



広報

UDA-NARA

うだ

6

2026年
(令和8年)



認知症の不安ゼロのまちを目指して・・・2
精華町と災害時相互応援協定を締結・・・6
日本赤十字活動へのご協力をお願い・・・7

ご存知ですか？



認知症とは？

認知症は、様々な原因によって脳の働きが低下し、記憶や判断力などの認知機能に影響が生じ、日常生活に支障が出る状態をいいます。高齢化の進展に伴い、認知症は誰もがなる可能性があります。



認知症は予防できる？

認知症の発症を完全に防ぐ方法は、現在も研究が進められています。近年では、運動不足や生活習慣病、社会的な孤立などが認知機能低下に関係することがわかってきており、生活習慣の改善や社会参加などに取り組むことで、認知機能の維持につながる可能性が期待されています。

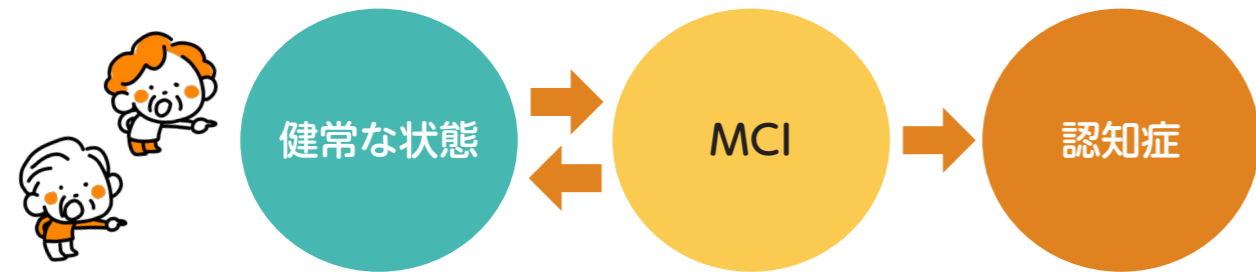


MCI（軽度認知障害）とは？

認知症の一手手前の状態を「MCI（軽度認知障害）」といいます。もの忘れなどの変化はあるものの、日常生活はほぼ自立している状態です。MCIの段階で適切な運動や生活習慣改善に取り組むことで、健康な状態に戻る可能性があることがわかってきています。

認知症と MCI

認知症と診断される手前の状態を MCI（軽度認知障害）といいます。放っておくと認知症に進行してしまいますが、適切な予防をすることで約 40%が健常な状態に戻ると最近の研究でわかってきました。



認知機能	支障なし	支障あり	支障あり
記憶力（もの忘れ）	体験の一部を忘れる後で思い出す	体験の一部を忘れる後で思い出すことも多い	体験そのものを忘れる
自覚症状	忘れっぽいことを自覚している	忘れっぽいことを自覚していることが多い	周囲は気づくが本人は自覚がないことが多い
判断力	低下しない	少し低下する	低下する
集中力・やる気	低下しない	少し低下する	低下する
日常生活	支障なし	支障なし	支障あり
金銭管理	できる	できる	支障が出てくる
運転免許	更新できる	更新できる	更新できない
家事（食事の支度）	できる	できる	難しくなる



※認知症や介護の悩み、医療・介護サービス、日常生活や将来への不安などを気軽に相談できるオレンジカフェ（サンクシティ榛原）

問 うだ健康プラザ（TEL 82・2100）

【認知症・MCI（軽度認知障害）の現状を踏まえて】

高齢化が進む中、2040年には、65歳以上の約3人に1人が認知症またはMCI（軽度認知障害）になると推計されています。認知症は、誰にとっても身近なテーマです。「もの忘れが増えてきたかも…」「認知症になったらどうしよう…」そんな不安を感じる方も少なくありません。

宇陀市では、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる「認知症の不安ゼロのまち」を目指し、様々な取り組みを進めています。

宇陀市立病院には、県内最大規模の地域包括ケア病棟とともに、在宅医療や介護との連携を進める「地域医療部」があります。全国初となる移動診療車による巡回診療も行い、過疎地域でも安心して医療を受けられる「面見の良い地域医療」に取り組んでいます。さらに、認知症への理解を深める啓発活動や、「いきいき百歳体操」などの交流の場づくり、市立病院でのもの忘れ外来、認知症初期集中支援チームによる支援などを進めています。

しかし、認知症への不安から、相談や受診をためらい、ひとりで悩みを抱え込んでしまうケースもあります。その心理的ハードルは高く、早期対応を促すことが課題です。

本市では、啓発から予防、早期発見、医療、見守りまでを一気通貫でつなぎ、市民の皆さんが認知症予防にに取り組む仕組みづくりとして、令和7年10月に計10者による包括連携協定を締結し、「あたまの健康づくりプロジェクト」を推進していきます。

J-MINT 研究の成果を地域へ

市では、国立長寿医療研究センターの研究成果を活用した「J-MINT 認知症予防プログラム」に取り組んでいます。



J-MINT 研究とは？

J-MINT 研究は、国立研究開発法人 国立長寿医療研究センターを中心に実施された研究です。「運動」「栄養」「認知トレーニング」「社会参加」などを組み合わせた“多因子介入プログラム”により、認知機能低下の予防を目指しています。現在、うだ健幸プラザでは、参加者の皆さんが、体操や脳トレ、グループでの交流などに楽しく取り組まれています。



市民の方はどなたでも参加できます



市内の身近な相談の場 オレンジカフェ



介護職員など介護や福祉の専門家も参加します。認知症の相談・情報交換・介護の困り事などについておしゃべりしませんか？
お気軽に各カフェへお申し込みください。

菟田野 スマイルカフェ

【開催】 偶数月
【申込先】 四つ葉のクローバー
【問い合わせ】 (☎ 84・2950)

榛原 カフェ榛 (はしばみ)

【開催】 3～4 か月に 1 回
【申込先】 ゆあほうむ榛原
【問い合わせ】 (☎ 82・8111)

大宇陀 ラガールカフェ

【開催】 奇数月
【申込先】 大宇陀グループホームラガール
【問い合わせ】 (☎ 83・0088)

室生 ニコニコカフェ

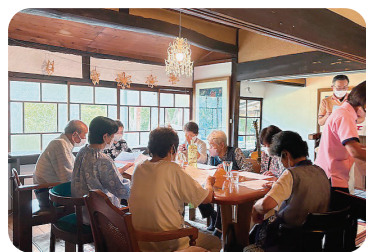
【開催】 3～4 か月に 1 回程度
【申込先】 室生園
【問い合わせ】 (☎ 93・2525)

榛原 おひさまカフェ

【開催】 3～4 か月に 1 回
【申込先】 さんとぴあ榛原
【問い合わせ】 (☎ 85・2525)

菟田野 やまびこカフェ

【開催】 2～3 か月に 1 回
【申込先】 やまびこ
【問い合わせ】 (☎ 84・9800)



介護で心配なことや悩みも相談できます

榛原 オレンジカフェ

【開催】 不定期
【申込先】 医療介護あんしんセンター
【問い合わせ】 (☎ 82・2100)

いずれのカフェも参加費 100 円です

【あたまの健康づくりプロジェクト始動】

～これからも、自分らしく。～

令和 7 年 10 月、市は国立循環器病研究センター・国立長寿医療研究センター・SMK・太陽生命・太陽生命少子高齢社会研究所・東京電力パワーグリッド・リージョナルデータコア・J-MINT 認定推進機構・宇陀市立病院の計 10 者による包括連携協定を締結しました。

この枠組みのもと、啓発から予防、早期発見、医療、見守りまでを一気通貫でつなぐ「あたまの健康づくりプロジェクト」を推進しています。



プロジェクトの概要

「最近、もの忘れが気になる」「名前が出にくいことが増えた」そんなちょっとしたもの忘れは誰にでもあることです。大切なのは、不安を抱え込まず、自分の変化に気づき、毎日の健康づくりにつなげることです。

このプロジェクトでは、

- 1 あたまの健康チェックによる気づきの機会づくり
- 2 気軽に参加できるサロンや通いの場
- 3 運動・栄養・交流を取り入れた健康づくり
- 4 民間企業等と連携した啓発活動
- 5 必要に応じた相談・支援への接続

などを一体的に実施し、市民の皆さんの健幸づくりを応援します。



プロジェクトの第一歩

市民が気軽にはじめるあたまの健康度チェック



「あたまの健康づくりプロジェクト」の第一歩は、市民の皆さんが、連携企業の「あたまの健康度」チェックツールを気軽に使えるようになることです。「あたまの健康度」チェックツールとは、連携企業が開発した AI 音声解析ツールです。約 40 秒間、声を録音するだけで「あたまの健康度」をチェックできるもので、国立循環器病研究センターとの共同開発による高い精度が特徴です。スマートフォンで QR コードを読み込めば、自宅で気軽にセルフチェックができるため、認知症検査への心理的ハードルが下がることが期待されています。

スマホで簡単

スマートフォンを使って、ご自身のあたまの健康度の目安を、気軽に知ることができる体験会を開始しています。スマートフォンに向かって、約 40 秒間、お話しするだけの簡単なものです。テストではありませんので、上手に話す必要はなく「今の自分はどんな感じかな」と、気軽な気持ちで試していただけです。操作は市の職員がお手伝いします。自治会、まちづくり協議会、各種団体様などを通じて、ご案内していきます。



増やせ元気人口

あたまの健康を保つことは、認知症の予防だけでなく、毎日の生活を過ごしやすいことにもつながります。例えば、会話がしやすくなる。外に出るのが楽しくなる。気持ちが前向きになる。こうしたことが、これからの生活の元気につながっていきます。



精華町と 災害時相互応援協定を締結

問 危機管理課 (☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

市では、防災・危機管理対策に取り組みとともに、災害等による人的被害、経済被害を軽減し、市民の皆さんの命と生活を守るための備えを一層充実させるため、自治体間連携や企業等による災害協定の締結を進めています。

この度、大規模災害が発生した際に、両市町が相互に協力し、被災地への支援を行う体制を整えるため、京都府精華町と「災害時相互応援協定」を締結しました。4月13日(月)に締結式を執り行い、今後の連携を深めていくことを確認しました。

本協定では、災害時における物資の提供や職員の派遣など、互いに協力し合い、災害に対する支援体制を構築します。

- 協定事項
- ・災害時における食料、飲料水
- ・および生活必需物資の提供
- ・避難所の運営を支援するため
- ・の人員派遣
- ・災害復旧対策に必要な資機材
- ・および職員の相互派遣
- ・その他、災害応急対策および
- ・災害復旧のために必要な協力



「人権を確かめ あう日」市民 の集いを開催 しました

問 人権推進課 (☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)

人権が尊重される社会づくりに向けて市では、毎月11日は「人権を確かめあう日」として、様々な人権啓発に取り組んでいます。4月11日(土)、オカリーナ「イカル」さんをお招きし、市民の集いを開催しました。

「音にのせて伝えたいこと」と題して、オカリナの演奏を通じて、曲に込められた思いをお話していただきました。参加者からは、「音楽を交えることで楽しかった」、「有意義な研修だった」などの感想をいただきました。



▲オカリーナ「イカル」の皆さん

登下校の安全 を守ります

問 教育総務課 (☎ 82・3673 / IP ☎ 88・9256) ID 00233228

市教育委員会において、ランドセルカバの贈呈式が行われました。このランドセルカバは、新一年生の交通安全を願って、一般財団法人奈良県交通安全協会より毎年寄贈されています。当日は、交通安全協会松井支部協会宇陀地区 松本会長をはじめ桜井警察・市役所関係者が出席し、松本会長から教育長へランドセルカバが手渡されました。

寄贈いただいたランドセルカバは、暗い道でも車等のライトを反射するので、子どもたちの安全対策に役立ちます。大切に活用させていただきます。



▲向かって右が松本会長、左が田淵教育長

能登半島災害復興支援のために

問 厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)

すてきなともだちコンサート実行委員会が、能登半島災害の復興支援を願って、3月22日(日)文化会館 かぎろひホールにおいて、「SDGs 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」というチャリティイベントを開催しました。このイベントは、これまで種々の災害復興支援を目的として、継続しているものです。

本イベントの中で義援金の協力を呼びかけ、多くの皆さんからあたたかなこころざしをいただき、市担当課を通じて、日本赤十字社奈良支部に送金させていただきました。厚くお礼申し上げます。

すてきなともだちコンサート実行委員会から手交した義援金は、101,200円です。



日本赤十字活動へのご協力をお願いします

日赤「会費募集」にご協力をお願いします

ID 0002469

今年も全国一斉に日本赤十字社会費の募集運動が始まっています。宇陀市地区でも6月以降に各地域自治会の皆様のご協力を得ながら、赤十字の活動を資金面で支える「会費募集」を実施していきます。

お寄せいただきました貴重な会費は、災害等における医療救助活動や救援物資の配布、血液事業、看護師養成、奉仕団育成など様々な赤十字活動の資金として使われます。

今まで同様、赤十字運動へのご理解とご支援を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

昨年度の日赤宇陀市地区にお寄せいただいた会費 **2,051,008円** (令和8年3月31日現在)

お寄せいただいた会費は、全額日本赤十字社奈良支部への送金を済ませています。あたたかいご支援ご協力ありがとうございました。

問 厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)

手話への扉



第71回

問 介護福祉課 (☎ 82・33675 / IP ☎ 88・9088)

お店屋さんで使う手話を覚えましょう。今月は「パン屋さん」です。

<p>甘い</p> <p>右手のひらを口に向け、なめる様に回す</p>	<p>おいしい</p> <p>右手のひらで、あごを左から右へなでる</p>	<p>パン</p> <p>口もとで右手2指の人差指を上にし、2指を開く</p>
<p>選ぶ</p> <p>左手5指を立て、右手2指で指をつまみ上げる動作をする</p>	<p>人気</p> <p>立てた左手人差指に向けて右手の5指を揺らしながら近づける</p>	<p>かたい</p> <p>右手5指を上に向けて折り曲げ、左斜め下へ力強く振って止める</p>
<p>やわらかい</p> <p>両手の親指と4指の指先を向かい合わせ、指を柔らかく上下する</p>		

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

1 桜まつり

～ 大宇陀政始まち協 ～

4月11日(土)、旧守道小学校運動場にて「桜まつり」を開催しました。当日は天候にも恵まれ、桜の花びらが舞う中、昨年を上回る318人の参加があり、大変にぎわいました。会場には焼きそば、おでん、綿菓子、よもぎホット(政始オリジナル大判焼き)、フライドポテト、ポップコーンなどの飲食ブースが並び、スーパードールすくいや当てものも子どもたちに人気でした。



▲演奏を楽しむ皆さん



▲たくさんの人で賑わっています

ステージでは、平成8年に守道小学校の先生方を中心に結成された「かぎろひ夢バンド」をお迎えし、迫力ある演奏で会場を盛り上げていただきました。準備には今年も60人のスタッフが参加。前日の雨で会場の状態が心配される中、早朝から飾り付けや駐車場設置、前日からの仕込みなど、多くの協力により無事開催することができました。主催者挨拶では、会長からスタッフへの感謝の言葉も述べられました。

2 やくし祭り

～ 枝垂れ桜の下で ～

～ 室生地区まち協 ～

4月5日(日)室生地区内にあるお寺「西光寺」で、地区住民同士の交流を深める「さくら祭り」を数年に開催しました。



▲満開の枝垂れ桜

毎年、薄ピンク色の小花をたくさん枝垂れさせる桜のもとで、地区住民や訪れる観光客を地区全体でもてなし、人と人がつながる交流の場を提供していました。しかし、コロナ禍の影響で事業は縮小し、昨年まで



▲話が弾んでいます♪

休止状態となっていました。そのよくな中でも、開花の時期には「桜のライトアップ」を実施しており、「人の集まる場を再生しよう」との声が上がりました。そこで今回は地区住民を中心として、地元土産の和菓子や軽食、飲み物等を用意し、和やかなひとときを楽しみました。また、観光客の方々にも立ち寄っていただき、地元の方とのふれあいや、歴史あるお寺に祀られている仏様の拝観もしていただきました。今後もこのような「おもてなし事業」を継続することで、地域交流の場を提供し、地区の活性化につなげていきたいと考えています。また、周辺の環境整備や歴史的遺産の保護に目を向けながら活動していきます。

令和8年度宇陀市まちづくり活動応援補助金の採択事業が決定

団体名	事業名と活動内容
大師管理委員会	【大師山石仏群の保全と活用事業】 石仏群の安全確保のため木製手すりを鋼製へ更新し、ライトアップを通じた観光資源化と草刈りなどの維持体制の強化を図る。
「菟田の」辰砂水銀資料を遺す会	【辰砂水銀資料を次世代へつなぐ事業(クイックシルバー事業)】 水銀関連資料の発掘・保存とパネル展示、Web化を進め、遺構整備とあわせて郷土史理解の深化と観光資源としての活用を推進する。
向測の歴史を継承する会	【向測の歴史を継承する】 古代伊勢街道の案内看板設置と散策コース整備、地域交流や講演活動を通じて歴史の継承と地域活性化を図る。
R L A Bの会	【R L A Bプロデュース宇陀地域とともに創るネイチャーポジティブな暮らし支援事業】 サイエンスカフェや自然観察、生物に配慮した農業実践を通じて自然科学教育と生物保全の意識向上を図るとともに里山の魅力を発信する。
宇陀の薬草を全国に広める会	【宇陀で学ぶ薬草講座の開催】 薬草講座や薬草観察、料理体験を農家や事業者と連携して実施し、薬草の知識普及と地域資源の魅力発信を体系的に行う。
衆盆踊り実行委員会	【衆盆踊りin宗祐寺】 盆踊りやキッズイベント、夜店、抽選会に加え花火を新規実施し、幅広い世代が参加する新たな地域行事として定着を目指す。
東大和高原探検倶楽部	【東大和高原の自然と暮らし体験】 地域資源を活用した体験型観光を企画し、事業者間の連携体制を構築することで地域産業の活性化と持続的な観光展開を図る。
うだ CSDo	【学校菜園 Lab プロジェクト】 学校菜園の運営を通じた多世代交流の場づくりと、それを地域で支えるための人材育成講座を実施し持続可能な地域コミュニティの形成を目指す。
オレンジ・サロン・ド・AIKA	【オレンジ・サロン・ド・AIKA】 地域施設やキッチンカーを活用した食事提供と交流の場づくりにより、多世代の支え合いと地域福祉の向上を図る。
宇陀おもちゃ病院	【宇陀おもちゃ病院】 修理体制強化のため専用工具や消耗品を整備する。市内こども園等への周知を広げることで活動範囲を拡大し、子どもの笑顔創出につなげる。
榛原さずな広場実行委員会	【榛原さずな広場】 空き地を活用した交流広場を継続運営し、各種団体と連携しながら地域住民の交流促進とコミュニティ形成を進める。
すこやか住まいの会	【木造住宅改修における性能促進事業】 住宅の耐震・省エネ改修に関する情報発信や見学機会の提供を行い、既存住宅の性能向上と適切な再活用を促進する。

クチナシ

あちこちの庭から、ジャスミンに似た甘いクチナシの香りが漂ってきます。クチナシの花は一日花で、朝、きれいに咲いていても、次の日は枯れてしまいます。朝、きれいだなど見て外出し、夕方、帰った時に花弁だけ丹念に採集すれば、次の日も新しいきれいな花だけを見ることが出来ます。花弁だけを採集するには理由があり、萼の部分をおいておけば、一重のクチナシなら、秋には黄赤色に熟れる果実が採れます。八重のクチナシでも、稀には果実が採れるでしょう。

持ち帰った花弁は、塩を少し入れた熱湯で、さつとゆでて酢の物にすると、ぬめりがあり、おいしいものです。特に花弁の三杯酢を食べて寝ると、熟睡できます。また、乾燥させて、花茶にすることもできます。八重の花と一重の花で微妙に香りが違うので、二種類の花茶を作ることができます。果実の生薬名は山梔子と言い、漢方薬では消炎、利胆作用とともに便秘を解消する生薬としてよく使われています。また、染料としてもよく使われ、大根やきんとんをはじめ、各種食材の色付けに用いられます。



※当市で「薬草活用講演会」をしていたいただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

薬草道遥(やくそうしやうよう) 毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。

問 商工業課 ☎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(5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	(午前) 呼吸器内科 徳山/櫻井 (午後) 腎臓内科 井上	久保	丸山	野木	浅田
	4診	永富	松島	森田	糖尿病・内分泌 内科 勝又	信岡
脳神経内科	午前1診	休診	休診	高橋	濱田	小林/清水
	午前2診			塩田 診療・もの忘れ 外来(予約)	塩田 診療・もの忘れ 外来(予約)	

※前月より変更があった診療科のみ掲載しています。(青色の字が変更箇所)

外来診療についてのお知らせ

ペインクリニック外来の診察は、令和8年7月末までとなります。

※これに伴い、新規患者や近医からのご紹介などは、お受けできません。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

骨粗鬆症教室

【日時】 各回、午後2時～3時

・第1回 6月3日(水)

骨粗鬆症とは：病態・検査・治療について【医師】

薬物療法：薬の種類・薬の飲み方【薬剤師】

生活環境：骨粗鬆症外来・日常生活の注意について【看護師】

・第2回 6月17日(水)

食事療法：栄養の基本と簡単なレシピについて【管理栄養士】

運動療法：ロコモティブシンドロームと転倒予防【理学療法士】

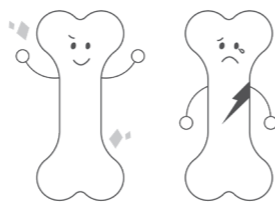
【場所】 北館 2階 栄養指導室(開催日によって会場が変わります)

【申込方法】 完全予約制 市立病院Aブロックへ電話または直接来院してご予約ください

【定員】 各回10人

【参加費】 無料

【問い合わせ先】 市立病院 Aブロック(☎82・0381)(平日午後2時から午後5時)



糖尿病教室(申込不要・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

・第3回 6月5日(金) 糖尿病の治療：運動療法

・第4回 6月12日(金) 糖尿病の治療：薬物療法

・第5回 6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

■薬剤師(パート)：1人

■看護師(パート)：3人

■看護師(正規職員)：2人(職務経験者)

■看護助手(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

6月 すくすくカレンダー

ID 000019

月	火	水	木	金
1 0歳児親子教室	2	3 つどいのひろば (榛原こども園)	4	5
8	9	10 1・2歳児合同 親子教室	11	12 13 すくすく 遊ぼう パパ座談会
15	16	17 キラキラタイム おはなし会 (午前10時30分～11時)	18	19
22	23	24 英語で遊ぼう (午前9時30分～11時30分)	25 幼児健診のため 午後12時から 開放中止	26 はじめての歯磨き と虫歯予防
29	30			

📖 → 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

★ → つどいのひろば(健康ポイント事業) 時間：午前10時～11時

プレイルーム開放※申込不要

市内在住および里帰りの就学前の乳幼児と保護者が、自由に遊べます。

【日時】 月～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後4時

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。生後6か月から申し込みをいただけます。年間登録料として500円をいただきます。

すくすくで遊ぼう※申込不要

市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者を対象に、プレイルームを開放します。

【日時】 6月13日(土) 午前9時～11時30分

「パパ座談会」をします※申込不要

市内在住の就学前の乳幼児のお父さん、一緒におしゃべりしませんか？

お父さんのつながりと交流の場を広げるきっかけの一つになることを願って、パパ座談会を開催します。その間、お子さんとママはプレイルームで遊んでいてね。普段お忙しい方、育児休業中や明けた方も「はじめまして」から始めてみませんか。

【日時】 6月13日(土) 午前10時～11時

「ママ座談会」をします※申込必要

先輩ママや子育てが初めてのママも一緒にお話ししませんか？

【日時】 7月8日(水) 午前10時～11時

【対象】 市内在住の就学前(小学校入学まで)の乳幼児とその保護者

【定員】 10人

【申し込み】 6月22日(月)～7月3日(金)

【その他】 託児あり(事前申込必要)

はじめての歯磨きと虫歯予防※申込不要

乳幼児の歯の磨き方やなぜ虫歯になるのか、歯科衛生士からお話があります。個人的に相談もできます。

【日時】 6月26日(金) 午前10時～10時30分

【対象】 市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者・親子教室登録者

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	26日(金)	令和8年5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8年2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8月生まれの児		
1歳6か月児健康診査	25日(木)	令和6年11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5月生まれの児		
3歳児健康診査		令和4年12月生まれの児		

たまひよサロン

実施日	対象者	場所	開始時間
8日(月)	令和8年1～3月生まれの児の保護者	こども家庭センター	午前10時

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〉

「高齢者見守り調査」へのご協力のお願い

市では、地域の民生委員の協力のもと、「高齢者見守り調査」を実施しています。近年、ひとり暮らしの高齢者の方が増加しており、ご家族や関係者への連絡が必要になる場面が増えているため、緊急時など、もしもの時に備えて、担当地区の民生委員がご自宅を訪問し、緊急連絡先や世帯状況など調査票への記入をお願いしています。なお、訪問した際に不在の場合は「ご不在連絡票」を投函させていただく場合がありますのでご了承ください。

【対象】 昨年調査以降、新たに独居になられた65歳以上の方
およびこれまで調査をしていない方など

【調査期間】 6月～11月末

※情報は緊急時の対応に使用し、それ以外での目的では使用しません

【問い合わせ先】 問へ



よい睡眠とれてますか？

睡眠には疲れた脳や体を休め、疲労を回復する役割があります。しかし、年齢とともに睡眠は変化します。シニア世代が快眠を手に入れるためには、「長く眠る」ではなく、「日中はどう過ごすか」が大切です。睡眠に関する正しい知識を身につけて快眠習慣を手に入れましょう！

こんなお悩みありませんか？

- ・なかなか寝付けない
- ・夜中に目が覚める
- ・朝すっきりしない



快眠を妨げるNG習慣

1. 日中は散歩せず、家にこもりがち
2. 昼寝の習慣がある
3. 眠くないのに寝床で過ごす

快眠のためにできること

- ・朝は決まった時間に起きて朝日を浴びる
- ・寝床にいる時間が8時間を超えないようにする
- ・昼寝は15分程度までにする
- ・寝る1～2時間前に入浴する
- ・家事や散歩、地域の活動(いきいき百歳体操など)に参加し昼夜のメリハリをつける

オレンジガーデニングプロジェクトうだ

世界アルツハイマー月間である9月に向けて、認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色の花を育て、咲かせる活動を今年も行います。6月1日(月)よりマリーゴールドの種を配布します。皆様のご参加お待ちしております！

【配布場所】 医療介護あんしんセンター(榛原サンクシティ2階 うだ健幸プラザ内)



オレンジカフェ

市では、オレンジガーデニングプロジェクトうだに加えて、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。



〈保健センター〉

ハンセン病元患者家族に対する補償金制度の請求期限の延長について

現在、国において法律に基づき、対象となるハンセン病元患者のご家族の方々に補償金が支給されています。令和6年の法改正により、補償金の請求期限は5年間延長され、令和11年11月21日(水)までとなりました。

請求手続きやご相談については、厚生労働省の下記の相談窓口にご相談ください。

厚生労働省 補償金相談窓口

☎ 03・3595・2262 受付時間 午前10時～午後4時(月～金曜日 ※土日祝、年末年始を除く)

◎ハンセン病とは？

ハンセン病とは、「らい菌」という細菌に感染することで起こる感染症の一種で、主に皮膚と末梢神経に症状が現れます。感染力は非常に弱く、日常生活で感染することはほとんどなく、早期に適切な治療を受けることで完治が可能で、後遺症を残さずに治る病気です。

こころの健康相談

誰にも言えない心のモヤモヤ、お話してみませんか。

【日時】 6月16日(火) 午後1時30分～4時30分 【場所】 市役所 相談室

【予約申込先】 問まで(事前予約制)



6月4日～10日まで歯と口の健康週間です

かかりつけ歯科医院で定期的に歯のチェックをうけましょう

歯と口の健康を守るためには、歯間ブラシなどを利用した丁寧な歯みがきと、定期的なかかりつけ歯科医院での歯のチェックで、むし歯や歯周病を予防しましょう。



*宇陀市歯周病検診が始まります

【対象】 令和8年4月1日～9年3月31日に20・30・40・50・60・70歳になる方

【実施期間】 令和8年6月1日～9年2月末日(20歳は3月末日)

【内容】 むし歯・歯周病の診査など

【検診場所】 市内歯科医療機関

【費用】 無料

【問い合わせ先】 問まで

※対象者には5月中に受診券を郵送します(5月1日時点で住民登録されている方を基準に郵送しています。5月1日以降に転入された方で検診を希望される場合は保健センターまでお問い合わせください。)



Cooking

～野菜たっぷりクッキングコラム～ 食育月間

毎年6月は食育月間です。国や地方公共団体、関係団体などが協力して食育推進活動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図ることとして、この機会にご自身や家族の食生活を見直し、食育に取り組んでみませんか？

こんなことを見直してみよう

- ・家族そろって楽しく食事をする
- ・栄養バランスを考えて1日3食しっかり食べる
- ・「いただきます」「ごちそうさま」と感謝の気持ちを伝える
- ・正しい箸の持ち方や食事のマナーを身につける
- ・地元の野菜や伝統的な食文化を取り入れた料理を作る など

*日常の中の少しの実践が食育の第一歩です。できることから始めてみませんか？



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 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

ねんきんネットとマイナンバーを連携してさらに便利に

「ねんきんネット」は、パソコンやスマートフォンから「自身の年金情報を手軽に確認できるサービス」です。
ねんきんネットでは、
・ご自身の年金記録の確認
・将来の年金見込額の試算
・「ねんきん定期便」や各種通知書の確認
・持ち主不明の年金記録の検索などができ、マイナンバーカードをお持ちでない方も利用できます。

さらに、ねんきんネットとマイナンバーを連携することで、国民年金第1号被保険者加入の届出（退職後の厚生年金からの変更など）

- ・国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例の申請
 - ・国民年金付加保険料納付申出
 - ・国民年金保険料産前産後免除の届出
 - ・扶養親族等申告書の電子申請
 - ・社会保険料（国民年金保険料）控除証明書等の電子データの受け取り
- ができるようになり、さらに便利です。

24時間いつでも利用できる、便利な「ねんきんネット」をぜひご利用ください。

ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号
(0570058555)
日本年金機構 桜井年金事務所
(0744420003)
保険年金課
(82-3672/IP 88-9086)

1年間、健康に過ごしたあなたへ。4万円相当の「人間ドック受診券」を無料でお届けします。

特定健診や医療を受けていない方の中には、生活習慣病の予備群や、重い病気にかかっている可

能性のある方もいます。重症化すると高額な医療費が必要となるうえ、日常生活にも大きな支障がでます。

そこで、市では、国保運営の健全化に貢献し、積極的に健康の推進に努められた国保加入世帯に対し、**検査費用4万円相当**の人間ドックを無料で受けていただけると「宇陀市国民健康保険健康推進奨励事業」を実施しています。

【対象】 次の全てに該当する宇陀市国民健康保険加入世帯
○ 前年1年間（令和7年3月1日～令和8年2月28日）までの期間に世帯に属した被保険者が保険診療を受けなかった世帯
○ 前年度に、特定健康診査の対象となる被保険者（40歳以上）全員が特定健康診査を受診している世帯
○ 国民健康保険税を完納している世帯

なお、対象となる世帯には、決定通知書と人間ドック無料受診票を送付しますので、ぜひご利用ください。

問 保険年金課
(82-3672/IP 88-9086)

獣害対策関連のお知らせ

問 農林課 (82-3679/IP 88-9090)

有害鳥獣捕獲共同取組事業

自治会および農家組合で捕獲檻を管理する経費に対して、助成金を交付する制度を設けています。希望される代表の方は、申請してください。

【助成対象】 自治会および農家組合
【助成要件】 新たに狩猟免許を受けた方2人を含む3人以上で捕獲檻を管理する(2人)

【補助金額】 4万円以内
【締切日】 11月30日(月)

有害鳥獣防除施設設置被害防除事業

鳥獣害防止柵の設置や強化をするため、購入する資材経費に対して助成金を交付する制度を設けています。申請期限までに設置の完了している柵が補助対象となります。申請を希望される方は、お早めに申請ください。(中山間直接支払対象地は補助対象外)

【助成対象】 市内で農業等を行っている方
【補助金額】 1mあたり400円以内

【締切日】 11月30日(月)

有害鳥獣防除ライセンス取得助成事業

被害防除のため狩猟免許を取得する方に、助成金を交付する制度を設けています。希望される方は、試験日までに申請してください。

【助成対象】 市内在住の方
【補助金額】 1万円以内
【締切日】 12月18日(金)
※12月末までに実績報告が必要

狩猟免許試験

ID 00002670

申し込み受付

試験申込期日までに(必着)、必要書類と費用を添えて奈良県猟友会まで申し込みが必要です。申請書は農林課で配布しています。

【各試験の問い合わせ先】

(一社) 奈良県猟友会
(〒630-8253 奈良市内侍原町6の1)

(827422268125)

【狩猟免許試験日程】

日時	対象種別	申込期日	場所
第1回 7月4日(土) 午前9時30分～午後4時 7月5日(日) 午前9時30分～午後4時	講習会	6月22日(月)	【講習・試験会場】 奈良県農業総合センター (桜井市池之内130-1)
	試験		
第2回 8月29日(土) 午前9時30分～午後4時頃 8月30日(日) 午前9時30分～午後4時頃	講習会	8月17日(月)	
	試験		

問 農林課 (82-3679/IP 88-9090)

口座振替についてのご注意点

市県民税を今年度から普通徴収にて納めていただく方は、過去に口座を登録していただいている可能性があります。登録の口座が引き落としできるか確認いただきますよう、よろしく申し上げます。ご不明な点がございましたら、税務課窓口までお問い合わせください。

問 税務課 (82-1306/IP 88-9072)

6月23日～29日は男女共同参画週間
「あなたらしさが、社会のチカラ、」

(令和8年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ：内閣府男女共同参画局)

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、市民の皆さん一人ひとりの取り組みが大切です。私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか。

問 人権推進課 (82-2147/IP 88-9077)

コンビニ交付サービスで取得できる課税(非課税)・所得証明について

税証明書は最新年度分のみ取得することができます。

・6月8日(月)まで、令和7年度証明書のみ取得可能
・6月12日(金)から、令和8年度証明書のみ取得可能
※過年度分の証明書は、市役所・各地域事務所の窓口での発行となりますのでご注意ください

問 税務課 (82-1306/IP 88-9072)

コンビニ交付サービス一時停止のお知らせ

システムメンテナンスにより、マイナンバーカードを利用したコンビニ交付サービスが一時停止します。利用者の皆さんには何かとご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

【停止日時】 6月9日(火)～11日(木) 終日
【停止するサービス】 税証明書

問 税務課 (82-1306/IP 88-9072)

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)

6月の休日窓口

日	曜日	場所	時間
6/27	土	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!



令和8年経済センサス・活動調査「ご回答のお願い」

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」を実施しています。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、インターネット回答用の調査書類が郵送されており4月下旬からは調査員がお伺いし紙の調査票も配布しています。回答期限は6月8日(月)までです。まだお済みでない事業所および企業の方はお早めにインターネットまたは郵送でご回答いただきますようご協力をお願いいたします。



経済センサス活動調査
令和8年6月1日
4月～5月にかけて調査票をお届けします。
調査はインターネットがおすすめです。
電話番号・郵便番号・郵便区画等が不明な場合は、郵送からの回答をお願いします。



詳細はこちら▶

問 企画課
(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

Industry & Community development
産業・まちづくり

農地利用最適化推進委員(第24地区のみ)を再募集します

ID 00021227

農地利用最適化推進委員(第24地区)が辞職により不在のため、再募集をします。

■農地利用最適化推進委員(第24地区) 募集内容

【募集地区】第24地区 下田口、上田口、黒岩、室生

【募集人数】1人

【任期】委嘱の日 令和9年10月27日

【推薦・応募方法】推薦申込書および応募申込書に必要事項を記入して、農業委員会事務局(農林商工部農林課内)へ持参してください。

※募集要項と推薦・応募申込書は、農業委員会事務局の窓口へ備えるほか、市ホームページからもダウンロードできます

【募集期間】6月1日(月)～30日(火) 午後5時15分まで

※提出は市役所開庁日、午前8時30分～午後5時15分

【選考スケジュール】6月15日(月)

募集状況の中間報告

7月1日(水) 募集状況の最終報告

※その他、詳細は問へお問い合わせください

問 農業委員会事務局
(☎ 82・5781 / IP ☎ 88・9090)

農地利用最適化推進委員(第5地区)が委嘱されました

4月10日(金)の農業委員会総会にて、新しい農地利用最適化推進委員(第5地区)が委嘱されました。

農地利用最適化推進委員は、担い手への農地利用の集積・集約化、耕作放棄地の発生防止・解消等の地域における現場活動を行います。

任期は委嘱日から令和9年10月27日までです。

【担当地区】西山、春日、下竹、光室、小附(一部を除く)

【氏名】垣内 基嗣氏

【住所】大宇陀上茶

問 農業委員会事務局
(☎ 82・5781 / IP ☎ 88・9090)

児童手当・現況届の提出について

ID 0003638

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し(前年の所得、児童の養育状況など)、翌年度の児童手当の支給の可否を審査するものです。

これまで、全ての方に現況届の提出をお願いしていましたが、令和4年6月以降は以下に該当する方を除き現況届の提出は不要です。

- 配偶者からの暴力等により、住民票の住所と異なる市区町村で児童手当を受給している方
- 市に住民票がない児童を養育する方
- 離婚協議中で配偶者と別居している方
- 未成年後見人、施設等の受給者
- 第三子以降算定額算定対象者のうちに学生以外の子どもがいる方(※学生の場合は、卒業予定年月まで省略可能)
- その他、市から提出の案内があった方

※現況届の提出が必要な方には5月下旬に現況届を送付します。期日(6月1日～30日)までに提出をお願いします。期日までに提出がない場合は翌年度以降の手当が受けられなくなります

- 問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)
- 問 大宇陀地域事務所 (☎ 83・2251 / IP ☎ 88・9195)
- 問 菟田野地域事務所 (☎ 84・2521 / IP ☎ 88・9188)
- 問 室生地域事務所 (☎ 92・2001 / IP ☎ 88・9182)

受取方法が変わります

ぴかぴか1年生応援事業

ID 0002041

小学校または中学校の新入生がおられる家庭へ、お祝い金としてウッピー商品券を贈呈します。

【対象】小学校1年生または中学校1年生の児童・生徒の保護者で、市内に住所を有し、対象児童・生徒と生計を一にしている方

【給付額】対象児童・生徒1人につき1万円分のウッピー商品券

【給付時期】6月中を予定

【給付方法】商品券を「ゆうパック」で郵送 ※事前のお申し込みは不要です

問 こども未来課
(☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)



6月の文化会館だより

ID 0001046

6月の休館日(2. 9. 16. 23. 30日)

■かぎろひホールの催し

日曜日	催名	入場方法	公演時間	主催	お問い合わせ先
14日	30周年記念友遊館カラオケまつり	一般・無料	開場：午前8時30分 開演：午前9時	カラオケステージ友遊館	カラオケステージ友遊館 ☎ 82-8739
20日	第32回あきの螢能 ※雨天時のみ	全席自由席 前売：5,000円 当日：6,000円	開場：午後4時 本公演：午後6時	あきの螢能保存会	観光課 ☎ 82-2457

■展示ホールの催し：展示はありません

宇陀市何でもランキング

県内橋梁管理数
宇陀市 2位 (39市町村中)

市の管理する橋梁は、県内で2番目に多いです。多くの橋梁の維持管理を効率的に行うために1市3村(宇陀市・曾爾村・御杖村・東吉野村)と連携して地域インフラ群再生戦略マネジメント(通称群マネ)を実施していきます。

図書館からのお知らせ

話題の新作!

★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：6月8日(月)・22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：6月27日(土) 10:30～11:15
場所：中央図書館(おはなしの部屋)
テーマ：「カエルとあそぶ？」
～おはなしと手作りカエルでゲーム～
内容：紙の手作りでカエルを工作して、とんだエリアの合計点数で遊びます。

3位までの入賞者には、金・銀・銅ガエルの証明書がもらえ、カエルのおはなし会もあります。

休館日 6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	9 休館	10	11	12	13
14	15	16 休館	17	18	19	20
21	22	23 休館	24	25	26	27
28	29	30 休館				

(一般書) 夜明けのハントレス
著者：河崎秋子
出版：文藝春秋
昨年の夏からクマへの人身被害が相次いで、社会問題となりました。この作品は、大学生の女性ハンターのマチが、北海道を舞台に真正面からクマと対峙し、心の成長や変化をとげていく物語です。(中央図書館所蔵)



(児童書) てんてんきょうだいとまるねえちゃん
文：山田慶太
絵：田口麻由
出版：ポプラ社
なんにでも「てんてん」をつけたがる「てんてんきょうだい」には、なんにでも「まる」をつけたがる「ねえちゃん」がいました。きょうだいとねえちゃん、いよいよ「まる」つけ合戦がはじまりました。声にだしてよみたい、とっても楽しいえほんです。(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)

大和都市計画地区計画の決定

ID 00018324

都市計画審議会等の都市計画手続を終えて、令和8年4月21日付で大和都市計画地区計画の決定を行いました。

【都市計画の種類および名称】大和都市計画地区計画（大宇陀野依地区地区計画）

【都市計画を定める土地の区域】大宇陀野依の一部

【まちづくり推進課】
TEL 5624 / FAX 88・9092

既存木造住宅耐震関連

補助の募集について

ID 0003421
0003663

既存木造住宅の「耐震診断（無料）」「耐震改修補助」「耐震改修にあわせて行う省エネ改修補助」を募集します。

【募集期間】

6月8日（月）～11月20日（金）

【補助の対象となる住宅】

（耐震診断・耐震改修共通）

【建築時期】 昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【構造】

木造

（枠組壁工法、在来軸組工法）

【規模】 階数2階建て以下

【既存木造住宅耐震診断（無料）】

【診断方法】 財団法人日本建築防災協会による「木造住宅の耐震診断と補強方法に定める」「一般診断法」による診断

【診断の内容】 間取りの確認・床下や天井裏を見るなど、2時間程度の現地調査、診断結果の説明

【診断者】 「奈良県木造住宅耐震診断員登録者名簿」に登録された耐震診断員

【必要書類】 建築年月、延床面積、構造等を証する書類（建築確認通知書、建物の登記簿謄本など）、納税等確認承諾書など

【既存木造住宅耐震改修補助】

【補助内容】 耐震診断を実施した結果、上部構造評点が1.0未満である木造住宅の耐震補強を行う際の工事費の一部を補助します。

【補助対象者】 補助対象建築物を所有する個人で、市税の滞納がなく、市内事業者と耐震改修工事の契約を予定している方

【補助額】 耐震改修に要した費用の80%（上限115万円）

【必要書類】 建築士が行った耐震診断結果や、補強計画書、工事費見積書など

【耐震改修にあわせて行う省エネ改修補助】

【補助内容】 省エネ改修工事（熱損失防止改修工事や健康に配慮した改修工事）または補助の対象となる住宅の建替工事

【補助額】 省エネ改修に要した費用の4割または8割（上限30万円）

用の4割または8割（上限額は改修内容に応じて上限30～70万円）

【必要書類】 建築士が行った設計内容確認書や、仕様書、工事見積書など

【その他】

※各補助事業につき1棟1回までとします

※申請前に契約された工事については補助の対象外となります

※申請書はホームページからもダウンロードできます

※申し込み先着順のため、予算に達し次第終了します

※耐震診断の結果を踏まえ、「耐震シエルト設置工事補助事業」を検討される方は、別途

【問まで】相談ください

【問】

TEL 5642 / FAX 88・9096

既存住宅省エネルギー

改修工事等補助

ID 0020828

既存住宅の省エネ改修に対する補助を行います。

【募集期間】

6月8日（月）～11月20日（金）

【補助の対象となる住宅】

【建築時期】 平成12年以前に建築

【構造】

木造

【規模】 2階建て以下で、一戸建ての住宅または長屋

【補助対象者】 補助対象建築物を所有（または占有）する個人で、市税の滞納がなく、市内事業者と省エネ改修工事の契約を予定している方

【補助内容】 省エネ改修工事（熱損失防止改修工事や健康に配慮した改修工事）

【補助額】 上限額20万円（部位ごとに対象要件、上限額設定あり）

【必要書類】 建築士が行った設計内容確認書や、仕様書、工事見積書など

【その他】

※各補助事業につき1棟1回までとします

※申請前に契約された工事については補助の対象外となります

※申請書はホームページからもダウンロードできます

※申し込み先着順のため、予算に達し次第終了します

【問】

TEL 5642 / FAX 88・9096

ブロック塀等

撤去補助の募集

ID 0003412

ブロック塀等の倒壊により生じる被害を未然に防止するため、撤去費用に対する補助を行います。

【募集期間】

6月8日（月）～11月20日（金）

【対象となる塀】

【場所】 道路（国道、県道、市道等）に面する塀

【構造】 コンクリートブロック塀、石塀、コンクリート塀、レンガ塀または土塀

【高さ】 道路面からの高さ60cm以上のもの

【対象となる工事】

ブロック塀等の全て、または一部を撤去する工事（一部を撤去する場合は塀の高さが全て60cm以下となること）

【補助金の額】

ブロック塀等の撤去に要する経費の1/2以内の額、または見付面積1㎡につき1万円のうちどちらか低い額（上限10万円）

【必要書類】

敷地の位置図、工事費見積書、ブロック塀等の現況写真、納税等確認承諾書など

【その他】

※補助金の交付は同一敷地につき1回とします

※申請前に契約された工事については補助の対象外となります

※申請書はホームページからもダウンロードできます

※申し込み先着順のため、予算に達し次第終了します

【問】

TEL 5642 / FAX 88・9096

Education・culture&sports 教育・文化・スポーツ

宇陀市めぐもり修学奨励資金について

ID 0002497

市では、経済的理由により修学困難な生徒に対して修学奨励を図るため、高等学校や大学等に進学した方の保護者に対して入学支度金「めぐもり修学奨励資金」を支給します。

【対象】 次の全ての要件を満たす方の保護者

① 学校教育法に規定する高等学校、専修学校、高等専門学校、短期大学、大学に令和8年度に進学した方

② 市内に住所がある方（大学等へ通学するための寄宿等の理由により市外に転出した方を含む）

③ 市民税非課税世帯の方（生活保護法の生業扶助が行われている方を除く）

④ 向学・心に富み、将来のまちづくり活動に積極的に取り組む意欲を持っている方

【支給金額】

高等学校、専修学校・・・6万円
高等専門学校・・・12万円
大学（短期大学）・・・12万円

【申し込み】

申請書、請求書（押印必要）、委任状に必要事項を記入のうえ、添

付書類を添えて市役所3階教育総務課へ提出ください。

※委任状は請求書の申請者（保護者）と振込名義人が異なる場合に必要です

【提出期限】 6月30日（火）

【添付書類】

・各学校発行の在学証明書
・令和8年度市民税非課税証明書（住民票に記載されている方で学生の方以外の全ての方の証明書を添付してください。発行は6月10日（水）頃から）
・住民票の写し（世帯全員、続柄記載のもの）
・振込口座の確認ができるもの（通帳・キャッシュカード）の写し

【問】教育総務課

TEL 3673 / FAX 88・9259

スポーツ振興くじ（TOTO）助成事業 令和8年度 桜井宇陀子どもサッカー教室 開催

【第1回】

【日時・場所】

6月21日（日）午後2時～4時

桜井市 芝運動公園グラウンド

（雨天の場合は、桜井市民体育館）

【第2回】

7月12日（日）午後2時～4時

宇陀市 大宇陀ふれあい交流ドーム



さんとおぼあ様原 からのお知らせ

さんとおぼあ様原

TEL 2525 / FAX 88・9095

「梅雨の時期の健康管理」

梅雨の季節がやってきます。雨の日が増えると湿度が上がります。気温も高くなる傾向があります。「なんとなくだるい」「肩がこる」などの不調を感じられる方が増えてくるようです。これは低気圧により副交感神経に影響を与えるためと言われています。



▶ 温度と湿度を調整して快適な空間を保ちます

また、この時期湿度が高くなることでカビやダニの繁殖が促進され感染症のリスクが増加します。梅雨対策としてエアコンなどにより温度と湿度を調整し、食材の保存温度や期限の管理を徹底しています。また、利用者様のシーツなども湿った状態が続くと雑菌の温床となりますので常に清潔なものを活用しています。

会計年度任用職員募集中

介護職 1人
勤務時間等詳細は、お問い合わせください。

シニア県展 (旧奈良県高齢者美術展) 出品作品を募集

【出品資格者】 県内在住で昭和43年4月1日以前に生まれたアマチュアの方

【出品部門】 日本画、洋画、書、工芸、写真(5部門)

※1部門につき1人1点までとし、未発表のものに限る

【申し込み】 申込書を7月1日(水)までに問へ

※申込書は、介護福祉課または各地域事務所にあります

【出品手数料】 1点 10000円

【展示場所】 大和高田市文化会館(さざんかホール)展示ホール(大和高田市本郷)

【展示期間】
8月29日(土)～9月2日(水)
午前9時30分～午後4時

※作品を守るため、出品時は厳重な梱包をした後、指定する日時「問へ」持参ください

問 介護福祉課
(☎02・3675・IP ☎88・9088)

かるがもクラブ

お子さんの現在の様子や困りごとを話したり、聞いたりしませんが、一人で抱え込まず、同じ思いを持つ保護者と交流する事で、子育てのヒントを得たり、一緒に考えたりできます。つながりができることは子育ての強い味方になるはずですよ。

※今回は小学校の先生に通級や特別支援学級のお話を聞かせてもらう予定です。ぜひ、ご参加ください。

【日時】 6月23日(火)
午前10時～正午

【場所】 市役所2階
214会議室

問 介護福祉課
(☎02・3675・IP ☎88・9088)



Event&Others イベント・その他

室生あじさい祭 巡礼 ウォーク&「一マルシエ

①『立ち上がり！お地藏さまツアー』
長年、室生大師古道を行き交う人々を見守ってきたお地藏さま1体が、風雨により倒れてしまいました。この度、元の場所へお戻しし、還座記念の巡礼ウォークを開催します。

【内容】
・約9キロの里山歩き
※昼食、飲み物は各自持参ください

【開催日】 6月14日(日)
※小雨決行

受付 午前8時45分～
時間 午前9時～午後2時30分

【集合場所】 近鉄「三本松駅」**【アクセス】**
行き：近鉄「三本松」駅下車
帰り：奈良交通バス「室生寺」午後2時47分発 → 近鉄「室生口大野駅」午後3時1分頃着

【参加費】 2000円
※小学生から参加費が必要です(保険料・資料代等含む)

【申し込み期間】
5月11日～6月11日(先着50人)

【コース】
安産寺 → 大師の道 → 室生 → あさぎり公園



ガイドとともに歩きます。靴・服装、防虫・日除け・熱中症対策およびゴミの持ち帰りは各自でお願いします。

【主催】 室生あじさい祭実行委員会
【共催】 宇陀市観光ボランティアガイドの会

※その他、申し込み等は「問へ」

②「一マルシエ」市場(べんいちマルシエ)
【開催日】 6月14日(日)
【時間】 午前10時～午後2時
※当日の状況により前後する場合があります

【場所】 あさぎりホール(室生地域文化伝習展示施設)

【内容】
・室生の特産品販売
・飲食出店
・文化展示
・ワークショップ ほか

■ほほえみ大抽選会
スタンプラリーMAP持参の方は参加可能です。景品を呈呈します。

お地藏さまからのご縁のお土産をご用意しています。ぜひご来場ください。

③『お地藏さまで巡るご縁スタンプラリー』
室生の里山を散策しながらスタンプラリーをお楽しみください。



**毎月19日は、
『うだ育児の日』**

「こどもの笑顔」
「家族の幸せ」
みんながまちの見守り隊

▲最新情報は
こちら

問 観光課内 事務局
(☎02・2457・IP ☎88・9081)

ふれあいバスツアー 参加者募集

このバスツアーは、障がいの有無に関わらず「ふれあいバスツアー」を通して、お互い理解と交流を深め「ともに生きるまじづくり」を考えることを目的として開催します。

【開催日時】 7月5日(日)
午前8時30分～午後6時頃

【集合・解散場所】
宇陀市人権交流センター
古屋市港区

【交通手段】 大型観光バス(リフト付き)

【対象】 市内在住(在学・在勤)の幼児・児童・生徒および保護者・活動を支援する方

【定員】 30人(先着順)
※定員に達し次第、受付終了します

【参加費】(入館料・食事代・旅行傷害保険料込み)
・4歳以上の幼児 20000円
・小学生・中学生 24000円
・高校生 31000円
・大人 33000円(23000円)

※障害者手帳等をお持ちの方と介護者1人については、()内

の金額になります。申し込みの際にお申し出ください

※参加費は、当日受付にて徴収します

※当日キャンセルは、全額負担になります

【申し込み】 6月3日(水)～10日(水)まで

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

第14回 室生へまあより祭

【開催日時】 7月26日(日)
午後5時～9時

【場所】 室生運動場

■協賛金にご協力をお願いします

【受付期間】
6月1日(月)～30日(火)

【出店資格】
模擬店出店募集

○市内の団体に限る

※生ものの販売は不可

※出店条件など詳しくは「問」まで、

【出店費用】
1ブース(2.7m×3.6mあたり) 一般の方 10000円
露天商 3万円

【申し込み期限】
6月1日(月)～22日(月)

■お手伝いスタッフ募集

【内容】 運営準備および片付け、イベント補助、駐車場案内など

【応募資格】 16歳以上の方

【申し込み期限】
6月1日(月)～22日(月)

問 室生地域づくり実行委員会事務局
勝井方(☎070・83233108)
野田方(☎070・20673596)

第20期「被害者支援ボランティア」募集

(公社) なら犯罪被害者支援センターでは、犯罪や事故の被害に遭われた被害者やそのご家族等を支援するための電話や相談等に携わるボランティアを募集します。

■募集要項

【募集期間】 6月1日(月)から7月31日(金)まで

※応募者は、9月2日(水)～11月4日(水)の間で9回(原則水曜日午後1時～3時50分)の養成講座を受講していただきます

【募集人数】 20人程度

【応募資格】 県内在住の20歳以上70歳未満の方

※詳しくは、「問」までお問い合わせください

問 公益社団法人なら犯罪被害者支援センター(月～金曜日 午前10時～午後4時 祝日は除く)
(☎0742・26・9665)
メール: jimun@nvscc.jp

桜井宇陀広域連合観光探訪事業 「緑萌ゆる曾爾高原と野草茶作り体験」

問 桜井宇陀広域連合事務局観光探訪係 (〒633-0112 桜井市大字初瀬 1626-1)
(☎0744・47・7077 / FAX0744・47・7078)

【開催日】 7月5日(日) (荒天中止)

【集合時間・場所】 午前9時30分 近鉄榛原駅 北口集合(バス)

【コース】
近鉄榛原駅(午前9時30分) ⇒ 曾爾高原(現地ガイドと散策 約1km 午前10時30分～11時40分) ⇒ 曾爾高原ファームガーデン(お買い物) ⇒ 曾爾村地域総合センター(地元で採れた野菜や野草を使ったランチ) ⇒ 村内や周辺地域に自生する植物を使ったオリジナル・ティー作り体験(午後1時30分～3時15分) ⇒ 近鉄榛原駅(午後4時頃解散) ※天候により予定が変更になる可能性があります

【募集対象】 中学生以上(中学生の場合は保護者同伴)

【定員】 30人(先着順) **【参加費】** 1人5,000円(昼食、体験等含む)

【持ち物】 雨具(カッパ等)、歩きやすい靴

【申し込み期間】 6月1日(月)午前9時～25日(木)午後4時必着

【申し込み方法】 ①住所②氏名③生年月日④電話番号等を記入のうえ、上記申し込み期間中に、
問 ホームページ(QRコード)またはFAXか郵送にてお申し込みください。
※申し込み後、6月30日(火)午後4時以後の取り消しはキャンセル料が発生します



▲申し込みはこちら

市制20周年をきっかけに始まった市民との対話イベント「千年未来塾」。『千年未来塾』という名称は、初回にあたり大宇陀出身の医療分野の世界で活躍する起業家・藤田浩之さんから提案されたものです。人口減少や少子高齢化など地域課題に向き合うには、短期的でなく、世代を超えた長い時間軸で地域の未来を考える視点が必要です。すぐに答えを求めるとはなく、「問いを共有し、対話を重ねながら小さく動き続ける」。それが千年未来塾の理念です。



▲申し込みは未来塾特設サイトへ

第1弾

星を見ながら天文学を学ぼう！～体験型ワークショップ～

- ▶日時 7月18日(土) 午後4時～8時
▶会場 平成榛原こどものもり公園
▶対象 小学生以上の子どもとご家族
▶定員 30人

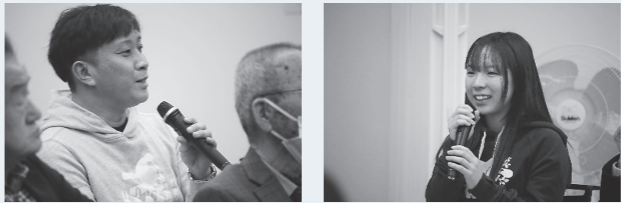
▶嘉数 悠子氏 (ハワイのすばる望遠鏡を拠点に、宇宙の神秘と魅力を伝える天文学者)



地域課題や可能性について、市民と率直な意見が交わされ、「問い」を立てながら検討していくことの重要性が共有されました。

第1回 1/25(日)

問いから始める



第2回 2/28(土)

まず小さく動く



「まず動く」「小さな実験を積み重ねる」この考え方のもとに、藤田浩之さんからの新たな提案

「世界で活躍する起業家、専門家を宇陀にゲストとして招き、市民自らが関わりながら講演を作っていく！」



参加市民がゲスト講演の実現方法や、どのような場にするべきかを話し合うワークショップを実施。具体的な講演企画の方向性が見えてきました。

第3回 4/5(日)

自ら考える

【開催予定】
▶日時：6月7日(日) 午後1時～3時
▶会場：類農園 VUTAI (榛原下井足 79-1)
テーマ：「世界で活躍する人を宇陀に呼ぼう！」

講演企画をさらに具体的に決めていく予定。講演の進め方や役割分担、会場づくり、広報方法など市民同士がアイデアを出し合い、実現に向けて動きます。

第4回

自ら動く

講演ゲスト ※宇陀にお招きする予定

- コリス・ラム氏 (ゲノム・遺伝子制御システム研究者)
水谷 桂一郎氏 (米州法人営業部長兼三菱UFJ銀行シカゴ支店長)
松原 都氏 (M-Square シカゴ創業者)
小松 美羽氏 (現代アーティスト)
河野 勉氏 (国際連合事務局軍縮局 上級政務官)
水谷 友重氏 (TOYO TIRE(株) 専務執行役員)

対話から実践へ 市民がつくる場へ

「人権擁護委員の日」 特設人権相談所を開設

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づいて、人権相談を受けた人権の考えを広めたりする活動をしている民間のボランティアの方々です。人権擁護委員制度は、様々な分野の方たちが人権思想を広め、地域の中で人権が侵害されないように配慮して、人権を擁護していくことが望ましいという考えから創設された、諸外国に例を見ない制度です。

現在、約14,000人が法務大臣から委嘱され、全国の各市町村に配置され、積極的な活動を行っています。人権擁護委員が組織する全国人権擁護委員連合会では、人権擁護委員法が昭和24年6月1日に施行されたことを記念して、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、各市町村で特設相談所を開設したり、人権啓発活動などの取り組みを実施しています。市では特設人権相談所を開設します。

自衛隊天理募集案内所 ☎0743・63・2540
ホームページ: https://www.mod.go.jp/pco/nara
e-mail: tenrisyo01@rct.gsdf.mod.go.jp
総務課 ☎82・1302 / IP ☎88・9068

【場所】市役所 211会議室
午前9時～午後3時
予約不要・相談無料・秘密厳守
【日時】6月1日(月)
【お問い合わせ】
☎82・2147 / IP ☎88・9077

自衛官等募集案内



自衛隊奈良地方協力本部ホームページ▶

Table with 4 columns: 種目, 資格, 受付期間, 試験期日. Rows include 2等陸・海・空士, 一般曹候補生, 航空学生, 防衛医科大学校医学科学生, 防衛医科大学校看護学科学生.

危険物安全週間

【6月7日(日)～6月13日(土)】

令和8年度危険物安全週間推進標語
「つかみ取れ！めざす無事故の頂を」

私たちの生活の中には、普段は気にも止めず使用しているたくさんの危険物があり、使用方法を誤ると、火災などの大事故につながります。皆さんも、もう一度使用方法を確認し、正しく取り扱いましょう。

【生活の中にある危険物】

暖房・給湯用燃料の灯油、自動車用燃料のガソリン・軽油、家庭用燃料のプロパンガス・都市ガス、各種食用油、オーデコロン・マニキュア・ヘアスプレーなどの化粧品、殺虫剤、防腐剤、油性塗料など。

【貯蔵・取り扱いの注意】

- ①容器は使用の度に密閉する。
②直射日光を避け、低温で風通しの良い場所に保管する。
③火気の近くでは絶対に取り扱わない。
④スプレー缶などを処理するときは穴等をあけ、残ったガスを完全に抜き取る。
⑤保管場所の換気をする。



奈良県広域消防組合 宇陀消防署 予防課
☎0745・82・3199

宇陀市の地域公共交通、いまの状況

皆さんのご利用が、運行継続につながります！

市では、高齢化率が46%を超え、全体の約25%が75歳以上と深刻化しています。今後は運転免許返納者の増加も見込まれており、地域によっては、移動手段が乏しく、自力での外出が困難な方が少なくありません。

一方で、路線バスやデマンド交通の収支率はいずれも低水準であり、燃料費・人件費の高騰等により、運行経費は増加しています。その結果、不足分は市の税金で補填せざるを得ない状況が続いています。

路線バス等の利用者数 (R7年度実績)

- 路線バス(奈良交通) 443,363人(前年比+5.6%) ※R6年度 1,764人(前年比△19.7%)
●榛原大野線 1,618人(前年比+0.8%)
●かぎろひバス 2,550人(前年比+3.3%)
●デマンドタクシー 2,368人(前年比+43.5%)
●ノッカルおくだ 166人(R7年度～)

路線運行(路線バス・市営有償バス等)の収支率

- 路線バス(奈良交通) 37.56%(前年比+0.82ポイント) ※R6年度 9.31%(前年比△1.45ポイント)
●榛原大野線 8.6%(前年比+0.08ポイント)
●かぎろひバス 7.61%(前年比+0.25ポイント)

「自分は車があるから関係ない」——そう思われるかもしれませんが、将来に向けて地域公共交通を維持するためには、皆さんのご利用が必要です。運行継続に向けてご協力をお願いします。

企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074

6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

4月の出生数 8人

令和8年5月1日現在
※()内は前月比

0~9歳	1,073人	60~69歳	3,956人
10~19歳	1,836人	70~79歳	5,555人
20~29歳	1,774人	80~89歳	3,109人
30~39歳	1,574人	90~99歳	919人
40~49歳	2,636人	100歳以上	42人
50~59歳	3,344人		
総数	25,818人 (-11)		
世帯数	12,539世帯 (+2)		



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	○奈良のシャボン玉師「こにたん」がやって来る ○宇陀市議会第2回臨時会	○うだ薬草フェスティバル2026 ○第5回宇陀松山薬草発酵博覧会	○宇陀市防災訓練 ○除草機 WEED MAN (ウィードマン) 現地講習会
宇陀市政なう	○宇陀ソムリエ検定 ○野菜たっぷりソムリエ ○0歳からのお口育て ○うだ百景 他	○宇陀ソムリエ検定 ○うだしなかよし献立 ○0歳からのお口育て ○うだ百景 他	○宇陀ソムリエ検定 ○UDA UDA ENGLISH ○うだしなかよし献立 ○うだ百景 他
まちの話題	○春の里山ピクニック ~室生下田口~ ○音楽の広場 ~榛原天満台西~	○第5回ささなきコーラス ちいさなコンサート ○鳥見山つつじ祭り ~榛原秋原~	○白山神社「野依のオンダ」~大宇陀野依~ ○春の山野草展示会
宇陀の気になる企業+			○特定非営利活動法人 ハンサムガーデン

※「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 0023261

休日の中学校部活動は奈良県の方針に基づき、本市では4月から「改革実行期間」として「宇陀クラブ」がスタートしています。休日のスポーツ・文化芸術活動の充実を図るため、現在は10種目(13クラブ)の参加者を引き続き募集しています。

種目	クラブ名	主な活動場所・()内は予備会場
陸上競技	陸上競技クラブ WEST	宇陀高校運動場(榛原中学校運動場)
	陸上競技クラブ EAST	室生中学校運動場
軟式野球	軟式野球クラブ	大宇陀中学校運動場(菟田野中学校運動場)
バスケットボール	バスケットボールクラブ男子	菟田野中学校体育館(大宇陀中学校体育館)
	バスケットボールクラブ ENJOY	
バレーボール	バレーボール女子 SOUTH	菟田野中学校体育館
	バレーボール女子 NORTH	榛原中学校体育館(室生中学校体育館)
バドミントン	バドミントンクラブ	大宇陀中学校体育館
卓球	卓球クラブ	総合体育館格技室
剣道	剣道クラブ	総合体育館格技室
吹奏楽	吹奏楽クラブ	菟田野中学校ランチルーム
ウエイトリフティング	ウエイトリフティングクラブ	宇陀高校ウエイトリフティング室
自転車競技	自転車競技クラブ	総合体育館ピロティ他

宇陀クラブに参加するには登録が必要です。各クラブの活動日および登録は、市ホームページ(上記ID)で確認できます。

生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

市長のついで

▽今月の特集は「認知症の不安ゼロのまち」です。スポーツ庁により、歩数2000歩以上を毎日歩くと、認知症の予防になるそうです。1000歩10分とすると、歩く時間を10分プラスするだけで、その他の病気も防ぐことができます。計算になります。健康のために、今日から10分の工夫をしてみませんか。6月は桜を枯らすクビアカツヤカミキリが成虫になり活発に活動を始めます。県内各地で大規模な被害が発生しています。ウオキング途中で桜の根元に木屑のよごしやゴミが散らかると、歩いている人が不快に感じます。歩いている人が、桜の木を守ってまいりましょう。

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 / FAX 82・3900)

募集

- 体力アップ絆メンバー募集
 - ▶日時 毎週水曜日 午前11時~正午(祝日は休み)
 - ▶場所 総合体育館(格技室)
 - ▶参加費 500円 (会場使用料200円/月)
 - ▶内容 有酸素運動・筋力トレーニング・腰痛・膝痛予防改善など
 - ▶講師 井上明美さん・島袋あかりさん
- 問 末廣方 (☎ 080・1433・0305) 講師 井上方 (☎ 090・8378・83)

- はじめての雅楽教室
- みんなでのしく宇陀の古代の歌「久米歌」を練習して、七夕祭りで披露しましょう♪子どもだけ、大人だけの参加もOK。

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 ナガサワぶらす
NAGASAWA

☎ 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

- ▶日時 6月13日(土)、28日(日)、7月12日(日)、25日(土)、31日(金)
 - ▶場所 榛原総合センター (おやつ付き)
 - ▶参加費 全5回 1500円
 - ▶指導者 柴垣 治樹氏
 - ▶主催 子ども雅楽くらぶ
- 問 三谷方 (080・4070・8341) メール: kodomogagaku@gmail.com

催し

- ピククルボール体験会
 - テニスより簡単で卓球よりアクティブ! 全米で大流行中の「ピククルボール」を体験しませんか?
 - ▶日時 6月10日(水) 午後1時~3時30分
 - ▶場所 伊那佐体育館
 - ▶対象 初心者・シニアの方大歓迎!
 - ▶費用 無料
 - ▶持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物※ラケットなど道具は用意します
- ※参加希望者は事前に要申込ください
問 阪口方 (☎ 080・5367・3288)

- ホテルの夕べ 開催案内※雨天中止
 - ▶日時 6月20日(土) 午後4時~
 - ▶場所 高井生活改善センター
 - ▶内容 午後4時~: 散策・螢の養殖場見学
午後5時~: 販売開始
午後6時~: イベント開始
午後7時30分~: 螢鑑賞
- ※その他お楽しみコーナーあり
問 千年太志会 稲森方 (☎ 82・1101)

- 宇陀松山会館「歴史の講座」ご案内
- ①『歴史的風致維持向上計画のねらいと全貌』
『大宇陀の歴史的景観の文化史』
- ▶日時 7月5日(日)
- ▶講師 浦西 勉氏(元龍谷大学教授) 森本 陽子氏(宇陀市職員)

- ②『担い手目線で語る宇陀地域の民俗芸能のはなし』
 - ▶日時 8月2日(日)
 - ▶講師 小関 吉浩氏 (元榛原西小学校校長)
 - ③『宇陀松山地区の歴史的風致』
 - ▶日時 9月6日(日)
 - ▶講師 森本 陽子氏(宇陀市職員)
- 〈各回共通〉
▶時間 午後2時~3時30分
▶場所 宇陀松山会館
▶受講料 500円
問 宇陀松山会館 (☎ 88・9253) (※水・金・土・日 午前10時~午後4時)

- 宇陀松山夢街道街並み ライトアップ開催
- ▶期間 8月27日(木)~29日(土) 午後6時~9時
- ライトアップ開催に伴い、ボランティア、イベント、模擬店募集も行います。詳しくは問へ。
- 23日 設営ボランティア
29日 イベント、模擬店
- 問 実行委員 田川方 (☎ 050・6863・1467) udayumekaido@yahoo.co.jp

- モルック、楽しみましょう!
- 誰でも一緒に楽しめるスポーツです。おしゃべりしながら、笑いながら。
- ▶日時 6月14日(日)、28日(日)、7月12日(日)、26日(日)、8月9日(日)、23日(日) 午後1時~4時(雨天中止)
- ▶場所 大宇陀道の駅 駐車場横
- 問 もりのモルック隊 仲村方 (☎ 080・5302・4082)

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



～申請書記入が「らく」になります！～

～らくらく窓口～

令和7年3月から市役所および各地域事務所窓口を設置している、らくらく窓口で利用可能な申請書が増えました。

戸籍・住民票・印鑑登録・住所異動に加えて、新たにマイナンバーカード関連の申請書が発行可能になっています。ぜひご利用ください。

【対応している申請書】

- ・戸籍、戸籍の附票等の発行
- ・住民票等の発行
- ・印鑑登録証明書の発行
- ・住所異動・世帯変更の手続き
- ・マイナンバーカード関連の手続き
- ・各種税証明発行

【設置場所】

- ・市役所 市民課・税務課、各地域事務所 窓口

問 企画課 DX 推進室 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)



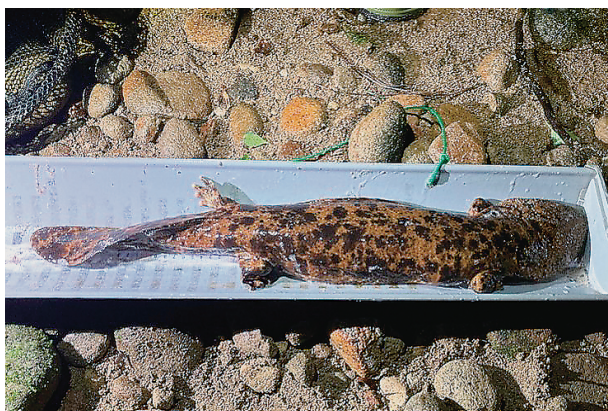
国の特別天然記念物

～オオサンショウウオを守りましょう！～



【オオサンショウウオとは？】

オオサンショウウオは日本固有の両生類で、その姿が約3千万年前からほとんど変化していないことから、“生きた化石”とも呼ばれます。昭和27(1952)年に国の特別天然記念物に指定されました。



【オオサンショウウオの住む環境】

オオサンショウウオは一生のうち、ほとんどを水中で過ごします。特に、山地や里山を流れるきれいな水を好むため、オオサンショウウオが生息しているということは、豊かな自然環境が残されている指標となります。しかし、近年の環境汚染により、生息域が少なくなっています。

宇陀市も例外ではありません。ごみを川に捨てない、生活排水をたれ流さない、外来種の生物をむやみに逃がさないなど、環境へ配慮することが、オオサンショウウオをはじめとした多くの生物の命を守ることに繋がります。

【市の取り組みは？】

市では平成27(2015)年から専門家によるオオサンショウウオの保護・生態調査を行っています。夜間の河川で調査を行うこともあります。市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問 文化財課 (☎ 82・3976 / IP ☎ 88・9365)