



うだ

7

2026年
(令和8年)



『人権三法』施行から10年・・・・・・・・・・2
奈良工業高等専門学校と包括連携協定を締結・4
春の叙勲受章おめでとうございます・・・・・・5

7月は差別をなくす強調月間です

取り組みにご参加ください

昭和44(1969)年7月に「同和対策事業特別措置法」が制定されたことを重ねて、奈良県や県内全ての市町村では、毎年7月を「差別をなくす強調月間」と位置づけて、あらゆる差別の解消を願って様々な取り組みを行っています。

差別をなくす市民集会

映画『35年目のラブレター』

子どもの頃、家庭の事情により学校に通えず、文字を知らずに育った。懸命に働き生きてきた。「ありがとう」という言葉だけでは足りない。文字の読み書きができなかった夫が、妻に送った一通の手紙。そこに綴られた想いとは・・・。



日時 7月18日(土) 午後1時～(午後0時30分受付)

場所 文化会館(大宇陀拾生871)

その他 入場無料・予約不要、要約筆記・手話通訳あり
託児希望者は要相談 ※7月2日(木)まで
駐車場に限りがありますので、できるだけ乗り合わせてお越しください

「つらかったやろな。もう、苦しまんといてね」

文字の読み書きができないことを知った妻が、夫にかけた言葉です。貧困やいじめで小学校に通えず、長年劣等感を抱えてきた夫は、この愛に報いるため、64歳で奈良市立春日中学校夜間学級への入学を決意。猛勉強の末、妻へ感謝のラブレターを書き上げました。

夫の人生を変えた夜間中学は、様々な事情で義務教育を受けられなかった方々の「学びを取り戻す場所」です。現在、県内には宇陀自主夜間中学を含む6つの夜間中学があり、約200人が学んでいます。近年は不登校だった若者の学び直しや、外国籍の方の日本語習得の場としても重要性が高まっています。

「あってはならないが、なくてはならない学校」と呼ばれる夜間中学。この温かな学び舎は、今も誰かの人生に確かな光を灯し続けています。

催し・内容	日時	場所
街頭啓発	7月1日(水)	近鉄室生口大野駅・榛原駅 榛原サンクシティ
人権啓発ポスター・標語展	7月1日(水)～31日(金) 閉庁日を除く ※最終日は正午まで	市役所1階ロビー
部落差別等撤廃と人権確立を目指す県民集会	7月31日(金) 午後1時～	橿原文化会館
人権・行政・心配ごと特設相談 (予約不要・無料・秘密厳守)	7月8日(水) 午前9時～正午	室生振興センター
人権相談 問 人権推進課 (☎82・2147) 行政相談 問 総務課 (☎82・1302) 心配ごと相談 問 室生地域事務所 (☎92・2001)	7月15日(水) 午前9時～正午	大宇陀人権交流センター

差別をなくす強調月間における取り組み

『人権三法』施行から10年

～人権に関する法律をご存じですか?～

問 人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)

その前に・・・

「人権」と聞くと、「大切なことだとは思うけど・・・ちょっと」とか「重たいもの」と感じる方がおられるかもしれません。

しかし、人権は決して特別なものではありません。

あなたも、あなたの周りの方も持っているとても大切なものです。



人権三法とは?

障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律(障害者差別解消法)

障がいの有無に関わらず全員が同じように生活し学び楽しめる社会の実現を目指す法律であり、学校やお店などで車いす介助や筆談といったちょっとした工夫やお手伝い(合理的配慮)を行うことで障がいを理由とする差別をなくすことを大切にしています。



本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律(ヘイトスピーチ解消法)

出身国や地域の違いを理由に、差別的な言動で人を傷つけたり排除したりすることをなくし、海外にルーツを持つ方を含む多様な方々が偏見なく互いを尊重し合いながら安心して共に暮らせる社会の実現を目指す法律です。



部落差別の解消の推進に関する法律(部落差別解消推進法)

生まれた場所や出身地を理由とする歴史的な差別(部落差別)をなくし誰もが尊重される社会の実現を目指す法律であり、インターネット上の誤った情報や偏見に基づく噂を信じたり広めたりせず、一人ひとりが正しい知識を持って差別のない社会をつくっていくことの大切さを示しています。



わたしたちにできることは?

わたしたちを取り巻く社会状況は大きく変化し、それに伴い人権課題は多様化・複雑化してきています。

人権が尊重された社会の実現には、わたしたち一人ひとりが人権を自分自身に関わる身近な問題として捉え、気づき、考え、行動することが大切です。

一人ひとりが人権意識を高め、お互いの違いを認め合い、人権を尊重し合える社会を築きましょう。



奈良工業高等専門学校と 包括連携協定を締結

技術と人材で地域課題解決に挑戦

【問】政策推進課 (☎82・3910 / IP ☎88・9094) ID 00241003

市は、地域課題の解決や人材育成、地域社会の持続的な発展を目的として、5月29日(金)に奈良工業高等専門学校と包括連携協定を締結しました。

市では、移動手段の確保や買い物支援、防災対策、担い手不足など、様々な地域課題を抱えています。本協定は、奈良工業高等専門学校が持つ実践的な技術力や教育・研究機能と、宇陀市の豊かな地域資源や実証フィールドを活用し、新たな課題解決策の創出につなげることを目的としています。

また、奈良工業高等専門学校の学生や教員が地域を学びと実践の場として活用し、課題解決型学習や技術実証、共同研究などに取り組みことで、実践的な人材育成を進めていきます。さらに、市内の子どもたちが最先端技術やものづくりに触れ、地域課題について学ぶ機会の創出にもつなげていきます。

市ではこれまで、公民連携による地域課題の解決や新技術の社会実装に向けた実証に取り組んできました。今回の協定締結を契機に、教育研究や人材育成、産業振興など幅広い分野で連携を深め、地域の活性化と未来を担う人材の育成を一層推進していきます。



スポーツウエルネス吹矢大和富里 榛原支部が「ならシニア元気 フェスタ」で優勝・準優勝

【問】市民協働課 (☎82・2130 / IP ☎88・9085)

桜井市芝運動公園総合体育館で開催された、奈良県・奈良県社会福祉協議会・奈良県老人クラブ連合会が主催する「ならシニア元気フェスタ」で、スポーツウエルネス吹矢の競技に、市内で活動する「大和富里榛原支部」が参加されました。8m男子の部で下孝二さんが優勝、8m女子の部で石川浩子さんが優勝、6m女子の部で若林清美さんが準優勝し、5月18日(月)に表敬訪問されました。また、今大会の上位入賞者は、11月に開催される全国大会「ねりんピック」の国さいたま2026に出場されます。

この競技は、性別、年齢を問わずゲーム感覚で楽しめる健康的なスポーツで、秘訣は「吹矢式呼吸法」にあります。

「大和富里榛原支部」では、毎週水曜日、伊那佐体育館で練習を重ねた成果が発揮できた喜びを分かち合いました。

代表の笹尾宏和さんは、「宇陀市でスポーツウエルネス吹矢をさらに推進したい。興味のある方は、ぜひ見学や体験に来て欲しい」と抱負を語られました。



春の叙勲受章 おめでとうございます

ご報告します

【問】市民協働課 (☎82・2130 / IP ☎88・9085) 秘書広報情報課 (☎82・3912 / IP ☎88・9083)



瑞宝双光章 (地方自治功労・教育功労)
高見 喬宏さん (元高等学校教頭・萩乃里自治会長)

高見さん(榛原萩乃里)は、元公立高等学校教頭として教育の振興に尽力されるとともに、平成18年4月から20年以上の長きにわたり榛原萩乃里自治会長として地域活動にご尽力いただいています。

また、平成24年には宇陀市連合自治会評議員、令和2年には宇陀市連合自治会会長を務められるなど、宇陀市全体の自治振興と地域社会の発展に大きく寄与されました。

令和8年度宇陀市 連合自治会総会 開催

【問】市民協働課 (☎82・2130 / IP ☎88・9085)

5月25日(月)、宇陀市連合自治会総会が市役所にて開催されました。各地域から選出された評議員が出席し、令和8年度予算、事業計画、役員改選が承認され、会長に出口茂一さんが選出されました。なお、新役員は次のとおりです。

- 【新役員】
令和8年度宇陀市連合自治会役員
会長 出口茂一さん (大宇陀)
副会長 久保裕一さん (菟田野)
松本潔さん (榛原)
井上正巳さん (室生)



▲左より久保さん、出口さん、松本さん、井上さん

7月は 社会を明るくする運動

強調月間です

【問】厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)

【第76回社会を明るくする運動統一テーマ】
社会を明るくする運動は、全ての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

今年で第76回目を迎える同運動を実施するにあたり、宇陀地区内でも保護司・更生保護女性会を中心となり市民への啓発活動を展開します。

保護司とは

法務大臣から委嘱された非常勤の国家公務員で、犯罪をした人や非行のある青少年の立ち直りを地域で支えるボランティアです。主な職務には、保護観察を受けている人と面接を行い指導・助言をすること、刑務所や少年院に入っている人の帰住先の生活環境を調整すること、犯罪を予防するために啓発活動を行うことなどがあります。現在、宇陀地区保護司会では24人が活動しています。

更生保護女性会とは

犯罪や非行のない明るい地域社会の実現に寄与することを目的として、地域の犯罪予防活動と犯罪をした人や非行のある青少年の更生支援活動、さらには保護司会の活動を側面からサポートする女性ボランティア団体です。現在、宇陀地区更生保護女性会では101人の会員が活動しています。



内閣総理大臣メッセージ伝達式 (昨年度の様子)



第76回 社会を明るくする運動

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

情報公開制度 個人情報保護制度

問 総務課
(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)

昨年度の運用状況を
報告します

◆情報公開制度とは
ID 0024059

市が所有する情報（行政文書）を市民の皆さんの請求に応じて公開します。

【昨年度の開示請求の件数】

全部開示	7件
部分開示	34件
不存在	4件
取り下げ	1件
計	46件

◆個人情報保護制度とは
ID 0024063

個人情報の適正な取扱いに関する事項を定め、市が所有する個人情報をもの本人の請求に応じて、開示や訂正等を行います。

【昨年度の開示請求の件数】

全部開示	14件
部分開示	3件
不存在	2件
計	19件

多言語翻訳&筆談 対応ツール導入

問 企画課・DX推進室
(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9074)

ID 0024122

この度、市民課、保険年金課、介護福祉課、税務課、観光課、こども家庭センター、こども未来課の窓口に「スマートグラス」を設置しました。
音声や入力内容をリアルタイムで翻訳・画面表示できるこれらのツールは、海外からお越しの方とのコミュニケーションに役立ちます。スマートグラスは翻訳以外にも、手軽に筆談ツールとして利用可能。誰もが安心して手続きを行える環境を整えるため、さらなるサービス向上に努めていきます。



市長と意見交換しましょう！

市長と市民の意見交換会 ～市長とまちかどトーク～

問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083) ID 0002192

開催期間：令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

※日時は希望に沿えない場合があります

市では、市民参加型の開かれた行政の推進に努めています。市長が皆さんとの協働によるまちづくりを推進するため、「市長とまちかどトーク」を実施しています。市長自らお伺いし、まちづくりの課題・提案など、率直な意見交換を行います。

今後の地域の課題などを中心に、未来に向けた夢のある意見交換ができるよう進めていきます。

■申し込み等

【対象】自治会、まちづくり協議会、市内の各種団体、市内の職場の方々(政治的・宗教的集まりは除く)

【人数・時間】10人以上20人程度・60分以内

【テーマ】市政に関すること(個人的な要望や団体交渉、苦情、特定の個人・団体に対する誹謗・中傷、政治的活動や宗教の布教等を目的とした内容はお受けできません。)

詳しくは問へお問い合わせください。

本 読む 予約



両手のひらを合わせ、小指側を軸にして両手を開く



左手のひらに向けた右手2指の指先を2回下ろす



両手の小指を曲げて上下にからませる

お店で使う手話を覚えましょう。
今月は「本屋さん」です。

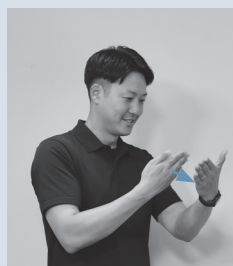
手話への扉



第72回

問 介護福祉課
(☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9088)

絵本 漫画



左手のひらに右手の4指(背側)を右へ少しずらして2回あてる【絵】



両手のひらを合わせ、小指側を軸にして両手を開く【本】



右手こぶしの小指側で右わき腹を2回たたき、【面白】



左手のひらに右手の4指(背側)を右へ少しずらして2回あてる【絵】

体育・スポーツの振興と奨励に貢献

市スポーツ協会 功労賞を受賞

問 生涯学習課
(☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

5月27日(水)、市役所において「令和8年度宇陀市スポーツ協会功労賞授与式」が行われました。

この賞は、宇陀市の体育・スポーツの振興と奨励に努力され、スポーツ協会の発展に尽力された方々に贈られるものです。

○受賞者は次のとおりです。(順不同・敬称略)

- ・山岡 茂之 (市スポーツ協会/大宇陀支部)
- ・森本 彰一 (市スポーツ協会/榛原支部)
- ・奥谷 高広 (市スポーツ協会/室生支部)
- ・増田 龍一 (ソフトボール協会)
- ・藤本 泰次 (グラウンド・ゴルフ協会)

うだ産フェスタ2026 出展事業者募集！

問 商工産業課 (☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075) ID 0024188

10月31日(土)～11月1日(日)

場所：総合体育館

農産物をはじめ、市内の特産品・名産品など、宇陀市自慢の品を一堂に集めたイベント「うだ産フェスタ2026」の開催にあたり、出展事業者を募集します。

詳しくは右記の市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



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

1 今年もやります

「薬草講座」!

宇陀松山まち協

宇陀松山まち協では、5月24日(日)に宇陀松山会館で薬草講座(全7回)の第1回を開催しました。

講師は奈良県薬事研究センター総括主任研究員の西原正和氏で、今年で3年目となります。テーマは「薬用植物のある暮らし」。今回は「春、薬草との出会い」をテーマに、身近な植物を薬として見る視点を学びました。

当日は55人が受講し、全講座を予約する方も多く、市外・県外からの参加も見られました。

愛知県豊田市からの参加者は「ホーム

ページで知り、興味があつて来ました」と話されていました。会場周辺の混雑により開始を10分遅らせましたが、講座では資料を用いた丁寧な解説が行われ、参加者は熱心にメモを取っていました。

まち協では「薬草のまち宇陀」の魅力発信に加え、重要伝統的建造物群保存地区の歴史について学ぶ「歴史講座」を予定しており、今後も松山地域の情報発信に努めていきます。



▲講義風景



▲薬草の販売も

2 田植え体験会開催

菟田野まち協

5月12日(火)、菟田野小学校5年生21人を対象とした田植え体験会を開催しました。

児童たちにとって初めての田植え体験ということで、最初は戸惑いや緊張も見られましたが、時間が経つにつれてコツを掴み、最後には全員が上手に苗を植えることができました。終了後には、「楽しかった」「少し難しかったけど、気持ちよかった」との感想があり、自然と触れ合いながら学ぶ貴重な経験を果たすようです。秋には同じ田んぼで収穫体験を実施予定で、自分たちが植えた苗が実を結ぶ瞬間を楽しみにしている児童の様子も印象的でした。



▲初めての体験にドキドキ

また、当まち協では、「農業体験実行委員会」を今年度より設立し、農業に関するイベントを一元的に取りまとめ、事業を進めていきます。その取り組みの一環として、秋の収穫体験会に向けた準備が進行中です。

5月30日(土)には、さつまいもの苗350本、落花生の苗120本を植え、スタッフは、心地いい汗を流しながら作業を行い、「無事に育ってくれますように」との期待を込めた日となりました。

これからも農業体験を通じて、地域の農業文化の素晴らしさを次世代に伝える活動が続いていきます。今後の活動と、秋の収穫体験もどうぞお楽しみに!



▲無事に育ちますように...



▲田植え頑張りました!

3 元気に楽しく!!

笠間地区まち協

5月24日(日)室生下笠間地区にある「下笠間なごみ会館」で、住民同士の交流を深める「下笠間いきいきサロン会」が、今年度も元気にスタートしました。この会を開催したのは、下笠間地区住民の地域サロン「お茶め会」の皆さんです。

年に4回のペースで、下笠間地区在住の65歳以上の方を対象に、歌や体操、創作、お茶会等を開催しています。



▲懐かしの曲に合わせて運動中

今回は、懐かしい思い出の歌と、その歌に合わせた簡単な手足の運動、そして創作活動として「可愛い猫の壁掛けフック」作りに取り組み、参加者同士で楽しく会話を交わしながら制作しました。

最後は、役員による手作り大福を日本茶と共に味わっていただき、この日はお開きとなりました。

短い時間でしたが、こうした交流を続けることにより、住民同士や地域の活性化にもつながると思えます。今後も試行錯誤を重ねながら、活動を続けていきます。



▲創作活動の様子



薬草

ベニバナポロギク

ベニバナポロギクは戦後入ってきたアフリカ原産の外來種で、山林の伐採跡地や林の周辺、休耕地などに突然生え、大きな群落をつくります。山で腹痛や下痢になった際に、ベニバナポロギクをみそ汁の中に切り込み、煮て食べれば克服できます。誰が使い始めたのか分かりませんが、森林で働く人の間では、よく知られている薬草なのです。病気以外の健康な人が食べても、何ら問題はありませぬ。また、量を多く取ったか

ら便秘になるというものでもありません。それなのに、腹痛や下痢が治まるのです。この若芽か、若葉、若い茎を摘みとり、塩ゆでして冷水にさらし、ごまあえ、クルミあえなどにします。花はきれいなので、姿揚げにするとおいしく食べられます。ベニバナポロギクはおいしいので、一度食べたら病みつきになるかもしれません。外來種でも、身近にあれば、山菜として料理に使うことができ、健康にもいいので、食べられる薬草はさらに広がるのです。



※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

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(7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
整形外科	2診	辻村(予約)	石崎	江川	午前:江川(予約) 午後:森本(術後予約)	辻村
	5診			近藤 第2週のみ(予約)	井上貴(予約)	木村
内科	初診	森田	中村	羽角/井上(午後)	安田	杉浦
泌尿器科	午前	富澤	休診	富岡	休診	中井
眼科	1診	安森	安森	安森	安森	安森
	2診	午前:松浦 (初診紹介、予約)		第1・第3:保田 第2:辻中 第4:水澤		
	手術		第2・第4:松浦		松浦	

※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)

NEW!

- ・泌尿器科:水曜日の診察が増設されました。
- ・眼科:奈良県立医科大学附属病院の保田医師・辻中医師・水澤医師が水曜の2診を担当します。

医師プロフィール

泌尿器科 富岡 厚志 医師 (令和8年7月~)
(令和8年6月まで済生会中和病院 泌尿器科部長)

日本泌尿器科学会専門医・指導医/日本透析医学会
専門医/日本がん治療認定医機構がん治療認定医/
難病指定医/医学博士

脳神経内科 高橋 信行 医師 (令和8年5月~)
(市立奈良病院 前脳神経内科部長、兼院長補佐)

日本内科学会認定医/日本認知症学会専門医、指導医/
日本神経学会神経内科専門医、指導医/パーキンソン病
や頭痛等を専門に数多くの患者の診療経験があります

NEW! 認知症教室

認知症やその予防について全3回で紹介する認知症教室を開催します。
認知症について知りたい方はどなたでも参加いただけます。どうぞお気軽にお越しください。

【日時】 第1回 7月16日(木) 午後2時~3時
【場所】 北館5階 図書室
【内容】 ミニレクチャー

- ①認知症について(医師)
- ②地域包括支援センターに相談できること
(医療介護あんしんセンター)
- ③認知症の対応や予防について(言語聴覚士)

【申込方法】 市立病院総合受付へ電話申込(平日午後2時から5時)
または直接来院してご予約ください。
※予約なしでも参加できます
※第2回を11月、第3回を2月頃に開催予定です



医師の退職および採用について

- 令和8年6月30日付退職
医師 木村 喜美太(整形外科)
- 令和8年7月1日付採用
医師 井上 貴雅(整形外科)
医師 安田 賢聖(内科)

ご寄附をいただきました

有限会社 東和技研工業 福祉部 五
楽の里様より、トレウオークスリム
(歩行器)1台のご寄附をいただきました。
リハビリテーション医療の充実のために活用させていただきます。

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。

職員募集

- 薬剤師(パート):1人
 - 看護師(正規職員):1人(職務経験者)
 - 看護師(パート):3人
 - 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

7月 すくすくカレンダー

ID 000019

日	月	火	水	木	金
			1 ★ つどいのひろば (室生こども園)	2	3 0歳児親子教室
6 1・2歳児親子教室	7	8 子育て講座 「ママ座談会」	9	10	
13	14	15 英語で遊ぼう (午前9時30分~11時30分) ※申込不要	16	17 子育て講座 「ベビーマッサージ」	
20 海の日	21	22 キラキラタイム おはなし会 (午前10時30分~11時) ※申込不要	23 幼児健診のため 午後12時から 開放中止	24	
27	28	29	30	31	

🗨️ → 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

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	29日(水)	令和8年6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	15日(水)	令和8年3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9月生まれの児		
1歳6か月児健康診査	23日(木)	令和6年12月生まれの児	こども家庭 センター	
2歳児健康診査		令和6年6月生まれの児		
3歳児健康診査		令和5年1月生まれの児		

子育て講座「ママ座談会」※申込必要

【日時】 7月8日(水) 午前10時~11時頃

【申し込み】 6月22日(月)~7月3日(金)

詳しくは、広報うだ6月号またはホームページをご
覧ください。 ID 0021803

子育て講座「ベビーマッサージ」

※申込必要

【日時】 7月17日(金) 午前10時~11時

【対象】 市内在住の就園前の乳児(生後2か月~10
か月)と保護者

【講師】 インストラクター 金谷 智子先生

【定員】 10組

【申し込み】 7月1日(水)~14日(火)

【持ち物】 赤ちゃんを寝かせられる大きさのタオル1枚

子育て講座「タヒチアダンス」

※申込必要

【日時】 8月7日(金) 午前10時~11時頃

【対象】 市内在住の就学前(小学校入学まで)の乳幼
児のいる保護者

3歳以上のお子さんは、一緒にご参加いただけます。
託児を希望の方は、申し込み時にお知らせく
ださい。

【講師】 野尻 歩先生

(ポリネシアン カルチャースクール代表)

【定員】 10人

【申し込み】 7月21日(火)~31日(金)

〈保健センター〉

令和8年度 体組成 (Inbody) 測定

【実施日】 7月21日(火) 午前9時45分～正午、午後1時～3時の間 原則予約制
【予約申し込み】 7月1日(水) から保健センター窓口か☎へお電話でお申し込みください。
【対象・定員】 市民 40人 (定員になり次第締め切り)
【場所】 中央公民館 (大宇陀中庄 202)
【参加費】 おひとり1回 100円もしくは健康ポイント 50P (領収書が必要な方は予約時にお申し出ください)
【内容】 インボディを使った体組成測定
 (裸足で機械に乗り、棒を握って測定します。人工関節の方は測定できませんが、姿勢が保てない方、ペースメーカーをつけている方は測定できません。測定時、ストッキングなどの着用は避けてください。) 所要時間は、測定と結果説明で、おひとり10分程度です。



献血にご協力をお願いします



【日時】 7月31日(金) 午前10時～正午、午後1時～4時
【場所】 市役所(受付:ふるさとテラス)

献血は、命を救う大切なプレゼント

【問い合わせ先】☎まで



アルコール相談会

アルコール問題でお悩みの当事者、家族、関係機関の方どなたでも参加可能です。お酒のことを一緒に学びませんか?お気軽にご参加ください。

【日時】 7月13日(月) 午後1時30分～3時
【場所】 市立病院 5階図書室
【内容】 八木植松クリニック医師の講話や依存症当事者による体験談、参加者の質疑応答など

こころの健康相談



誰にも言えない心のモヤモヤ、お話ししてみませんか。精神保健福祉士が対応します♪

【日時】 7月21日(火) 午後1時30分～4時30分
【場所】 市役所 相談室
【問い合わせ先】 ☎まで (事前予約制)

Cooking

～野菜たっぷりクッキングコラム～ 七夕

7月7日は七夕の節句です。別名「笹の節句」と言われています。願いごとを書いた五色の短冊や飾りを笹竹につるし、技芸上達、豊作を願います。天の川に見立てたそうめんを食べる風習があります。(農林水産省ホームページより)

七夕は「そうめんの日」でもあります。平安の古来より七夕にそうめんを食べると「願い事がかなう」と言われています。(全国乾麺共同組合連合会ホームページより)

〈アレンジの例〉

「七夕そうめん」: 天の川をイメージしてそうめんを盛り付ける。オクラを輪切りにして星形に見せ、人参を星形に抜いて茹で、錦糸卵と一緒に盛り付けると華やかになります。色付きの赤や緑のそうめんを使うのもおすすめです。

～市食生活改善推進員 宮奥さんより一言～



最近、そうめんを使った色々なアレンジレシピが紹介されています。私の幼い頃は、家庭でそうめんのつゆを手作りしていました。干し椎茸でだしを取り、その椎茸も細く刻んで、千切りにした玉葱と煮て作りました。つゆをそうめんにつけ、千切りにしたみょうがが薬味として添えられていて、シンプルなものであったことを思い出します。のど越しのよい冷たいそうめんと旬の野菜を取り入れ、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

健幸プラザからの おしらせです!

☎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〉

熱中症について

消防庁の発表では令和7年の熱中症での緊急搬送者数は全国で10万510人。そのうち約57%が65歳以上の高齢者となっており、特に注意が必要です。*出典:消防庁「令和7年(5月～9月)の熱中症による緊急搬送」
 熱中症とは、長時間暑い環境にいると体の水分が失われ続け、体温調節が上手くできなくなり体温が急激に上昇し元に戻せなくなった状態です。重症になれば命に関わることもあります。

高齢者に多い原因

年齢とともに体内の水分量が減り、暑さやのどの渇きを感じにくくなります。さらに、汗をかきにくくなることで体温の調節が難しくなり、気づかないうちに脱水が進み、熱中症になりやすくなります。



予防ポイント

【涼しい環境づくり】

- ・クーリングシェルター「うだ涼み処」など涼しい場所を活用する。
- ・室温28℃以下・湿度60%を目安にエアコンや扇風機で調整する。体感でなく、こまめに室温・湿度計で確認する。
- ・外出時は日傘や帽子で直射日光を防ぎ、通気性のよい服で汗の蒸発を促す。
- ・運動や力仕事をする時は30分に1回の休憩をする。



【水分補給】

- ・時間を決めて少しずつ摂取する。(例:起床や入浴、運動の前後にコップ1杯分の水分を摂取)
- ・夏野菜や果物、汁物、ゼリーで水分だけでなく塩分も一緒にとる。



熱中症のサイン

- ・めまい・立ちくらみ
 - ・倦怠感
 - ・こむら返り
 - ・大量の汗
 - ・頭痛、嘔吐
- ※これらの症状がある場合、風通しの良い場所や室内に移動し、水分をとってください。それでも症状が改善しなければ医療機関を受診してください。



◀市ホームページ「うだ涼み処」の開設について

【ロバ隊長】マスコット作成ボランティア募集

認知症を正しく理解した方の目印として、啓発活動等で市民の方々へお渡ししている認知症サポーターキャラバンのマスコット「ロバ隊長」作りのボランティアを募集しています。

手芸が得意な方や夏休みに親子で一緒に作ってみようと思われる方も、楽しみながらボランティアをしてみませんか。材料(型紙・フェルト・綿・刺繍糸)は、あんしんセンターでお渡しします。

※費用は無料。ただし数に限りがあります。【問い合わせ先】☎へ

【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)



7月開催のオレンジカフェのご案内

オレンジカフェは認知症の方やそのご家族が交流を深め、日頃の悩みについて個別に相談をしたり、地域の方が認知症についての理解を深めることができる場です。市民の方は、どなたでも参加できます。一度オレンジカフェに参加してみませんか?※参加費は一律100円(お菓子、飲み物つき)です。

～カフェ榛(はしばみ)～

【場所】 ゆあほうむ榛原
【日時】 7月31日(金) 午後2時30分～4時
【申込先】 ゆあほうむ榛原(☎82・8111)

～ラガールカフェ～

【場所】 大宇陀グループホームラガール
【日時】 7月26日(日) 午後2時30分～4時
【申込先】 グループホームラガール(☎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
OS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

福祉医療

福祉医療費受給資格証の更新手続きのご案内

現在お持ちの福祉医療費受給資格証の有効期限は7月31日(金)です。

対象の方には新しい資格証を更新申請書とともに7月下旬に郵送します。申請書に必要事項を記入のうえ、返信用封筒で返送してください。

ただし、令和8年1月2日以降に宇陀市に転入された方や無申告等で所得不明の方、その他

手続きが必要な方は、窓口にお越しただいて更新となる場合があります。対象となる方には7月中旬に通知します。

各制度の対象者は次のとおり

- 【心身障害者医療費助成制度】
○65歳未満で身体障害者手帳1級・2級、または療育手帳A1・A2の交付を受けている方
○65歳以上75歳未満で後期高齢者医療保険に加入されていない方で、身体障害者手帳1級・2級、または療育手帳A1・A2の交付を受けている方
- 【ひとり親家庭等医療費助成制度】
○母子・父子家庭の母・父および児童(18歳の年度末まで) など
- 【重度心身障害者老人等医療費助成制度】
○65歳以上で、身体障害者手帳1級・2級、または療育手帳A1・A2をお持ちで、後期高齢者医療制度に加入されている方

※重度心身障害者老人等医療費助成制度受給者の方については、受給資格証を発行していませんが、更新手続きは必要です

※乳幼児医療費受給資格証(0歳～小学校就学前のお子さん)と子ども医療費受給資格証(小学生・高校生等)をお持ちの方は申請書の提出は不要です

が、ご加入の健康保険や振込口座等に変更がある場合は届出が必要が必要です

手続きはお済みですか？

小学1年生のお子さんで、子ども医療費受給資格への切り替えの申請書が未提出の方は、受給資格の更新ができませんので、4月診療分からの医療費助成を受けていただくことができません。手続きがまだの方は、お早めに手続きをしてください。

ご注意ください

お子さんが学校などでけがをした場合は、災害共済給付制度(スポーツ保険)が優先されるため、子ども医療等の福祉医療費受給資格証を使用することができません。受診の際に「学校でのけがであること」を医療機関に申し出て、健康保険のみで受診してください。

スズメバチ駆除費補助金について

ID 0001830

スズメバチの巣(営巣)を駆除業者に委託して駆除された方に、その駆除費用に対する補助金を交付します。

【対象】

- ① 建物の軒下等にあるもの。
- ② 日常的に人が立ち入る場所にあるもの。

※スズメバチ亜科(スズメバチ類)が対象

【補助額】巣の駆除に要する費用の2分の1(100円未満切り捨て) ※上限10000円(予算の範囲内)

【必要書類】

- ・宇陀市スズメバチ駆除費補助金交付申請書(様式第1号)
- ・納税等確認承諾書(様式第2号)
- ・宇陀市スズメバチ駆除費補助金交付請求書(様式第4号)
- ・駆除費用の明細が記載された領収書の写し
- ・駆除を実施した場所の位置図または見取り図
- ・駆除前および駆除後のカラー写真各一枚(営巣がわかるものに限定)
- ※ただし、屋内にある営巣等で、駆除前の写真撮影が困難な時は、この限りでない

※営巣の撮影を行う際は、十分に周囲に気を付けてください

環境対策課 ☎82・2202 / IP ☎88・9078

国民年金(令和8年度(今年度)の免除申請を7月1日から受付)

経済的な理由により、国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請により納付が免除・猶予となる「免除制度」や「納付猶予制度」があります。

令和8年度の免除申請は、令和8年7月分から令和9年6月分までの期間が対象となります。

免除は、本人・配偶者・世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料が全額免除または一部免除となります。

納付猶予は、50歳未満の方で、本人・配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料納付が猶予されます。

免除された期間は、納付したときと比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。ただし、免除該当月から10年以内に追納すれば、年金額は減少しません。

また、退職(失業等)により納付が困難な方は、**特例免除制度**があります。申請者本人、世帯主または配偶者のいずれかが退職(失業等)された場合、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票などの証明書類の写しを添付して申請することで、退職(失業等)された方の前年の所得を

口として審査が行われます。

免除・納付猶予の申請は過去2年(申請月の2年1か月前の月分)までさかのぼって申請できます。

保険料を未納のままにしておくと、将来の年金(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いうえ、申請を希望される方は、申請をお願いします。

問 日本年金機構 桜井年金事務所 ☎0744・42・0033
問 保険年金課 ☎82・3672 / IP ☎88・9086

宇陀市何でもランキング

健康寿命 (65歳以上平均自立期間)
男性23位 女性34位 (39市町村中)

市の健康寿命は県内で23位・34位ですが、他の自治体との差は小さく、奈良県全体は全国で男性が2位・女性が6位と高水準を維持しています。健康寿命は、心身ともに自立して健康的に生活できる期間を指し、医療費削減、生活の質向上、社会参加促進など個人や社会に大きな影響を与える重要な指標です。

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:7月13日(月)・27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)
- ☆祝日「海の日」の特別開館イベント
日時:7月20日(月) 10:30~
場所:中央図書館(おはなしの部屋)
テーマ:『うみのえほんとおはなしあそび』
~なにがつかれるかな?~
内容:海の日になんだおはなし会とおはなしあそびをおこないます。どんなものがつかれるかお楽しみ!

- ★おはなしクラブ(幼児・小学生)
日時:7月25日(土) 10:30~11:30
場所:榛原総合センター2階研修室
テーマ:「夏休みおはなし会」
~さあ、みんなでおはなしの世界を楽しもう!~
内容:おはなし会、大型絵本、ブラックライトシアターなど

- ★夏休み映画会(大宇陀図書館)
日時:8月1日(土) 10:30~11:30
場所:市文化会館1階研修室
内容:「はらぺこあおむし」(作:エリック・カール)、「くまのがっこう」(文:あいはらひろゆき、絵:あだちなみ)
定員:50人(7月1日(水)から受付:申し込みは、中央・大宇陀図書館まで)

休館日						
7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	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

※20日(月)海の日は祝日ですが、中央・大宇陀図書館とも、特別に開館します。なお、中央図書館ではイベントもあります。

話題の
新刊本!

(一般書)
『自転車の交通ルールがわかる本』
著者:コンデックス情報研究所
出版:成美堂出版



自転車にも、2026年4月1日より交通反則通告制度、通称「青切符」制度が導入されました。今まで何気なく乗っていた自転車のルール、守れていますか?新たに導入されたルールも踏まえて、今一度自転車の乗り方を見直してみましよう。(中央図書館所蔵)

(児童書)
『わるいひとつ、どんなひとつ?』
監修:国崎 信江
絵:川原 瑞丸
出版:日本図書センター



顔の怖い人は本当にわるい人?いつも郵便を配達してくれる人は知っている人?もしも怖い目にあったらどうしたらいい?言葉で伝えるだけでは伝えきれない、子どもが自分で自分を守る力を養うための一冊です。(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

子ども・子育て
支援金制度について

今年度より「子ども・子育て支援金制度」が始まっています。この制度は、全ての世代の方に医療保険料・税とあわせて支援金を拠出いただき、子どもや子育て世帯を社会全体で応援するものです。詳しくは、後期高齢者医療保険料額決定通知書および国民健康保険税納税通知書に同封のパンフレットをご覧ください。

問 保険年金課
(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

後期高齢者医療保険

納入通知書を発送します

令和8年度の後期高齢者医療保険料納入通知書を7月中旬に発送します。

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに保険料を納めていただくこととなります。

特別徴収(年金天引き)の方は、受給されている年金より天引きして納付していただきます。普通徴収(年金天引き以外)の方は、7月から翌年2月まで8回に分けて納付していただきます。納期限までに納付いただきますようお願いいたします。

納付方法について、特別徴収(年金からの天引き)から口座振替への変更が可能です。ご希望の方は、保険年金課にお問い合わせのうえ、保険年金課または各地域事務所窓口にお申し出ください。窓口にお越しの際には、①振替口座の預金通帳、②通帳の届出印を持参ください。

後期高齢者医療資格確認書
または資格情報のお知らせ
を発送します

現在お使いの後期高齢者医療資格確認書の有効期限は、7月31日(金)です。8月1日(土)から使用していただく資格確認書を7月中旬に

税 金

固定資産税(第2期)
国民健康保険税(第1期)の納期限は
7月31日(金)です。
税金は納期限内に納めましょう。

国民健康保険

ID 0001524

国民健康保険税の決まり方

税額は、医療分、後期支援金分、介護分、子ども・子育て支援金分で構成され、それぞれ所得割額、均等割額、平等割額の合計金額によって決まります。

【令和8年度の保険料率は下記のとおりです】

	所得割	均等割	平等割	限度額
医療分	7.64%	27,600円	20,000円	66万円
後期支援金分	3.27%	11,500円	8,400円	26万円
介護分(40～64歳の方)	3.03%	16,900円	—	17万円
子ども・子育て支援金分	0.31%	1,900円(※)	—	3万円

※18歳以上被保険者均等割200円を含む。18歳未満の方は全額軽減。

納税通知書を発送します

7月中旬に国保加入世帯の世帯主あてに納税通知書を発送します。世帯主が国保に加入していない場合でも、世帯内に国保に加入している方がいれば、世帯主に

特定記録にて郵送します。

資格確認書は、85歳以上(令和8年8月1日時点)の方および84歳以下でマイナ保険証の一定の基準以上の利用履歴がない方に送付します。84歳以下の方で、マイナ保険証の一定の基準以上の利用履歴がある方は、資格情報のお知らせを交付します。

後期高齢者医療保険料の決まり方

保険料の額は、医療分と子ども・子育て支援金分で構成され、それぞれ均等割額、所得割額の合計金額によって決まります。

【令和8年度の保険料率は下記のとおりです】

	均等割	所得割	限度額
医療分	57,100円	10.63%	85万円
子ども・子育て支援金分	1,400円	0.25%	2万1千円

※所得割額：(総所得金額等—基礎控除43万円)×所得割率

後期高齢者医療保険料の軽減について

【保険料均等割額の軽減】

世帯の所得状況に応じて次のとおり均等割額は軽減されます。

- 65歳以上の公的年金受給者は、総所得金額等から年金所得の範囲内で最大15万円を控除し、軽減判定されます。
- 軽減判定は4月1日(4月2日以降に新たに加入した場合は加入した日)の世帯状況で行います。

【均等割軽減内容】

被保険者と世帯主の総所得金額等の合計額※1	軽減割合
基礎控除額(43万円)+10万円×(給与所得者等※2の数-1)以下	7割軽減※3
基礎控除額(43万円)+30.5万円×(世帯内の被保険者数)+10万円×(給与所得者等※2の数-1)以下	5割軽減
基礎控除額(43万円)+56万円×(世帯内の被保険者数)+10万円×(給与所得者等※2の数-1)以下	2割軽減

※1 軽減の基準となる「10万円×(給与所得者等の数-1)」は、世帯主と同一世帯の被保険者に給与所得者等が2人以上いる場合に計算します。

※2 給与収入が55万円を超える方または公的年金収入が65歳以上は125万円、65歳未満は60万円を超える方。

※3 令和8年度は、医療分のみ7.2割軽減となります。

【職場の健康保険などの被扶養者だった方の軽減措置について】

後期高齢者医療制度の資格取得前日に職場の健康保険などの被扶養者であった方は、資格取得後2年間に限り保険料均等割額が5割軽減となり、所得割額は課されません。

※均等割額軽減は、7割軽減が優先されます

問 保険年金課
(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

一定の障がいをお持ちの方へ

65歳以上75歳未満の方で一定の障がいをお持ちの方は、現在ご加入されている医療保険か後期高齢者医療保険のいずれかを選択していただくことができます。後期高齢者医療保険の選択をご希望になられる方は、保険年金課までお問い合わせください。

マイナ保険証をお持ちの方は、それぞれを医療機関で提示していただき、保険証としてご利用ください。70歳以上75歳未満の方には、8月からの負担割合を記載した「資格情報のお知らせ」をお送りします。マイナ保険証をお持ちの70歳未満の方は、有効期限到来による更新が必要な書類がありませんので、資格に関する郵送物はございません。

国民健康保険限度額適用認定証および国民健康保険限度額適用・標準負担減額認定証の有効期限が到来します。

これら認定証の有効期限は7月31日(金)です。マイナ保険証をお持ちの方は、医療機関で限度額が確認できますので、更新の手続きは不要です。(長期入院該当(※)の方は手続きが必要です。)

マイナ保険証をお持ちでない方で、引き続き認定証が必要な方は、7月21日(火)以降、保険年金課または、各地域事務所まで申請してください。

【申請に必要なもの】

- 本人確認書類
- 現在交付されている認定証
- 長期入院該当(※)の方は過去1年間の入院領収証(※申請日前91日以上の入院があり世帯主お

よび世帯の国保被保険者が令和8年度住民税非課税の場合)

なお、70歳以上75歳未満で申請の必要な方は、世帯主および世帯の国保被保険者が令和8年度住民税非課税の場合、もしくは課税総所得145万円以上690万円未満(現役並み所得者)の場合です。

国民健康保険特定疾病療養受療証を発送します

この受療証の有効期限は7月31日(金)です。新しい受療証は令和8年度住民税の課税状況により「自己負担限度額」の決定を行った後、7月中に発送します。

所得申告について

保険税所得割額の算出、限度額適用認定証や高額療養費の判定などの基礎とするため、所得の有無にかかわらず、毎年必ず所得の申告を行う必要があります。まだ所得申告の済んでいない方は、早急に所得申告をしてください。

問 保険年金課
(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

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)

7月の夜間窓口

日	曜日	場所	時間
7/23	木	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！

7月の文化会館だより

ID 0001046

7月の休館日 (7. 14. 21. 28日)
7月20日(月)の祝日を臨時開館します
■展示ホールの催し：展示はありません

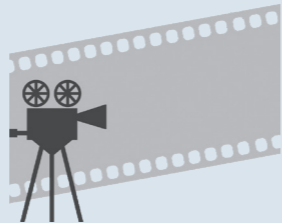
■かぎろひホールの催し

日	曜日	催名	入場方法	公演時間	主催	お問い合わせ先
5	日	第10回 宇陀市吹奏楽 フェスティバル	一般・無料	開場：午後1時 開演：午後1時30分	宇陀市吹奏楽 フェスティバル 実行委員会	—
12	日	2026 Piano Concert	一般・無料	開場：午後0時30分 開演：午後1時	安達 朋子	安達 朋子 ☎ 83-3277
18	土	差別をなくす 市民集会 映画「35年目のラ ブレター」	一般・無料	開場：午後0時30分 開演：午後1時	宇陀市 宇陀市教育委員会	人権推進課 ☎ 82-2147 (IP) 88-9077
20	月	ピアノ・エレクトーン 発表会	一般・無料	開場：午後0時30分 開演：午後1時	杉本 千鶴 首藤 陽子	杉本 千鶴 ☎ 090-1244- 4371
26	日	ピアノ・フルート 発表会	関係者	開場：午後0時30分 開演：午後1時	瀬山 登紀子	—

■令和8年度 宇陀市文化会館 自主事業 映画上映会 ID 0023867

ディズニー作品 「マイ・エレメント」 ※観覧無料

【上映日】 8月15日(土) 上映：午後2時～(開場：午後1時30分)
【場所】 文化会館 かぎろひホール
【定員】 先着400人(事前申し込み 全席自由席)
【申込期間】 7月1日(水)午前9時～8月14日(金)午後5時まで
【申し込みフォーム】 <https://logofom.jp/form/bG5b/1574814>



☐ [申し込みフォームはこちら](#)

■夏休み子ども陶芸教室「植木鉢づくり」 ID 0023870

【日時】 8月1日(土) 午前の部：午前9時30分～正午
午後の部：午後1時30分～4時
【内容】 粘土をつかって作った植木鉢に、好きな絵を描いたり飾りをつけたりして自分だけのオリジナルな植木鉢をつくりまします。(完成した作品は8月末頃のお渡しとなります)
【場所】 文化会館2階 創作室
【対象者】 市内在住・在学の小学生
【定員】 各16人(応募者多数の場合は抽選)
【参加費】 500円
【申込期間】 7月1日(水)午前9時～10日(金)午後5時まで
【申し込みフォーム】 <https://logofom.jp/form/bG5b/1585987>
【その他】 気象状況(警報発令時)等により中止となる場合があります。応募者多数の場合は公開抽選を7月11日(土)午前10時から文化会館で行います。



☐ [申し込みフォームはこちら](#)

☎ 文化会館 ☎ 633-2164 大宇陀拾生871番地
休館日(火曜日・祝日)
(☎ 83・0977)

「宇陀市 自主放送番組審議会」 公募委員募集のお知らせ

ID 00024286

自主放送番組の適正および内容の充実を図るにあたり、市民皆さんの意見を幅広く反映させるため、公募委員として参加していただく方を募集します。

【審議会名】 宇陀市自主放送番組審議会

【職務】 ①自主放送番組の基準および内容について審議する
②必要に応じて、自主放送番組全般について意見を述べる
※審議会の開催は、年1回程度を予定

【募集人数】 3人以内
(委員定数15人以内のうち)

【任期】 委嘱の日から2年間(条例に基づき委員報酬あり)
※令和8年8月1日～令和10年7月31日予定

【応募資格】 次の全ての要件に該当する方
①市内在住の満18歳以上の方
②番組制作や自主放送事業について関心をお持ちの方
③市職員・議会議員でない方
④他の同審議会等の公募による委員に選任されていない方

【応募方法】 応募申込書に必要事項を記入し、提出してください。なお、提出書類は、返却しません。受付は、郵送、持参、または電子メールです。

〒633-10292
棟原下井足17番地の3
自主放送番組審議会事務局宛
(受付期間内の消印有効)

【持参】 問まで提出
【電子メール】 問参照(受付期間内の到着有効)

※応募申込書は、市ホームページからダウンロードしていただくか、自主放送スタジオで配布します。(地下ですので総合案内にお声かけください)

【受付期間】 7月1日(水)～24日(金)

【選考方法】 書類選考
※選考結果は、同年7月下旬頃に応募者全員に通知します

☎ 自主放送スタジオ
(☎ 82・2497 / IP ☎ 82・2497)
/メール: jshuhousou@city.udajigji.jp
※午前8時30分～午後5時15分(土日祝を除く)

オンライン会議、どこでしていますか？

ID 0003171

自宅では生活音が気になる。カフェでは話づらい。そんな時に利用できるのが、奈良サテライトオフィスうだのブーススペースです。オンライン会議やWeb面接、資格試験の勉強など、集中したい場面で利用されています。利用方法や料金などの詳細は、市ホームページ、またはQRコードから予約サイトをご覧ください。



☎ 奈良サテライトオフィスうだ SOUDA
(☎ 96・9990 / IP ☎ 88・0984)

モバイルバッテリー火災

私たちにとって、モバイルバッテリーは便利なものですが、誤った使い方をしてしまうと発火といったトラブルにつながりかねません。このようなトラブルに遭わないよう、モバイルバッテリーが発火する原因を確認し、安全に使用しましょう。

【発火の原因】

○モバイルバッテリーに内蔵されたリチウムイオン電池が主な原因！
リチウムイオン電池が劣化したときに起こる「電解質の酸化」が原因の一つです。電解質が酸化すると、ガスが発生し、衝撃を与えると発火するケースがあります。
また、モバイルバッテリーは精密機械であるため、品質の低い製品を使用すると発火などのトラブルが多くなります。

【発火を防ぐための注意点】

○使い方
モバイルバッテリーに強い衝撃を加えたり、熱い場所に放置しない。
○劣化したモバイルバッテリーを使わない
経年劣化したバッテリーを使い続けるのも発火原因となりやすいので定期的買い替えましょう。
○PSEマークがついている製品を使用する
モバイルバッテリーを購入する際には、電気用品安全法に基づいた製品であることを示す「PSEマーク」がついていることを確認しましょう。



奈良県広域消防組合宇陀消防署 予防課 (☎ 0745・82・3199)

老朽化した危険な空家を解体する方へ
解体工事費用の一部を補助します

市民の安全・安心と居住環境の向上を図るため、宇陀市老朽危険空家等除却支援事業補助金交付要綱を策定しました。地域に悪影響を及ぼしている老朽化した危険な空家の解体工事費用の一部補助します。

●市へ不良住宅認定申請を行い、その認定を受けた空家

【対象物件】市内に所在する空家で次のいずれかに当てはまる物件
●市が特定空家などと認定した空家

【対象者】空家の所有者など対象物件を除却することに正当な権限を持ち、市税等を滞納していない方

※右記以外にも対象者の条件があります。詳しくは問までお問い合わせください。

【募集件数】1件
(応募多数の場合、抽選)

【補助額】上限30万円

【申込方法】補助対象に当てはまるかを事前にご確認のうえ、7月1日(水)～31日(金)(土・日・祝日を除く)に問へお申し込みください。

問 住宅課
(☎82・5642 / IP ☎88・9096)

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

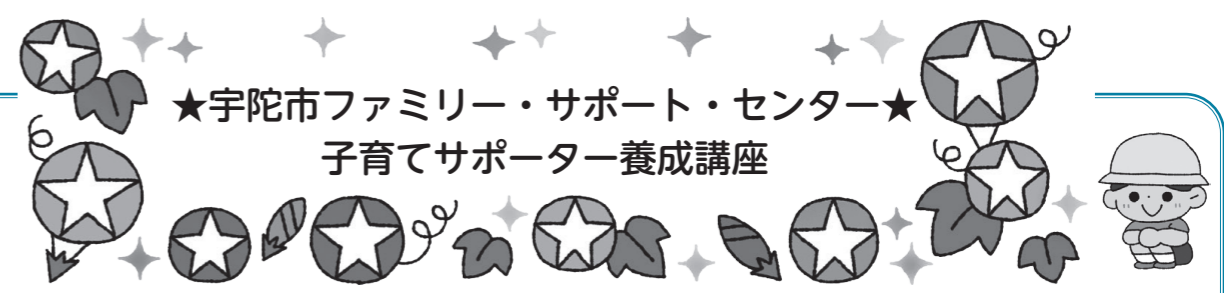
宇陀市就学相談
【無料・要予約】

令和9年度、小学校・中学校・特別支援学校(盲・ろう・養護学校)への就学について、特別な支援が必要であると思われるお子さんの相談を行います。

【開催日時】7月23日(木)～27日(月)、30日(木)～8月3日(月) ※土・日除く

【場所】市役所2階 212会議室
【申込方法】6月29日(月)～7月3日(金)に問へお申し込みください。

問 教育総務課
(☎82・6673 / IP ☎88・9259)



★宇陀市ファミリー・サポート・センター★
子育てサポーター養成講座

子育て中の家庭を応援するサポーターの養成講座です。子育ての経験がある方や、子育てに関心のある方は、どなたでも受講できます。講座修了後は、ファミリー・サポート・センターに登録することができます。子育て支援に関心のある方、空いた時間で子育て中の家庭を応援したいと考えておられる方、まずは講座を受けることから始めてみませんか。お申し込みお待ちしております。

【日時】10月9日(金)・15日(木)・23日(金)・30日(金)
11月6日(金)・12日(木)・20日(金) [全7回]
午前10時～11時30分 ※ただし、11月12日(木)のみ午後2時～3時30分

【場所】こども家庭センターまたは榛原こども園リズム室
※10月23日(金)は、榛原こども園リズム室での実技になります

【定員】10人程度
【対象】市在住で子育て支援に興味がある20歳以上の方で、本講座を全て受講できる方
【申し込み】7月28日(火)までに問へ
【その他】託児が必要な方は、申し込み時にお伝えください。(生後6か月以上の乳幼児)

問 こども家庭センター
(☎97・9077 / IP ☎88・0528)



令和9年4月より
「宇陀市 園小中一貫教育」がスタートします。

ID 0023645

宇陀市教育委員会では、子どもたちが夢を持って自ら行動し、たくましく成長することを目指し、令和9年4月から市内全域で「園小中一貫教育」を開始します。

園小中一貫教育とは、幼児期から中学校卒業までの12年間をひとつの教育期間と捉え、子どもの発達段階に応じた「途切れない教育」を行う仕組みです。これまでの「園・小学校・中学校」という区切りによる環境変化を解消し、一人ひとりの確かな学力と豊かな心を育みます。

園、小学校と中学校を一つの施設にまとめず、それぞれ独立した施設を活用し、連携を深める「施設分離型」で一貫教育を進めます。

詳細につきましては、市のホームページをご覧ください。

問 教育委員会事務局 教育総務課
(☎82・3973 / IP ☎88・9259)

Welfare
福祉

ひとり親家庭の相談会

仕事と子育ての両立、将来の経済的な不安、離婚の悩み...。ひとりで抱え込んでいませんか？

この度、そうした不安や悩みを抱える「ひとり親家庭の方」「これからひとり親になる予定の方」を対象とした、相談会を実施します。奈良県吉野福祉事務所の専門のコンシェルジュ(母子・父子自立支援員・就業支援専門員)が、一人ひとりの状況に寄り添い、具体的な支援制度の案内や、就職・転職のサポートを行います。

悩めるあなたの何か「きっかけ」「ヒントづくり」のお手伝いができるばとと考えています。まずは気軽に立ち寄りください。

【開催日時】7月16日(木)
午前10時～午後4時(予約不要)

【場所】市役所2階 212会議室

問 吉野福祉事務所
(☎0746・32・5315)
こども未来課
(☎82・2236 / IP ☎88・9080)



3's Triple Slogan
さとびのぼる榛原
からのお知らせ

「短冊に願い事を」

短冊に願いを書くことは、伝統的な文化であり、願い事を込めた短冊を飾ることで願いがかなうとされています。

各フロアでは、レクリエーションやリハビリテーションとして、季節の作品を制作しています。7月は七夕の月。6月半ばから、七夕飾りを作り、短冊には願い事を書きました。

皆さん色々な願い事を書かれています。「早く家に帰りたい」「歩けるようになりたい」「おいしいものが食べたい」「旅行に行きたい」など願い事が各フロアで色鮮やかに揺れています。皆さんの願い事がかかりますように。



過去に作られた作品「短冊に願い事を」

問 さとびあ榛原
(☎85・2525 / IP ☎88・9065)

**子育てに苦しさを感している親のための
母親MY TREE
ペアレンツ・プログラム**

子育てがつらい。子どもに暴言、暴力、無視を繰り返してしまつ。体罰以外のしつけと方法がわからない。自分を变えて、安心な家庭を作りたい。そんなあなたを大切にすべくプログラムです。

参加者の秘密は厳守されます。安心してご参加ください。

【日時】10月1日(木)～3月18日(木)までの全17回。
事前面接の他2回の面接を含みます。

時間はいつでも午前10時30分～午後0時30分

【場所】奈良県社会福祉総合センター

【募集人数】10人

【参加費】無料(保育あり・事前申し込みが必要)

【申込方法】QRコードからお申し込みください。



【対象者】市内小学1～6年生
野の花ほつとスペース
【募集人数】50人程度
【参加費】当日50円徴収
(傷害保険加入料)
【申込方法】7月1日(水)～12日(日)までの間に、①または②のいずれかでお申し込みください。
①次のURLまたはQRコード
URL: <https://logofom.jp/form/bg5b/1618639>
②総合体育館にて申込書記入



【総合体育館】〒82-6561 IP ☎88-0511

【休館日】毎週火曜日
【休館時間】10時～17時

あぎののゆ イベント開催

【七타임イベント】

【日時】7月7日(火)

短冊に願いをこめて、館内に笹を設置します。

短冊を書いていただいた方にはお菓子を進呈します。

【あぎののゆ 縁日】

【日時】7月19日(日)

スーパースポーツ、かき氷、フランクフルト屋台、キッチンカーなどが出店します。

【大宇陀温泉 あぎののゆ】
【日時】8月31日(土)～9月1日(日)
【場所】大宇陀温泉

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、聞いたりしませんか。一人で抱え込まず、同じ思いを持つ保護者と交流することで、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。

【日時】7月13日(月)
午前10時～正午

【場所】市役所2階
212会議室

発達についての個別相談

発達について不安や心配を抱えている方や、その家族からの相談に県の支援センターの専門相談員を交え応じています。今年度は2か月に1回、奇数月の第3火曜日に実施します。(広報に掲載します)

【日時】7月14日(火)

【相談時間】一人50分 午前10時～11時・午後1時～2時・3時

【場所】市役所2階
212会議室

【定員】5人(先着順)

【申し込み】

7月9日(木)までに問入

【介護福祉課】
TEL: 36975 / IP ☎88-9088

点訳ボランティア募集

視覚に障がいがある方のため、書籍等を点訳していただくボランティアを募集します。応募いただいた方で選考の後、講習会を受講していただきます。

【締め切り】7月22日(水)必着
【選考会】8月5日(水)または6日(木)のいずれか

【講習会】9月3日～2月18日
毎週木曜日(全22回)

※12月24日、31日、2月11日(祝)を除く。申し込み方法等詳細は、問で確認ください。

奈良県聴覚障害福祉センター

TEL: 0744-29-0123
FAX: 0744-29-0127
ホームページ: www.pref.nara.lg.jp/n076/32517.html

毎月19日は、「うだ育児の日」

素直に「ありがとう」「ごめんなさい」が言えるっていいね。あたたかくて、ホッとします。

高齢者 聞こえのサポート事業

高齢者補聴器購入助成事業

65歳以上の方で聴覚障がいのある方が、補聴器の取得に至らない「軽度」または「中等度」難聴者で、補聴器の使用によって効果が期待できる方を対象に、補聴器の購入費用の助成を行います。

【対象者】

- ①市内在住の65歳以上の方
- ②両耳の聴力レベルが50デシベル以上70デシベル未満または1耳の聴力レベルが30デシベル以上かつ他耳の聴力レベルが70デシベル以上であり、補聴器が必要であると医師(身体障害者福祉法第15条第1項の規定により都道府県知事が定める医師に限る。)が診断した方
- ③身体障害者手帳の交付を受けていない方や他の法令に基づく補聴器の購入に係る費用の助成を受けていない方
- ④市税に滞納がない方

【助成額】 購入費用の1/2

【上限額】20,000円

※付属品の購入に要する経費、送料、診察料、文書作成料、修理費は対象外

【高年齢者軟骨伝導集音器購入助成事業】

65歳以上の方で高齢者福祉の増進を図るため、軟骨伝導集音器の購入費用の助成を行います。

【対象者】

- ①市内在住の満65歳以上で市税に滞納がない方
- ②市内に所在を置き、聞き取りが困難な高齢者等が訪れる窓口業務を行う団体

【助成額】 集音器1台分の助成対象経費額の1/2

【上限額】10,000円

※付属品の購入経費、送料、修理費は除く

※助成対象者1人(1団体)につき1回限り

【介護福祉課】
TEL: 36975 / IP ☎88-9088

【イベント】
Event&Others
イベント・in 6世
【日時】7月28日(火)
午前9時～11時まで
【場所】室内温水プール

**「たがやすマルシェ」
「食べる・聴く」
「体験するひろば」**

宇陀の「食・農・学び」を一体化した多世代交流の拠点「VUTAI」にて、地域の皆さんに向けたイベントを開催します。

ウクレレコンサートや、宇陀の魅力があらわれるマルシェなど、子どもから大人まで誰もが気軽に集い、楽しめる企画を用意しています。

【日時】7月11日(土)

正午～午後4時

※コンサートは午後1時40分受付開始、午後2時開演

【場所】

農と学びの共創拠点「VUTAI」
(榛原下井定79の1)

【内容】

ウクレレコンサート

関西を中心に活動する3人組バンド「OFFBROTHERS」

によるライブ。地元の小・中学生「まち部」と高校生が主体となって運営します。

※「好評につき、屋内自由席(有料)は満席となりました。屋

外の芝生広場などでお聴きいただくことは可能です(無料)

【食と農のマルシェ】

類農園や地域のお店も多数出店します。宇陀市の新鮮な農産物や特産品のほか、地元ならではの

商品等を販売します。

【費用】 入場無料

【その他】 出店者やワークショップの詳細など本誌に掲載しきれないイベントの全容については左記の二次元コードからチラシをご覧ください。

【費用】 入場無料

【その他】 出店者やワークショップの詳細など本誌に掲載しきれないイベントの全容については左記の二次元コードからチラシをご覧ください。

【費用】 入場無料

【その他】 出店者やワークショップの詳細など本誌に掲載しきれないイベントの全容については左記の二次元コードからチラシをご覧ください。

【費用】 入場無料

【その他】 出店者やワークショップの詳細など本誌に掲載しきれないイベントの全容については左記の二次元コードからチラシをご覧ください。

【費用】 入場無料

【その他】 出店者やワークショップの詳細など本誌に掲載しきれないイベントの全容については左記の二次元コードからチラシをご覧ください。

【費用】 入場無料

**「第5回千年未来塾」
天文学者の嘉数悠子博士と宇宙のふしぎを探検しよう!**

天文学者として世界で活躍する嘉数悠子博士を宇陀にお迎えします! 「宇宙はどうなっているの?」そんな子ども達の好奇心を大切にしながら、どのように天文学の世界へ進み、最先端の望遠鏡に携わるようになったのかをお話しいたします。また、宇宙の魅力や、挑戦を続ける中で経験や、女性として第一線で活躍してきた歩みについても伺います。

子ども向けワークショップや天体観測も予定していますので、宇宙が好きな方も、将来の夢を探している方も、ぜひご参加ください。

【日程】7月18日(土)

【講師】嘉数悠子博士

【場所】榛原総合センター

3階 大会議室

【一部】午後1時～2時45分

【二部】午後3時～3時55分

【三部】午後4時～5時

【対象】どなたでも参加できます

【費用】無料

【定員】100人

【申込方法】事前申込制

【夜の間】

【場所】平成榛原こどものもり公園

(CAUNA)

【時間】午後6時30分～8時30分

子ども向けワークショップ

・嘉数悠子博士との天体観測

【対象】小学生以上の子どものご家族

【定員】30組

【費用】ワークショップの材料費のみかかります

【申込方法】事前申込制

※詳細は千年未来塾特設サイトを

をご覧ください。

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【政策推進課】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

【特設サイト】

TEL: 36910 / IP ☎88-90994

あたまの健康づくりプロジェクト

市では、「認知症の不安ゼロのまち」の実現を目指し、研究機関や企業団体と連携協定を結び、認知症予防を推進しています。認知症になっても住み慣れた地域で支え合い、尊厳と希望をもって暮らせるまちづくりを進めています。

その一環として、市民の皆さまがご自身の認知機能の状態を確認し、日々の健康づくりに役立てていただくため、あたまの健康度のチェックを実施しています。

スマホで簡単！あたまの健康度をチェックしましょう



- ①スマホの「カメラ」を起動
- ②左のQRコードを画面にうつす
- ③画面に出てきたリンク（文字）をポンと押すだけ！

※できるだけ静かな環境でリラックスしてご利用ください
※本チェックは医療行為や診断ではありません。あくまで目安としてご利用ください。
※結果で気になる点があった場合は、下記問い合わせ先またはプラチナサロンへご相談ください

アプリ提供：太陽生命保険株式会社



プラチナサロン

脳は鍛えるより楽しく使うと活性化するんです！！

プラチナサロンとは、知的に楽しむ脳の健康サロンです。

【日時】毎月第2・第4金曜日 午後2時～4時

【場所】うだ健幸プラザ（榛原サンクシティ2階）

【対象者】あたまの健康度をチェックされた方、興味のある方。

【内容】ミニ講座、体操、脳トレなど ※午後3時～個別相談（予約制）
ぜひお立ち寄りください。

※個別相談のお申し込みはうだ健幸プラザまで



▲詳しくはこちら

お問い合わせはこちら

使い方が分からないときや、結果についてのご相談など、お気軽にお問い合わせください。

①チェック結果に関するお問い合わせ
うだ健幸プラザ（保健センター） ☎ 82・2100

②使い方に関するお問い合わせ
政策推進課 ☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094



『野草フィールドワーク＆クッキング』

～身近な野草を使った摘み草料理をつくりませんか～



【日時】8月8日（土）午前10時～午後2時頃

【場所】室生振興センター 生活実習室とその周辺

【講師】長濱 安子さん

【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】5,000円（保険代、昼食代、食材費含む）

【持ち物】歩きやすい服装、帽子、散策中のお茶など、ビニール袋、エプロン、三角巾 ▲申し込みはこちら

※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 商工産業課 ☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075



じゆうだテラス来場者 10万人突破記念イベント開催！

榛原駅前交流施設「じゆうだテラス」は、来場者10万人を達成しました！

日頃のご愛顧への感謝を込めて、7月15日（水）から31日（金）まで「来場者10万人突破記念イベント」を開催します。

期間中は、お買い物された方へのプレゼントやスタンプカード企画、SNS投稿キャンペーンなど楽しい特典が盛りだくさん！

【開催期間】7月15日（水）～31日（金）

【場所】榛原駅前交流施設「じゆうだテラス」

【開館時間】《平日》：午前9時～午後8時、《土・日・祝日》：午前9時～午後5時

【主な内容】

- ・500円以上のお買い上げで、お茶（クッキー付き）無料券をプレゼント（6日間で1日先着5人ずつ）
- ・500円以上のお買い上げで、クッキーをプレゼント（10日間で1日先着5人ずつ）
- ・500円以上のお買い上げでスタンプ1個！10個集めると500円引きクーポンに
- ・1,000円以上のお買い上げで、ウッピーまたはハッピーキーホルダーを先着80人にプレゼント
- ・Instagramで「宇陀市観光協会」をフォローし、「#じゆうだ10万人」を付けて投稿すると、抽選で3人にウッピー商品券1万円分をプレゼント
- ・アンケートにご回答いただいた方の中から抽選で1組2名様に「美榛苑」ペア宿泊券をプレゼント

この機会にぜひ、じゆうだテラスへお立ち寄りください！

問 観光課 ☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081

中央公民館子ども学級「夏休み課題お助け！絵画教室」開催！

ID 0024142

ポスター、自由画などの課題をお助けします。ぜひお申し込みください。

【日時】7月30日（木）午前9時30分～正午

【場所】榛原分館（榛原総合センター）2階 創作室

【対象】市内在住の小学生（※小学1～3年生は保護者同伴）

※定員を大幅に超えた場合は抽選を行います

※定員の半数に満たない際は中止する場合があります

【定員】15人 【受講料】無料

【講師】宇陀市美術人協会 会員

【持ち物】水彩画絵具セット、筆記用具（えんぴつなど）

※四つ切画用紙、画板は市で準備します

※下書きをお持ちいただいてもかまいません

【申し込み】総合センター窓口もしくは応募フォーム（スマートフォン等）で7月15日（水）までにお申し込みください。

URL：https://logofom.jp/form/bG5b/1599599

問 榛原分館（榛原総合センター） ☎ 82・3377

〒633-0253 榛原萩原 2610番地の1 【休館日】火曜日・祝日



▲申し込みはこちら



令和8年宇陀市はいばら
花火開催について

宇陀市の夏の風物詩として毎年8月第1日曜日に打ち上げている榛原地域での花火ですが、本年は8月2日(日)に榛原地域3か所にて、同時刻に花火の打ち上げを予定しています。ぜひ、榛原地域の夜空を見上げてください。

【場所】 榛原西小学校グラウンド
榛原東小学校グラウンド
旧伊那佐小学校グラウンド

【時間】 午後8時打ち上げ開始(10分程度)

※会場内は安全確保のため入場できません
※路上駐車禁止です
(警察による巡回実施)
※近隣への配慮をお願いいたします

※出店などのお店はございません
詳しくは「うだ探訪ナビ」をご覧ください。



▲「うだ探訪ナビ」

問 宇陀市はいばら花火実行委員会(観光課内)
☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081

「輝けうたのー」カエデの
郷ひろらにて手づくり
イベントを開催

【開催日時】 10月4日(日)
午前10時～午後4時
(飲食販売一部～3時まで)

【場所】 奈良カエデの郷ひろら

【内容】 手づくり体験と販売、落語、舞台、フリマ、飲食など

■出店者募集

【内容】
①手づくりワークショップ
②手づくり作品販売
③フリーマーケット

【出店費用】
1ブース(屋内約2m×2m)各1000円、複数の場合は2000円

■お手伝いスタッフ募集

【内容】 運営補助など約3時間
①午前10時～午後1時
②午後1時～4時

【応募資格】 16歳以上

【その他】 昼食付き、保険加入
※事前説明会あり
※詳細は、申し込みフォームをご覧ください

問 輝けうたのー実行委員会事務局
(奈良カエデの郷ひろら)
☎ 84・20000



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▶

問 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)

種目	資格	受付期間	試験期日
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	18歳以上 33歳未満の者	随時	受付時にご連絡します。
一般曹候補生	日本国籍を有する 18歳以上 33歳未満の者	7月1日～9月1日	1次: 9月16日～27日 2次: 10月17日～11月1日
航空学生	18歳以上 24歳未満の者 ※高卒者(見込含)	7月1日～8月28日	1次: 9月19日・26日 2次: 10月15日～22日のうち指定された日 3次: 11月14日～12月17日のうち指定された日
防衛医科大学校 医学科学生	18歳以上	7月1日～10月8日	1次: 10月24日 2次: 12月16日～18日のうち指定された日
防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官候補看護学生)	21歳未満の者 ※高卒者(見込含)	7月1日～10月2日	1次: 10月17日 2次: 12月5日・6日のうち指定された日
防衛大学校学生	【推薦】 高卒(見込含) 21歳未満の者 (成績優秀かつ生徒 会活動または部活 動等において顕著 な実績を収め、学校 長が推薦できる者)	9月5日～8日	9月19日・20日
		【総合選抜】 9月5日～8日	一次: 9月19日 二次: 10月24日・25日
	【総合選抜・一般】 高卒(見込含) 21歳未満の者	【一般】 7月1日～10月15日	一次: 10月31日 二次: 11月27日～12月2日のうち 指定された日

第30回 高齢者いい歯のコンクール募集要項

【応募資格】
1. 奈良県在住の70歳以上で歯の健康な方(若干の欠損歯、かぶせ等可)
2. 直近3年間に最優秀賞を受賞された方は応募できません

【応募方法】
官製ハガキに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日、性別、年齢を明記し、
〒630-8002 奈良市二条町2丁目9-2 奈良県歯科医師会・高齢者いい歯のコンクール係 宛て

【応募期限】
7月10日(金)～8月31日(月)まで(当日消印有効) 先着120人

【審査および表彰】
日時: 10月8日(木) 正午～午後4時30分
場所: 奈良市二条町2丁目9-2 奈良県歯科医師会館
※8020達成者には認定証が授与され、最優秀者には後日、知事より賞状が授与されます

【主催】 一般社団法人奈良県歯科医師会
【共催】 奈良県
【後援】 一般財団法人奈良県老人クラブ連合会
公益財団法人8020推進財団

【その他】 昼食はお済ましのうえ、ご参加ください。
※ご不明の点は、問までお問い合わせください



問 県歯科医師会(☎ 0742・33・0861)

宇陀衛生一部事務組合職員募集

宇陀衛生一部事務組合職員採用試験を次のとおり実施します。

【職種】 一般行政職
【採用人数】 1人
【職務内容】 宇陀衛生センターにて、一般行政事務および設備の運転操作・維持管理業務に従事
【勤務場所】 大宇陀和田262番地 宇陀衛生センター
【受験資格】 次の(1)から(3)の要件を全て満たす方
(1) 昭和61年4月2日以降に生まれ、高等学校卒業以上の学歴を有する方
(2) 民間企業や行政機関等における職務経験が、令和8年4月1日時点で通算3年以上ある方
(※詳細要件はホームページ「採用試験案内」参照)
(3) 普通自動車運転免許を有する方

【採用予定日】 11月1日(日)
【申込方法】 受験申込書を宇陀衛生センターへ提出してください。(本人持参)
【受付期間】 7月1日(水)から21日(火)まで(土・日・祝日を除く、午前9時～午後5時まで)
【試験日】 8月8日(土) 基礎教養筆記試験・面接試験
【合格発表】 9月上旬

※詳しい採用試験案内および受験申込書は、下記ホームページからダウンロードしてください。
《宇陀衛生一部事務組合》URL: <https://www.udaeisei.jp/>

問 宇陀衛生一部事務組合事務局(宇陀衛生センター) 〒633-2131 大宇陀和田262番地
(☎ 84・2337)

▼ホームページ



桜井警察署からのお知らせ

【重要】生活安全課の許認可手続きが変わりました

- 古物営業法(古物商)関連の手続き
・リサイクルショップや中古車販売などの『新規許可申請』
・営業所の移転や品目変更などの『各種変更届出・書換申請』
- 猟銃・空気銃(銃刀法)関連の手続き
・所持許可、更新、実包譲受などの申請
・猟銃等講習会、技能講習などの申し込み



等の許認可業務については、全て桜井警察署生活安全課で行っています。

問 奈良県桜井警察署(☎ 0744・46・0110)(受付時間: 午前8時30分～正午/午後1時～4時)
※必ず事前予約をお願いします

奈良県警察 (第2回) 採用試験

今年度からSPI試験の受験方法を「会場型」から「Web型」に変更、資格加点制度に「空手」を追加しました。SPI区分については、今年度から試験日時を複数日のうち受験者が希望する日から選択し、自宅等でのオンライン受験も可能です。

【受付期間】
7月1日(水)～8月21日(金)
インターネットのみ受付
詳しくは「問」へご確認ください
【問】奈良県警察本部警務課採用係
(☎0120・351・204)



試験区分	第1次試験				受験資格
	試験種目	試験日	試験種目	試験日	
A 男性 (SPI) A 女性 (SPI)	基礎能力検査 適性検査	9月5日(土)～20日(日)のうち受験者が選択する日	体力試験 論文試験 口述試験		平成5年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した者または令和9年3月末日までに卒業見込みの者
A 男性 A 女性	教養試験 論文試験				
B 男性 B 女性	教養試験 作文試験		体力試験 口述試験	10月3日(土)・4日(日)のうち指定する1日	平成5年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者で、A区分以外の者
武道 B	教養試験 作文試験	9月20日(日)	体力試験 実技試験(剣道または柔道)		A平成13年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた者 I柔道二段以上または剣道三段以上を有している者※性別は不問

放送大学10月入学生 募集のお知らせ

放送大学は通信制の大学で、学位取得はもちろん、キャリアアップや資格取得、趣味や教養を深めるための生涯学習の拠点として広く門戸を開いています。学ぶ意欲さえあれば、15歳から入学でき、学位も取得できます。10月入学生を募集しています。資料を無料で差し上げていますので、お気軽に「問」までご請求ください。



【出願期間】
第1回 8月31日まで
第2回 9月9日まで
より多くの方に入学の機会を提供するため、出願期間を2回設けています。教材を受け取れる時期などが違ってきますので、第1回での出願をお勧めします。

人権コーナー

7月は「差別をなくす強調月間」です。

「差別や偏見」と聞くとも、どこか自分とは無関係の遠い出来事のように感じるかもしれません。しかし、わたしたちの日常を少し振り返ってみると、無意識のうちに作られた「思い込み」や「心の壁」が潜んでいることに気付かされます。年齢や性別、国籍、障がいの有無など、多様な人々が共に暮らす現代社会。そこで大切なのは、自分の中にある身近な偏見に「あれ?」と自ら気づくことです。「小さな気付き」こそが、社会を優しく変える大きな変化の始まりになります。「自分にも偏見があった」

「差別をなくす強調月間」は、7月11日(土)に開催される「7月差別をなくす強調月間 住民集会」の開催を機に、市民の意識を高め、差別をなくすための取り組みを進めたいと考えています。特別なことを始める必要はありません。まずは身近な人の言葉に耳を傾け、それぞれの個性をそのまま認め合うことから。この7月、わたしたちにできる身近な一歩を、一緒に踏み出してみませんか。

てんいち先生



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]	7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)
	7月8日(水)	室生振興センター		
	7月15日(水)	大宇陀人権交流センター		
	7月15日(水)	市役所 (212 会議室)		
人権相談	7月8日(水)	室生振興センター	9:00～12:00	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	7月15日(水)	大宇陀人権交流センター		
消費生活相談窓口 [予約不要]	7月2日・6日・9日・13日・16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]	7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]	7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]	7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]	7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)
	7月8日(水)	室生振興センター		
	7月15日(水)	大宇陀人権交流センター		
	7月27日(月)	市役所 (213 会議室)		
若者自立のための無料相談 [要予約]	7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]	7月14日(火)	市役所 (213 会議室)	13:00～16:00	【予約先】奈良弁護士会 (☎0742・22・2035) (相談日の2週間前より受付)
生活困窮者自立相談支援窓口	月～金曜日 (祝日除く)	市役所 厚生保護課 (2階)	9:00～12:00 13:00～16:00	厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
巡回職業相談 [要予約]	7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]	7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]	7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]	7月15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

◆モバイルバッテリーの危険性◆
現在、多くの方に利用されているモバイルバッテリーですが、精密機器であるため適切な取り扱いが必要です。高温下、低温下に弱く、直射日光や衣類等がかかった状態での放置は火災につながる恐れがあります。また、バッテリーへの強い衝撃、水濡れ、物を乗せる行為も故障の原因となります。子どもやペットが触られる場所、車内での置きっ放し等、取り扱いには注意が必要です。また、充電器の本体が熱い、膨張している、充電時間が以前より長いなど、異常を感じたら使用を止め、自治体の指示に従い、適切な方法で廃棄してください。安全に利用いただくためにも、管理には十分注意しましょう。
問 商工産業課 (☎82・5874 / IP ☎88・9075)



ラジコン草刈機実演会を開催

5月26日(火) 奈良中セキ販売株式会社、株式会社 ISEKI アグリ、株式会社アテックスの協力のもと、総合体育館の法面で「ラジコン草刈機実演会」を開催しました。

近年、高齢化や担い手不足の影響により、自治会などが行う地域の草刈り作業は大きな課題となっています。特に急傾斜地での作業は危険を伴うため、作業が思うように進まないケースも少なくありません。また、夏場の炎天下で長時間作業を行うことによる熱中症のリスクも懸念されています。

今回の実演では、リモコンで操作するラジコン草刈機を活用し、作業者が斜面に立ち入ることなく安全に除草作業を進められることを確認しました。ラジコン草刈機の活用は、作業時の安全性向上に加え、熱中症リスクの軽減や作業時間の短縮、省力化にもつながることが期待されています。



問 市民協働課 (☎ 82・2130 / IP ☎ 88・9085)



わが家のアイドル 写真募集!



広報うだ 10月号をかわいい笑顔でいっぱいにするための写真を募集中。

※市内在住の小学校入学前までのお子さんに限ります。兄弟姉妹と一緒に写っている写真については対象の子どもさんのみの掲載になります。(一家族1枚でお願いします)

また氏名、写真等の個人情報をご提出いただきました皆さんには、個人情報の使用について了承したものとさせていただきます。

問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083)

ID 0023944

広報うだを笑顔で
いっぱいにしましょう



【締め切り】 8月16日(日)まで

【申込方法】

申請フォーム URL、QRコード、窓口持参、郵送よりお申し込みください。

申請フォームの URL : <https://logofom.jp/form/bG5b/1500941>

郵送

〒633-0292

宇陀市榛原下井足17-3
宇陀市役所 秘書広報情報課宛



◀ QRコード

