

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 まちのき

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。認知症の不安を減らすには、歩行が大切です。歩行には、歩幅を広く、歩速を遅くすることが大切です。歩幅を広く歩くと、歩行の安定性がアップし、転倒のリスクが低減されます。また、歩速を遅く歩くと、歩行の安定性がアップし、転倒のリスクが低減されます。

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 / 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
- みんなであ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 ナガサワぶらす
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

- ▶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
- ▶参加費 全5回 1500円 (おやつ付き)
- ▶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『歴史的风致維持向上計画のねらいと全貌』
『大宇陀の歴史の景観の文化史』
- ▶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风致』
- ▶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、模擬店募集もを行います。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