15	福地公民館
	13:25 ~ 13:40	山辺三公民館
4/23 (木)	9:00 ~ 9:50	あかね台コミュニティセンター
	10:05 ~ 10:45	ひのき坂古墳公園
	11:00 ~ 11:40	農林会館駐車場
	13:10 ~ 13:30	大貝研修所前
	13:40 ~ 14:00	旧伊那佐文化センター
4/24 (金)	9:30 ~ 9:45	笠間公民館
	9:55 ~ 10:10	奈良県農協宇陀営農経済センター
	10:20 ~ 10:30	柳ガード下
	10:40 ~ 11:00	商工会館前

犬のフン

の飼い犬のマナーについて



飼い主さん
お願いだワン!

散歩中のフンの後始末等で、多くの苦情が来ています。犬のフンを放置すると近隣住民の方に大変な迷惑をかけることとなります。飼い主の方は、犬のフンは必ず持ち帰ってください。

問 環境対策課 (☎82・2202 / IP ☎88・9078)

環境を守るため
補助・助成します

■ 集団資源回収活動の助成

資源の循環を図り、ごみの減量を推進するため、新聞やダンボール等の再生利用可能な一般廃棄物（資源）の回収活動を自主的に行う団体に助成します。対象となる資源は、新聞、雑誌、ダンボール、古着、ポロを回収し、市の登録業者に処分依頼したものに1kg 3円以内の助成金を交付します。

助成を受けるには、団体の事前登録が必要です。なお、前年度に登録されている団体も再度、申請書の提出が必要となります。申請書はホームページからダウンロードできます。

【対象団体】
○市民で組織し、営利を目的としない団体
○1年に2回以上の回収活動を行う団体

問 環境対策課
☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078

令和8年度宇陀市集団資源回収登録業者

麻田商店	吉野郡大淀町大字北野 45 番地の 8	0746-32-2577
エイチエムリユース(株)	名張市東田原 601 番地 29	0595-65-5430
柏田商店	吉野郡大淀町大字下淵 1114 番地	0747-52-4056
(株)谷商店	御所市大字蛇穴 406 番地の 1	0745-64-0002
(株)吉田稔商店	大和高田市大字池尻 87 番 3	0745-52-5824
関西リサイクル(株)	名張市瀬古口 623 番地の 1	0595-63-0901
摂津商事(株)	伊賀市治田 3547 番地 7	0595-20-1011
大和環境リサイクル(株)	菟田野宇賀志 5 番地の 5	0745-84-4111

「遺言の日」
記念無料法律相談

【日時】 4月15日(水)
午前10時～正午
午後1時～3時

【場所】 奈良弁護士会
※相談時間1人30分・先着16人

【相談内容】 相続遺言に関することに限ります。

【予約受付】 4月1日(水)～14日(火)

問 奈良弁護士会

(奈良市中筋町22番地の1)
☎ 0742・22・2035
(平日午前9時30分～午後5時)

「憲法週間」
記念無料法律相談

【日時】 5月13日(水)
午前9時30分～正午
午後1時～3時30分

【場所】 ①奈良弁護士会
※相談時間1人30分・先着20人
②経済会館
(大和高田市大中106-2)
※相談時間1人30分・先着10人

【相談内容】 全般

【予約受付】 4月1日(水)～30日(木)

問 奈良弁護士会

(奈良市中筋町22番地の1)
☎ 0742・22・2035
(平日午前9時30分～午後5時)

Industry & Community development
産業・まちづくり

令和8年経済センサス・活動調査を実施します

総務省と経済産業省は、令和8年6月1日現在で、「令和8年経済センサス・活動調査」を実施します。全国の全ての事業所および企業が対象になります。

支所を有さない比較的小規模な事業所や個人経営の事業所等へは、4月中旬頃にインターネット回答用の調査書類が郵送されますので、ぜひインターネットで回答をお願いします。インターネット未回答の事業所や新たに把握した事業所には、4月下旬頃より調査員がお伺いして紙の調査票を配布します。インターネットで回答いただくか、記入した紙の調査票を調査員に提出または市町村に郵送提出してください。

支所を有する企業等へは、5月頃に本社宛てにインターネット回答用の調査書類が郵送されますので、支所の分も含めてインターネットまたは郵送で回答ください。

本年4月下旬から6月下旬にかけて調査員が調査活動のため

情報プラ法施行から1年

近年、インターネット上での差別的な投稿や書き込みが社会問題となつていきます。これらの問題に対応するため、令和7年4月から、従来のプロバイダ責任制限法を改正した「情報流通プラットフォーム対処法（情報プラ法）」が施行されました。

プラットフォーム事業者がインターネット上の権利侵害等への対処を適切に行うことができると整備されたものです。総務省が指定した大規模事業者等に対し、削除窓口の設置や迅速な対応、透明性向上の措置が義務化されています。詳しくはホームページをご覧ください。

問 企画課
☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074

Education, culture & sports
教育・文化・スポーツ

「宇陀市文化・芸術に親しむ期間（9月から12月）」
における活動の募集

市民の文化・芸術の振興を図るため、市内で9月から12月の期間に行われる文化・芸術活動を募集し、案内のリーフレットを作成し、広報します。

期間内で市全体を対象として広く参加を募る活動を実施しますので、広報を希望される場合は実施計画報告書を提出ください。

【対象団体】 市内で文化・芸術活動をする団体

【実施期間】 9月～12月

【実施会場】 市内

【その他】 期間中に新しい行事を企画・実施する新規事業ではなくても、この期間中に市全体に参加を募集し実施されるものについて広報等で周知します。

問 生涯学習課
☎ 82・3605 / IP ☎ 88・9036 (4)

リチウムイオン電池回収ボックスの設置

リチウムイオン電池が原因による発火事故が近年全国的に多発しています。充電式バッテリーなどに使われているリチウムイオン電池は、衝撃を加えると発火や爆発が起こり大事故につながります。リチウムイオン電池は、下記市内7か所の回収ボックスを活用して、不燃ごみでは出さないようにしましょう。

■ 設置場所：市内7か所（業務時間内）
市役所、菟田野地域事務所、大宇陀地域事務所、室生地域事務所、じゆうだテラス、総合体育館、中央図書館

■ 回収できる物
リチウムイオン電池や、リチウムイオン電池を使用している製品
例：モバイルバッテリー（膨らんでいる場合も回収できます）・スマートフォン・ビデオカメラ・デジタルカメラ・ハンディファン・電子タバコ 等

問 環境対策課 ☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078



奈良県立二階堂養護学校の就学・入学に関する取り組みについて

奈良県立二階堂養護学校では、障がいのある幼児や児童生徒、その保護者に対して、就学や療育・教育についての相談を実施しています。ご希望の方は、各園・学校を通してお電話にてお申し込みください。

※詳しい日時等については本校ホームページをご確認ください。随時更新します。

【就学・入学相談】 1学期に実施 ※個別に随時実施します

《小学部》（年長対象）
実施日：月・金曜日の指定日
午前9時40分～11時40分

《中学部》（小6対象）
実施日：月・火・木・金曜日の指定日
午前9時40分～11時40分

《高等部》（中3対象）
実施日：月・金曜日の指定日
午前9時40分～11時40分

《体験学習》 2学期に実施 ※個別に随時実施します

《小学部》（1学期に就学相談に来られた方のみ対象）
実施日：月・金曜日の午前中

《中学部》（1学期に就学相談に来られた方のみ対象）
実施日：月・火・木・金曜日の午前中

問 奈良県立二階堂養護学校
☎ 0743・64・3081 / FAX 0743・64・2962



毎月19日は、「うだ育児の日」

手をつなぎ、心もつなぐ
地域の輪 社会の輪

【開催期間】

4月～令和9年3月

【競技種目】 19競技

【参加資格】

市内在住・在勤・在学の方

【申込方法】 所定の参加申込書により申し込みください。

※メール・FAX申し込み可

【申込用紙および冊子設置場所】

市役所1階ふるさとテラス、各地域事務所、中央公民館各分館、市内体育施設

問 市スポーツ協会事務局

(生涯学習課内)

(TEL:0975-1488・0664)

(FAX:82・9600)

メール:s.gakusyu@city.uda.lg.jp



■各競技種目および開催日

競技名	対象(市内在住・在勤・在学)	日程	会場
軟式野球	学童の部	4月4日(土)	総合運動場
		4月11日(土)	
	4月18日(土)		
	4月12日(日)		
一般の部	9月27日(日)	菟田野運動場	
	4月12日(日)	大宇陀体育館	
ミニバスの部	5月16日(土)		
バスケットボール	高校生以上男女	4月22日(水)	室生屋内山村広場(やまなみドーム)
ゲートボール	一般男女	4月26日(日)	桜井浅古アーチェリー場
アーチェリー	一般男女	4月26日(日)	大宇陀ふれあい交流ドーム
ソフトテニス	中学生以上男女	5月10日(日)	総合運動場
グラウンド・ゴルフ	一般男女	5月11日(月)	総合運動場
		〈予備日〉5月14日(木)	
ソフトボール	一般男女(高校生以下除く)	5月17日(日)	総合運動場
		〈予備日〉5月31日(日)	
卓球	一般男女(満18歳以上)	5月17日(日)	榛原体育センター
硬式テニス	一般男女	5月17日(日)	大宇陀ふれあい交流ドーム
ゴルフ	一般男女(高校生以下除く)	5月19日(火)	ムロウ36ゴルフクラブ(室生コース)
		5月20日(水)	
ボウリング	一般男女(満18歳以上)	5月23日(土)	エムボウル(サンクシティ内)
バドミントン	小学生・大人初級の部	6月6日(土)	総合体育館
	中学生・大人一般の部	6月21日(日)	
少林寺拳法	一般男女	6月7日(日)	総合体育館
サッカー(フットサル)	小学生男女	6月14日(日)	総合体育館
ソフトバレーボール	一般男女(高校生以下除く)	6月21日(日)	大宇陀体育館
合気道	幼児以上男女	9月20日(日)	総合体育館 格技室
バウンドテニス	中学生以上男女	10月10日(土)	総合体育館
自転車	小学生以上男女	12月13日(日)	総合体育館 ピロティ
綱引き	小学生以上男女	令和9年1月31日(日)	総合体育館

●令和8年度親子教室(すくすく教室)募集(年間登録制)●

親子教室は、年齢別に保育をし、年齢に応じた遊びや子育ての情報提供を行います。親子で交流しながら、楽しい遊びを通して友達作りをしませんか？

年度期間内にいつでも申し込みをいただけます。ただし、年度初めの準備の都合上、5月に行われる教室の参加者の申し込みについては下記の通り申し込みをお願いします。

【対象】 市内在住の令和5年4月2日～令和7年11月30日の間に生まれたお子さんとその保護者

※保育園などに在籍されているお子さまは登録できません

※令和7年12月1日～令和8年4月1日生まれのお子さんについては、6か月を経過されたお子さんから、随時入会していただけます

【実施日】 5月～令和9年3月(毎月1回程度)

【実施場所】 こども家庭センターおよび市内の施設

【参加費】 年間登録料500円(その他実費徴収あり)

【申込方法】 4月6日(月)～17日(金)(午前9時～午後4時 土・日曜日を除く)までに、問へ直接またはお電話にてお申し込みください。

※人数多数の場合は、10～15人程度のクラス分けを行います

※詳細につきましては、登録終了後、連絡させていただきます

問 こども家庭センター子育て支援「すくすく」(☎97・9077)
(榛原下井足105-1)



問 介護福祉課
(☎82・3675/TEL88・9088)

「一般介護予防教室(レックコードエクササイズ)」参加募集

「健幸都市ウエルネスシティ宇陀市」の一環として、介護予防を目的として運動機能の低下を防止する運動教室を実施します。

【対象者】 65歳以上の市民の方

【実施回数】 概ね週1回40分程度

1教室12人以内(午前9時・9時45分・10時30分)で3教室を実施

【日時】 4月2日～9月17日まで

の毎週木曜日

午前9時から正午まで

【場所】 温水プールアクアグリーン 榛原 2階

【参加費用】 一人1回500円

【その他】 送迎は行いません

【申し込み】 直接会場にて先着順

福祉 Welfare

福祉タクシー利用料金の一部を助成します

重度の障がいのある方を対象に、タクシー利用券をお渡しします。タクシー運賃を支払う際、利用券を使うと運賃から基本料金(初乗料金)が割引されます。

※宇陀市デマンド型乗合タクシーは使用不可

【対象】

- ◎身体障害者手帳の総合等級が1級か2級で、かつ次の部位に障がいのある方
- 視覚・下肢・体幹・移動・心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・免疫・肝臓
- ◎療育手帳の「A1」・「A2」の方
- ◎精神保健福祉手帳 1級の方

【利用できるタクシー事業者】

市と協定しているタクシー事業者 ※年度途中で追加・抹消される場合が有ります

【申し込み】 4月1日(水)～

問または各地域事務所まで

【持ち物】

- ◎身体障害者手帳、療育手帳、または精神保健福祉手帳
- ◎印鑑
- ◎代理者による手続きの場合は、代理の方の本人を確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)

「人権を確かめあう日」市民の集いを開催

県では、「同和対策審議会答申」が出された「1965年8月11日」を記念して、毎月「11日」を「人権を確かめあう日」とし、奈良県内一斉の取り組みとして、毎年4月11日前後には県内各地で一斉集会が行われています。

市では、オカリーナ「イカル」の皆さんをお招きし、オカリナの演奏を通じて、曲に込められた思いを考え、人権意識の高揚を図ります。

この集いが、差別することの過ちに気づき、人権に対する理解と共感を深める機会となればと願っています。

※参加無料、申込不要

【日時】 4月11日(土)

午後1時30分～(開場午後1時)

【場所】 宇陀市人権交流センター 3階(菟田野古市場1401-1)

【内容】 オカリーナ「イカル」の皆さんによるオカリナ演奏と講演

問 人権推進課
(☎82・2147/TEL88・9077)

お子さんの現在の様子や困りごとを話したり、聞いたりしませんか？

子育てのヒントが見つかるかも。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】 4月21日(火)

午前10時～正午

【場所】 市役所2階

213会議室

問 介護福祉課

(☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)



Event&Others
イベント・その他

市制20周年記念 バスハイク
「宇陀の
神武伝承地をたどる」

市役所1階ロビー奥にある吉田初三郎の鳥瞰図に描かれた市内の神武伝承地をバスでめぐります。お茶の水女子大学名誉教授の荻原千鶴さんが案内します。

【日時】 5月17日(日)

午前9時集合～午後4時解散予定

【コース】 宇陀市役所～八咫鳥神社～枝実神社～宇賀神社～カエデの郷ひらら～高倉山～大宇陀(重伝建地区)～榛原駅北口經由

宇陀市役所

【参加費】 25000円

【定員】 20人

【持ち物】 ハイキングに適した服装・靴、昼食・飲み物

問 紀伊半島交流会議
伊勢街道分科会(担当 裏方)

(☎ 090・9054・4356)



▲市役所1階
吉田初三郎の鳥瞰図

みんなで守る地域の公共交通！ 積極的なご利用をお願いします

① 生活支援ウッピー商品券がご利用いただけます(4月1日以降)

宇陀市内を走行するタクシー・奈良交通路線バス(運賃が500円以上の場合)

かぎろひバス・榛原大野線(往復の場合)、デマンド型乗合タクシー、ノッカルおくだ、ほっとバス錦

※詳しくはお問い合わせいただくか、ウッピー商品券取扱店名簿をご覧ください

② ノッカルおくだ(榛原⇄内牧方面)継続運行します

③ 第2宇陀市地域公共交通計画を策定しました(4月上旬公開予定)

随時情報更新します。ぜひご覧ください

交通・宇陀市公式ホームページ [検索](#)



路線バス定期券にも使えます。八木案内所でご購入ください

問 宇陀市地域公共交通活性化再生協議会事務局 (☎ 82・3910)

4月2日は「世界自閉症啓発デー」 4月2日から8日は「発達障害啓発週間」

毎年4月2日は、国連の定める「世界自閉症啓発デー」です。また、日本では、4月2日から8日を「発達障害啓発週間」として、自閉症やその他の発達障がいに対する理解を進めるための啓発活動を行っています。

発達障がいは、脳の発達の仕方の違いから「他の人の気持ちや感情を理解すること」「言葉を適切に使うこと」「新しいことを学習すること」などが苦手であり、一般的な「常識」と思われることを身につけることも苦手です。このため、真面目に取り組んでも、誤解を受けやすく生活のしづらさを感じている場合も少なくありません。その特性を本人や家族・周囲の方が理解し、その方にあった配慮や支援を行うことができれば、持っている本来の力がしっかり生かされ、生活しやすくなります。



宇陀市では、4月1日～20日の間、中央図書館の特集コーナーに発達障がい関係図書を展示します。

この週を契機に、発達障がいへの理解を深めていただきますようお願いいたします。

問 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

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
- ・歴史文化館日旅籠「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
- ・こども家庭センター

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「葉の館」
- ・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
- ・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
- ・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



さんとぴあ榛原 からのお知らせ

「施設長を引き継いで一年が経ちました」

施設長 松島俊裕

平成11年の開設以来、26年間の長きにわたって施設長を務められた越智先生から引き継いで、一年が経過しました。経営面では入所の稼働率が9割を超え、若干安定した状態にあります。全国的に介護施設を取り巻く環境が厳しく、さらなる経営努力を重ねてまいります。

入所では在宅生活への復帰を目標に、集団生活しつつリハビリを提供します。通所に関しては、市内でも限られた通所リハビリ施設として機能しています。老健施設には医師・看護師・介護福祉士・管理栄養士といった職種が在籍する中で、特にリハビリの療法士(理学療法士と作業療法士)の充実に努めています。令和7年3月時点では療法



松島施設長

人権交流センターでは、「福祉と人権のまちづくりの拠点施設」として、より豊かな人権文化の創造を目指した講座を開催しています。

【対象】市民の方および在勤の方(継続して受講できる方)
 【申し込み】4月3日(金)～15日(水)に☎もしくは各人権交流センター窓口にて受付
 ○定員を超過した場合は抽選となります。締め切り後抽選口を通知します。

○申し込み人数が定員の半数未満の場合は、開講しない場合があります。

○各講座は、5月から開講します。

○開催日は諸都合により、やむを得ず変更する場合があります。

○教材費等が別途必要な講座・教室がありますのでお申し込みの際にご確認ください。
 ※パン倶楽部の参加申し込みは、通算して5年以下の方のみ受付します。

■大宇陀人権交流センター (☎83・0572 / IP ☎88・9115 / FAX83・0572)

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
ふれあい教室 (デイサービス) 対象年齢：60歳以上	要介護にならないための健康管理や運動の指導	18	第2・4木曜日 9:00～	20
あさあげ料理教室	生活習慣病予防や、健康管理に役立つ料理教室	10	第3金曜日 9:00～	20
大宇陀ひまわり教室	アロマクラフト、手芸工作、料理等の創作教室	11	第1金曜日 9:00～ ※1月は第2金曜日	18

■宇陀市人権交流センター (☎84・9179 / IP ☎88・9179 / FAX: 84・3841)

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
チャレンジ講座	手編み(棒針編み・かぎ針編み) フラワーアレンジメント・リースづくりなど アロマクラフト	12	第4木曜日 13:30～ ※アロマクラフトは第1木曜日 13:30～	15
パン倶楽部 1班(※)	焼きたて!ふっくら香ばしい色んなパンを自分たちで作しましょう!	8	第2木曜日 13:00～	18
パン倶楽部 2班(※)		8	第3木曜日 13:00～	18
手話講座	簡単な手話を学び、手話を使って会話しましょう。	12	第2・4土曜日 10:00～	15
健康教室「運動療法」	体の改善に向けて軽いストレッチで体力づくり	12	第2・4土曜日 13:30～	15

■室生人権交流センター (IP ☎0743・89・0030)

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
チャレンジ講座	生け花 5/1・8/7・12/4 寄せ植え 6/5・7/3・10/2 食文化 9/3・11/6・1/15	9	第1金曜日 13:30～ ※9月は第1木曜日 ※1月は第3金曜日	15
クラフト教室	エコクラフト	10	第2水曜日 13:30～	10
室生ふれあい教室 対象年齢：60歳以上	要介護にならないための健康管理や運動・レクリエーションの指導	10	第2金曜日 13:30～	20

歴史音声ガイドマップ



宇陀市で
スタート!

- *アプリダウンロード不要で、無料で使える!
- *古地図風マップで、タイムスリップ気分を味わえる!
- *訪問した場所の記録や、歴史旅の投稿も!



水と龍の伝説コース

龍鎮神社や室生寺、龍穴神社から天岩戸へと、水と龍にまつわる伝承地を巡り、宇陀の自然と信仰が織りなす物語を感じるコースです。

伊勢本街道コース

あぶらやから高井宿、諸木野関所跡へと、弘法大師ゆかりの地や宿場跡を巡りながら、伊勢本街道を往来した人々の祈りと暮らしの記憶を辿るコースです。



宇陀松山城下町コース

宇陀松山城址を起点に、西口関門や法正寺、森野旧薬園、薬の館などを巡り、城下町の防御と「薬の町」としての歩みを感じられるコースです。

その他、神武東征や壬申の乱など全8テーマのコースを紹介!
 今後も随時アップデート予定



▲詳しくはこちら

問 観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

家庭菜園から始めてみよう “大和当帰”

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。

初めて大和当帰を栽培する方を対象に、栽培講習会を開催します。



【日時】4月15日(水)午後1時30分～2時30分(1時間程度)
 【場所】宇陀市農村環境改善センター「農林会館」
 (榛原下井足825番地)

【対象】大和当帰栽培に興味のある方、自宅の庭や家庭菜園で初めて栽培する方

【申し込み】不要

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

令和8年春の交通安全県民運動

<運動期間> 4月6日(月)～15日(水)

『交通事故のない やすらぎの 大和路づくり』
～大和の交通マナーを高めよう～

<運動の重点>

- 通学路・生活道路におけるこどもを始めとする歩行者の安全確保
- 「ながらスマホ」の根絶や歩行者優先等の安全運転意識の向上
- 自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

問 市交通対策協議会事務局(危機管理課内) (☎ 82・1304/IP88・9080)

自転車を利用される皆さんへ

自転車の交通違反 2026年4月1日より

対象
16歳以上

「青切符」導入



<p>ながら運転</p> <p>12,000円</p>	<p>信号無視</p> <p>6,000円</p>	<p>一時不停止</p> <p>5,000円</p>
<p>遮断踏切立入り</p> <p>7,000円</p>	<p>二人乗り</p> <p>3,000円</p>	<p>イヤホン等を使用</p> <p>5,000円</p>

「青切符(交通反則通告制度)」とは、一定の交通違反をした場合、反則金を納めれば刑事手続きに移行せず、事件が終結されるという制度です。
傘差し運転や無灯火も対象になります。
自転車を正しく乗って、事故をなくしましょう。

問 桜井警察署 交通課 (☎ 0744・46・0110)

令和9年4月1日採用

宇陀市職員採用試験

- 募集職種 一般行政事務職 等
- 募集開始 令和8年4月上旬 募集開始予定

※募集職種や日程等、詳細は市ホームページをご確認ください



令和7年4月採用職員

問 職員採用試験委員会
人事課内 (☎ 82・1303/IP88・9069)

「二十歳のつどい」実行委員 を募集します

一生に一度の式典を自分たちで作りませんか

■来年1月に開催する「二十歳のつどい」に向けて、記念式典および行事の企画・運営等を行う実行委員を募集します。実行委員としてご協力いただける方は、問までご連絡ください。

【募集締め切り】6月1日(月)まで

【開催日】令和9年1月10日(日)
午前10時～

【会場】市文化会館(予定)

【対象】平成18年4月2日～
平成19年4月1日までの間に生まれた方



問 生涯学習課
(☎ 82・3975/IP ☎ 88・9364)



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]	4月1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)
	4月8日(水)	室生振興センター		
	4月15日(水)	大宇陀地域事務所		
	4月15日(水)	市役所(213会議室)		
人権相談	4月1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)
	4月15日(水)	市役所(213会議室)		
消費生活相談窓口 [予約不要]	4月2日・6日・9日・13日・16日・20日・23日・27日・30日(毎週 月・木)	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]	4月15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]	4月21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]	4月22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]	4月1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)
	4月8日(水)	室生振興センター		
	4月15日(水)	大宇陀地域事務所		
	4月27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]	4月22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]	4月14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]	4月8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)
事業承継個別相談 [要予約]	4月13日(月)	榛原総合センター	13:00~14:30 14:30~16:00	【予約先】商工産業課 (☎82・5874 / IP ☎88・9075) (相談日の3日前まで、土日祝除く)
弁護士による福祉専門相談 [要予約]	4月7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) 榛原サンクシティ 2階
精神科医による専門相談 [要予約]	4月22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◇

◆賃貸住宅の原状回復トラブルにご注意！◆

賃貸アパート退去時にハウスクリーニング費用の負担、クロス張替え、納得出来ない修理費を請求された等の苦情が寄せられています。賃貸は長きにわたる契約ですので、このようなトラブルを避ける為にもしっかり確認しましょう。国土交通省が「賃貸住宅標準契約書」「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」を示しています。参考にしてください。

☎商工産業課 (☎82・5874 / IP ☎88・9075)

会計年度任用職員 (パートタイム) の募集 (障がいのある方も含む)

会計年度任用職員としてパートタイムで勤務していただける方の登録を募集しています。あらかじめ希望する職種や勤務時間などを登録いただき、必要に応じ、任用担当課が随時選考試験を実施して任用を行います。(登録した場合でも必ず任用されるとは限りません。)

また、障がいのある方を対象とした登録も行っていますので、お問い合わせください。

【登録から任用までの流れ】

- ①希望職種等を記入した申込書を人事課へ提出
- ②任用する必要が生じた場合、登録された方の中から任用条件に一致する方を抽出し、面接試験などの候補者を決定
- ③担当課から候補者に連絡し、業務内容や勤務条件などを説明
- ④面接試験などを実施、結果を連絡

☎人事課 (☎82・1303 / IP ☎88・9069)

奈良いのちの電話 電話相談員養成講座

様々な悩みや心の危機に直面しながら、身近に相談できない方がいます。いのちの電話は、そのような方に生きる意欲や望みを取り戻してもらうため、24時間365日休むことなく活動しています。あなたもいのちの電話のボランティア活動に参加してみませんか。

【全養成期間】約18か月

【養成講座】4月25日(土)~10月31日(土) ※原則として毎週土曜日 午後2時~4時

【電話実習】令和8年12月~令和9年9月 毎月概ね2回の電話相談実習(深夜帯1回を含む) および研修会等

【開催場所】NID会館(奈良市西大寺本町8-27)

【募集定員】50人

【受講料】養成講座 前・後期各25,000円、電話実習10,000円

【受講資格】21歳以上73歳未満で、当協会相談ボランティアとして奉仕する志をお持ちの方

【申込締切】4月18日(土)

【申込方法】申込用紙に受講料を添えて、☎に申し込んでください。ホームページから募集要項・申込書等をダウンロードできます。

☎奈良いのちの電話協会事務局(午前10時~午後5時(土・日・祝日を除く))
(☎0742・35・0500 / FAX0742・35・0533)
メール: nid@nara-inochi.jp



▲奈良いのちの電話ホームページ

てんいち先生



4月は、環境の変化により心身に疲れが溜まりやすい時期です。職場で理不尽な要求を受けたり、周囲との温度差に苛立ちを感じたりすることもありません。そんな時、つい手元のスマートフォンを手に取り、匿名掲示板やSNSに不満や個人の批判を書き込みたくなる……。実は今、こうした「ネットへの感情的な書き込み」によるトラブルが、世代を問わず増えています。

「スッキリしたい」という一時的感情に任せたい気持ちの書き込みだったとしても、一度拡散された情報は完全に消すことが難しく、

SNS、書き込む前に「心の深呼吸」を

本来SNSは、誰かを攻撃する道具ではなく、誰かと楽しくつながるための場所です。実は対話こそが問題解決への一番の近道です。相手に直接気持ちを伝えるのは勇気がいることですが、実際に言葉を交わしてみれば、相手もあなたの状況に気づいていなかっただけかもしれません。SNSに不満をぶつける前に、まずは深呼吸をして自分自身の心に問いかけてみてください。

4月 番組表

時	番組内容
6	まちの話題 ホットニュース
7	宇陀市政なう
8	お知らせ (音声付) からだほぐしストレッチ
9	まちの話題 ホットニュース
10	宇陀市政なう
11	お知らせ (音声付) うきうきダンス
0	まちの話題 ホットニュース
1	宇陀市政なう
2	お知らせ (音声付) ウェルネスうだ体操
3	お知らせ (静止画)
4	いきいき歯ッピー体操
5	お知らせ (静止画) お知らせ (音声付)
6	まちの話題 ホットニュース
7	宇陀市政なう
8	うきうきダンス ウェルネスうだ体操
9	まちの話題 ホットニュース
10	宇陀市政なう
11	まちの話題 ホットニュース
0	宇陀市政なう

動き まちの話題

令和8年3月1日現在
※ () 内は前月比

0~9歳	1,071人	60~69歳	3,985人
10~19歳	1,862人	70~79歳	5,549人
20~29歳	1,873人	80~89歳	3,133人
30~39歳	1,577人	90~99歳	920人
40~49歳	2,679人	100歳以上	42人
50~59歳	3,323人		
総数	26,014人 (-59)		
世帯数	12,618世帯 (-26)		



自主放送スタジオ (☎/IP ☎ 82・2497)

※番組表はすべて開始時間です。放送内容によっては、終了時間が早くなる場合があります。次の番組開始までお知らせ(静止画)が放送されます。また、番組内容および、放送時間は予告なく変更される場合があります。

番組内容	1日~10日	11日~20日	21日~末日
ホットニュース	○春季火災予防の取り組み ○宇陀市市民講演会	○思い出いっぱいありがとうの会 ○榛原北保育園閉園式	○榛原こども園・こども家庭センター竣工式 ○宇陀川桜並木ライトアップ点灯式
宇陀市政なう	○野菜たっぷりクッキング ○うだしなかよし献立 ○クビアカツヤカミキリ対策 ○骨粗鬆症検診・外来のご案内 他	○うだしなかよし献立 ○クビアカツヤカミキリ対策 ○骨粗鬆症検診・外来のご案内 他	○UDA UDA ENGLISH ○うだしなかよし献立 ○クビアカツヤカミキリ対策 ○骨粗鬆症検診・外来のご案内 他
まちの話題	○防犯・交通安全着ぐるみ教室&警察音楽隊演奏会 ○第19回宇陀シティマラソン	○こども食堂「宝ん家」 ○第4回狼煙をあげる会～菟田野下芳野～ ○ギャラリー絹衣「日本人形と古製展」	○宇太水分神社「初午祭」～榛原下井足～ ○第8回すてきなともだちコンサート
宇陀の気になる企業			○株式会社福角兄弟農園

※「宇陀の気になる企業」は、「まちの話題」終了後に放送しています。

部活動地域移行

ID 0003031

いよいよ令和8年度がスタートしました。奈良県の方針に基づき、今年4月から休日の中学校部活動(教員の指導によるもの)が廃止され、休日の部活動地域移行は「改革実行期間」へと入りました。

これに伴い、休日のスポーツ・文化芸術活動の場を確保する「宇陀クラブ」では、さらなる活動の充実を図っています。

昨年度からの5種目(陸上競技・剣道・卓球・ウエイトリフティング・自転車競技)に加え、新たに軟式野球、バスケットボール、バレーボール、吹奏楽、ソフトテニス、バドミントンも活動を開始する予定です。

新入生はもちろん、「他校の生徒と交流したい」「専門的な技術を学びたい」という中学生の皆さんの参加を大募集しています。見学会も随時実施していますので、ぜひお気軽にお越しください。

また、地域子どもたちを地域で育てるため、「宇陀市指導者登録バンク」への登録も引き続き受け付けています。見学会の確認、参加申し込み、指導者登録は、市ホームページよりお手続きください。

市ホームページ▶

生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)



市長のひとりごと

来がある」と信じて、皆さまの暮らしを豊かにし、安心していただける施策を進めてまいります。

▽「宇陀川の桜ライトアップ」を始めました。新たな観光資源として魅力を発信していきます。

▽さて現在、県広域水道企業団では21年ぶりに湯水対策本部が設置され、今後、給水制限などが見込まれる状況になっています。市役所でも節水を始めました。市民の皆さまも節水にご協力いただきませう。よろしくお願いいたします。

金剛一智

みんなの掲示板

このコーナーは、市民の自主的な活動を支援することを目的に設けています。

- 掲載記事は100文字程度
- 営利目的、政治・宗教に関するもの、金銭的トラブルが生じるおそれがあるもの、不特定多数の市民を対象としないものは掲載不可
- 原稿は掲載月の前月1日までに必ず秘書広報情報課まで
- 紙面の都合で掲載できない場合があります
- 同一団体の掲載は、1年間(5月~翌4月)に3回以内とし、2か月連続で掲載はできません

問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083 / FAX82・3900)

募集

- 将棋 同好会メンバー募集
一緒に将棋を楽しみませんか。初心者の方も大歓迎。見学は無料。
▶日時 毎週水曜日(祝日は休み) 午後1時~5時(時間内ならいつでも)
▶場所 榛原総合センター 2階
▶参加料金(1日) 大人 300円 子ども 100円
問 高橋方 (☎ 090・4081・0344)
- 硬式テニス 講習会・市民交流会
▶日時 4月19日(日) 午前9時30分~午後4時
▶場所 大宇陀ふれあい交流ドーム
▶内容 講師によるゲーム形式での指導および交流会
▶参加費 無料(市外の方は300円)
▶持ち物 硬式テニスラケット、テニスシューズ
▶申込 問へ(ショートメッセージ可)
問 宇陀市テニス協会 岩崎方 (☎ 090・2044・1287)

- 第23回フラワーバンクのご案内
花と緑に囲まれた潤いのある住みよい街づくりを目指した運動に取り組んでいます。先着100人にさくらんぼの苗木をプレゼント。
▶日時 4月17(金) 午後1時~3時
▶場所 植平工業(株)内フラワーバンク事務局(大宇陀大東203-1)
問 フLOWERバンク事務局 (☎ 83・3011)
- 宇陀市民ゴルフ大会 参加者募集
来年度の国民体育大会奈良県予選会の参加資格が上位5位に与えられていますので、奮って応募ください。
▶日程 5月19日(火)・20日(水)
▶場所 ムロウ36ゴルフクラブ 室生コース
▶対象 市内在住・在勤の方(小・中・高校生を除く)
▶募集人数 各日60人(先着順)
▶参加費 千円(プレー費は各自清算)
▶申し込み 4月17日(金)までに、市役所1階ふるとテラス設置の申込用紙に記入・生涯学習課へ提出
問 太田方 (☎ 83・0095)

催し

- フリーマーケットの開催のご案内
フリーマーケットを開催します。出店も募集しています。詳しくは問へ。
▶日時 4月11日(土) 午前9時~午後2時
※雨天時は翌日へ延期します
▶場所 こもれび市場
問 森本方 (☎ 080・3616・1080)
- 音楽の広場
クラシック・映画音楽・懐かしのポップスを聞き、懐かしい曲を歌います。今回はゲストとしてフラのグループ、レイ・ナアラを迎えます。フラの体験もあります。
▶日時 4月12日(日) 開場:午後0時30分 開演:午後1時
▶場所 大和富士ホール
▶参加費 無料
▶主催 レインボー宇陀
問 杉本方 (☎ 090・1244・4371)
- 第5回さざなみコーラス ~ちいさなコンサート~ (入場無料)
▶日時 4月26日(日) 午後1時30分~(1時開場)
▶場所 総合センター 3階
▶演奏曲 いつでも夢を、いい日旅立ち、ゲストマリンバ演奏 他
指揮:堂下操子、ピアノ:衣笠まゆ
問 堂下方 (☎ 82・5529) 中島方 (☎ 82・3414)

ご存知ですか?
グランソール奈良で宇陀市国保ドック・脳ドックが受診できます!
(国民健康保険で受診される場合は、市役所へのお申込みが必要です)

☎0745-84-9333 ご予約はガイダンス①番へ お問合せはガイダンス②番へ

ウッピー券のご利用も可能です

問 グランソール奈良HP

住まいのリフォーム
お任せください!

住宅設備 販売・施工
介護用品 レンタル・販売
リフォーム キッチン・お風呂
トイレ・住宅の壁や床等

株式会社 ナガサワぶろす
NAGASAWA ナガサワぶろす
奈良県知事許可:建築工事業(般-5)第18375号

☎ 0745-83-2266
営業時間/9:00~17:00 定休日/日・祝日
☎ 宇陀市大宇陀大東198-1

社会福祉法人 心境荘苑
地域密着型特別養護老人ホーム
あじさいの家

お気軽にお問い合わせください。
☎ 0745-82-5101
e-mail sinkyou-1967-ajisai@ninus.ocn.ne.jp

今日の
Pick Up

第19回 宇陀シティマラソン

3月8日(日)、早春の宇陀路を駆け抜ける第19回宇陀シティマラソンが宇陀市役所横をスタート・ゴールにその周辺コースをハーフマラソン・10km・3km・2km・ファミリー1kmの5種目に分かれ開催されました。

今回は、ダイハツ工業陸上部 松田 瑞生さん、第一生命陸上部元選手 倉谷 早希子さんをお招きして前日にはランニング教室を開催。当日には松田さんがハーフ、倉谷さんが10km、ファミリー1kmをゲストランナーとして盛り上げていただきました。



LET'S GO!



COOL!!



NICE!



GOOOO!!



JUST DO IT!



GO!!!