



# うだ



市の花  
すずらん



市の木  
ひのき



市の鳥  
うぐいす

100号  
記念特集



見て、  
読んで

うだ、イイトコロ！

より市民のみなさまに愛され、使っていただけの広報紙として『うだ』は生まれ変わります。

2014  
平成26年

4

CONTENTS

- |                    |       |    |
|--------------------|-------|----|
| 特集 宇陀の桜めぐり         | ..... | 2  |
| 市政 TOPICS / 予算案・選挙 | ..... | 5  |
| 宇陀市立病院・ウェルネス       | ..... | 8  |
| みんなで子育て            | ..... | 10 |
| うだぢから              | ..... | 12 |
| まちのわだい             | ..... | 14 |
| お知らせ               | ..... | 16 |
| みんなの掲示板            | ..... | 24 |
| うだチャン11ch          | ..... | 27 |

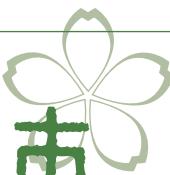
み~んな  
宇陀の名所、行事だよ!  
いくつ知ってるかな?



ちかったかなー?  
答えは裏表紙にあるよ!

宇陀市のマスコットキャラクター  
ウッピー(左)/ハッピー(右)

# 市内の桜めぐりを楽しみましょ



1



西光寺（室生）

樹齢約300年のシダレザクラが境内を覆い、城之山桜ともいわれています。近くには、室生寺や龍穴神社、室生山上公園があります。

桜まつり：4月6日(日) 午前9時頃～夕方

内容：「路花会(室生菅間出自治会)」によるバザー  
ライトアップ：4月3日(木)～10日(木) 午後9時まで

2



榛原ふれあい広場（榛原山辺三）

室生湖の入口にある公園で、園内には多目的運動場や広場、水路が整備され、公園南東には「濡れ地蔵」に続く道があります。広場からは大和富士が眺められ、こいのぼりもあげられます。  
[4月8日(火)～5月11日(日)]



悟真寺（榛原自明）

樹齢約200年のシダレザクラ。伊勢本街道や内牧川を見下ろすように弧を描いて垂れています。境内には、室町時代の五輪塔もあります。

4



内牧区民の森（榛原内牧）

平成10年秋の台風により被害を受けた嶽神社周辺は、「内牧区民の森」として整備され、約500本の桜が植えられて今年で15年を迎えます。展望台からは、伊那佐山や鳥見山、貝ヶ平岳、額井岳などが見渡せます。嶽山には、奇石の「嶽立石群」寝石・立石・蛇石もあり散策を楽しむことができます。

桜まつり：4月13日(日) 午前10時～午後3時 (雨天中止)

場所：嶽神社周辺

内容：内牧地域おこし実行委員会「和」によるバーベキューなどの振る舞い



平井大師山（菟田野平井）

ヤマザクラ約100本が群生しています。四国八十八カ所霊場にちなんで造られた石仏群で、山中をミニ霊場巡りができるようになっています。開花時には、休憩所にひな人形が飾られます。(ライトアップ：4月5日(土)～13日(日))

6



岩端（菟田野岩端）

芳野川沿い約1kmにわたって連なる桜並木で、谷間ににはこいのぼりが泳ぎます。[3月下旬～5月中旬頃]開花時期に、地元有志による草餅やうどん、竹の子ご飯、コーヒーの販売 [4月1日(火)～] もあります。

5

市内にはたくさんの桜の名所があります。桜の開花に合わせて、地域の方々のご協力により催しなども多く行われます。ぜひ桜や桜並木を楽しみながら、健康づくりのため散策に出かけお気に入りの桜を探してみてください。(見頃は4月上旬から中旬)

# 故郷の文化を再発見

「うたの夢街道2014」にお越しください



実行委員長  
田中圭一さん

「うたの夢街道」は、今回で5回目の開催となります。

この辺りは昭和34年の伊勢湾台風により、芳野川が氾濫し大きな浸水被害を受けました。「水分桜」は約50年前、古市場青年団の方々が復興を願って植樹されたそうです。桜が大きく育ち、地元でほそぼそと桜まつりを行っていましたが、平成21年「うたの夢街道実行委員会」の設立を機に現在の催しを始めました。

桜の開花時期に合わせて、国宝の宇太水分神社を中心に、神話伝説のある町で賑わい行事を行うことで、多くの方々に訪れていただけたらと思っています。

今年は、4月12日の夕方より、子どもの和太鼓演奏、語り部、「まんな」の演奏、ファイヤーショーのイベントとともに夢灯りライトアップを行い、夜の雰囲気を楽しんでいただこうと思っています。13日はメインイベントとして、午前10時から菟田野中学校吹奏楽部の演奏、チャング(韓国舞踊)、日本舞踊、ハーモニカ演奏、川本三栄子さんの歌謡ショー、また、金比羅神社春季例祭とごくまきも同日行われます。そのほか、スタンプラリーやクイズなども行う予定です。ゆるキャラも登場します。

桜まつりをとおして、人の集いの場となり、子どもから高齢者が世代交流を図れたらと願っています。ぜひ、皆さんでお越しください。

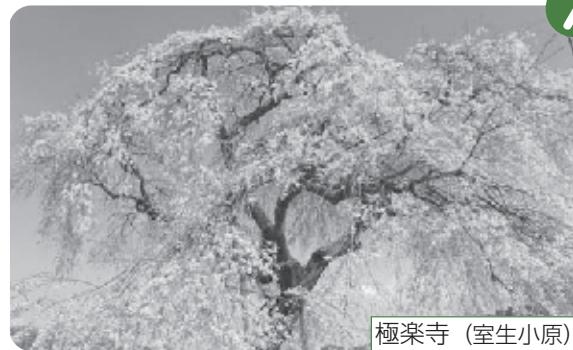
※イベントの詳細は、4ページをご覧ください。

うだにはいろんな桜があるんだね！  
みんなも訪ねてみてね！



天益寺（大宇陀迫間）

樹齢約350年といわれるシダレザクラ。創建は正和2年と伝えられる古刹。平成11年、不審火により全焼。阿紀神社の元神宮寺もあります。近くには、能舞台が残る阿紀神社や万葉公園があります。



極楽寺（室生小原）

樹齢約300年のシダレザクラ（別名イトザクラ）が境内の南端に、小原の里を見下ろすように立っています。開花時期に合わせて地元有志によりライトアップされます。



猪路の桜（榛原篠塚）

榛原篠塚から下井足までの宇陀川堤防沿いの桜並木です。120基の雪洞が灯り（夕方～午後10時頃）、昼夜花見を楽しめます。「ささがく猪路の会」と「下井足猪路の会」が協力して「猪路の桜祭り」を開催します。  
桜まつり：4月13日（日）午前11時～（雨天中止）  
場所：篠塚河川敷公園～堤防敷き  
内容：猪路鍋の振る舞い、軽食などの模擬店、青空市など

7

8



みくまりさくら  
水分桜（菟田野古市場）

# 宇陀の春を 鮮やかに彩る桜

## 桜情報

問 市観光協会・実行委員会 [商工観光課内]  
(☎82・2457 / IP☎88・9081)  
宇陀市観光案内所「うだ観処」  
(IP☎88・9049)

### ◎佛隆寺千年桜 〈榛原〉

幹周り 7.5m、樹齢 900 年ともいわれる県下最大最古級のモチヅキサクラ（県天然記念物）です。

- 【花見会日時】4月13日（日）  
午前10時～午後2時
- 【内 容】○「千年桜姫」真依子コンサート  
○ホタルの幼虫を放流  
○バザー 他
- 【アクセス】奈良交通バス「上内牧行・曾爾村役場前行」「高井」下車、徒歩約30分  
(シャトルバスあり)
- 【駐 車 場】高井の驛駐車場（有料1台500円）
- 【ライトアップ】見頃の午後6時～9時

\*イベント日  
のみ交通規  
制あり



### ◎古市場の水分桜 〈菟田野〉

芳野川沿いの堤防に約100本のソメイヨシノの桜並木が川面に映えて美しいです。

- 【桜まつり期間】4月5日～見頃終了
- 【内 容】模擬店など
- 【アクセス】奈良交通バス「菟田野行・東吉野村役場行」「水分神社前」下車すぐ
- 【ライトアップ】日没～午後9時

### ◎又兵衛桜 〈本郷の瀧桜〉〈大宇陀〉

高さ13m、幹周り3m、樹齢300年ともいわれるシダレザクラです。

- 【桜まつり期間】4月上旬～中旬
- 【内 容】○協賛団体による物産販売  
○観光パンフレット配布
- 【見 学 料】桜周辺整備協力金（1人100円）
- 【駐 車 場】普通車（500円～）
- 【アクセス】奈良交通バス「大宇陀行」「大宇陀高校前」下車、徒歩約25分
- 【交通規制】3月28日（金）～4月20日（日）  
(一方通行・駐車禁止を実施しています)
- 【ライトアップ】なし
- 【主 催】又兵衛桜まつり実行委員会



### ◎大野のしだれ桜 〈室生〉

大野寺の境内にコイントシダレザクラの古木が2本（樹齢300年）と紅枝垂桜約10本が楽しめます。



- 【見 頃】4月上旬～中旬
- 【内 容】飲食物販売やお茶席
- 【アクセス】近鉄室生口大野駅下車、徒歩5分
- 【拝 観 料】400円
- 【ライトアップ】日没～午後9時



### ■「うたの夢街道 2014」同時開催

地域の人々が集い・ふれあいと交流を図り、郷土を愛する心を育み、誰もが健康で心の通い合う活気あふれるまちを目指して開催！！

- 【開催日】4月10日（木）～13日（日）
- 【場所】宇太水分神社周辺（菟田野古市場）
  - ◇展示：午前10時～午後4時  
(雨天決行)
  - ◇「うたの夢灯り」（宇太水分神社周辺）12日（土）のみ 午後6時～9時
  - ◇バザー：13日（日）午前10時～午後4時
  - ◇メインアトラクション：12日（土）午後5時30分～8時30分  
13日（日）午前10時～午後4時
  - ※舞台・出店・ライトアップに関しては、雨天中止の場合あり。
- 【内 容】
  - 各家でお雛様・武者人形の展示（宇太水分神社周辺）
  - 民具・着物の展示（菟田野古市場）
  - 飲食物・雑貨品などの出店、各種アトラクションなど（宇太水分神社）
  - 菟田野の地場産業、各作品の展示販売
  - 菟田野の伝統芸能や祭りの紹介（パネルやチラシなど）
- 問 うたの夢街道実行委員会 事務局  
(☎84・2613)

## 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。



市民と市政をつなぐ



## しせいトピックス

平成26年度

# 宇陀市予算案を上程しました

平成26年市議会定例会が3月4日に開かれ、平成26年度予算案が下記のとおり上程されました。

「平成26年度宇陀市予算」の主な内容は、広報うだ5月号でお知らせします。

ほか、12の特別会計により編成されています。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問財政課  
7(火)82・1305／IP88・90

なお、「平成26年度宇陀市予算」の主な内容は、広報うだ5月号でお知らせします。

宇陀市の予算は、一般会計のほか、12の特別会計により編成されています。

事業の選択と集中をおこなうことにより、重要課題等に限られた財源を重点的、効率的に投資するとしています。

市行財政刷新会議の「宇陀市行財政改革に関する提言書」および宇陀市産業振興会議の「宇陀市における産業振興のための提言書」に示された方針を取り入れ、新しい「宇陀市モデル」の構築に向けた事業の選択と集中をおこなうことにより、重要課題等に限られた財源を重点的、効率的に投資するとしています。

## 主な事業を紹介します

### ■にぎわいづくり創造プロジェクト

- ・(仮称)宇陀じまん市の開催
- ・市勢要覧作成事業(市制10周年関連)
- ・“記紀・万葉”宇陀市プロジェクトの推進

### ■健康なまちづくりプロジェクト

- ・“ウェルネスシティ”推進事業
- ・高齢者インフルエンザ予防接種事業

### ■住みよい地域創造プロジェクト

- ・まちづくり協議会の設立促進
- ・榛原駅前活性化事業

### ■子ども未来創造プロジェクト

- ・ファーストバースデー祝い品事業
- ・母子保健事業の充実

### ■市民安心安全プロジェクト

- ・地域公共交通の確保
- ・避難所設備強化事業

### ■改革改善プロジェクト

- ・職員人件費削減の継続
- ・コンビニエンスストア納付システムの活用

## ◆会計別当初予算案◆ (単位:千円)

会計名	平成26年度予算案	平成25年度予算	増減率
一般会計	16,740,000	17,191,400	△2.6%
住宅新築資金等貸付事業特別会計	40,400	42,100	△4.0%
市営霊苑事業特別会計	12,300	32,500	△62.2%
土地取得事業特別会計	106,000	108,400	△2.2%
国民健康保険事業特別会計	4,511,200	4,531,000	△0.4%
事業勘定	4,361,000	4,372,000	△0.3%
診療施設勘定	150,200	159,000	△5.5%
介護保険事業特別会計	3,771,000	3,413,800	10.5%
後期高齢者医療事業特別会計	432,000	405,000	6.7%
簡易水道事業特別会計	624,200	732,100	△14.7%
下水道事業特別会計	900,900	905,500	△0.5%
保養センター事業特別会計			
収益的収入	175,987	63,270	178.2%
支出	175,987	63,270	178.2%
資本的収入	25,532	70,060	△63.6%
支出	25,532	70,060	△63.6%

会計名	平成26年度予算案	平成25年度予算	増減率
市立病院事業特別会計			
収益的収入	3,379,000	3,478,200	△2.9%
支出	3,980,000	3,728,200	6.8%
資本的収入	21,600	319,770	△93.2%
支出	315,590	463,329	△31.9%
介護老人保健施設事業特別会計			
収益的収入	528,000	520,000	1.5%
支出	572,000	520,000	10.0%
資本的収入	10	100	△90.0%
支出	52,000	52,000	0.0%
水道事業特別会計			
収益的収入	638,000	517,000	23.4%
支出	638,000	517,000	23.4%
資本的収入	5,582	75,527	△92.6%
支出	86,647	192,000	△54.9%
支出予算総額	32,983,756	32,967,659	0.1%

～あなたの大切な1票です。みんなそろって投票しましょう！～



明るい選挙のイメージキャラクター  
「選挙のめいすいくん」

# 宇陀市長選挙および 宇陀市議会議員選挙

投票日

# 4月27日(日)

〈告示日 4月20日(日)〉

投票時間

# 午前7時～午後8時

◇投票日にはサイレンを吹鳴します◇  
(投票開始の午前7時と投票所閉鎖の午後8時)

開票：4月27日(日)午後9時開始(予定)

宇陀市総合体育館(榛原萩原1057番地)

問 市選挙管理委員会事務局【市役所総務課内】

(☎82・1302 / IP ☎88・9068)

ご注意ください。  
常選挙から投票区・投票所が変  
更になった地域がありますので  
投票できます。

## 投票場所

投票場所は入場整理券に表示  
しています(指定した投票所の  
へ転出された場合は、投票する  
ことができる)。

まず、宇陀市長選挙の投票を  
し、その次に宇陀市議会議員選  
挙の投票を行つていただきます。  
いずれも当選させたい候補者  
の氏名を記入して投票してください。

3月27日の市長の任期満了後、  
一時的に市長が不在となります  
ので、職務代理者が市長の職務  
を行うことになります。

投票は、同時に行います。

## □今回から投票所入場整理券 が変わります

投票所入場整理券を同一世帯  
で一つの封筒に入れて郵送しま  
す(世帯員の一部が別送の場合  
もありますので開封のうえご確  
認ください)。

## ■投票所入場整理券



今回の選挙より投票所入場券  
を従来のミシン目で切り離すも  
のから、一人一枚のものに変更  
しました。裏面に期日前投票宣誓書が印  
刷されています。

期日前投票をされる場合は、  
事前に必要事項を記入してお持  
ちいただぐと受付がスムーズに  
行えます。

期日前投票宣誓書が印  
刷されています。

期日前投票が届いていない場合  
や、紛失した場合でも投票でき  
ます。

投票所当日に仕事や旅行等で、  
が一入場整理券が届かなかった  
り、紛失された場合は、投票所  
の受付係に申し出てください。

投票所に行けない方は期日前投票  
ができます。入場券をお持ちのう  
え、期日前投票所にお越しくださ  
い。

## ■期日前投票

※入場整理券がなくとも選挙資格  
があれば投票できますので、万  
が一入場整理券が届かなかった  
り、紛失された場合は、投票所  
の受付係に申し出てください。

◆期日前投票の期間  
4月21日(月)～26日(土)  
午前8時30分～午後8時

○宇陀市役所1階  
ふるさとテラス

○大宇陀地域事務所

○菟田野地域事務所

○室生地域事務所

※いずれの投票所でも投票できます。

## ■代理投票、点字投票

身体が不自由であるなどの事由  
により自ら投票用紙に候補者名等  
を書くことができない場合は、第  
三者の立ち会いのもと代理人が選  
挙人にかわって記載します。また、  
人が不自由な人は、点字を用いて  
投票することができます。

点字投票・代理投票を希望され  
る人は、投票所でその旨を申し出  
てください。

## 投票場所一覧表

投票区	投票所の名称	投票区の区域
大宇陀地域	第1 宇陀市文化会館	万六・出新・上新・中新・上・小出口・黒木・中庄・拾生・本郷・宮奥・下宮奥・関戸・大東
	第2 西山川向地域交流センター	上中・上本・上茶・下茶・下本・下中・下出口・迫間・春日・西山・岩室(内垣内・五十軒)・下竹
	第3 大宇陀人権交流センター	岩室(北谷)・小附(二区・三区)
	第4 のより農村ふれあいの館	小附(一区)・嬉河原・芝生・半阪・馬取柿・麻生田・内原・口今井・野依・平尾・五津
	第5 守道下出老人憩の家(旧守道幼稚園)	守道・山口・白鳥居・上品・下品・和田・小和田・岩清水・調子・塚脇・藤井・才ヶ辻・守道(桐山)
	第6 田原区集会所	田原・上片岡・下片岡・東平尾・大熊・牧・栗野
菟田野地域	第7 中央公民館菟田野分館(いきいきホール)	古市場・松井・岩崎
	第8 平井地区集会所	平井・見田・大澤・大神・別所
	第9 旧菟田野宇賀志地区体育館	佐倉・宇賀志・稻戸・駒帰
	第10 菊田野東部地区研修指導施設(下芳野集会所)	東郷・入谷・下芳野・上芳野・岩端
榛原地域	第11 駅前公民館(旧榛原公民館)	福地(五月ヶ丘を除く)・萩原(東町・稻荷・新町・宮本・菟田川・駅前・新駅前・富士見ヶ丘)・萩乃里
	第12 上の町コミュニティセンター	萩原(墨坂・新吉田・福田・上町・口田辺・鳥見町)・桜が丘
	第13 大和富士ホール	赤瀬・長峯・天満台西1~4丁目
	第14 天満台東交流センター	戒場・山辺三・額井・天満台東1~4丁目
	第15 農林会館	下井足・篠塚・雨師・上井足・足立・安田・笠間
	第16 伊那佐文化センター	池上・高塚・福西・栗谷・比布・石田・山路・大貝・澤・三宮寺・母里
	第17 檜牧甲公民館	自明・桧牧・荷阪
	第18 たかぎふるさと館	内牧・八滝・諸木野・赤埴・高井
	第19 あかね台コミュニティセンター	萩原(西峠)・角柄・柳・あかね台1~2丁目・高萩台(萩原・下井足の一部を含む)・榛見が丘1~2丁目(下井足の一部を含む)
	第20 宇陀市総合体育館	福地(五月ヶ丘)・萩原(玉立・小鹿野・小鹿台)・ひのき坂1~3丁目
室生地域	第21 音楽の森ふれあい館(旧笠間保育所)	小原・上笠間・深野・下笠間
	第22 多田地区公民館(旧多田保育所)	無山・多田・染田
	第23 やまびこホール	向渕
	第24 宇陀市室生振興センター	大野
	第25 三本松集会所	三本松
	第26 西谷地区公民館(旧西谷保育所)	砥取・滝谷・西谷・龍口
	第27 室生生活改善センター	室生
	第28 田口地区公民館(旧田口保育所)	黒岩・田口元上田口・田口元角川・下田口

\*住所表記中の地域名は、表の見やすさを優先するため省略させていただきました。予めご了承ください。

障害者手帳	
両下肢・体幹・移動機能の障害	1級・2級
心臓・じん臓・呼吸器・ばうこう・直腸・小腸の障害	1級・3級
免疫・肝臓の障害	1級~3級
戦傷病者手帳	
両下肢・体幹の障害	特別項症~第2項症
心臓・じん臓・呼吸器・ばうこう・直腸・小腸・肝臓の障害	特別項症~第3項症
介護保険の被保険者証	
要介護状態区分	要介護5

**郵便等による不在者投票**  
 都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院・入所している人は、その施設で不在者投票ができます。  
 また、出張などで投票日まで他の市町村に滞在する場合は、選挙管理委員会へ投票用紙を請求し、滞在地の市町村の選挙管理委員会で投票することができます。  
 不在者投票については、投票用紙の交付等を郵便により行つために数を要しますので、手続はお早めにお願いします。

左表参照は、自宅などで郵便等による不在者投票をすることができる、身体に重度の障害がある人(法令に定める一定の障害がある人)。あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受け、投票日の4日前の4月23日(水)までに投票用紙などを請求しなければなりません。

**不在者投票**

# 宇陀市立病院から

## 開催いたしますを 医療セミナーを

宇陀市立病院

日時：5月25日（日）午後2時～

場所：榛原総合センター（榛原萩原2610-1）

演題：元気な今から始める健康体操

「ロコモティブシンドローム」ってご存知ですか？

※ロコモティブシンドロームとは、背骨・手足の病気に伴い、歩行が困難となり、寝たきりになりやすい病状のことです。

講師：宮田 重樹先生 【宮田医院（大阪府富田林市）院長】

詳しくは、来月号のチラシをご覧ください。

## <更年期外来を開設します>

開設日：4月1日（火）～

次のような疾患、症状について専門的に診察いたします。気になることがありましたらお1人で悩まずに医師にご相談ください。

### 【更年期障害】

○ほてり ○のぼせ ○頭痛 ○めまい ○不眠 ○イライラ  
○疲労感 ○発汗亢進 はっかんこうしん ○渴き ○頻尿 ○冷え ○動悸 ○便秘  
○おりものの異常 ○外陰部のかゆみ、痛み ○性交痛 ○無気力 など

### 【診察日など】

- ・診察日：毎週 火曜日・水曜日
- ・受付時間：予約制とします。
- ・診察時間：午後1時～3時
- ・診察場所：2階婦人科外来
- ・予約方法：診察時予約もしくは電話予約（午前9時～午後5時）
- ・担当婦人科医師：南渕 虎次郎
- ・担当看護師（助産師）：堀井 千佳



宇陀市立病院 医務課 ☎82・0381

### ■糖尿病教室のご案内

糖尿病の治療を受けている方だけでなく、関心のある方のために、糖尿病について学ぶための糖尿病教室を開催しています。

参加費は無料ですのでふるってのご参加をお待ちしております。  
また、事前の予約も必要ありません。

#### 【4月の予定】

- 3日（木）糖尿病の合併症（第5回）  
10日（木）低血糖、足のケア、体調が悪くなった時（シックデイ）  
の対応について（第6回）

\*開催予定日については毎月の広報に掲載しますのでご確認ください。

### ■市立病院職員募集（随時採用）

#### ●非常勤医師（消化器内科・呼吸器内科）

報酬：年俸制、1100万～1700万円（税込）  
※指導医・専門医等優遇します（要相談）。  
手当：各種手当は年俸に含まれています  
(退職金はありません)。

業務内容：外来診療・病棟管理・当直業務  
経験：卒後5年以上 勤務日数：週4～5日  
当直：月3～4回  
休日：土曜・日曜・祝日、年末年始（12/29～1/3）  
待遇：有給休暇、各種保険完備、学会参加費補助  
院内育保（昼間）

提出書類：履歴書、資格証明書の写し

#### ●理学療法士（正職員） 3名

対象者：昭和54年4月2日以降に生まれ、理学療法士の資格を有する人  
採用試験：小論文・面接  
提出書類：履歴書、資格証明書の写し

#### ●作業療法士（正職員） 1名

対象者：昭和54年4月2日以降に生まれ、作業療法士の資格を有する人  
採用試験：小論文・面接  
提出書類：履歴書、資格証明書の写し

#### ●診療放射線技師（パート） 1名

対象者：診療放射線技師の資格を有する人  
採用試験：小論文・面接  
提出書類：履歴書、資格証明書の写し  
※それぞれの試験日時については、申込者に後日連絡します。  
★問い合わせ・申し込み：市立病院経営企画課へ  
(土・日曜日、祝日を除く午前9時から午後5時まで)

## 奈良肩・肘センターを 4月1日から開設します

詳しくは、今月号のチラシをご覧ください。



# 「健幸都市 ウェルネスシティ宇陀市構想」を策定しました

(構想の概要版は、広報うだ5月号に折り込む予定です。)

宇陀市総合計画「後期計画」(平成25年度～平成29年度)における4つを重点政策(産業振興・ウェルネスシティ・定住促進・市民協働)の一つである『ウェルネスシティ』を推進するため「健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想」を策定しました。

この構想では、市民の誰もが健康で幸せと思えるまちとして、身体面の健康だけでなく、生きがいを感じ、安心して豊かな生活を送れるまちをめざします。この構想を推進するためのロゴマークを定めました。

「健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想」は、以下の6つの施策対策で推進します。

1 病気の予防と健康づくり

2 子どもたちの体力向上

3 介護予防と生きがいづくり

4 歩きたくなる環境づくり

5 ともに支えあう地域づくり

6 地域包括ケアシステムの構築

注) ウェルネスは、一般に「健康」を意味していますが、「健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想」では「健康」+「幸福」の造語である「健幸」を採用しています。

## 「健幸づくり」は まちづくり

つながりが強い地域では、健康感や幸せ感が高いことがわかっています。

「健幸都市 ウェルネスシティ宇陀市構想」では、健康づくりの活動を通して、地域のつながりコミュニティづくりも合わせて推進していくことをめざしていますが、そのためには、多くの方々に参加していただき、取り組んでいたくことが何よりも重要です。

今後、さまざまなイベント等を計画していますので、ぜひご参加ください。

### 健康ポイント事業

ウェルネスシティ宇陀市  
健康イベント第1弾

## 「春の ウェルネス ウォーク」

参加者募集

検診を受診する、ウェルネスイベントに参加する、自分で目標を持って健康づくりを始める方に、「健康ポイントカード」を配布します。ポイントがたまれば抽選で記念品がもらえます。(広報うだ5月号でお知らせします。)

## 春風に誘われて桜並木を歩きませんか ～楽しく歩いて健康づくりはじめましょう！～

日 時：4月13日(日)午前9時～9時30分(受付)

午前9時45分(スタート) 正午終了予定

※雨天中止 [午前7時以降テレホンサービス(☎82・5700)でご確認ください。]

集合場所：宇陀市役所玄関前

参加資格：宇陀市民(小学生以下は、保護者または引率者が必要)

参加費：無料

内 容：宇陀万葉の桜並木・満喫コース 7.7km(約12,000歩)

申し込み：4月10日(木)までに電話またはFAXでお申し込みください。

※「健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想」については、今後、うだチャン11chや広報うだで紹介します。



問 健康増進課 ☎82・3692 / IP ☎88・9087 / FAX 82・7234  
室生福祉保健交流センター ☎92・5220 / IP ☎88・9175 / FAX 92・5223

おなかの中にいた頃のこと  
覚えていますか？

## すくすく 講座

### 胎内記憶画ワークショップ（3月6日）



子育て支援センターで「すくすく講座」を開催しました。講師に吉田和代さん（菟田野出身の現代美術作家）を招いて、子どもたちに、おなかにいた頃の記憶を思い出して絵に描いてもらう「絆のドローイング～胎内記憶画～」のワークショップをしました。

子どもたちは、おなかにいる頃からいろんな感情を持っていることや、音や話し声を聞いていることがわかりました。「絵は記憶の一部であり貴重な親子の思い出です。子どもはずっと母親と縁があります。たくさん抱っこしてあげてください」と語られました。

### ＜4月のなかよしひろば＞

日時…4月21日（月曜日）午後2時15分～

場所…子育て支援センター2階

持ち物…お茶

内容…新聞紙で遊ぼう!!

### 子育てサークルを作ってみませんか・・・

\*保健師や家庭児童相談員の先生による  
相談日も設けています。

子育てで気になっていることやなんとなく  
誰かに聞いてほしい・・・そんなことはあり  
ませんか。  
子育て支援センターでは、電話や面談相談  
を行っています。  
相談日…月～金曜日 午前9時～午後  
4時

問 子育て支援センター（☎8499205）

宇陀市で子育て中の  
ママ・パパ・ご家族を  
応援するページ

# みんなで 子育て

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

### ★支援センター開放（申込不要）

子育て中の家族が、自由に遊んだり、情報交換をしたりできるように施設を開放しています。

### ★お話の日

日時…毎週火曜日 午前11時～11時30分

\*外国人講師のABCの日もあります。

日時…月～金曜日（土・日、祝日は除く）  
午前9時～午後4時

対象…市内在住および里帰りの未就園児  
とその保護者

親子でゆったりと遊び、みんなでおしゃべりをしてリフレッシュしませんか。  
ランチルームを使用し、お弁当やおやつを持つてきて食べる事もできますよ。  
また、お話やリズムの日があり、楽しい時間を企画していますので、ぜひ遊びに来てください。

お母さんだけでなく、おじいちゃん、おばあちゃん、お父さんの来館も大歓迎です。

お母さんだけでなく、おじいちゃん、おばあちゃん、お父さんの来館も大歓迎です。

### ★つどいのひろば（出前保育）

日時…毎週木曜日 午前11時～11時30分

各地域の保育園（所）の支援室や公共施設などで、遊びや交流の場を提供します。

子育ての情報交換や親子のふれあいを楽しめましょう。

今年度から新たに「榛原総合センター」も加わりましたので、ふるつてご参加ください。申込は不要です。

対象…市内在住および里帰りの未就園児  
とその保護者

開催日時…毎週水曜日の午前10時～11時  
30分

対象…市内在住および里帰りの未就園児  
とその保護者

開催日時…毎週水曜日の午前10時～11時  
30分

★なかよしひろば

親子ふれあい事業として、毎月いろいろな活動を計画しています。

対象…市内在住の就学前児童（小学校入学までの児童）とその保護者

開催日時…毎月末の月曜日の午後2時15分から1時間程度

パパ・ママ応援

# すくすくカレンダー4月

april

♪♪みんなで楽しく子育てしませんか♪♪ 問 子育て支援センター ☎84・9925

月	火	水	木	金
	1 新年度準備のため開放中止	2 すこやかルーム開放開始	3 <small>親子教室受付開始</small>	4 <small>※保健師・家庭児童相談員</small>
7 	8 	9 ★つどいのひろば (榛原フレンドパーク)	10 	11 <small>親子教室受付終了</small>
14	15 	16 ★つどいのひろば (ぬく森の郷)	17 	18 
21 ★なかよしひろば	22 	23 ★つどいのひろば (榛原総合センター)	24 	25
28 	29 昭和の日	30 ★つどいのひろば (室生こども園)	=お話の日 =リズムの日 ※ =相談日	

## 保健センターからのお知らせ

問 室生福祉保健交流センター ☎92・5220/IP ☎88・9175

予防接種

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
全地域	予防接種説明会	8(火)	平成26年2月生まれの児の保護者	室生福祉保健交流センター	午前10時開始

乳幼児健診  
子ども

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
大宇陀・菟田野	4～5か月児健康診査	25(金)	平成25年11月～12月生まれの児	大宇陀保健センター	午後1時～1時50分
	10～11か月児健康診査		平成25年5月～6月生まれの児		
榛原・室生	4～5か月児健康診査	23(水)	平成25年11月～12月生まれの児		
	10～11か月児健康診査	30(水)	平成25年5月～6月生まれの児		
	1歳6か月児健康診査	22(火)	平成24年8月～10月生まれの児		
	3歳児健康診査	18(金)	平成22年9月～10月生まれの児		

# うえんします うだぢかぶ

「うだぢかぶ」とは、宇陀に従来からある  
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。



## 1 音楽の力による

### 健康づくり

（NPO法人音楽の森）

NPO法人「音楽の森」は、音楽を柱とした学び・創造・福祉・芸術・健康づくりや地域の活性化、文化の向上をめざし活動しています。指定管理している「音楽の森ふれあい館」では、「音楽と食」をテーマに自然に包まれたホールの中で、音楽とともに地域の食材を使用した手作りの「おもてなし」を提供しています。

- ◆**屋下がりのコンサート**◆  
(毎週水・木・土・日 午後1時半～)  
童謡からジャズ、クラシックなど多彩なジャンルを生演奏。4月から新メニューとして「うたごえ喫茶」や市内のさまざまな施設で出張コンサートを行います。
- ◆**むろうコーラス**◆  
(毎月第1・3木曜日 午後1時～)  
またアマチュアの音楽発表の場として「音楽の森であなたもコンサート」へ出演していただくな企画も進めています。

（問 音楽の森（☎97・2215）

### 主な活動

南田英二）の設立総会がそれぞれ開催。今後、各地域において連携・協力による活力ある地域づくりが期待されます。

榛原地区まちづくり協議会設立総会では、「子どもは街の宝」と題し、宇陀市石増教育長による記念講演があり、「学校づくりに地域で取り組んでいただきたい」と、まちづくり活動へ期待の声を寄せました。



研修会の様子(三重県伊賀市)

No.22

3つのまちづくり協議会  
が設立（多田・三本松・  
榛原）

先進地で研修会を実施  
(大宇陀政始)

2月16日、多田地区公民館において『多田地区まちづくり協議会（会長・中岡富美一）』が、また22日には、三本松集会所にて『三本松まちづくり協議会（会長・勝田進）』と榛原総合センターにて『榛原地区まちづくり協議会（会長・南田英二）』の設立総会がそれぞれ開催。今後、各地域において連携・協力による活力ある地域づくりが期待されます。

今後は、今回の研修を参考に、政始地区の特色を生かした平成26年度の事業計画が策定されるそうです。

2月27日、三重県伊賀市花垣地区住民自治協議会を訪れ、研修を行いました。研修会では、花垣地区の概要をはじめ住民自治協議会の設立経緯や組織、予算規模、行事や事業などについて活発な意見が交わされました。

新たな糸 まちづくり協議会 みんなの手でまちづくり

## 2 強い地域力を築きあげるために

# 築きあげるために ～東榛原まちづくり協議会～

東榛原地区は、古くからの歴史を  
もつ集落に、昭和40年代から60年代  
にかけて開発された住宅地が加わ  
り、子どもたちの賑やかな声がそこ  
かしこに溢れる一時代もありまし  
たが、少子高齢化の波はこの地域に  
おいても例外ではなく、高齢化率は  
31・8%に上ります。

東榛原地区は、古くからの歴史を  
もつ集落に、昭和40年代から60年代  
にかけて開発された住宅地が加わ  
り、子どもたちの賑やかな声がそこ  
かしこに溢れる一時代もありまし  
たが、少子高齢化の波はこの地域に  
おいても例外ではなく、高齢化率は  
31・8%に上ります。



を設けるとともに、住民ニーズの把握に努めました。

しかし、まちづくり協議会に求められる「自分たちのまちを自分たちでつくる」という役割を担うには組織基盤はまだ脆弱で、行政からの支援は不可欠です。

発足2年目を迎える平成26年度からは、市総合計画に沿って行政との『協働』とのスタンスに立ち「いま何が必要か」の『提案型事業展開』を志向したいと考えております。

この自然豊かな丘陵地に平成25年4月、東榛原まちづくり協議会は産声をあげました。構成約2,800世帯、約7,200人規模。地域の17自治会を機軸に、体協、老人会など諸団体が参加してのスタートでした。

このような環境下で、当協議会は先ず周知活動に主眼を置き、地域活動の原動力となる「人と人のつながり」を、より太いものとするための活動に取り組んできました。地域全体でのスポーツ大会、防災訓練、夏祭り、環境美化活動(クリーンウォー

宇陀市の北東部、大和富士と呼ばれる額井岳の麓に広がる一帯――

この自然豊かな丘陵地に平成25年4月、東榛原まちづくり協議会は产生をあげました。

構成約2,800世帯、約7,200人規模。地域の17自治会を機軸に、体協、老人会など諸団体が参加してのスタートでした。

このようないい環境下で、当協議会は先ず周知活動に主眼を置き、地域活動の原動力となる「人と人のつながり」を、より太いものとするための活動に取り組んできました。地域全体でのスポーツ大会、防災訓練、夏祭り、環境美化活動(クリーンウォー-

たが、少子高齢化の波はこの地域においても例外ではなく、高齢化率は31・8%に上ります。

# 「薬草のまちづくり」をめざして

**薬草逍遙（やくそうしようよう）**  
毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けする  
コラムです。

『日本書紀』推古十九年(六一)五月条に「夏五月の五日に、菟田野うだのに薦猶くすりがりす。」あかつきと鶴明時あかつきを取りて、藤原池ほりの上に集ふ。会明時あけぼのを以て乃ち往く。(以下略)」という記載があります。これは、史料で確認できるわが国最初の薦猶の記録でもあり、宇陀を舞台としてわが国の薦猶が開始され、宇陀の地が王権の獵場であったことを示しています。

また、製薬企業(ロート製薬(株)、(株)ツム

創造事業として「薬草を活用したまちづくりの調査研究」を行っています。



## 大和当帰(やまととうき) 試験栽培による収穫

問 企画課 ☎82・1362 / IP☎88・9074

良好な森林環境を守るために

## 間伐講習会（3月1日）

間伐は、森林の持つさまざまな機能を保全・発揮するために大切な作業です。今回は50名の参加があり、市森林組合指導のもと実際に山林でチェーンソーを用い、木の伐倒など技術的な指導を受けました。



体力なくして消防団活動なし

## 市消防団榛原分団で体力テスト

（3月2日）

日頃の運動不足の解消と消防活動中の事故やケガの回避を目的に団員の体力テストが行われました。約100名が参加し、市スポーツ推進委員協力のもと持久力や柔軟性などをチェック。終了後は年齢別優秀者の表彰もあり、元気と熱気に包まれた訓練となりました。



入隊への決意を新たに

## 平成25年度自衛隊入隊予定者激励会（2月19日）

宇陀市役所において自衛隊入隊予定者激励会が開催されました。

竹内市長、自衛官募集相談員、自衛隊奈良地方協力本部本部長から自衛隊に入隊予定の植田さん、高奥さん、河井さんに激励の言葉が贈られました。

また、3名の方は力強く抱負を語られ、入隊への決意を新たにされました。



植田 侑太さん



高奥 真悟さん



河井 祥子さん



練習成果を発揮

## 菟田野中（吹奏楽部）

関西アンサンブルコンテストに出場（2月11日）

菟田野中学校吹奏楽部は、「木管八重奏」で奈良県代表に選出され、「第40回関西アンサンブルコンテスト」（尼崎市）に出席、銅賞を受賞しました。コンテストでは、歌劇「ソロチンスクの定期市（M. ムソルグスキー作曲）」を木管楽器で演奏されました。惜しくも全国大会出場はなりませんでしたが、日頃の猛練習の成果を存分に発揮されました。

今後も地域のイベントやさまざまな大会に出演しますので、応援よろしくお願いします。

【出場者（敬称略）】（フルート）稻垣葵咲、（クラリネット）坂部詩織、加納真紀、門脇みなき、（バスクラリネット）小住萌華、（アルトサックス）杉本光、（テナーサックス）佐々木和奏、（パリトンサックス）八石理絵



「ふるさと」を応援

## ふるさと寄附をいただきました

大宇陀小附出身の画家故松本元次郎氏の妻松本きよさん（大阪府豊中市）が平成25年4月に亡くなられ、故松本元次郎氏の遺言に従い、相続代理人の弁護士を通じて1,920万円のふるさと寄附をいただきました。

いただいた寄附金は、ふるさと基金に積み立て、宇陀市のふるさと振興に活用させていただきます。

なお、これまでにふるさと寄附をいただいた皆さまの多大な支援に対し、厚くお礼申し上げます。

**図書館の職員さんに  
聞いてみよう!**

**本 のはなし**

**話題の  
新刊本!**

**『1年中使える通園  
通学BOOK』**  
出版:日本ヴォーグ社

レッスンバッグ、シューズケース、お弁当セット、楽器ケース、リュックサック…。通園通学に使う定番グッズや生活小物75点の作り方を、プロセス写真とイラストでわかりやすく解説。

**今月の  
オススメ!**

**『あー・あー』**  
出版:童心社  
三浦 太郎さく・え

牛は「もー・もー」、あひるは「がー・がー」、雨は「ざー・ざー」、消防車は「うー・うー」。あかちゃんが発する言葉を集めた、思わず笑顔になる絵本。

**図書館からの  
まめ知識 Vol. 1**

先日テレビ番組で特集されていた“絵本の読み聞かせの意外な効能”についてご紹介します。最近、自分の物忘れにふと（早認知症？）と思う事が増えてきました。そんな時目にしたこの朗報!「絵本の読み聞かせが認知症予防に有効」というのです。  
絵本を子どもたちに読むだけで？！  
昔話を声に出して語ったり、絵本を読んだりという“発声”が脳機能を活性化させるそうです。また自分以外の誰かに読むことで交流が生まれます。それが楽しみになり、生きがいとなるのも大きな魅力。図書館の絵本を使って手軽に“脳細胞の活性化”始めてみませんか？

**4月の休館日 1・8・15・22・29・30日**  
中央図書館 ☎ 82・4749 / IP☎ 88・9110  
大字陀図書館 ☎ 83・0977(代)

**おはなし会や映画会などのお知らせはP22**

皆さんの思いを実現

## 「コミュニティビジネス＆ソーシャルビジネス講座」開催

(2月23日、3月9日)

榛原総合センターで特定非営利活動法人奈良NPOセンター理事長の村上良雄さんを講師に迎え、コミュニティビジネス（C B）&ソーシャルビジネス（S B）講座を開催、延べ40人が参加しました。

1回目は「地域社会を変えるソーシャルビジネス」という演題で講演、2回目はワークショップ形式で、参加者が自分たちの思いをビジネスとして実施するための検討を行いました。

村上さんは、「C BやS Bに取り組むには、強い信念を持ち、どれだけ多くの方の協力が得られるかが大切です。皆さんの思いをC BやS Bというかたちで実現させてください」と話されました。



宇陀でも「富士山の日」！

## 大和富士登山大会 (2月23日)

額井岳（別名：大和富士／榛原額井816m）において登山大会が開催されました。今年は約300名が参加。地元から温かいふるまいを受けた後、十八神社—額井岳—戒場山を巡る約9kmのコースで、元気よく冬山登山を楽しめました。



本400冊

## 教育振興に寄贈 (2月3日)

久保順平さん（大字陀在住）より「母校の子どもたちの情操教育にお役立てください」と、書籍「心に響く小さな5つの物語」（著者 藤尾秀昭）400冊を寄贈いただきました。久保さんの母校である大字陀小学校及び大字陀中学校の児童・生徒と、市内の幼稚園・保育所、小・中学校、図書館の各施設に配布させていただきました。今後、大切に活用させていただきます。



# 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

してください。  
【提出期限】4月30日(水)

**[対象団体]**

- 市民で組織し、営業を目的とする団体
- 1年に2回以上の回収活動を行う団体

の汚れを防ぎます。くみ取り便所から水洗便所に改修する場合や単独浄化槽を廃止する場合は、合併処理浄化槽を設置することが義務づけられています。

(内訳：予防注射代 2,650円、  
予防注射済票交付手数料 550円)

**[登録できる飼い犬]**

- 生後90日を経過した犬
- ※飼い犬の登録は、平成7年度から生涯一回登録です。平成7年度以後に登録していない犬は、必ず登録してください。
- 飼い犬が死亡したり、所有者の変更、転出した場合は、必ず届け出してください。

## くらし・環境

Life & Environment

### 環境を守るために補助 助成します

#### 団体資源回収活動

資源の循環を図り、「ごみの減量化

を推進するため、新聞やダンボールなどの資源を回収する団体には活動

助成します。登録団体が新聞や雑誌

ダンボール・古着・ボロなどを回収

し、次の登録業者に持ち込むと、1kgにつき3円以内の助成金を交付します。

この助成を受けるには事前の登録が必要です。なお、前年度で登録されている団体も再度、申請書を提出

所、風呂、洗濯などの排水)と、屎を合わせて処理し、河川などの水

#### 合併処理浄化槽の設置

- 過去5年以内に当補助金の交付を受けていない方。
- 近隣の住民、住宅等に迷惑をかけない等の設置場所を確保していること。
- 処理機等によって作られたたい肥の活用を自ら適正に行えること。
- 処理機の維持管理を自ら行えること。

**[料金]**  
○登録手数料 3,000円  
○予防注射代金 3,200円

- 消費税を除いた購入金額の2分の1。ただし次に掲げる金額が限度額です。
- 生ごみ処理機には、たくさんの種類があります。市ホームページなど

- 狂犬病は人間にも動物にも感染し、感染後は、ほぼ100%の割合で死に至る感染病です。狂犬病を防ぐには現代医学でも予防注射しか方法がないません。
- 飼い主の方は、社会や飼い犬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。予防注射の効果期間は概ね1年のため、毎年予防注射を受けてください。

### 飼い犬登録と狂犬病予防 注射をしてください

#### 補助金額

生ごみコンポスト容器	1世帯につき2個以内 補助金限度額1個につき3,000円
EMポカリ容器	1世帯につき2個以内 補助金限度額1個につき2,000円
生ごみ処理機 [電動式又は手動式]	1世帯に1台を限度とする。 補助金限度額30,000円

問 環境対策課(☎82・2202/IP☎88・9078)

#### 〈飼い犬登録と狂犬病予防注射の登録場所〉

#### □登録場所一覧(大宇陀地域)

月日(曜日)	時間	実施場所
4/17(木)	10:00～10:30	ときわ老人憩の家
	10:40～11:10	奈良県農協育苗センター
	11:20～11:50	本郷老人憩の家
	13:20～13:40	岩清水地区多目的研修センター
	13:50～14:20	後出集会所
	14:30～15:00	旧田原小学校前
4/18(金)	10:00～10:40	旧奈良県農協宇陀大正支店
	10:50～11:10	宇陀市大宇陀人権交流センター
	11:20～11:50	大宇陀商工会前
	13:10～13:40	宇陀市大宇陀地域事務所

## &lt;飼い犬登録と狂犬病予防注射の登録場所&gt; (大宇陀地域は前ページにあります)

## □登録場所一覧(室生地域)

月日(曜日)	時 間	実 施 場 所
4/14(月)	10:00～10:10	弁財天公民館前
	10:20～10:30	黒岩(河原 和子様宅前)
	10:35～10:45	上田口(旧奈良交通宿泊所前)
	10:50～11:00	田口診療所前
	11:10～11:20	胎中集会所前
	11:30～11:45	下田口会館前
	13:10～13:30	室生生活改善センター
	13:50～14:05	大野西垣内集会所
	14:10～14:30	大野中山台公園前
	14:40～15:10	宇陀市室生地域事務所
4/15(火)	10:00～10:15	向瀬奥山(唐澤様宅前)
	10:25～10:35	染田公民館
	10:45～10:55	多田バス停前
	11:05～11:25	室生人権交流センター
	13:10～13:20	深野会議所前
	13:35～13:45	下笠間会議所前
	13:55～14:05	奈良県農協宇陀東里経済店舗
	14:15～14:30	小原公民館
4/16(水)	10:00～10:30	向瀬消防機庫前
	10:45～10:55	古大野公民館前
	11:05～11:25	琴引消防機庫前
	11:35～11:55	道の駅室生路第2駐車場
	13:00～13:10	砥取消消防機庫前
	13:20～13:30	滝谷公民館前
	13:40～13:50	龍口公民館前
	14:00～14:10	西谷生活改善センター
	14:20～14:30	蕨集会所

## □登録場所一覧(菟田野地域)

月日(曜日)	時 間	実 施 場 所
4/21(月)	9:30～9:50	佐倉創作館
	9:55～10:25	旧宇賀志小学校前
	10:35～10:55	上芳野消防会館
	11:05～11:15	芳野地区公民館
	11:20～11:30	東郷地区集会所
	13:20～13:50	岩崎消防会館
	14:00～14:10	平井青年会館
	14:20～14:40	菟田野北部地区研修指導施設
	14:50～15:05	松井消防会館
	15:15～15:45	宇陀市宇太地区公民館(西部公民館)

## □登録場所一覧(榛原地域)

月日(曜日)	時 間	実 施 場 所
4/22(火)	9:30～11:30	大和富士ホール
	13:30～15:00	天満台東交流センター
4/23(水)	9:30～9:50	内牧公民館
	10:00～10:30	たかぎふるさと館
	10:35～10:45	旧奈良県農協内牧支店
	10:55～11:20	榛原ゲートボール場駐車場
	13:30～14:00	榛原総合センター前
	14:15～14:35	福地公民館
	14:45～15:15	山辺三公民館
	9:00～10:00	あかね台コミュニティセンター
	10:15～11:45	ひのき坂古墳公園
	13:00～14:00	農林会館駐車場
4/24(木)	14:15～15:00	大貝研修所前
	15:15～16:00	伊那佐文化センター
	9:30～9:50	西榛原公民館
	10:00～10:30	篠楽白山神社
	10:40～10:50	柳ガード下
4/25(金)	11:00～11:30	旧榛原町役場前駐車場(萩原)

国民健康保険へ加入の  
みなさまへ

4月から新しく社会人になられた方、宇陀市へ転入された方や宇陀市から転出されるなど、4月は異動の多い時期です。世帯内に異動があったときは、必ず14日以内に国保担当窓口に届けてください。

## 問 環境対策課 (☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

**病院・薬局等へ行く前に**  
病院や薬局など医療機関を受診される際には、次のこと気につたください。  
● 診療料を支払った後、診療券を返却してください。国保資格がないのに、そのまま医療機関等で受診された場合、後日、一部負担金を除いた金額を返金していただきます。

**国保をやめるとき**  
(職場では国保の脱退手続きをしませんので、注意ください)  
○ほかの市町村へ転出するとき  
○職場の健康保険に加入したとき  
○生活保護を受け始めたとき  
★喪失の届出と同時に保険証を返却してください。国保資格がないのに、そのまま医療機関等で受診された場合、後日、一部負担金を除いた金額を返金していただきます。

**国保に加入するとき**  
○ほかの市町村から転入したとき  
○職場の健康保険をやめたとき  
○子どもが生まれたとき  
○生活保護を受けなくなつたとき  
●加入の届け出が遅れると、加入資格を得た時点までさかのぼって保険税を納めていただくことになります。

**かかりつけ医を持ちましょう**  
同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。そのため初診料がかかり、医療費の無駄が発生します。また、何度も検査や投薬などをを行うので体にも負担がかかります。

**重複受診はやめましょう**  
同じ病気で重複受診する場合もあります。

**よくすり手帳をつくりましょう**  
ジエネリック医薬品を活用します  
ジエネリック医薬品を希望する場合は、ジエネリック医薬品希望カード等を医療機関や薬局に提示すると便利です。

けましょう。  
一人ひとりの協力や心がけで、医療費の削減や医療機関での窓口負担の削減につながります。

## 国民健康保険制度が改正されます

### 70歳～74歳の自己負担割合の変更について

昭和19年4月1日以前生まれの人

1割のままで

昭和19年4月2日以降生まれの人

70歳から2割です

現役並みの所得がある人

3割です

現役並みの所得がある人とは、同一世帯に課税所得145万円以上の70歳から74歳までの国保被保険者がいる世帯。  
(ただし、世帯の70歳以上の被保険者全員の収入の合計額が520万円未満(1人の場合は383万円)の場合は除く。)

### 低所得者の保険税負担の軽減について

#### ① 5割軽減の拡大

- ・2人世帯以上が軽減の対象でしたが、単身世帯も対象となりました。
- ・軽減対象となる基準額が引き上げされました。

現行

基準額 33万円 + 24.5万円 × (被保険者数 - 1) 以下  
夫婦2人、子1人で夫の給与収入のみで約147万円以下

改正後

基準額 33万円 + 24.5万円 × 被保険者数 以下  
夫婦2人、子1人で夫の給与収入のみで約178万円以下

#### ② 2割軽減の拡大

- ・軽減対象となる基準額が引き上げされました。

現行

基準額 33万円 + 35万円 × 被保険者数 以下  
夫婦2人、子1人で夫の給与収入のみで約223万円以下

改正後

基準額 33万円 + 45万円 × 被保険者数 以下  
夫婦2人、子1人で夫の給与収入のみで約266万円以下

問 保険年金課 (☎ 82-3672 / IP ☎ 88-9086)

## 中学生までの入院医療費を助成します

### 対象医療費

福祉医療制度として次の方が入院され

た場合の自己負担分を助成しています。

病院の窓口で医療費が無料になる訳

ではありませんのでご注意ください。

なお、ひとり親家庭等医療費助成制

度、心身障害者医療費助成制度を受け

ておられる場合でも同様となります。

宇陀市に住所を有する小学1年生か

ら中学校（若しくは中等教育学校の

前期課程又は特別支援学校の中等

部）卒業までの方

## 上下水道料金のコンビニ納付ができます

平成26年4月以降発送する納入通

知書(以下、納付書)から市税・保険料

などと同様にコンビニエンスストア

での納付(以下「コンビニ納付」)ができ

るようになります。納付書裏面に記

載してあるコンビニの営業時間内では

れば全国どこでも納付が可能です。

また、これまで利用されていた金

融機関や市役所、菟田野・大宇陀・室

生地域事務所の窓口や口座振替でも、

引き続き納付することができます。

70歳から74歳までの人がお医者さんにかかるときに支払う自己負担割合は原則2割ですが、負担を軽減するために1割に凍結されました。しかし、世代間の公平を図る観点から、平成26年度より段階的に2割に戻されます。平成26年度から新たに70歳になる人から段階的に2割負担に戻し、平成31年度には70歳から74歳までの人全体が2割負担に戻るよ

**平成26年度固定資産税総覧制度について**

固定資産税納税者の方は、土地家屋総覧帳簿を期間中無料で総覧できます。

【閲覧期間】4月1日～7月31日  
【閲覧場所】水道局 森原松牧 146番地の2  
【問】水道局  
（☎ 82・2185／IP ☎ 88・9067）

**平成26年度水質検査計画を公表します**

【閲覧期間】4月1日～7月31日  
【閲覧場所】水道局 森原松牧 146番地の2  
【問】水道局総務課  
（☎ 82・2185／IP ☎ 88・9104）

**身体に障がいのある方などに対する軽自動車税の減免制度があります**

一定の条件を満たす障がいのある方は、軽自動車税の減免を受けることができます。なお、申請は、必ず軽自動車税の納付の前に行なってください。  
保険料は、納付期限（翌月末日）までに納めましょう。

【期限】4月23日（水）まで

【申請先】税務課または大字陀・菟田野・室生地域事務所

問い合わせ・手続きは、お近くの年金事務所、市役所保険年金課、大字陀・菟田野・室生地域事務所まで

**【納付可能なコンビニエンスストア】**

- セブン-イレブン
- ファミリーマート
- ローソン
- サークルK
- サンクス
- ミニストップ
- デイリーヤマザキ
- ユーパヤマザキ
- デイリーストア
- ヤマザキデ
- シャルパートナーショップ
- ヤマザキデ
- エブリワン
- MMK設置店
- くらしハウス
- ココストア
- （北海道）
- ユーティ・ストア
- スパー
- スリーエイト
- スリーエフ
- （北海道）
- 彩家
- セイコーマート
- セーブオン
- ダイエー
- ハセガワストア
- ポプラ

**【期間】**  
4月1日（火）～6月2日（月）の開庁時間中

**【場所】** 税務課

**【対象者】** 納税者、納税者と同居親族の方、納税管理人（固定資産税が課税されない人は対象外）納税者からの委任状持参の方。

なお、同期間中は無料で固定資産課税台帳閲覧、借地・借家人の対象物件のみの閲覧を各地域事務所でも行っています。

○な、4月から水道メーター検針票の様式が変わります。

**【申請に必要な書類】**

○身体障がい者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳または精神障がい者保健福祉手帳

印かん、本人であることが確認できるもの（第三者は、委任状が必要）、運転者の運転免許証、車検証、印かん（スタンプ印不可）

○身体障がいの種類・等級などにより減免の範囲が異なります。詳しくは税務課までお問い合わせください。

**【申請に必要な書類】**

○障害年金の額改定請求について

この制度により平成25年度の保険料納付を猶予されている方で、今年度も引き続き在学予定の方にはハガキ形式の学生納付特例申請書が送付されます。同一の学校に在学されている方は、このハガキを返送していただくことで今年度の申請ができます。この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。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ができます。

お願いいたします。

**【期間】**  
4月1日（火）～6月2日（月）の開庁時間中

**【場所】** 税務課

**【対象者】** 普通自動車を含め、1人1台限りで、なお、年齢18歳未満の身体障がい者、または知的障がい、精神障がいのある方と生計を一にする方は運転者所有でも可

**【申請に必要な書類】**

○障がい者本人が所有する自家用軽自動車

**【期間】**  
4月1日（火）～6月2日（月）の開庁時間中

**【場所】** 税務課

○障がい者本人が所有する自家用軽自動車

（☎ 82・3672／IP ☎ 88・9086）

**【期間】**  
4月1日から、大字陀小学校及び菟田野小学校の敷地内に学童保育室を開設します。

**【場所】** 大字陀児童館および菟田野児童館は4月から休館させていただきますので、ご理解いただけますようお願いいたします。

（☎ 82・0572／IP ☎ 88・9115）

（☎ 84・2031／IP ☎ 88・9179）

**大字陀児童館、菟田野児童館を休館**



固定資産税納税者の方は、土地家屋総覧帳簿を期間中無料で総覧できます。

平成26年度 宇陀市  
人権交流センター  
主催「人権文化講座」  
受講生募集

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めざした講座を開催しています。各人権交流センターで開催する「人権文化講座」の受講生を、広く市民の皆さんを対象に募集します。多数のお申し込みをお待ちしております。

【受付期間】

4月7日(月)～18日(金)  
(定員になり次第締切)

- 募集人数が半数に満たない場合は、開講しない場合がありますので、ご了承ください。
- 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。

**【対象者】**市民(継続して受講できる方)

※申込方法など詳細については、各人権交流センターにお問い合わせください。

◆大宇陀人権交流センター  
【大宇陀小附1002】

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	26	月2回木曜日 午後1時～	20
あさあけ料理教室	成人病予防や、健康管理に役立つ料理教室	12	毎月末の木曜日 午前9時～	15
大宇陀ひまわり学級 (識字学級)	基礎学習(ひらがな・カタカナ・漢字)・絵手紙・ちぎり絵	22	月2回水曜日 午後1時～	15

(申込先: ☎・FAX:83・0572/IP ☎:88・9115)

◆室生人権交流センター  
【室生無山727-2】

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
生け花教室	生け方の基礎を学ぶ	18	第1・3水曜日 午後7時30分～	15
室生ひまわり学級 (識字学級) 無山老人憩いの家	基礎学習(ひらがな・カタカナ・漢字)・絵手紙・ちぎり絵・習字	24	第1・3木曜日 午後7時～	15
室生たんぽぽ学級 (識字学級) 蕨集会所	基礎学習(ひらがな・カタカナ・漢字)・絵手紙・ちぎり絵	24	第1・3木曜日 午前9時～	15

(申込先: ☎0743・82・0697/IP ☎0743・89・0030/FAX 0743・82・0876)

◆菟田野人権交流センター  
【菟田野古市場1401-1】

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
パンづくり教室 「パン俱楽部第1班」	愛情いっぱいふっくら香ばしい手作りパンを食卓に	8	第2木曜日 午後1:00～	15
パンづくり教室 「パン俱楽部第2班」	愛情いっぱいふっくら香ばしい手作りパンを食卓に	8	第3木曜日 午後1:00～	15
フラダンス教室	フラダンスをしながら健康づくり・ダイエット	16	第2・4火曜日 午後1:30～	15
太極拳教室	ゆるやかな動きで心も身体もリフレッシュ	8	第1火曜日 午後1:30～	15
健康教室「運動療法」	自分の身体の弱点を知り、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 午後1:30～	15

(申込先: ☎84・2031/IP ☎88・9179/FAX:84・3843)

問 農林課  
(☎82・3679/IP ☎88・9090)  
事前の申請が必要です。  
住宅に限らず店舗や事務所にも助成します。予算額に達した時点で受け付けを終了します。

「宇陀市産木材利用促進事業」として新築やリフォームの時、市内で生産された木材を一定量利用すると10万円までのウツピー商品券を助成します。

年輪の美しさや木の香りを楽しむことのできる杉や檜は、傷つきやすく、フローリングなどには向きとされていますが、近年の技術改良により、傷つきにくい製品が開発されています。

無垢の木材は軽くて断熱性が高く温かいため、居心地のよい建物になります。

宇陀市産木材の利用を促進します

産業・まちづくり

Industry & City Planning

## 近鉄室生口大野駅改札外に 臨時案内所を設置

問 企画課  
(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

近畿日本鉄道の経営合理化に伴い、市の観光の玄関口である室生口大野駅駅員が無配置化されました。2月7日に臨時案内所を開設しました。

市では独自に係員を配置することで、駅利用者や来訪者の不安を解消し、介添え・案内などのおもてなしをおこないます。

観光や電車・バスの時刻案内の他、乗り継ぎの間などの待合場所としても活用いただいているのでお気軽に立ち寄りください。



## 「なかま会」のご案内

健 康・福 祉  
Health & Welfare

【日時】4月9日(水)  
午後1時30分～3時30分  
【場所】鳥見山公園現地集合  
(雨天時：榛原保健センター)  
【内容】鳥見山でお花見＆お茶会  
【持ち物】自分の飲み物、おやつ  
1袋(みんなで分けて食べられるもの)  
【対象】精神保健福祉手帳を持つて  
いる統合失調症の方

問 室生福祉保健交流センター  
(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)

【相談日時】  
4月3日(木)・16日(水) 午前  
9時～午後4時  
【場所】大宇陀保健センター

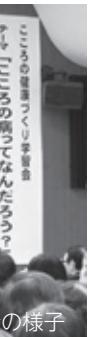
／＼サロン 参加者募集中！

「ぬく森サロン」は、室生地域の高齢者の方々が仲間とふれあいながら食事をしたり、手芸、工房、カラオケなど「ワイワイ」「ガヤガヤ」と楽しんで、さらに元気になつていただくための集まりで

【日時】  
4月9日(水)・10日(木)・11日(金)  
午前11時～午後3時30分  
(小雨決行)

問 室生福祉保健交流センター  
(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)

## 「こころの健康づくり 学習会」を開催



3月1日、榛原総合センターで、

奈良県自殺対策強化月間啓発事業、また健幸都市ウェルネスシティ宇陀市」推進の一環として学習会を開催し、約110人が参加しました。

講師に奈良県立医科大学附属病院精神科の橋本和典医師を迎え、

『こころの病ってなんだろう?』をテーマに、よくある「こころの病」についてわかりやすく、具体的な話を聞きました。参加者は、誰でも関わる可能性のある「こころの病」、早く気づき早く治療することの大切さを学ばれました。

市では、これからも「こころの健康づくり」について、正しく理解をしていただくための取り組みを進めていきます。

はじめて参加いただける方は、ぬく森の郷までご連絡ください。

※ボランティアとして「ぬく森サロン」を盛り上げていただける方も募集しています。

【申込先】  
ぬく森サロン(室生地域)  
室生福祉保健交流センター  
(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)

【申込先】  
ぬく森サロン(室生地域)  
室生福祉保健交流センター  
(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)

【申込先】  
ぬく森サロン(室生地域)  
室生福祉保健交流センター  
(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)

怒鳴つたり、大きな声を出したりしない子育て講座

「子育て」って大変！「ほめて育てたいのに！」ついで、「ダメ！ダメ！」「もう！何回言つたらわかるの！」と大きな声を出したり、怒鳴つてばかり。・・本當は優しい「パパ、ママ」なのに、そんな自己嫌悪を減らしませんか？

この講座では、CSCP（「モンセン・スペアレンティング」）という手法を使って、生活の中ですぐに使えるしつけのコツや、親自身の気持ちのマントロールの仕方を練習しながら学びます。ぜひ、「ご参加ください。」

【講師】家庭児童相談員

**【対象者】**子育て中の保護者の方で  
宇陀市在住の方。ただし、講座は  
全7回でできる限り受講してくださ  
い。

問 子ども支援課  
(☎ 82-2236 / ☎ 88-9080)

### ＜全7回の日程＞

	日 程	時 間	場 所
第1回	5月7日(水)		
第2回	5月21日(水)		
第3回	6月4日(水)		
第4回	6月19日(木)	午前10時～ 11時10分	榛原総合 センター
第5回	7月2日(水)		
第6回	7月16日(水)		
第7回	9月3日(水)		

**【参加資格】**宇陀市内に在住または市内に通勤・通学している人  
**【申込方法】**所定の参加申込書により申込むこと  
※メール・FAXによる申込可  
**【申込用紙設置場所】**

## 第7回宇陀市民スポーツ大会

**【開催期間】** 4月～平成27年3月  
**(下表参照)**

【競技種目】  
〔参考資料〕  
20 競技

**【参加資格】**宇都宮市内に在住または市内に通勤・通学している人

**【申込方法】**所定の参加申込書により申込むこと

※メール・FAXによる申込可

## 〔申込用紙設置場所〕

陀・菟田野・室生地域事務所、中央公  
民管務分館、町内体育施設

問 市体育協会事務局（教育委員会）  
兵飯各分館 市内体育旅館

生涯學習課內

Email:s.gakusyuu@city.udal.lg.jp  
(0)82-3070-1148・FAX 82-30700

## 図書館からのお知らせ

- (宇陀市立中央図書館)**

**おはなし会(約30分)**

**★すくすくひろば(0~3歳)**

4月9日・23日(水) ①10:00~②10:45~③11:30~

3回内容同じ

**★おはなしクラブ**

4月12日・26日(土)  
10:30~(3~5歳)、11:15~(6~12歳)

**★放課後子ども教室**

4月2日・9日・16日・23日(水) 15:30~

・映画会『パンダコパンダ』  
4月19日(土)、11:00~(約35分)

**(宇陀市立大宇陀図書館)**

**★おはなし会(約60分)**

4月19日(土) 10:30~場所:和室(2F)

**★映画会(約30分)**

4月12日(土) 10:30~『花咲か爺さん 他』  
場所:研修室(1F)

協議会名	対象 (市内在住・在勤・在学)	日程	会場
バレーボール	一般女子	4月13日(日)	大宇陀体育館
バドミントン	小学生男女	5月10日(土)	宇陀市総合体育館
	中学生以上男女	5月11日(日)	
グラウンド・ゴルフ	小学生以上男女	5月16日(金) 予備日5月19日(月)	宇陀市総合運動場
ボウリング	一般男女	5月17日(土)	榛原TTボウル
ソフトボール	一般男女	5月18日(日) 予備日5月25日(日)	宇陀市総合運動場
硬式テニス	中学生以上男女	5月18日(日)	大宇陀ふれあい交流ドーム
アーチェリー	一般男女	5月18日(日) 予備日5月24日(土)	桜井浅古アーチェリー場
卓球	一般男女	5月18日(日)	榛原体育センター
ゴルフ	一般男女	5月21日(水)・22日(木)	阿騎野ゴルフ俱楽部
少林寺拳法	小学生以上男女	5月25日(日)	宇陀市総合体育館
ゲートボール	高校生以上男女	6月7日(土)	室生運動場(雨天時:榛原ゲートボール場・室生やまなみドーム)
ソフトバレーボール	一般男女	6月8日(日)	大宇陀体育館
ソフトテニス	高校生以上男女	6月8日(日)	大宇陀ふれあい交流ドーム
サッカー(フットサル)	小学生以上男女	6月22日(日)	宇陀市総合体育館
バスケットボール	小学生以上男女	6月22日(日)か29日(日)	大宇陀体育館
合気道	幼児以上男女	9月15日(月・祝)	宇陀市総合体育館格技室
バウンドテニス	中学生以上男女	9月28日(日)	宇陀市総合体育館
剣道	小学生以上男女	12月14日(日)	榛原体育センター
綱引き	小学生以上男女	平成27年1月25日(日)	宇陀市総合体育館
ホッケー	高校生以上男女	平成27年3月7日(土)	室生農林トレーニングセンター



そだんのしゅるい	そだんできる日	時間は?	場所は?	くわしいことが聞きたい
人権・行政相談 [予約不要]	4月2日(水)	午前9時～正午	菟田野人権交流センター	◆人権相談については 人権推進課(☎82・2147/IP☎88・9077)
	4月9日(水)		室生振興センター	◆行政相談については 総務課(☎82・1302/IP☎88・9068)
	4月15日(火)		大宇陀地域事務所	
	4月16日(水)		宇陀市役所(212会議室)	
消費者相談窓口 [予約不要]	4月7日・14日 21日・28日 (各月曜日)	午後1時～4時	宇陀市役所(213会議室)	商工観光課 (☎82・2457/IP☎88・9081)
税務相談センター [要予約]	4月16日(水)	午後1時～4時 (1人約30分以内) ※受付は午後3時30分まで	宇陀市役所(213会議室)	税務課 (☎82・1306・IP☎88・9072)
こころの健康相談 [要予約]	4月15日(火)	午後1時30分 ～午後4時30分	宇陀市役所	介護福祉課 (☎82・3675/IP☎88・9088) 室生福祉保健交流センター (☎92・5220/IP☎88・9175)
DV相談 [要予約]	4月23日(水)	午後1時～4時 (1人50分・1日3人)	予約の際にお知らせします	人権推進課 (☎82・2147/IP☎88・9077)
心配ごと相談 [予約不要]	4月2日(水)	午前9時～正午	菟田野人権交流センター	大宇陀地域事務所 (☎83・2251/IP☎88・9195)
	4月9日(水)		室生振興センター	菟田野地域事務所 (☎84・2521/IP☎88・9188)
	4月15日(火)		大宇陀地域事務所	室生地域事務所 (☎92・2001/IP☎88・9182)
	4月28日(月)	午前9時～正午 午後0時30分～ 3時30分	棟原総合センター	厚生保護課 (☎82・2221/IP☎88・9079)
若者自立のための 無料相談 [要予約]	4月8日(火)	午後2時～5時 (※相談員の都合で中止 となる場合があります。)	宇陀市役所(213会議室)	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18日(金) 相談日の1週間前より 受付(1人30分)	午後1時～4時	宇陀市役所(211会議室) 他の相談場所も利用できますので、 奈良弁護士会にご確認ください	奈良弁護士会 (☎0742・22・2035)
巡回職業相談 [要予約]	4月9日(水)	午前9時～正午 午後1時～4時	宇陀市役所(213会議室)	厚生保護課 (☎82・2221/IP☎88・9079)
弁護士による 福祉専門相談 [要予約]	4月15日(火) 申込締切 4月8日(火)	午前10時～正午	社会福祉協議会	宇陀市社会福祉協議会 (☎84・4116)
精神科医による 専門相談 [要予約]	4月21日(月) 申込締切 4月14日(月)	午後2時～午後4時	社会福祉協議会	宇陀市社会福祉協議会 (☎84・4116)

「大宇陀温泉あきのゆ」から  
利用料金改定のお知らせ

4月1日から次のように料金改定を行います。

【入館料】  
大人 《改定前》700円 → 《改定後》800円  
小人 《改定前》350円 → 《改定後》400円  
【回数券】《改定前》7,000円(11枚利用) →  
《改定後》7,200円(10枚利用)  
【定期券】現行どおり(1ヶ月定期券9,000円、3ヶ月定期券22,950円)  
なお、この料金改定に伴い市民の方向けの割引料金は廃止となりますが、新しいポイント制度に移行して市民の方に還元します。  
詳しくは、大宇陀温泉あきのゆまでお問い合わせください。

問 大宇陀温泉あきのゆ(☎83・4126)

優良運転者(支部表彰・ベストドライバー)の  
表彰申請について

自動車運転者の交通道徳の高揚を図るために、秋に優良運転者の表彰を行います。希望する方は申請してください。

【申請期間】 5月1日(木)～5月31日(土)  
【受付時間】 午前9時～午後4時  
(正午～午後1時を除く)  
※土・日曜日、祝日は除く

【資格】 桜井警察(宇陀警察庁舎)管内に在住する運転免許保有者  
※詳しくはお問い合わせください。

問 (財)奈良県交通安全協会桜井支部協議会事務局  
☎82・0110/桜井警察署宇陀警察庁舎内

あなたの善意を赤十字に  
5月は赤十字運動月間

災害救助、献血事業、社会福祉、国際活動などに役立てるため、各自治会のご協力を得て社資募集をおこないます。  
平成25年度は、3,300,264円のご協力をいただきました。これからも、みなさんのご理解ご協力をお願いします。

(日本赤十字社 奈良県支部 宇陀市地区)

問 厚生保護課(☎82・2221/IP☎88・9079)

## ■ フラダンス1日講習

ゆったりとしたハワイアンミュージックにのり、心と体をほぐし、みんなで楽しく踊りましょう。軽装でお越しください。フラ用スカートはご用意します。

日時 4月11日（金）午前10時～正午  
場所 天満台東交流センター

参加費 500円  
講師 ピカケ レイラニ フラ ハーラウ  
主宰 大西静子先生  
問 大西方（☎82・6931、☎080・1495・1684）

## ■ 第8回東北支援チャリティー・コンサート

東日本大震災の遺児をケアする施設「仙台レインボーハウス」が3月1日完成。今後もチャリティー・コンサートを続けてまいります。

日時 4月20日（日）開場：午後2時30分  
開演 午後3時  
場所 大和富士ホール  
内容 大河ドラマ軍師官兵衛メインテーマ

他たくさんの曲を演奏

問 レインボー宇陀 石川方（☎090・6911・9818）

## ■ 第11回フラワーバンクご案内

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名様に桜んばの苗木プレゼント。

日時 4月19日（土）午前10時～午後3時  
場所 植平工業（株）内フラワーバンク事務局（大字宇陀大東203-1）

問 フラワーバンク事務局（☎83・3011）

## ■ NPO法人宇陀カエデの郷づくりから・春カエデ鑑賞会

世界のカエデ1,200種類3,000本の色とりどりの芽吹したきれいなカエデが楽しめます。期間中、色々なイベントを開催予定！！

日時 4月29日（火）～5月11日（日）  
午前10時～午後4時まで

場所 奈良カエデの郷「ひらら」カエデ園  
問 カエデの郷事務局（☎84・2888）

## ■ 「ブレイクダンス教室」 レッスン生募集

場所 奈良カエデの郷「ひらら」内

対象 小学校1～6年生

講師 吉村さん（世界中のイベントに参加、ブレイクダンスの審査員を務めてこれられたインストラクター・菟田野在住）  
定員 20名  
持ち物 動きやすい服装と上靴  
参加費 無料  
問 吉村方（☎080・8342・8240）

## ■ 室生寺で絵画展

～小林彬 絵画展(闇と光の十二神将)～  
室生寺境内で初めてとなる絵画展を開催。

室生寺住の画家・小林彬氏による金堂の十二神将を題材とした作品を展示します。

開催期間 4月1日（火）～18日（金）

場所 室生寺境内 慶雲殿

※展覧会は無料ですが、室生寺に入るためには入山料（中学生以上600円・小学生400円）が必要です。

問 室生寺（☎93・2003）

## ■ 要約筆記者養成講座 (パソコンコース)受講生募集

実施期間 6月7日～11月8日までの毎週

土曜日（全42回）  
午前10時～正午、午後1時～3時

実施場所

○奈良県心身障害者福祉センター（田原本町）

第1・2・3土曜日

○奈良県社会福祉総合センター（橿原市）  
第4土曜日

募集人員 20名（定員に関わらず選考します）

選考日時 5月17日（土）午後1時～

会場 奈良県社会福祉総合センター（6階）

※入力を確認しますので、パソコンを持参のこと。

応募条件 Windows（vista・7・8いずれか）のノートパソコンを持ち込める事、タッチタイプができ、1分間に100文字以上入力ができる事、修了・認定試験後、活動の意志があること

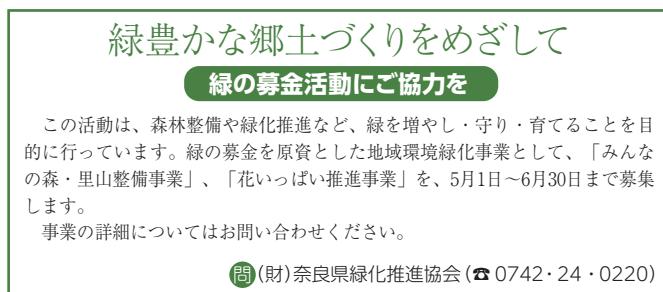
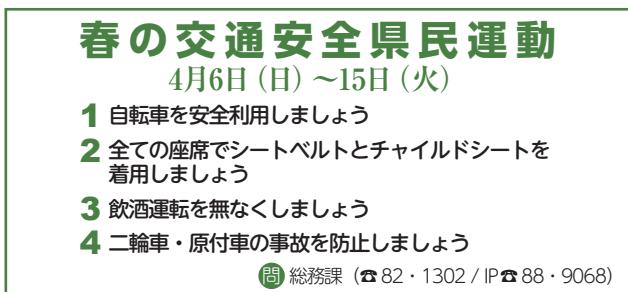
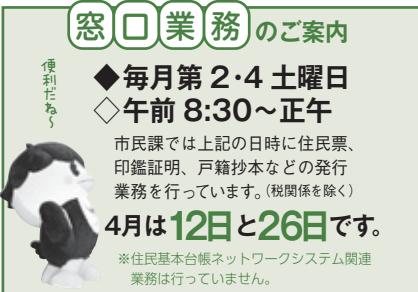
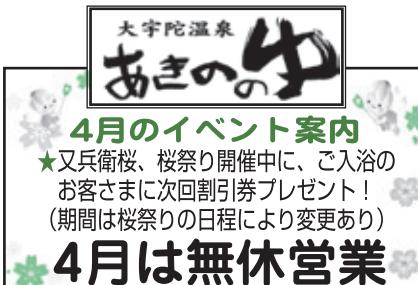
教材費 5,000円（全課程84時間分 テキスト代は別途要）

申込方法 4月1日（火）～5月10日（土）

【厳守】までに、所定の様式を下記ホームページよりダウンロードし、持参・郵送・またはFAXでお申し込みください。

問 奈良県聴覚障害者支援センター（☎0744・21・7880、FAX0744・21・7888）

<http://www.nds-center.nara.jp/>



# 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
- 紙面の都合で掲載できない場合があります
- 原稿は掲載月の前月5日までに秘書広報情報課まで

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

## 有料広告を募集します

広報うだ・市ホームページに有料広告を希望する企業などを募集しています。  
詳しくは、秘書広報情報課までお問い合わせください。

（☎82・3912/IP☎88・9083）

**表替  
新置** +1枚756円  
防虫防湿  
たたみシート  
枚数分  
プレゼント

サンプルを見て触って納得  
家具の移動もおまかせ下さい

吉岡たたみ商店 検索 日曜・祭日も営業致しております  
厚生労働大臣認定 一級畳製作技能士  
創業 80余年 吉岡たたみ商店 ☎0745-83-1763 大宇陀上茶2092

### ■「硬式テニス初心者講習会」 参加者募集

テニスを始めたい方、基礎練習したい方ご参加ください。小学生以上のジュニア参加歓迎！

日時 4月20日（日）午前9時30分～正午

場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

対象 テニス初心者・初級の方

参加費 無料

申し込み 事前に問へ

※初心者講習会のラケットは用意しますが、できるだけ各自ご持参ください。

問 野村方（☎82・7702）

### ■「市民交流大会」参加者募集

腕に覚えのある方、ご参加ください。

日時 4月20日（日）午後0時30分～5時  
(親睦交流試合)

場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

持ち物 硬式用テニスラケット・シューズ、飲み物等

参加費 無料

問 野村方（☎82・7702）

### ■「ソフトテニス部」部員募集

日時 毎週水曜日か木曜日 午前10時～正午

場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

参加費 200円 持ち物 ラケット

問 清家方（☎82・6057）

### ■「室生ダムサイトのごみをひろおう

おかげさまで15回目を迎えます。

日時 4月6日（日） 午前9時～正午  
場所 室生ダム管理事務所前（午前9時集合）

持ち物 車両

※ごみ袋は連絡会で用意します。

問 「I love宇陀川」連絡会  
森下方（☎92・2361）

### ■「第8回宇陀市民ゴルフ大会」 参加者募集

日時 5月22日（木）・23日（金）

場所 阿騎野ゴルフクラブ

対象 市内在住・在勤の方

申し込み 4月18日（金）までに、市役所1階ふるさとテラス・大宇陀・菟田野・室生地域事務所、市内各ゴルフ場、33ゴルフセンターに設置されている申込用紙に必要事項を記入のうえ申し込みください。

問 太田方（☎83・0095）

### ■大亀和尚民芸館「春季展」

期間 3月下旬～6月22日（日） 午前10時～午後4時[休館日毎週月曜日・祝日の場合は休館]

場所 大亀和尚民芸館（大宇陀迫間422-1）

入館料 無料

内容 ○大亀和尚愛用の硯や収蔵品の展示

○大和（奈良）の災害史、記紀万葉から現在までの災害の歴史が一目でわかる

問 大亀和尚民芸館（☎83・3867）

※不在時は、市文化会館（☎83・0977）

### ■同窓会総会開催（榛生昇陽高等学校・宇陀高等女学校・榛原高等学校・室生高等学校）

日時 5月18日（日）午前10時～（受付：午前9時30分）

場所 榛生昇陽高等学校

内容 ○総会 ○講演会（午前11時）

テーマ 「楽しく歌おう」 講師：三宅英子さん・大西美佐代さん（榛高27回卒）  
福祉施設慰問活動などで活躍！

○懇談会（正午）※軽食準備あり。

問 榛生昇陽高等学校 同窓会事務局（☎82・0525）

### ■「デッサン部」部員募集

鉛筆だけで絵を描くことは、意外な発見があります。初心者の方もぜひどうぞ。

日時 第1・3月曜日 午後1時～3時

場所 天満台東交流センター

参加費 2,000円（材料費）+200円（会場費）

講師 岡村ゆり

問 岡村方（☎82・3074）

新築・増改築・リフォーム工事・耐震工事承ります  
【木材利用補助金・リフォーム等の補助金活用できます】

## 小松原工務店

1級建築士 小松原 寛俊  
耐震診断士 お気軽にお電話ください  
見積無料です！！

宇陀市菟田野松井170-1

☎0745-84-2129/(自宅)4128

E-mail:komatubara4128@kcn.jp



大宇陀温泉あさののゆ（☎83-4126）

市民特典カード引換券（左下）をご利用いただくと、ポイントカードに確認印を押させて頂き、特典を受けることができます。  
※通常の無料入浴より回数が増えます。

営業時間：午前10時～午後9時

第2水・木曜日休館 [4・8月は無休]

[入館の諸注意]

- 入れ墨・泥酔されている方のご入浴はお断りします。
- 館内の事故・盗難に関しては一切責任を負いませんのでご了承ください。
- 高血圧・心臓病・動脈硬化・体調の悪い方は医師の指示を受けてください。

大宇陀温泉  
あさののゆ

有効期限：

平成26年4月末

市民特典カード引換券

創業64年  
五月人形は

まいばら

勝村人形

確かな品質、

豊富な品揃えと

松屋町価格！

五月人形を10万円以上  
お買い上げの方には  
「お子様が主人公の絵本」をプレゼント！！

姉妹店

大阪松屋町店

宇陀市榛原萩原1777

営業時間/10~17時 定休日/木曜日

☎0745-82-0035

## 『古事記』、『日本書紀』、『万葉集』と宇陀市

25

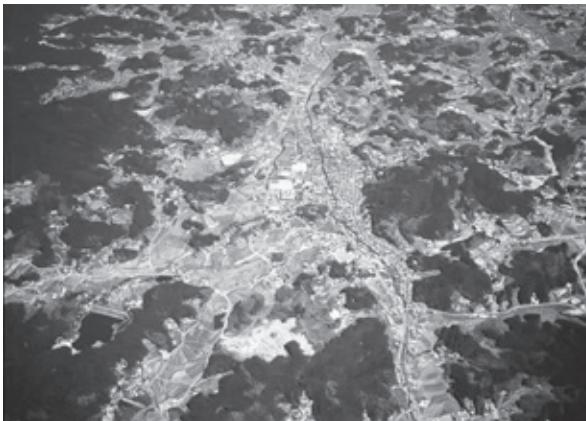
### 日本最初の薦猶

くすりがり

今回からは、33代天皇・推古天皇(在位五九二年～六一八年)の頃のお話です。推古天皇は、日本最初の女帝で、皇太子の聖徳太子とともに政治を行いました。推古一年(六〇三)には、朝廷に仕える人々を12の階級に分け、地位を表す冠を授ける「冠位十二階」を、翌年(六〇四)には十七条憲法を制定し、組織や法令の整備を進めました。

『日本書紀』推古十九年(六一一)五月条に「夏五月の五日に、菟田野(うだの)に薦猶す。あかつき鶏明時を取りて、藤原池(とうげいち)の上に集ふ。あけの時を以て乃ち往く。粟田細目臣(あわたのほそめのおひらべのひらぶのむらじ)を前の部領とす。額田部比羅夫連(ぬかたべのはいらぶのむらじ)を後の部領とす。是の日に、諸臣の服の色、皆冠の色に隨ふ。おおのう各髻花着せり。すなは則ち大徳・小徳は並に金を用ゐる。大仁・小仁は豹(なんかみ)の尾を用ゐる。大禮より以下は鳥の尾を用ゐる。」といった記載があります。

この記載は、史料で確認できる「わが国最初の薦猶」の記録です。ここにある地名、「菟田野」とは、宇陀野(宇陀の大野)のことであり、現在の宇陀市大宇陀迫間や大宇陀中庄周辺の「阿騎野」をはじめとした「大野」のことを探していいると考えられます。



宇陀野(宇陀の大野)

薦猶の参加者は、夜明け前に藤原池のほとり(現在の明日香村)に集合し、

夜が明けはじめると粟田細目臣を先頭に、額田部比羅夫連を最後尾にして宇陀へと出発です。参加者は、「冠位十二階」の制度にもとづき、服の色は冠の色と同じにし、冠には冠位に応じて金製品、豹尾、鳥の尾の飾りを付けました。このように鮮やかな装束で、宇

陀へと向かったのです。

では、宇陀で行われた「わが国最初の薦猶」とは、いったい、どのようなものだったのでしょうか。

では、宇陀で行われた「わが国最初の薦猶」とは、いったい、どのようなものだったのでしょうか。

奈良県では、毎月11日を「人権を確かめあう日」として、お互いの人権について話し合い、確かめあう日として様々な啓発活動を行っています。

本年は、宮城県南三陸町復興ドキュメンタリー映画「生き抜く」の上映をいたします。この作品は被災地である宮城県南三陸町を舞台に、混乱の中で前に進もうとする人、絶望のうちに立ち弱つていぐ人、じつと立ち止まつたままの人が登場、被災後1年間の厳然たる現実が克明に描かれています。

震災から3年が経ちますが、作品をとおして、被災者の「静かな想い」「生き抜く素顔」をご覧いただくことによつて「人は人と人とのつながりによって生きている」ことを実感すると同時に、被災地への偏見の払拭に繋がるのではないかでしょうか。

この機会にぜひご覧ください。

### 市民の集い

## 「人権を確かめあう日」



・巨大な喪失と深い絶望。  
そして、かすかな「希望の光」。

被災した地で、

「命」を紡ぐ人々の姿がある

(希望者は4月8日(火)までに問へ)

● 日 時 4月11日(金) 午後1時30分～(受付開始：午後1時～)  
● 場 所 農村環境改善センター「農林会館」  
● 内 容 映画「生き抜く」の上映  
● 参加費 無料(申込不要)  
● その他の ○手話通訳・要約筆記あり  
○託児ルームあり

# 4月 番組表

# Uda-ch

問 自主放送スタジオ 82・2497

時	1日～10日	11日～末日
6	まちの話題 ホットニュース 企画番組	ホットニュース お知らせ(静止画)
7	お天気カメラ	
8	ストレッチ／タオル体操 お知らせ(音声付静止画)	
9	まちの話題 ホットニュース 企画番組	ホットニュース お知らせ(静止画)
10	お知らせ(静止画)	
11	サイエンスチャンネル A お天気カメラ	
0	まちの話題 ホットニュース 企画番組	ホットニュース お知らせ(静止画)
1	お知らせ(音声付静止画)	
2	タオル体操＆筋トレ サイエンスチャンネル B	
3	お知らせ(静止画)	サイエンスチャンネル A
4	特別番組	お知らせ(静止画) お知らせ(音声付静止画)
5	お天気カメラ	お知らせ(静止画)
6	まちの話題 ホットニュース 企画番組	ホットニュース お知らせ(静止画)
7	サイエンスチャンネル B	
8	ピカピカはみがきのうた メタボ撃退エクササイズ	
9	お知らせ(静止画)	ホットニュース 企画番組
10	ホットニュース 企画番組	ホットニュース お知らせ(静止画)
11	まちの話題 お知らせ(静止画)	

番組内容	1日～10日	11日～20日	21日～末日
ホットニュース	○卒業式 (大宇陀中、室生東小) ○宇陀シティマラソン	○卒園式 (榛原北保育園) ○ACTION670	○宇陀市消防団辞令交付式 ○入学・入園式 (菟田野小・榛原中・室生こども園)
企画番組	○ウェルネスシティ宇陀市	—	—
野菜たっぷり クッキング	—	—	鯛のカレー風味焼き (トマトソース添え)
まちの話題	○鐵道職人「福井政明さん」 ○室生笠間地区防災訓練 ○消防団体力テスト	○間伐講習会 ○ひな人形いろいろ	○きのこ栽培技術研修会 ○静波書道教室 書道作品展
特別番組	宇陀市男女共同参画集会 '男が介護するということ'	—	—
サイエンスA	ザ・メイキング： フッ素樹脂加工フライパン 空から見た日本： 諏訪湖・天竜川	ザ・メイキング：駄菓子 空から見た日本： 大阪・神戸、淡路島	ザ・メイキング：木のお皿 空から見た日本： 鳴門海峡から室戸岬へ
サイエンスB	サイエンスフロンティア： 量子情報技術の潮流	サイエンスフロンティア： 逆転の発想で未来を拓く	サイエンスフロンティア： 発光ダイオードがもたらす新時代
ピカピカはみがき のうた	榛原幼稚園	榛原東幼稚園	室生こども園

\*野菜たっぷりクッキングは午前7時・10時・午後1時・7時・10時に  
「お知らせ(静止画)」の内容を変更して放送します

野菜たっぷり  
クッキング  
\*レシピ\*

Cooking

春菊肉団子の  
スープ  
(4人分)

うだチャン11chで3月放映したレシピ（今月は「鯛のカレー風味焼き（トマトソース添え）」）

**[材料]**  
豚ひき肉 100g、春菊 100g、[A:スキムミルク 20g、白葱（みじん切り）大さじ1、ごま油 小さじ1、しょうゆ 小さじ1、しょうが汁 小さじ1/2]、小麦粉 大さじ1・1/2・卵 1個、煮干だし5カップ、[B:薄口しょうゆ 小さじ1、酒 小さじ1、みりん 小さじ1、塩 少々、こしょう 少々]

**[作り方]**  
 ①春菊の1/3量はさっとゆでて水に取り、しぶってみじん切りにする。卵は割りほぐしてください。  
 ②豚ひき肉と①の春菊をよく混ぜ合わせ、スキムミルクとAを加えて混ぜ、16個程度に丸める。  
 ③だし汁を温め、Bで調味し②の団子に小麦粉まぶして溶き卵にくぐらせ鍋に入れる。団子が浮いてきたらざっくり刻んだ春菊の2/3量を加え残りの卵も加える。火を消す前にひと煮立ちさせる。

「春菊と豚肉のイタリア風炒め」は、ホームページをご覧ください。

※番組内容および放送時間が予告なく変更される場合があります。ご了承ください。



平成26年3月1日現在  
※( )内は前月比

総 数	33,471人(-77)
男	15,970人(-39)
女	17,501人(-38)
世帯数	13,192世帯(-15)

政治参加を期待しています。  
まちづくり、これから時代を担う  
若いみなさんの積極的な市

的投票率は低く、宇陀市においても同様です。▼これらのまちづくりに対する関心の高さを表しています。▼しかし、全国



ハッピー編集員が、  
時どきの想いを綴ります



# 『「うだのイトーロ」案内します!

「広報うだ」が100号を記念し企画コーナー!!  
新しく「うだ」が始まります。

これからも、市民のみなさんの笑顔や活躍、そして宇陀市の魅力を  
じぶんと発信していきます。応援してくださいね。

## <表紙写真の答>

- ①宇陀松山地区(重要伝統的建造物群保存地区)/大宇陀 ②室生寺五重塔(国宝)/室生
- ③額井岳(大和富士)/榛原 ④宇太水分神社本殿(国宝)/菟田野 ⑤かぎろひを観る会/大宇陀
- ⑥はいばら花火大会/榛原 ⑦菟田野秋祭り/菟田野 ⑧室生へまあ～より祭(演奏:室生龍穴太鼓「龍神」)/室生

## 今日の Pick Up よくがんばった!! 宇陀市代表選手 ~県市町村対抗子ども駅伝大会~(3月8日)



馬見丘陵公園特設コース(8区間  
13,834㍍)において、第9回市町村対抗  
子ども駅伝大会が開催。

宇陀市からは選抜された5~6年生12名が参加し、たすきを繋ぎました。結果は10位(36チーム中)。個人タイムトライアルの部(1,525メートル)では佐々岡選手が女子2位(56名中)。

選手は12月上旬から厳しい練習を重ねた結果、当日は十分に成果を発揮してくれました。



### 【出場者】(順不同・敬称略)

的場空吾(榛原6)、田中夢人(榛原東6)  
阿片雅玖人(榛原東5)、村上泰平(榛原6)  
東森夏輝(榛原6)、井本諒平(榛原東6)  
鈴木沙也夏(榛原東5)、稻葉千寛(榛原東6)  
佐々岡ひなた(菟田野6)、加納葉月(菟田野6)  
塙本真衣(榛原東6)、山本杏夢(榛原6)