



特 集

伊勢参詣の歴史を再発見



2016 123号

平成28年

3

C O N T E N T S

特集

伊勢参詣の歴史を再発見	2
市政トピックス	6
宇陀市誕生10周年記念事業	12
うだちから	16
まちのわだい	18
宇陀市立病院・ウェルネス	20
みんなで子育て	22
保健センター・お知らせ	24
みんなの掲示板	32
うだチャン11ch	35

春の散策スポット 伊勢参詣の歴史を再発見

近鉄榛原駅北口から東に約 500 m の所に、大阪や奈良からの「お伊勢参り」のメインルートとして多くの参拝者が利用した伊勢本街道があります。街道沿いには、当時の面影を残す建築物や随所に道標や常夜灯等が残っています。

今回は、地域の歴史や文化を伝える観光ボランティアガイドの方に、観光スポットを案内していただきました。

みなさんも、当時の面影をたどりながら、散策してみませんか。

問 商工観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)



屋号の「あぶらや」という文字が漆喰で表されています



地図を見ながら散策！

◎パンフレットは、商工観光課にあります。



宇陀市は歩いて楽しむことのできる素敵な町です。

毎年同じ場所に同じ花が咲き、草花が季節を教えてくれます。

また、歴史の深さに驚き、ロマンを感じております。この感動を伝えたくてボランティアガイドをしています。歩いてみませんか。新しい発見がありますよ。

大江久子さん



まちを紹介して、訪れた方が喜んで帰っていただくことが何より嬉しいです。また来たいと思っていただけるよう、真心こめて案内しています。いろんな方に出会えることが、楽しみです。

◎観光ボランティアガイドの会◎

【費用】ガイド 1 人につき 1,000 円 (交通費)

【申込方法】申込用紙に必要事項を記入の上、宇陀市観光ボランティアガイドの会事務局宛 (商工観光課内) に FAX か郵送にて提出
※ホームページからダウンロード可。

◎ボランティアガイド募集中です！



大西正門さん

墨坂伝承地碑と道標



墨坂伝承地碑～いせ本街道の道標を下る道は「すべり坂」と呼ばれていたそうです。

旧庄屋と屋形橋

おすすめ！



すべり坂を下り右に進むと、旧庄屋と屋形橋が見えます。その先には、虫籠窓（むしこまど）のある建物があります。2階の幅が狭い家ほど、古い建物とされています。川のせせらぎを聞きながら、ゆっくり散策を楽しんでください。

太神宮灯籠



伊勢本街道を通る旅人が少なくなったことを憂い、利益減により常用金の回収不能を恐れ、この道が峠越えもあり厳しい道ですが御利益のある参詣道ですよという意味を込めて、御室御所用人の榊原周鉄により建立されたと言われています。

墨坂神社



札の辻の道標



文政11年（1828）の道標と大燈籠

船尾垣内の道標



現存が確認できる中では、奈良県内最古（寛文4年、1664）の道標

■ おかげ参りの大流行

平安時代から一部で流行していた伊勢参宮は、室町時代になってから庶民にも普及し、江戸時代には多くの庶民が伊勢神宮を目指しました。萩原宿は大和と伊勢を結ぶ東西交通の要衝の地で「おかげ参り」で知られる伊勢参詣の宿場町として栄えました。萩原宿の中心にあり、明治時代末頃まで旅籠を営んでいた「あぶらや」（市指定文化財）は、伊勢本街道と伊勢街道（あお越道）の分岐点・

札の辻に位置したところにあります。

■ おかげ参りの服装

菅笠（すががさ）に合羽（かっぱ）、わらじに杖と柄杓（ひしやく）を持つというのが主流でした。街道は参詣者でいっぱいになり、子どもは、はぐれないように縄をひいて、それにつかまって歩かせたとも言われています。旅籠（りやう）も押し合いへし合いで泊まらず、施行宿（せきぎやう）といって銭もとらずに、食べさせたり、風呂に入れたりするところもあったそうです。

おすすめ！



【墨坂伝承地碑～榛原小学校の間】左手に額井岳が見えてきます。その先に、柿本人麻呂の妻が詠んだ万葉歌碑「君が家に 吾住坂の 家道をも 吾は忘れじ 命死なずは」が建っています。そこから見える山並みがとても気に入っています。市内には、万葉歌碑が多くありますので、ぜひ訪れてください。

旧旅籠「あぶらや」



伊勢参詣が隆盛を極めた頃の面影を今に伝える遺構として貴重な建物です。伊勢参宮覚書に、夕食のお膳（焼き鯖、しいたけ、こうや、春菊のおひたし、豆腐汁）と書かれたものが残っています。【入館料】無料【開館時間】午前10時～午後4時【休館日】月・火曜日、12月15日～1月15日 問 あぶらや ☎ 88・9418 榛原萩原 2672-1

不動堂・不動磨崖仏・道標



伊勢本街道は、自明～高井～千本杉へと続きます



自明不動尊不動堂は、かつては茶所（ちゃじょ）と呼ばれた参宮者への湯茶の接待所でした。地元の方たちは今でも茶所と呼ばれています。自明という地区名は、内牧川対岸の高所にある自明（慈明）山の悟真寺に由来していると言われています。花の頃には、見事なシダレザクラが咲きます。



自明で保存されている缶子には「宇陀郡自明村伊勢山上 茶所」反対側に「施主 初瀬川上町福智屋源兵衛 郡山魚町海老屋佐助 平井村美燈路忠治口」の陽鏝名があります。

高井の道標



伊勢本街道は高井の集落を通り、三差路を東北へと通り、頭矢橋を渡って、宮田家、松本家の方に向かいます。

伊勢路ならではの情緒ある風景が楽しめます！



「宮田家」(左)「松本家」(右)



赤埴の道標



大和棟の建物の「津越家」



享保7年(1722)の道標

◎ご紹介させていただいた家は、現在もお住まいされていますので、マナーを守ってご見学をお願いします。

御井神社



祭神の御井神は食物をつかさどる神とされ、江戸時代には食井・食比・食比神社と呼ばれていたことが多くの棟札からわかります。境内には県指定天然記念物のツルマンリョウが地域の方々に保護されています。

石碑



おすすめ！



杉木立を抜けると高井の千本杉へと続きます。歴史を感じながら、ゆっくりと歩いてみましょう。

高井の千本杉



16本の杉が集まって1株のようになった巨木。株元には古い井戸があり、杉が自然に水を集める作用を利用した、県下で最大最古の井戸杉と言われている。この杉には、弘法大師が室生山へ登るときにこの場所で弁当を食べ、箸を地面にさし、その箸が成長したという伝説があります。

歴史を感じながら

特集

市政トピックス

うだちから

まちのわだい

病院・ウェルネス

子育て・保健

お知らせ

掲示板

うだちゃん

諸木野の宿は古く、室町時代の「東院光暁僧正日記」に、その記述が見えます。近世には、梅屋・今出屋・板屋・橘屋・大文字屋・中屋・大家・今西屋・関屋という旅籠があり、それぞれの家は、今でも屋号で呼ばれているそうです。宇陀ヶ辻付近は、茶屋等があり賑わいを見せていたそうです。石割峠は、奈良から伊勢への道中における最高地点（標高 695 m）でもありました。

諸木野関所跡



伊勢本街道（角柄～諸木野～石割峠）には、角柄関、萩原関、高井関、壺名関等があり、それぞれの荘園領主が関税をとるために関所を設けたので当時の旅人たちを悩ませたそうです。諸木野関は、室町時代中頃に興福寺大乘院によって設けられ、代官は僧侶が勤めていました。この関は室町時代後半頃廃止されました。

諸木野弥三郎の墓



共同墓地の一角に五輪塔が並んでいます。これは、伊勢国司北畠氏の配下で、諸木野を支配していた弓の名人の諸木野弥三郎の墓と伝えられています。

随所に残された道標や常夜灯等、当時の面影をたどりながら歩いてくださいね。
途中の東屋で一休み！！

道標



大神宮灯籠



諸木野集落にある大神宮燈籠

宇陀ヶ辻の道標と案内標識



愛宕神社から一望した諸木野の風景

室生上田口から鞍取峠へ：諸木野を通り、最初の難所「石割峠」を越えて室生上田口へ下ります。

上田口は室生川の上流、胎ノ川と西ノ川の合流点に東西に町並みがあり、山間の宿場として繁盛しました。ここから胎ノ川に沿って進むと黒岩を通ります。この地には、中世黒岩関があり、長谷寺、榛原萩原・赤埴とともに街道の要地として通行税を取っていました。さらに山粕峠を越えると曾爾村山粕に出ます。

専明寺



江戸時代は血原橋近くに宿屋が並んでいたそうです。境内に伊勢本街道が通っているお寺です。

笹原の道標



道標と案内標識



明円寺



境内に黒岩の地名、起源の一つとも言われる岩があります。「黒岩さん」と呼ばれるいるそうです。

四季の風薫る 健幸で魅力ある まちづくりを目指して

問 企画課 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

宇陀市 地方創生

検索 🔍

宇陀市

まち・ひと・しごと創生総合戦略


ひと 暮らしやすく
交流が盛んなまちづくり

まち 地域が連携した
安心・安全なまちづくり

しごと 地域資源を活かし
育てるまちづくり

人口減少時代を迎え

日本では平成20年から人口減少傾向にあり、宇陀市ではその傾向がより顕著に表れていきます。平成7年には約4万2千人いた人口が、現在約3万3千人まで減少し、平成26年9月に設立した「人口減対策本部」のもとその解消に向け取り組みを進めています。

地方創生の目指すもの

このような社会情勢の中、国では、人口の減少に歯止めをかけるとともに、それぞれの地域で住みよい環境を確保して将来にわたって活力ある日本社会を維持していくことを目的に、地方創生を総合的かつ計画的に実施する「まち・ひと・しごと創生法」を公布、施行されました。市も誕生10周年という節目を契機に『宇陀はひとつ』という思いのもと、地域の一体感の醸成と今後さらに飛躍するために、将来のあるべき姿をしっかりと見据えたうえで市政運営に努めていかなければなりません。

そのような中で、産業界、行政、金融、教育、福祉、議会、メディア、住民等の参画による「宇陀市まち・ひと・しごと創生総合戦略策定委員会」を中心に

検討を重ね、「宇陀市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。

この戦略は、今後5カ年の具体的な施策等をまとめたもので、地域資源を最大限活用した産業振興・雇用創出、観光交流の拡大に努め、地域の活性化や魅力あるまちづくりのためにイノベーションを推進するものです。

宇陀市の進むべき方向

本総合戦略においては、「菓草産業の復興や高原野菜のブランド化等による農林業の再生・活性化」「子育て支援や教育の充実」「健幸都市ウエルネスシティ宇陀市の実現」「まちづくり協議会を中心とした地域の連携」「小さな拠点の形成によるコンパクトなまちづくり」等を主要施策・事業として位置づけています。

それらの取り組みを市民のみならずをはじめ、産・官・学・地域（産業界、行政、大学や研究機関、地域）が一丸となって積極的に展開し、自分たちの地域に自信と誇りを持てる魅力あるまちづくりを目指していきます。

しごと

地域資源を活かし育てるまちづくり

基幹産業である農林業の再生・活性化

伝統を受け継ぐ薬草産業の復興を目指すとともに、高原野菜のブランド化および認定を促進し、基幹産業である農林業の取り組みを強化します。

- 薬草の生産拡大から関連する商品・サービスの創出等を総合的に行い、『薬草発祥の地宇陀』から全国に薬草の魅力を発信
- 高原野菜等のブランド化を促進するとともに、6次産業化により、地域ブランド商品を開発
- 林業の持続的で健全な発展のために、宇陀産材の需要拡大を促進

- ◆1400年の伝統を受け継ぐ『薬草のまち宇陀』の全国発信
 - ・薬草プロジェクト事業
- ◆高原野菜等のブランド化
 - ・特産品等認定開発補助事業
 - ・機能性表示支援事業
 - ・有害鳥獣対策の強化
- ◆宇陀産材の普及および森林の保全
 - ・木材出荷促進事業
 - ・宇陀市産木材利用促進事業



大和トウキ▲

- ◆四季折々の自然をはじめとする宇陀の地域資源で観光地の魅力を創造
 - ・宿泊事業者誘致事業
 - ・観光誘致促進事業
 - ・まちなか食べ歩きチケット造成事業
- ◆『健幸都市宇陀』ならではのスポーツツーリズムの推進
 - ・還暦野球推進事業
 - ・自転車のまちづくり事業
 - ・大和高原スポーツツーリズム推進プロジェクト
- ◆宇陀のおもてなし、農家レストラン・農家民宿等の支援
 - ・おもてなしのまちづくり～農家レストラン・農家民宿支援事業～
- ◆色彩豊かな宇陀づくり
 - ・かえで植樹推進事業
 - ・宇陀四季彩推進事業

地域資源を活かした観光戦略

自然、歴史、文化、景観など、宇陀市が全国に誇る豊かな地域資源を積極的に活用し、近隣自治体との広域連携をはじめとする観光戦略により、来訪者の増加を図り交流を活発にします。

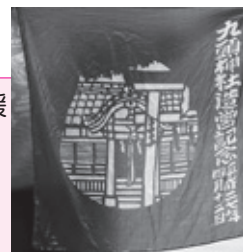
- 宇陀市への関心や興味を持ってもらえるよう、地域の魅力を発信するとともに、様々なイベントの開催や受け入れ態勢を整備
- スポーツツーリズムのより一層の普及により、宇陀市民だけではなく、広く市外からの来訪者との交流を促進

地場産業等への支援による仕事づくり

宇陀市が全国に誇る伝統産業・地場産業が将来へ継承できるように、新しくチャレンジする事業への支援・産業情報や特産品の積極的なPRを行います。

- 産・官・学の連携および大手と中小の企業の連携等により、『ひと・もの・かね』が循環するネットワークを構築することで、宇陀市の地場産業や新しい事業の展開を目指す

- ◆未来に継承したい宇陀の地場産業等への支援
 - ・企業立地推進事業
 - ・商品企画支援事業
 - ・うだチャレンジアシスト補助金事業
 - ・中小企業等施設改修・設備投資補助事業
 - ・宇陀市伝統技術後継者育成事業
 - ・創業・既存企業等支援ネットワーク事業
- ◆ICT等を活用し、宇陀の産業情報の発信や特産品等をPR販売
 - ・ICTを活用した中小企業・個人店舗等情報提供事業
 - ・特産品・名産品PR事業

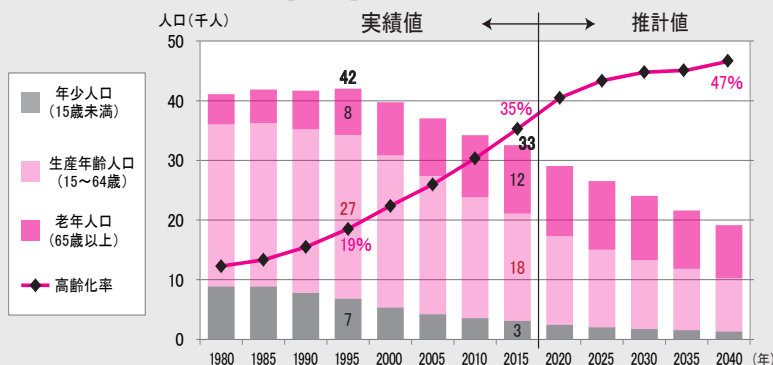


藍染▲

地方創生は必要？

宇陀市の人口はこんな状況！

■宇陀市の人口推移【現状】



1. 毎年約 650 人ずつ減少！

- ・2015年現在で、人口は約33,000人で高齢化率は約35%。
- ・統計によると、現状のままでは25年後(2040年)には、人口約19,000人、約2人に1人が高齢者になる見込み。

2. 死亡数が出生数を上回り

303人の自然減！(2014年時点)

3. 転出者数が転入者数を上回り

334人の社会減！(2014年時点)

資料：実績値は国勢調査・住民基本台帳
推計値は国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」
総務省統計局「住民基本台帳人口移動報告」

暮らしやすい宇陀市への移住・定住の促進強化

宇陀市への移住・定住を促進するために、ICT等を積極的に活用して、宇陀市の魅力発信に繋がります。

■市外からの転入を増やすだけでなく、市民の転出を食い止めるため、各種情報の発信や定住を支援

◆働きながら住み続けられるまちの推進

- ・空き家・空き店舗等の活用事業
- ・女性のための就業支援事業
- ・空き家情報バンク事業
- ・定住促進奨励金交付事業
- ・榛原駅周辺若者定住プロジェクト
- ・子育て世代定住支援事業
- ・宇陀の魅力発信事業

結婚・出産・子育ての切れ目のない支援の充実

◆婚活支援イベント等の充実

- ・同窓会開催補助事業（アタック25）
- ・結婚支援事業 ～うだカップリングパーティー～

◆誰もが子どもを産みやすい環境の充実

- ・出産祝い金支給事業
- ・一般不妊治療助成事業

◆子育て支援の充実

- ・便利な田舎～宇陀のレシピ事業～
- ・三世代ファミリー同居・近居応援事業
- ・ファミリーサポートセンター事業
- ・子どもに育てられる地域づくり～地域子育てサポート事業～
- ・病後児保育事業
- ・一時預かり事業

宇陀市民が安心して結婚・出産・子育てを行えるように、切れ目のない支援制度の充実や環境の整備を図ります。

■同窓会やイベントの開催により、出会いやきっかけづくりなどの結婚支援をサポート

■妊娠から出産・子育てまで支援制度の充実

■子育てに対する個別の支援だけでなく、地域全体で支援する体制を整備



▲子育て支援センター

子どもが心身ともに健やかに成長する教育環境の充実

子どもたちの笑顔がいつもあふれている宇陀市をつくるために、子どもの成長を支えていきます。

■幼児期の教育環境を整えることにより、子どもの能力を向上させ、心身ともに健やかな成長を支援

■就学前・小学校・中学校の連携を充実させ、『生きる力を育む教育』の充実や『豊かな地域教育力』を構築

■子どもたちの市・地域への郷土愛の醸成を図りながら、次世代を担う子どもの育成を目指す

◆夢を育む教育環境の充実

- ・幼児教育環境充実事業
- ・英語教育推進事業
- ・子どもの夢を育てる「夢教室」事業
- ・学びの広場UDAプラン
- ・学力向上推進事業
- ・学力学習状況調査事業
- ・学校・地域パートナーシップ事業
- ・中学校・乳幼児ふれあい体験事業

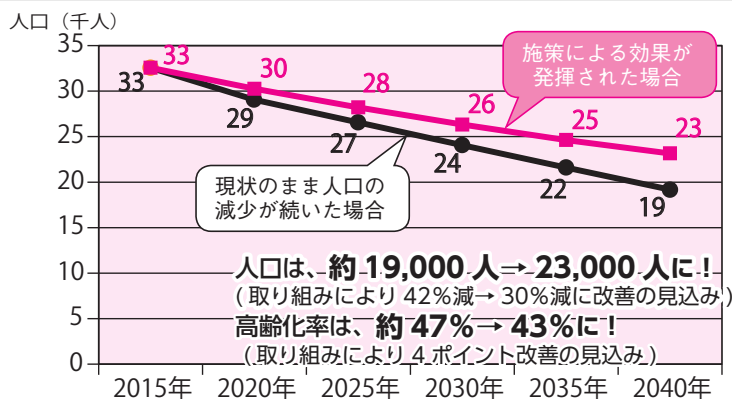
◆元気な子どもづくりの推進

- ・学校給食地産地消促進事業
- ・うだ子ども元気づくりプロジェクト事業
- ・平成榛原子供のもり公園再生プロジェクト事業
- ・子どもフェスタ事業

地産地消の学校給食▲



■宇陀市の目指すべき将来の人口



危機的な状況にある宇陀市を再生するためにも、この取り組みでみんなが繋がることが重要なんだ!



まち 地域が連携した安心・安全なまちづくり

地域連携の強化

まちづくり協議会を中心に、地域の連携と地域の課題解決を図り、市民が主役の地域づくり・まちづくりを目指します。

- 地域全体で身近な支え合いを行うことで、市民の健康で安心した生活を促進
- 医療介護・防災への対応力を高めるため、宇陀市とその周辺地域との連携強化を支援

- ◆健康を目指したウェルネスシティの推進
 - ・ウェルネスシティ“うだ”推進事業
 - ・宇陀市地域包括ケアシステム推進事業



◆市民が主役の地域づくり・まちづくりによる地域連携の強化

- ・活力ある地域づくりは、まち協から
- ・ウェルネスシニア健康学校 ・高齢者等見守り隊
- ・安心・安全なまちづくり事業

健康都市ウェルネスシティ宇陀市の実現

市民の誰もが健康で幸せと思えるまち、生きがいを感じ、安心して豊かな生活を送れるまちづくりを推進します。

- 市民一人ひとりが楽しみながら、日常的に運動に取り組めるような仕組みを充実
- 地域の人々が健康イベントで顔を合わすことで、人のつながりを強化するとともに、健康増進意識を向上
- 高齢となって介護が必要となっても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう「医療」「介護」「介護予防」「生活支援」「すまい」を適切に提供できる地域包括ケアシステムの構築

誰もが住み良いコンパクトなまちづくりの実現

市街地や地域の拠点をネット（網状）で結ぶことで、各地域の中心地および市街地周辺へのアクセスを向上させ、市民生活に身近な商店街や公共施設、快適な住環境が整ったコンパクトなまちづくりの実現を目指します。

また、地域住民、交通事業者、行政が一体となって持続可能な地域公共交通を育て、地域間の連携を強化します。

- コンパクトなまちづくりに向けて、県と市の連携協定により、協働でプロジェクトを実施し、駅前のアクセスや利便性を向上させるとともに、都市機能を充実させる各種施設を整備
- 地域資源を活用して市外からの来訪者を受け入れるだけでなく、地域住民の生活が向上するようなまちづくり
- 公共交通が生活に密着し、より利用しやすいものとなるよう、地域住民・交通事業者・行政とが一体となって検討

◆小さな拠点づくり

- ・近鉄榛原駅周辺地区のまちづくり
- ・宇陀松山周辺地区のまちづくり
- ・うたの古市場地区周辺のまちづくり
- ・室生口大野駅周辺および室生寺門前地区のまちづくり

◆地域公共交通の整備

- ・持続可能な地域公共交通ネットワーク形成事業



地方創生の目的？

■このまま何もしないと宇陀市は・・・

そこで・・・

25年後（2040年）には
人口 **約 19,000人**
（現在より 42%減少）

高齢化率は**約 47%に！**
（現在より 12ポイント悪化）



そのまま、人口が減っていくと・・・

地域活動や産業活動等、まちの活力が失われます・・・
税収の減少に伴い、市の行政サービスが低下します・・・

■宇陀市の目指すべき将来の人口

→ 2040年の人口 **23,000人** を目指します！

■宇陀市の目指すべき将来像

1. 自然増減について

→ 早期に結婚、出産、子育て環境の改善を図り、出生数の増加を目指します。

2. 社会増減について

→ 転出者の「宇陀市に戻りたい」意向や転入者の「宇陀市に永住したい」意向に対する対応を早期に図ります。

→ 生産年齢人口の世代の転出減少、転入増加のための施策を講じていきます。

日本最古の歌集に綴られた
万葉びとの言霊が眠る場所

万葉歌碑

■最優秀■

うだの里 記紀万葉の 夢絵巻
(内川泰子さん／福岡県小郡市)

■優 秀■

魅せられて記紀 癒されて うだ
(池永一宏さん／大阪府高槻市)
古き道朱色に染まる
(山元理世さん／宇陀市)

■佳 作■

ふれてみよう 歩いてみよう 宇陀の記紀
(浜田嘉明さん／岡山県倉敷市)
四季を彩る風の色、いにしえ人に会える里
(保岡直樹さん／東京都世田谷区)
そうだ、宇陀。～今も息づく記紀万葉～
(下野えい子さん／福岡県福岡市)
かぎろひもゆる 赤き神仙境
(河合英紀さん／東京都板橋区)
万の葉に 綴り集めし 宇陀桜
(佐藤 勝さん／北海道釧路市)



▲宇陀市記紀・
万葉マスコット
キャラクター
「ハッピー」



うだ記紀万葉 検索

全国各地から、多くの応募を
いただいたよ！
少しは知名度が上がったかな(^^)

宇陀市の記紀万葉の魅力を表現したキャッチフ
レーズを昨年から募集したところ、全国から
764もの応募が寄せられました。
どれも記紀万葉の里・宇陀の情景を思い浮かべ
る素晴らしい作品ばかりでしたが、それらの応募の
中から優秀作品を8点選定いたしました。
今後これらの作品は、うだ記紀万葉をPRするフ
レーズとして、ポスター等いろいろな場所で活用させ
ていただきます。多数のご応募、本当にありがとう
ございました！

うだ記紀万葉キャッチフレーズ 優秀作品決定！

問 商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

壬申の乱



日本古代最大の内乱と
宇陀との接点はどこに

神武天皇



大和平安を目指す
神武天皇が出会った、
2人の豪族

市長日記

地方創生の目指すもの



▼だんだん温かくなってきました。
今年の冬は、寒い日が続き
ましたが、市では例年に比べ雪
が少なく、昔と比べ気候の変動
が気になるところです。

▼さて、県市町村長サミット等で
意見交換をしていると、他市町村
でも様々な地域課題や政策課題
を抱えておられるようです。いず
れも本市と共通するところが多
く、特に少子高齢化、人口減少に
起因する諸問題は全国各地で懸
念されています。改めて、行政が
先頭に立って「宇陀市を守る」「希
望を持つ」そんな気運を作らなけ
ればならないと思います。

▼今月号(P7)でも掲載しまし
たが、市の人口動態を推測する
と、今から25年後には、人口が
2万人を切るという試算になっ
ています。その事態を打開すべ
く、市では『まち・ひと・しごと
と総合戦略』を策定しました。
皆さん一人ひとりが、家庭や地
域、宇陀市の事を考え、将来に
向かって、今、何をなすべきか
を共に考えてほしいと思います。
まちづくり協議会の皆さんにも
ご苦労していただいています。
理論的には分かるが、なかなか
行動に取りかかれない状況もあ



古事記朗唱大会で神武天皇扮
する職員とともに古事記の一
節を謡いあげました。

るかと思っています。基本に立ち返
り、できる事を、地域が求める
事をやりたい事を、考え、少し
ずつでも実行していただきたい
と考えます。
▼議会では、企業誘致特別委員
会が開催され、先の伊那佐農産
物加工所の事業者撤退の件につ
いて検証が行われています。
本件については、農業の6次
産業化に向け、農業者の所得向
上および農業の付加価値を上げ
たいとの思いから取り組んでき
た事業ではありますが、結果と
して多くの方々にご心配をおか
けし申し訳なく思っています。
但し、産業振興、雇用創生は市
の喫緊の課題であり、今後もし
続き農業の6次産業化など地
域活性化に繋がるような新事業
展開を進めていきたいと考え
ています。
▼春は、直ぐそこまで来ていま
す。春の来ない冬はありません。
前を見て、実行することが皆さ
んの夢と地域の力に繋がります。
共にまちを創っていきましよう。

みんなで考えよう

宇陀市の公共交通

企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074

宇陀市では、市民のみなさんのニーズを的確に把握することで、利用しやすい地域公共交通の実現を目指して、様々な取り組みを行っています。

小学生を対象に「バス教室」を開催しました

1月22日に室生東小の2年生を対象に、バスの乗り方や乗車マナー等を学ぶとともに、環境にやさしい公共交通バスの大切さを考えてもらうことを目的に「バス教室」を開催しました。

今回も奈良交通(株)の協力のもと、実際に車両を目の前に、整理券の取り方や料金表の見方等、基本的なバスの乗り方のほか、安全講習としてバスの内輪差等についても学びました。



▲車いす利用者のバス乗降の介助も学びました



▲室生地域 菟田野地域▼



地域のおでかけ交通を考える市民セミナー(地域編)を開催しました

1月27日に菟田野地域、28日に室生地域で、普段のくらしのなかでの「おでかけ交通」をテーマに、地域の現状とこれからのについて考える市民セミナーを開催しました。

菟田野地域ではらくらくバスや路線バス、室生地域ではデマンド型乗合いタクシーが話題の中心となり、それぞれの地域における「おでかけ交通」の問題点や課題について熱心に話し合いが行われました。

宇陀市消防団

女性消防団員を募集

危機管理課

☎82・1304 / IP ☎88・9070

女性消防団員募集



ともに守る!

消防団活動を通して、応急救護や防災に関する知識・技術を身に付けることで、いざという時に、ご家族やご近所、地域のみなさんを守ることが出来ます。地域に密着した消防団活動への参加をお待ちしています。

【募集期間】平成28年度1次募集 3月25日(金)締切

【定員】若干名

【対象】市内在住の18歳以上の女性で、消防団活動に関心があり、活動できる方

【主な活動】

- ①火災予防・地域防災に関する広報、啓発活動
- ②応急手当の普及活動
- ③消防団や関係機関が行う主要行事への参加
- ④災害時の後方支援

【申し込み】入団申込書により危機管理課へ提出

※申込書は危機管理課、また市ホームページから入手できます。

☆輝く元気な宇陀市民を紹介☆

キラリうだ人

春を告げる行事として知られる東大寺二月堂「お水取り」の松明(たいまつ)は、毎年3月12日、名張の赤目町一ノ井で作られ、室生上笠間の峠を越えて東大寺まで運ばれています。

ご縁があつて10年前から旧笠間小学校で一行をお迎えし、おにぎりやしし汁の振る舞いを早朝よりされている、「笠間の郷を思う会」の西山憲会長と事務局の勝井義行さんからお話を伺いました。

少子高齢化が進む中、地域を活性化させ元気にしようという思いで、平成16年「笠間の郷を思う会」を始めました。当初10名の会員でしたが現在44名で活動しています。

年間通して様々な催しを行っています。5月5日の瘡神社のお祭りではお餅つきを、笠間地区公民館「納涼の夕べ」では焼き鳥を出店したりしています。

年3回の守り道事業や花いっぱい推進事業では、みんながそれぞれ役割分担して真剣に取り組んでくれます。また、毎年恒例のクリスマス会では、昨年約180名が集まり同窓会のようにでした。初の仮装では、おおいに盛り上がりしました。

その他、休耕田を利用してそばや笠間米も作っています。お米は、東大寺に奉納しています。前会長や役員が顧問として残ってくれますので、アドバイスを



宇 陀市誕生10周年記念式典開催！

企画課

(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

宇陀市誕生 10周年

検索

宇陀市誕生10周年

— かがやけ 宇陀市 —

～未来に向かって～



①



②



③



④



- ①記念コンサートのクライマックス、会場一体となった大合唱
- ②第1部記念式典の様子
- ③榛原中吹奏楽部の演奏、市民コーラスと一緒に宇陀市歌の斉唱
- ④記念コンサートは宇陀和太鼓連盟と室生青龍会とのコラボパフォーマンスからスタート
- ⑤みどりの丘児童合唱団
- ⑥かぎろひコーラス
- ⑦コーラスおもちゃ箱
- ⑧宇陀市内中学校・高等学校吹奏楽合同バンド総勢70名！

※第2部記念コンサートの模様は、3月3日～6日の間、こまどりケーブル12chのKoma-TV『KCNエリアワイド』で放送されます。

宇陀市は平成28年1月1日に誕生10周年を迎えました。「宇陀はひとつ」をテーマに、市民のみなさんとともに取り組んできた記念事業の集大成である記念式典を1月24日に市文化会館で開催しました。

式典では、多数の来賓出席のもと、市長が式辞として、宇陀市の現状やこれからの進むべき道について述べたほか、宇陀市10年のあゆみビデオの上映、来賓からの祝辞後には、ふるさとメッセージとして、市から輩出した著名人の方々からメッセージをいただきました。

その中で、サプライズゲストとしてルート製薬株式会社山田邦雄会長がお祝いに駆けつけ、ふるさと宇陀市への想いを語ってくださいました。

また、記念事業の一環として実施したキャッチフレーズ、シンボルマーク、イイトコロPVコンテストの授賞式も行い、PVコンテストの入賞作品も初披露しました。

式典第2部「宇陀市誕生10周年記念コンサート」では、宇陀和太鼓連盟（倭太鼓・和太鼓・和太鼓龍神）・宇陀室生青龍会・みどりの丘児童合唱団・かぎろひコーラス・コーラスおもちゃ箱・宇陀市内中学校・高等学校吹奏楽合同バンドの総勢180名のみなさんが出演。会場を大いに盛り上げていただきました。

コンサートの最後には吹奏楽合同バンドの演奏により全出演者と観客全員で、「翼をください」、「ふるさと」を大合唱。会場一体となり感動のフィナーレを迎えました。

ふるさとメッセージをいただきました



山田邦雄様：榛原池上出身
(ロート製薬株式会社社長兼 CEO)
※同社創業者山田安民氏の曾孫

山田家の実家は榛原にあり、幼少から墓参りの時には地元の野山を駆け巡っていた思い出があります。私にとっては、まさにこの地が故郷です。

現在は、世界中で事業を行っていますが、もう一度この出身地に戻って、ここから新しいことを始めたいと思っています。

宇陀には形には見えない風景や風土、文化の豊かさがあり、都市からも近く、まだまだ多くの魅力が埋もれています。もう一度、地元のみなさんと一緒に大きく育てていきたいと思っています。



野田順弘様：室生向瀬出身
(株式会社オービック
代表取締役会長兼 CEO)

この地の野や山は四季の移ろいを鮮やかに映すスクリーンであり、日本の里山の原風景そのものでありました。テレビもゲーム機もない代わりに考える時間は多くありました。

人は誰も故郷で人生の第一歩を踏み出します。私は宇陀の地に生まれたことへの感謝の念を忘れたことはありません。宇陀市がこれからも、自然豊かな、人情細やかな「ニッポンのふるさと」として、ますます発展することを願っています。



藤田浩之様：大宇陀春日出身
(クオリティー・エレクトロ
ダイナミクス 社長兼 CEO)

宇陀は世界的に見ても風光明媚を誇る古い歴史を有する高原の風薫る文化都市だといえます。

地域が必要としている最優先課題に行政都市が積極的に発案し実行していくこと、また若者人口を増やすことが地域の活性化には必要不可欠です。

宇陀市においても産業、文化、観光などの分野に限らず「ものづくり」が将来を見据えた発展の土台になると思っています。その担い手となる若者が住みやすい環境づくりが大切です。

※藤田氏は、現在アメリカ商務省長官製造業顧問並びに同国エネルギー政策評議会共同議長に就任されています。



**出張！
なんでも鑑定団 in 宇陀
を開催**



1月31日、市文化会館において、宇陀市誕生10周年記念事業のクライマックスともいえる「出張！なんでも鑑定団 in 宇陀」が開催されました。

当日は、市内外より多くのみなさんにお越しいただき、会場内には終始歓声と笑いが起こっていました。

また当日の模様を市フエイスブックに投稿したところ、当日のみで3000件を超えるアクセスをいただきました。



UDA UDA MOGU MOGU

(ショートムービーの部：特別賞)

■作者コメント

撮影にあたり何度か宇陀市内を見て回りましたが、大自然ではなく女性でも気軽に旅ができるのをテーマに作成しました。また、ナレーションや説明的なカットではなく、テンポよく表情をみせることで外国の方が見てもわかる内容にしています。



作者：EETT さん
(奈良市)



なんか宇陀市行きたくなってきた ※5

(CM サイズの部：特別賞)

ジュリエットと行く室生寺 ※6

(ショートムービーの部：特別賞)



■作者コメント (※5・6とも)

宇陀市にもっと外国人観光客が来て欲しいという思いで作品を作りました。奈良県に来る外国人観光客のほとんどは奈良市に行き、京都の宿に帰るそうです。そこで少しでも宇陀市を知ってもらうために、関心を引くような動画に仕上げました。

作者：藤本智大さん
(榛原高井)



■市役所庁舎内に巨大タペストリーを設置！

宇陀市誕生 10 周年を記念し、来庁されるみなさんに宇陀市の変わらぬ美しい風景を楽しみ、新たな魅力を発見していただくことを目的に、市役所庁舎エントランスホールにタペストリーを設置しました。今回のデザインは冬をイメージしたもので、今後、季節毎にタペストリーを取り換えます。ぜひ、四季を通じて魅力あふれる宇陀市を感じてください。



■うだフォトコンテスト作品募集中！

【このまちが、ますます好きになりそ UDA (うだ) !】をテーマに、宇陀市の魅力・イイトコロ (自然・歴史・観光・伝統・雰囲気・暮らし・ひと・もの・たべもの等) あなたの思う宇陀市の魅力を写真で表現してください。入選された作品は、賞金とともに表彰し、市の PR やカレンダー作成等に活用します。

【締め切り】 3 月 11 日 (金) 必着

【応募条件】 市内で平成 27 年 4 月 1 日以降に撮影された写真

【応募規格】 四つ切 (ワイド可) のプリント。カラー、モノクロいずれも可。

【応募先】 〒633-0292 宇陀市榛原下井足 17-3

まちづくり支援課「うだフォトコンテスト事務局」宛

問 まちづくり支援課 (☎ 82・3910/IP ☎ 88・9094)

うだフォトコン

検索

宇陀市のイトコロ紹介 PV コンテスト 入賞作品を発表します！

入賞作品は、現在市ホームページや市 Facebook で公開中。問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912/IP ☎ 88・9083)
今後、うだチャン 11 や市内施設等でも放映する予定ですので
ご覧くださいね

宇陀市 PV コンテスト

検索



UDA TRIP ※ 1

(CM サイズの部：最優秀賞)

■作者コメント (※ 1・2 とも)

宇陀市の良い所を一人でも多くの人に知ってもらえるよう、ただ風景を映すのではなく、話題性、斬新さを意識した作品にしました。特に疑似体験を楽しんでもらえるような視点で撮影したことと、場面転換の繋ぎ目には工夫を凝らしました。



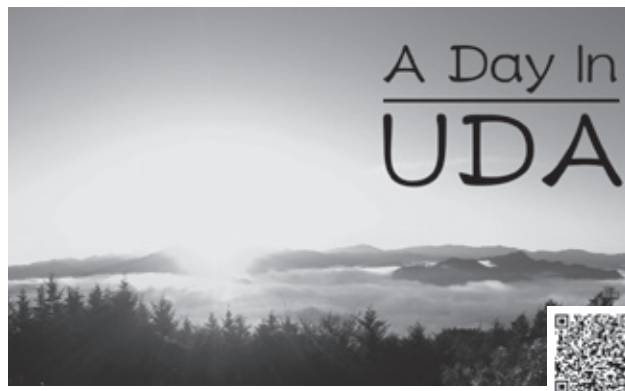
作者：西窪友海さん
(榛原天満台)

■受賞して一言

宇陀市の名を広めるには、個性的なアプローチで情報発信する方がよいと思います。今回の作品を通じて多くの人に「宇陀って初めて知った」「宇陀市って面白いもの作るなあ」って思ってもらえれば嬉しいです。

A Day In UDA ※ 2

(ショートムービーの部：優秀賞)



帰郷 ※ 3

(ショートムービーの部：最優秀賞)

■作者コメント (※ 3・4 とも)

今でも年に何度か帰る故郷榛原を中心に、実際に榛原に戻った弟夫婦にも出演してもらい、宇陀の名所・昔を思い出す風景を撮影しました。宇陀の美しい町・自然・楽しいイベントが伝われば幸いです。また、宇陀を知らない人でも気になるような映像になればと思い制作しました。

■受賞して一言

作品に出演してもらった弟夫婦ですが、撮影後無事に子どもが生まれました。この作品が宇陀で生まれ育つこの子の誇りになれば嬉しいし、宇陀市の魅力を知って同じように移り住んでくれる人が増えてほしいと思います。



作者：佐藤佳史さん (東大阪市)

自然と歴史のまち ※ 4

(CM サイズの部：優秀賞)



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。

1 まちづくり活動で 新年を迎えました

「除夜の鐘で新年を迎える」

おおつだ南部地域まち協では、興隆寺で除夜の鐘つきを行い、多くの方が参加しました。

鐘楼は、平成9年に上宮奥自治会で復元され、以来毎年除夜の鐘つきを地元で行われていたものです。平成25年5月にまちづくり協議会が設立されて以来、地域の歴史・文化・伝統継承事業として、地域振興部会が地元自治会との共同開催により実施しています。

当日は、たき火を囲みながら、ぜんざいやおでんの振る舞いを行い、参加

者は身体を温めながら、大晦日の夜空に響く鐘の音を聞きました。
みなさんやかな雰囲気の中、新年を迎えることができたことと思います。まち協では、地元の方々と一緒になって鐘楼の保存・継承を行うとともに、地域住民の交流を図る取り組みを進めていきます。



▲興隆寺の鐘楼

「うたの三社初詣」

菟田野まち協では、大晦日の午後11時から年始の午前2時にかけて、「宇太水分神社」「惣社水分神社」「桜実神社」の三社に菟田野観光力パワーアップ事業にて揃えられたLED照明を利用し、鳥居および本殿のライトアップを実施しました。

当日は、寒さをしのぐため甘酒、ぜんざい、昆布茶の『おもてなし』を行い、また三社めぐりのスタンプラリーも行いました。

時間帯が夜半から深夜にもかかわらず約350人の年越し参りの方々と各神社共に賑わいました。今回は、三社の神社役員のみならず多大な協力をいただき、無事行事が終了できました。
今後も、長く続けていきたいの思いをお願いして、新年を迎えました。



▲桜実神社

2 室生地域で まち協連絡会を開催

室生地域には8つのまち協があり、それぞれ地域の課題解決や活性化に向けた取り組みを進めています。

そこで、各まち協の情報交換を目的に1月26日、室生地域事務所で「室生地域まちづくり協議会連絡会」を開催しました。連絡会のテーマは「あった未来を描こう」です。

各まち協から出席した11名は、まず

2班に分かれて、地域の課題や魅力・元気になる方法を互いに提案するワークショップを行いました。
続いて、各まち協の会長から、地域の課題や現在取り組んでいる事業、また将来計画等について発表しました。

各まち協に共通した課題は、少子高齢化や空き家対策、役員の負担を軽減すること等。特に少子高齢化は深刻で、地域力を低下させない方法をそれぞれ模索している状況を垣間見ることができました。

日頃から、まちづくりの要として活躍されている出席者だけに、熱のこもった連絡会となりました。



▲地域課題や魅力について意見交換しました

「意見交換会」記入用紙

・各まちづくり協議会に、1枚作成。
・当用紙を持ち帰り、まち協の「あった未来」を描きましょう。

	①課題(弱み)	②魅力・資源(強み)	③元気になる方法
まち協内部から			
まち協外部から			

上側 まち協内部から
ポストイット
①自分のまち協のこと多記入する。
②項目毎に貼り付ける。

下側 まち協外部から
①他まち協のこと多記入する。
②項目毎に貼り付ける。

③「自転車のまち宇陀」を 目指して

「宇陀サイクルレーシング」

まず最初に言いたいことは、「自転車の練習会場として宇陀は最高！」ということです。当チームの代表である私（片山仁）は、旧榛原高校（現榛生昇陽高校）自転車競技部の1期生です。卒業後も自転車競技への熱い思いが止まらず、平成25年にスポーツとしての自転車競技を教えるクラブとして当チームを結成しました。

小学5年生から中学3年生までの子どもを対象に教えていますが、当初は5名のクラブ員からのスタート。その後、充実したスタッフ体制により、今

や20数名の選手が練習に参加してくれています。

さて、冒頭の言葉ですが、宇陀市は適度なアップダウンと信号が少ないことから自転車競技の練習には、うってつけの環境だといえます。練習は、毎週日曜日に宇陀市内を中心として、40キロから120キロを走っています。子どもたちはどこまでも元気いっぱい。練習はしんどいですが、終わったあとの爽快感が格別です。現在は各地で行われている競技大会に参加しながらレベルアップを図っています。高校に進学しても競技を続け、インターハイや国体で活躍されている元クラブ員もいます。

宇陀市は秋には自転車のツーリングイベントである「ツアー・オブ・奈良・

まほろば」のコースとしても知られ、昨年から近畿高校自転車競技大会ロードレースの会場にもなりました。今は自転車チームといわれ、そういった大会にも積極的に参画でき、多くの方と一緒にサイクリングを楽しむことができてとても喜んでいきます。今後は、競技人口を増やすとともに、たくさんの方のサイクリストに宇陀市の自然の素晴らしさを感じていただきたいと思います。



活動に興味のある方からの連絡をお待ちしています。

問 宇陀サイクルレーシング
☎ 82・8989 / 090・3656・8032（代表 片山）

ツクシ

春の訪れを感じさせてくれるツクシ。今、土手などには、出てきているのではないでしょう。このツクシはスギナの胞子茎で、この胞子がまだ出ていない若いツクシを摘んで、節部のハカマを除き、アク抜きして食べます。

風味があつておいしいのは穂ですから、頭が青いものを採集しましょう。ただ、この部分には苦味があります。苦味が嫌いな人は、胞子が飛び散ったものを残し、まだ胞子が飛び散っていないものは、ちぎって捨てます。

胞子が飛んでしまったものは、熱湯（酢を少々入れるとよい）で、さつとゆで、ザルに上げて水切りし、だし汁と醤油、みりんを煮

立てて煮びたしにします。これを卵とじにすると、万人向きのおいしいおかずになります。胞子がまだ残っている、苦味のある頭の青いものを採った人は、ゆでるときに灰汁または重曹などを少量加えてゆで、水に十分さらしてアク抜きをします。

ところで、もう少しすると、日当たりの良い所では、スギナが出てくるかもしれません。このスギナもツクシ同様、利尿作用に優れ、腎炎、膀胱炎等に効果があるとされています。スギナを採集し、水洗い後乾燥しておき、煎じてスギナ茶として服用するのもよいでしょう。



▲消炎・利尿作用にすぐれているツクシ

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

薬草逍遙（やくそうしょうよう）
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 産業企画課 ☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075

良い木・良い山林を育むために

「チェーンソー整備講習および間伐講習会」を開催

2月6日

宇陀市森林組合（榛原桧牧）付近の森林で、宇陀市森林組合と宇陀林業振興協議会による「チェーンソー整備講習および間伐講習会」が開催されました。

参加者は、森林組合職員の指導により、午前はチェーンソーのメンテナンス（目立て等）の実技講習、午後からは間伐木選定や間伐量、伐採のチェーンソーを用いた実技講習を受けました。

森林には、水源のかん養、土砂災害の防止、生物多様性の保全、保健休養の場を提供するなど多くの機能があります。間伐は、森林の公益的機能を発揮するとともに、良い木・良い山林を育むために欠かせないものです。



貴重な文化財を火災、盗難から守りましょう

室生寺で防火訓練

1月22日

「文化財防火週間」にちなんで、市内各所で防火設備の点検、防火訓練、広報活動等の文化財防火運動が行われました。

国指定文化財が多く伝えられている室生寺では、自衛消防隊、奈良県広域消防組合宇陀消防署、地元消防団による消防演習が行われました。本堂付近から出火したとの想定のもと、文化財の搬出、消火活動、負傷者の救出などといった訓練が迅速に行われました。

市内には、多くの文化財があります。貴重な文化財を火災、盗難から守りましょう。



統計調査において長年にわたり貢献

統計調査功労調査員に感謝状が 伝達されました

経済産業省では、長年にわたり経済産業省所管の統計調査に功績のあった調査員に対し表彰を行っています。

宇陀市から松田久美さん（大宇陀西山）が、経済産業省大臣官房審議官調査統計グループ長より感謝状を伝達されました。

松田さんは事業所が対象となる統計を中心に、昨年の国勢調査も含め幅広くご活躍され、市の統計業務に多大なご貢献をいただいております。

受賞を心からお喜び申し上げますとともに、今後の益々のご活躍をご祈念いたします。

チョコを使って楽しく！

「お菓子作り教室」を開催

2月6日

公民館主催の「お菓子作り教室」が榛原分館（調理室）で開催されました。

バレンタイン前ということもあり、チョコレートを使ったマシュマロチョコとフォンダンショコラを作りました。

参加者は、東正美先生の指導のもと、チョコレートの付いたマシュマロに飾りつけをしたり、グループで力を合わせてフォンダンショコラの生地を作ったりして楽しんでいました。

◎公民館では、年間を通して様々な講座を開催しております。平成28年度の講座受講生募集については、広報うだ5月号に折り込みする予定です。



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!



『歴史と文化の町並み事典 重要伝統的建造物群保存地区全 109』
文化庁 編集
出版：中央公論美術出版

文化庁選定の歴史を活かした109地区を完全網羅。各保存地区の歴史や風土を紹介、景観を伝えるカラー写真も豊富に掲載しています。(大宇陀図書館所蔵)



『ひともじえほん』
こんどうりょうへい 著
出版：福音館書店

からだでひらがなの50音を作った写真に、リズムカルな文章をそえた写真絵本。文字の形の不思議さ、体の動きの面白さを味わえます。(大宇陀図書館所蔵)

図書館からの まめ知識 Vol.24

三寒四温のこの頃。この季節は新しい事にチャレンジしてみたり、未知の体験をしたり。何だかワクワク、ドキドキすることが多いですね。

それは成長するチャンスでもあります。変化を楽しんで、新しい経験という名の財産を増やして更なる成長をしていきましょう。いくつになっても、まだまだ成長できるって素晴らしいことです。自分で限界を決めてしまわないで、どんどんいろんなことに興味を持って新たに始めてみるのに、ピッタリの季節です。

図書館でも『見方を変えれば味方になる』という特集をスタートして、みなさんの味方になる本を並べています。脳細胞は使えば使うほど活性化するらしいですよ! 図書館で新たなチャレンジのきっかけを掴んでみて下さい。

おはなし会やその他のお知らせはP 28

成年後見制度を広く知ってもらうため

「成年後見&医療・介護市民シンポジウム」を開催

2月6日

市民の方々に成年後見制度および在宅医療や介護の基礎的な知識を知っていただこうと、市文化会館で「成年後見&医療・介護シンポジウム」が(公社)成年後見センター・リーガルサポート、市、市社協の共催で開催、約180人が参加しました。

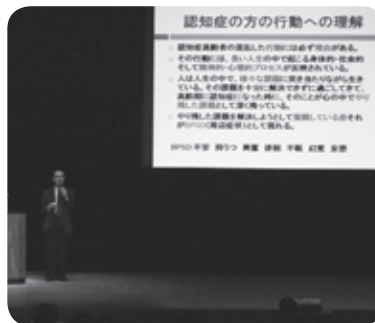
認知症や金銭管理等、様々な生活支援が必要になった場合どうすればよいか、市民グループ「ざ・ひめみこ」の劇を見ながら、司法書士が制度の利用方法を解説されました。

続いて、市社協から「法人後見について」、市医療介護あんしんセンターからは、在宅医療や介護保険の利用についての説明がありました。

基調講演では、宮城信行医師による「認知症への理解と対応方法」というテーマで、先生の体験談を話されました。

「認知症は、その人の人生と深くかかわっていること、また、認知症の方への基本的態度は、傾聴する、共感する、評価しない、誘導しない、嘘をつかない、ごまかさないことです。認知症の方は、年をとって十分な経験があり、プライドや感情が残っています。決して子どもにかえたものではありません。言葉より、あなたが傍にいて、優しく・温かく接することが必要です。このような対応をすることが、地域で認知症の方を見ていくのに必要なことです」と語られました。

成年後見制度に関するご相談は、市社会福祉協議会、市医療介護あんしんセンターまで、お気軽にお問い合わせください。



健康づくりの機会・交流の場づくりに

「新春綱引大会」を開催

1月31日

毎年恒例の「新春綱引大会」を総合体育館で開催、7チームが参加し熱戦を展開しました。

この大会は、誰もが気軽にできる綱引きを通して、健康づくりの機会を増やすとともに、参加者同士が親睦を深められるような交流の場づくりを目的として開催しています。

結果は次のとおりです。

【一般の部】

優勝 宇陀サイクルレーシング アダルト
2位 宇陀サイクルレーシング ヤングC
3位 宇陀市立病院クラブ

■入院患者さんとのご面会について

患者さんに面会されるときは、ナースステーション（看護師詰所）にお申し出をいただいたうえ、面会時間を厳守してください。

面会時間 午後 1 時～7 時まで

患者さんは、面会のために疲れたり容態を悪くされることがありますので、なるべく短時間をお願いします。なお、症状によっては面会をお断りする場合があります。

他の患者さんの迷惑にならないように、お静かにお願いします。公衆衛生上、乳幼児の同伴、多人数での面会のご遠慮ください。

また、病院の敷地内では、全面禁煙となっていますので、喫煙は固くお断りします。また、飲酒も固くお断りしていますので、ご協力をお願いします。

■「更年期外来」のお知らせ

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。

更年期障害の症状は？

○ほてり ○のぼせ ○頭痛 ○めまい ○不眠 ○イライラ ○疲労感 ○発汗亢進 ○渇き ○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 等

更年期外来診察日等

診察日：毎週 火・水曜日

受付時間：予約制

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

担当婦人科医師：南淵 虎次郎

★問い合わせ：医務課



■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・一般内科）

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（退職金なし）

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・日曜日、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、院内保育（昼間）

提出書類：履歴書、医師免許の写し、保険医登録票の写し

○看護師（正職員）若干名

対象者：昭和 56 年 4 月 2 日以降に生まれ、資格を有する人

採用試験：小論文、面接

提出書類：履歴書、看護師免許の写し

○理学療法士（正職員）1 名

対象者：昭和 61 年 4 月 2 日以降に生まれ、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

○看護師（パート）若干名

対象者：看護師免許を有する人

採用試験：小論文、面接

提出書類：看護師免許の写し

○看護助手（パート）若干名

業務内容：病棟、外来での掃除・ベッドメイキング・移動介助・食事介助等

採用試験：小論文、面接 提出書類：履歴書

※資格は特に必要ありません。

※試験日については、後日連絡します

★問い合わせ・申し込み：経営企画課
（土・日・祝を除く午前 9 時～午後 5 時）

■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。（参加費無料：予約不要）

【3 月の予定】

24 日（木）糖尿病の基礎知識（第 1 回）

31 日（木）糖尿病の治療～食事療法～（第 2 回）

【時間】午後 2 時 30 分～

【開催場所】北館 2 階栄養指導室

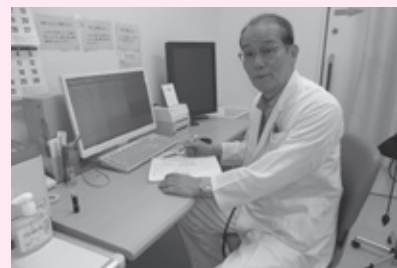
祝！林名誉院長が医療功労賞を受賞されました

長年にわたり地域医療に貢献した人に贈られる「第 44 回医療功労賞」（読売新聞社主催、厚生労働省、日本テレビ放送網後援）に当院の林需（はやしもとむ）名誉院長（内科医師：71 歳）が選ばれ、1 月 28 日に表彰されました。

「地域の方に愛される病院でありたい。また、へき地支援で地域医療を良くしたい」という思いを常に持ち、平成 9 年に当時の榛原町立榛原総合病院の院長の職に就かれてから平成 25 年 3 月までの長きにわたり病院の運営に尽力されるとともに、同年 4 月の新病院完成に向け

ても存分に手腕を発揮いただきました。

現在も週 3 回（水・木・金）の外来診療を行いながら、当院の良きアドバイザーとしてご活躍されています。



「健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”」

健康ポイント事業

【3月のウェルネスイベント】下記イベントに参加すると、健康ポイント（5ポイント）がもらえます。

- こころの健康づくり学習会 【日時】3月5日（土）午後1時30分～ 【場所】榛原総合センター
ひきこもりの今「抱えることと送り出すこと」
- 宇陀シティマラソン 【日時・場所】3月13日（日）午前8時45分～・宇陀市役所前
- 生涯学習課（☎82・3975/IP ☎88・9364）

問い合わせ：健康増進課（☎82・3692/IP ☎88・9087）・室生福祉保健交流センター（☎92・5220/IP ☎88・9175）

～宇陀市が新たに開設する在宅医療・介護の連携拠点～

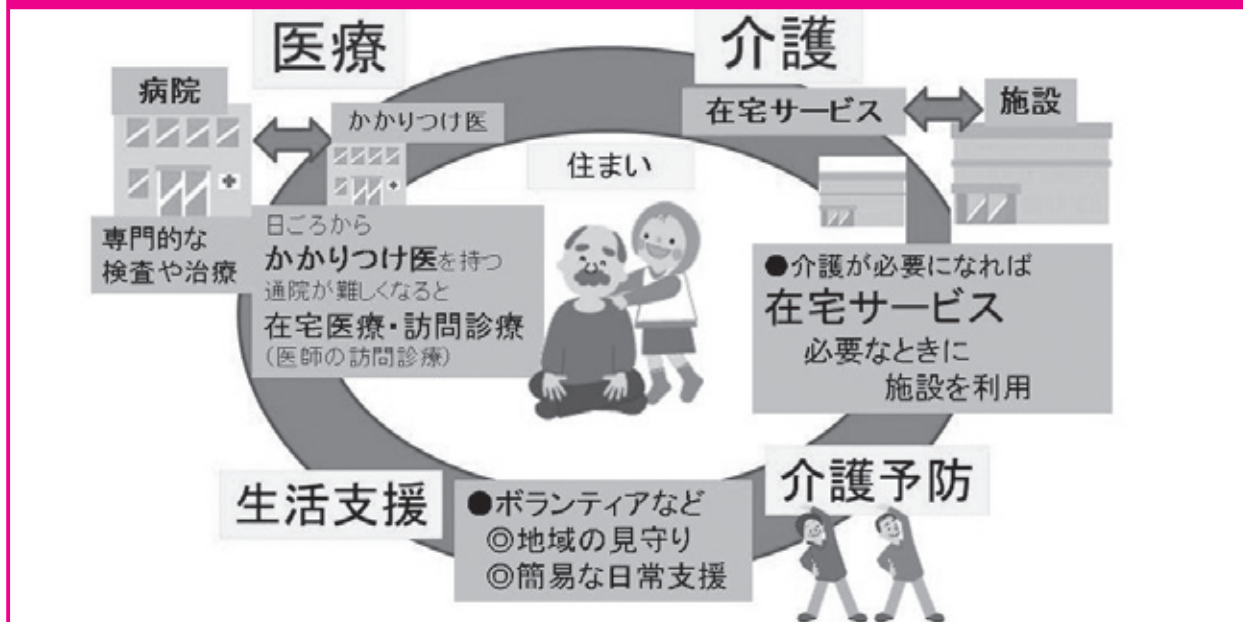
宇陀市医療介護あんしんセンターから

シリーズ10 問い合わせ：医療介護あんしんセンター（☎85・2500/IP ☎88・9480）

※電話番号（局番）をお間違えのないように、ご注意ください。

地域ケア会議 ～みんなで支え合う地域づくり～

できる限り住み慣れた地域でくらす



市では、介護が必要になっても、できる限り住み慣れた自宅や地域で、自分らしい暮らしを続けることができるよう、「医療」「介護」「予防」「生活支援」「住まい」が適切に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。一人ひとりが自分にあった暮らしの中で、生きがい・役割を見出し、地域のみなさんの助け合い、支え合いを積極的に進め、絆を深めていくことを推進するために、地域ケア会議を開催しています。

■地域ケア会議

～高齢者の暮らしを支える懇話会～を開催しました

平成27年度は、「高齢者が暮らしやすいまちとはどんなまちでしょう？」というテーマで、グループごとに話し合いを進め発表しました。

「交流する場所があるまち」「ご近所同士のつながりや見守りのあるまち」「交通の便利なまち」「在宅で医療を受けられるまち」などたくさんの意見が出ました。発表後、宇陀地区医師会副会長 加藤医師より在宅医療について説明をしていただきました。

平成28年度以降も継続して話し合いをしていくことで、高齢者が暮らしやすい地域となるような体制整備を図っていきます。

(榛原小学校区・榛原西小学校区)



開催場所：榛原総合センター 参加者：63人

(東榛原小学校区)



開催場所：宇陀市役所 参加者：57人

■地域ケア会議とは？

介護や医療の専門職、民生児童委員さん、地域の人たちが集まって、地域の課題について話し合い、高齢者をみんなで支えられるような地域を目指すものです。



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）

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放します。

親子でゆったり遊び、みんなでおいしゃべりをして気分転換をしましょう。

お弁当やおやつを持って来て、食べることもできます。

【対象】 市内在住および里帰りの就学前（小学校入学まで）の乳幼児とその保護者

【日時】 月～金曜日（土・日、祝を除く）午前9時～午後4時

☆ついでひろば

保育所・こども園・公共施設などで遊びや交流の場を提供します。

子育てについての情報交換や親子のふれあいを楽しめましょう。

【対象】 市内在住および里帰りの未就園児とその保護者

【日時】 午前10時～11時30分

☆なかよしひろば（親子ふれあい事業）（申込不要）

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（小学校入学まで）の乳幼児とその保護者

【日時】 3月14日（月）受付：午後2時15分

開始：午後2時30分（1時間程度）

【場所】 子育て支援センター2階

【内容】 「ゲームやクイズをして遊ぶ」

【参加費】 無料

☆子育て講座
親子とも動きやすい服装でご参加ください。

◎「2歳児親子体操」
みんなで体を動かして楽しめましょう。

【対象】 市内在住の2歳児（平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ）の子どもとその保護者

【日時】 3月4日（金）午前10時～11時30分 受付：午前9時45分

【場所】 子育て支援センター2階

【講師】 京都スポーツ教室 片山智貴先生

【定員】 15組程度（先着順）

【持ち物】 水筒・タオル

【参加費】 無料

【申し込み】 ☎または子育て支援センターへ。

◎「親子リトミック」

リズムに合わせて体を動かしましょう。

【対象】 市内在住の2～5歳児の子どもとその保護者

【日時】 3月23日（水）午前10時～11時30分 受付：午前9時45分

【場所】 子育て支援センター2階

【講師】 リトミック講師 三好美穂先生

【定員】 12組

【持ち物】 水筒・タオル

【参加費】 無料

【申し込み】 3月11日（金）までに ☎または子育て支援センターへ。

☆三三誕生会

【対象】 市内在住の1月～3月の間に生まれた未就園のお子さん

【日時】 3月11日（金）午前11時～11時30分

【場所】 子育て支援センター1階

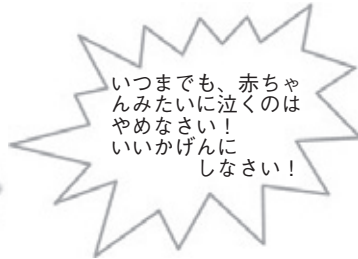
【持ち物】 誕生日がわかるもの（母子健康手帳など）

問 子育て支援センター（☎84・9925）

子育てワンポイントアドバイス



フー！深呼吸して落ち着きましょう！



そんなふうに泣いたり、足をドンドンさせたりしていてもわからないわ・・・教えてちょうだい。



本当は、同じものがほしかった

少し落ち着くだけで、言葉がけも変わりますね！



私もイライラすると口が悪くなったり、ガミガミ言うから気をつけよう！

保護者の方へ

- ☆具体的に、してほしいこと、やめてほしい行動を言ってあげてください。
- ☆泣き止ませようとすると、ますますひどくなる場合があります。泣いているときには、少し言葉をかけて落ち着いてから話をしてみてください。
- ☆保護者の方も深呼吸をすると少し落ち着きますよ！

問 こども未来課（☎82・2236/IP ☎88・9080）

すくすくカレンダー 3月

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

月	火	水	木	金
	1 お話の日 11:00 ~ 11:30	2 ◎2歳児親子教室 (うさぎ) ★つといのひろば (大字陀こども園) (健康ポイント事業) 10:00 ~ 11:30	3 リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00 ~ 11:30	4 ※保健師・家児相談日 ◎子育て講座 「2歳児親子体操」 10:00 ~ 11:30
7 ◎1歳児親子教室 (りんご)	8 ※家児相談日 お話の日 11:00 ~ 11:30	9 ◎1歳児親子教室 (いちご) ★つといのひろば (めく森の郷) (健康ポイント事業) 10:00 ~ 11:30	10 リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00 ~ 11:30	11 ♥ミニ誕生会 (1月~3月生まれ) 11:00 ~ 11:30
14 ◎2歳児親子教室 (ぱんだ) ★なかよしひろば 14:30 ~ 15:30 「ゲームやクイズ をして遊ぼう」	15 ※家児相談日 お話の日 11:00 ~ 11:30	16 ◎0歳児親子教室 (ぱいなっふる) ★つといのひろば (榛原総合センター) (健康ポイント事業) 10:00 ~ 11:30	17 ◎0歳児親子教室 (ぱなな) リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00 ~ 11:30	18
21 春分の日の振替休日	22 ※家児相談日 お話の日 11:00 ~ 11:30	23 ●子育て講座 「親子リトミック」 (健康ポイント事業) 10:00 ~ 11:30	24 リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00 ~ 11:30	25
28	29 	30	31	4/1 開放中止

★=つといのひろば



=お話の日(毎週)火曜日



=リズムの日(毎週木曜日)
※健康ポイント対象の事業になります。

※ =相談日



平成 28 年度親子教室 (すくすく教室) 募集

毎月のテーマにそった活動内容で、年齢に応じたものを計画したり子育ての情報を提供しながら、親子で楽しい遊びを体験していただきます。

【対象】 市内在住の平成 25 年 4 月 2 日~平成 27 年 11 月 30 日の間に生まれたお子さんとその保護者(保育園などに在籍されているお子さんは登録できません)

【実施日】 5月~平成 29 年 3 月(毎月 1 回)

【実施場所】 子育て支援センター 2 階

【参加費】 登録料年間 500 円
(その他実費徴収あり)

【申込方法】 4 月 5 日(火)~12 日(火)(土、日曜日を除く午前 9 時~午後 4 時)までに、子育て支援センターへ直接または電話で申し込み

※お子さんの月齢によって 15 ~ 20 名程度のクラス分けを行います。
※詳細につきましては、登録終了後、連絡させていただきます。

平成 28 年度子育て ボランティア募集

子育て支援センター事業をお手伝いいただけるスタッフを募集中! 募集人数: 25 名程度

【活動期間】 午前中(活動によって変更あり)

【活動内容】 支援センター事業のお手伝い(託児・補助等)

【申込方法】 3 月 1 日(火)~15 日(火)までに支援センターに直接またはお電話で申し込み
※登録者には、ボランティア保険に加入させていただきます。



保健センターからの おしらせです!

予防接種

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
全地域	予防接種説明会	9 (水)	平成28年1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

乳児健康診査

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
榛原・室生	10～11カ月児 健康診査	22 (火)	平成27年4月～ 5月生まれの児	室生福祉保健 交流センター	午後1時～ 1時50分

お知らせ

たまひよサロン

子育て中の親子・妊娠中のママが参加できるお楽しみ交流会です。ぜひご参加ください。

【日時】 3月3日 (木) 午前10時～正午

【場所】 子育て支援センター

【内容】 子育ての情報交換、妊娠中のママと先輩ママの交流会

【対象】 平成27年10月～12月生まれの乳児と保護者、妊娠中の方

【持ち物】 母子健康手帳

ぬくもりサロン (室生地域)

【日時】 3月3日 (木)・10日 (木)・17日 (木)
午前11時～午後3時30分

【場所】 室生福祉保健交流センター

【内容】 ○手芸 (簡単物づくり)
○脳がよみがえるトレーニング (No.2)
講師: 横井賀津志先生

【対象】 65歳以上で介護保険の認定になっていない方

【持ち物】 動きやすい服装

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

平成27年度対象者の肺炎球菌予防接種の費用助成期限は3月31日までです。

助成は生涯を通じて1回限りです。まだお済でない方は、お急ぎください。

【平成27年度の対象者】

- ・65歳 (昭和25年4月2日生～昭和26年4月1日生)
- ・70歳 (昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生)
- ・75歳 (昭和15年4月2日生～昭和16年4月1日生)
- ・80歳 (昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生)
- ・85歳 (昭和5年4月2日生～昭和6年4月1日生)
- ・90歳 (大正14年4月2日生～大正15年4月1日生)
- ・95歳 (大正9年4月2日生～大正10年4月1日生)
- ・100歳 (大正4年4月2日生～大正5年4月1日生)

○接種日時時点で60歳以上65歳未満の者であって、心臓、じん臓、呼吸器に重い病気のある方 (厚生労働省令で定める者)

○過去に成人用肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある方は対象となりません。

【自己負担金】 2,000円 (生活保護世帯の方は無料)

※詳しくは、健康増進課 (☎ 82・3692 / IP ☎ 88・9087) までお問い合わせください。

3月は自殺対策強化月間です

政府は、例年自殺する人の最も多い3月を「自殺対策強化月間」としています。

宇陀市でも「ウェルネスシティ宇陀市 健康づくり計画 こころの健康部会」で、自殺予防の取り組みをしています。自殺の背景には、「うつ病」をはじめとする様々な精神疾患が関連すると言われていますが、治療を受けていない方々も多くいます。

「うつ病」は自分で気づきにくい病気です。あなたや、あなたの大切な人の心身の調子の変化に気づいたら、一度「うつ」かも、と疑ってみましょう。

- ・疲れているのに眠れない。
- ・食欲がない。体がだるい。疲れやすい。
- ・表情が暗い。落ち着かない。

もし、上記のような症状が2週間以上続くようなら「うつ」のサインかもしれません。

インターネットや本などで自己判断せず、かかりつけ医や専門医に相談することをお勧めします。

みんなで健幸都市“ウェルネスシティ宇陀市”を推進しましょう



地域まるごと健康づくり

おはようラジオ体操

地域の中でみんな集まってラジオ体操をしましょう。
市内 28 会場で実施されています。

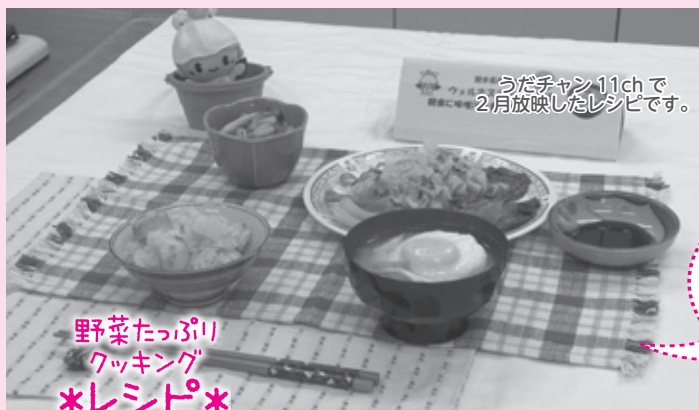
ラジオ体操は、

- ◆心身の健康増進につながります。
- ◆誘い合ってすることで、運動の継続になります。
- ◆お互いの安全の確認やコミュニケーションができます。



ウェルネス事業として「おはようラジオ体操」を支援しています。

◎新しく「ラジオ体操」を実施しようとお考えの地域は、健康増進課
(☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087) までお問い合わせください。



野菜たっぷり
クッキング
レシピ

Cooking

ほうれん草入り焼売・
大根の炒め物
(4人分)

ほうれん草入り焼売

【材料】

豚赤身ひき肉…200 g、ほうれん草…160 g、玉葱…100 g、卵…1 個、塩…小さじ 2/3、焼売の皮…20 枚、青梗菜…160 g、人参…少々、醤油、練り辛子

【作り方】

- ①ほうれん草は茹でて水にとり、固く絞ってみじん切りにする。玉葱もみじん切りにする。卵は割りほぐしておく。青梗菜は食べやすい大きさに切っておく。人参はピーラーで薄切りにしておく。
- ②豚ひき肉にほうれん草、玉葱、卵、塩を加えてよく混ぜる。
- ③焼売の皮に肉の種を乗せ、周りを立てるように包む。
- ④大皿に青梗菜と人参を敷き、その上に焼売を並べる。

- ⑤蒸気の上がった蒸し器に皿ごと入れ、12～13分蒸す。

- ⑥好みで醤油や練り辛子を添える。

●大根の炒め物

【材料】

大根…250 g、しめじ…50 g、桜えび…10 g、サラダ油…大さじ 1、塩…小さじ 1/5、醤油…小さじ 1/2、一味唐辛子…少々

【作り方】

- ①大根は細めの拍子切りにする。しめじは石づきを取って小房にほぐす。
 - ②フライパンにサラダ油を入れて、大根を炒める。続いてしめじと桜えびを入れて炒める。
 - ③大根が少し透き通ってきたら、塩、醤油、一味唐辛子を入れて全体にからめる。
- ※大根は歯ごたえが残るように炒める。

その他のレシピは、ホームページをご覧ください。

宇陀市 食育推進 検索

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、
年末年始は閉庁)

☎0745-82-8000(代)

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

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。

Life&Environment
くらし・環境

国民年金 学生納付特例 制度を活用ください

20 歳以上の方は、学生であつても国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

【対象となる学校】

○学校教育法に規定する大学(大学院) ○短期大学 ○高等学校 ○高等専門学校 ○専修学校 ○各種学校(修業年限 1 年以上である課程) ○一部の海外大学の日本分校 ○夜間・定時制課程や通信制課程

【学生納付特例の承認期間】

4 月から翌年 3 月まで

【手続き】

平成 28 年度にはじめて申請をされる方は、4 月以降に年金手帳、認印、学生証、在学証明書等を持参の上、保険年金課または各地域事務所まで。

問 桜井年金事務所

(☎0744・42・0033)

問 保険年金課

(☎82・3672/ IP ☎88・9086)

税務課からお知らせします

(☎82・1306/ IP ☎88・9072)

軽自動車・バイクの廃車 手続き・譲渡手続きは 3 月中に!!

■軽自動車税は毎年 4 月 1 日現在
の所有者に課税されます
譲渡・解体・盗難・紛失によ

り軽自動車やバイクを所有しなくなった方は、3 月中に下記の手続き場所で廃車もしくは譲渡
手続きを行ってください。

この手続きを行わずに、4 月 1 日現在で所有されている場合、平成 28 年度も課税されますので
ご注意ください。

※盗難・紛失の場合、警察署への届出が必要になります。届出日、受理番号をご確認ください。

※三輪以上の軽自動車については、平成 28 年度課税より、初度検査年月から起算して 13 年を経過した翌年度の軽自動車税について、標準税率(新税率)の概ね 20% の重課になります。
(詳しくは広報うだ 2 月号)

■廃車手続きの際には、ナン バープレートが必要で

バイクを廃品回収業者等で回収してもらう場合は、予めナンバープレートを取り外してください。廃品回収業者では、廃車

手続の代行をしてもらえない場合があり、各自で廃車手続きをする必要があります。

転入された方で、軽自動車・ バイクを所有の方は、車両 の登録変更が必要です

次の車両を所有の方は、左下の
手続き場所で登録地(住所)変更の手続きをしてください。

○他都道府県ナンバープレート
の二輪・三輪・四輪車
○他市町村ナンバープレートの
原動機付自転車(125cc 以下
の車両)

○奈良ナンバーで他市町村にて
登録されている二輪・三輪・
四輪車

※提出書類等は事前に各窓口で
ご確認ください。

※例年 3 月末は、届出が集中する
ため、早期に手続きいただきます
ますようご協力をお願いします。

トラクター等の農耕作業 用の小型特殊自動車は軽 自動車税の課税対象です

トラクター、コンバイン、田
植機等の農耕作業用の小型特殊
自動車は、軽自動車税の課税対
象となる車両です。

新たに購入された場合や、すでに所有されているもので登録がまだの場合は、左記の手続き場所で登録の手続きを行ってください。

なお、農耕作業用の車両については、ご連絡いただければ、税務課職員がご自宅等へ訪問し、手続きすることも可能です。

※農耕作業用の車両に係る軽自動車税については、農業基金として積立てし、農業振興費に充てています。

【持ち物】印かん、販売証明書(すでに所有されている場合は、メーカー名・型式・車台番号が分かるもの)

【手続き場所】

○原動機付自転車(125cc 以下の車両)・小型特殊自動車(農耕作業用含む)
↓税務課、各地域事務所

○軽二輪車(125cc 超～250cc 以下)
↓奈良県軽自動車協会

(☎0743・58・3700)

○二輪小型車(250cc 超)

↓近畿運輸局奈良運輸支局

(☎050・5540・2063)

○軽自動車(三・四輪)

↓軽自動車検査協会奈良事務所

(☎050・3816・1845)

国民健康保険証を更新します

現在発行している国民健康保険証の有効期限は平成28年3月31日です。保険証の更新にあたり、新しい保険証を確実にお届けするため、3月中旬に世帯主あてで簡易書留にて送付します。※保険年金課でお受け取りをご希望の方は、ご連絡ください。

国民健康保険税に未納がある場合

有効期間の短い保険証または国保資格者証明書を交付し、次回の保険証の更新は来庁での窓口交付となります。また、これまで納付相談等に応じていただいていた方は、保険年金課で納付相談の後、保険証を更新しますので、必ずご来庁くださいますようお願いいたします。

■就職・退職に際して国保の届け出をお忘れなく！

【就職等により、職場の健康保険等に入された場合】

新たな保険証を持参のうえ、国保の喪失の届け出と国保保険証の返却が必要です。届け出されていないと引き続き保険税が課税されます。

【退職等、職場の健康保険の資格を失った場合】

資格喪失の日付を確認できる書類を添えて速やかに国保への加入を届け出てください。届け出が遅れた場合、保険証がないため、その間の医療費は全額自己負担となります。

※国保の届け出にはマイナンバーと本人確認書類が必要です。

問 保険年金課
(☎82・3672 / IP ☎88・9086)

市営赤人霊苑へのお墓参り臨時バスを運行

お彼岸のお墓参りにご利用ください。

【日時】3月20日(日) 【現地滞在時間】45分間

※渋滞等により、時間が多少ずれる場合があります。
※天満台西2丁目バス停で乗車された方は、お帰りの際、天満台西2丁目バス停には停車しませんので、ご注意ください。

問 環境対策課 (☎82・2202 / IP ☎88・9078)

高萩台自転車駐車場をご利用ください

近鉄榛原駅北側の高萩台自転車駐車場では、自転車と250cc以下のバイクの駐車ができます。

【利用料金】

(単位:円)

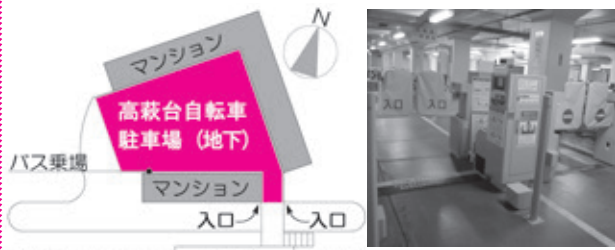
利用区分 自転車等の種類	一時利用 (1日1回)	定期利用			
		1カ月		3カ月	
		一般	学生	一般	学生
自転車	150	2,200	2,000	6,300	5,700
原動機付自転車・90cc以下のバイク	230	3,500		10,000	
90cc超～250cc以下のバイク	250	3,800		10,800	

※身体障害者、生活保護受給者の定期利用は半額です。

※利用できる時間：午前5時～翌午前0時30分

【定期利用】新規の方は、窓口で申し込みください。

受付時間：午前7時～9時、正午～午後1時、5時～8時
継続の方は、事前精算機にて更新が可能です。



問 まちづくり推進課 (☎82・5624 / IP ☎88・9092)
高萩台自転車駐車場 (☎82・5575)

【市営赤人霊園 お墓参り臨時バス時刻表】

※バス料金は無料

榛原駅北口 → ひのき坂3 → 天満台西2 → 天満台西4 → 天満台東2 → 赤人霊苑								
自主放送スタジオ	スクールバス乗り場	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	到着	出発		
【1回目】								
8:00	→	8:08	→	8:11	→	8:12	→	8:13
【2回目】								
10:15	→	10:23	→	10:26	→	10:27	→	10:28
【3回目】								
13:30	→	13:38	→	13:41	→	13:42	→	13:43
→ 14:00 14:45								
旧榛原町役場 → 福地 → 天満台西2 → 天満台西4 → 天満台東2 → 赤人霊苑								
(萩原) 玄関前	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	到着	出発		
【1回目】								
8:00	→	8:03	→	8:11	→	8:12	→	8:13
【2回目】								
10:15	→	10:18	→	10:26	→	10:27	→	10:28
【3回目】								
13:30	→	13:33	→	13:41	→	13:42	→	13:43
→ 14:00 14:45								

中央公民館講座の受講生募集

■出前講座

はじめてのアロマセラピー
心身ともにリラックス&リフレッシュしましょう。

【日時・場所】

◆前期

① 3月14日(月) 午後1時30分
室生分館

② 3月15日(火) 午後1時30分
菟田野分館

◆後期

① 3月22日(火) 午後7時
中央公民館

中央公民館

② 3月28日(月) 午後7時
榛原分館

※前期①②・後期①②とも同じ内容。1回完結の講座ですので1回の受講も可能です。

【講師】 自然療法「森の学校」校長 クレメンツ・カオリ氏

【対象】 市内在住・在勤・在学の方(中学生以下は保護者同伴)

【定員】 各会場20人(先着順)

【受講料】 各回1,000円(材料代)

【申し込み】 3月4日(金)から受付。住所・氏名・年齢・電話番号と受講会場を、

くは公民館窓口にて

【休館日】 木曜日・祝日

中央公民館 (☎83・0551 / IP ☎88・9180)

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

宇陀市歴史文化講演会開催

市内では、古代から現代に至るまで「悠久の歴史」を各所に見ることが出来ます。宇陀は古くは「古事記」や「日本書紀」にも登場し、女人高野の名で知られる室生寺をはじめ、城下町や宿場町の風情を今に伝える歴史的な町並み等、数多くの歴史文化資源があります。

今回は、宇陀松山城破城400年を記念して、宇陀松山城の姿とその軌跡をたどり、身近にある歴史文化資源を再発見、ご紹介する講演会を開催します。

【日時】 3月19日(土) 午後1時30分～3時

【場所】 中央公民館(大宇陀地域事務所隣)

【演題】 「400年目の邂逅(かいこう) ～見えてきた宇陀松山城の姿とその軌跡～」

【講師】 辻本宗久(宇陀市教育委員会事務局文化財課主任)

【定員】 70名(先着順)

【文化財課】 (☎82・3976 / IP ☎88・9365)

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館

中央公民館



▲城跡から出土した鬼瓦(雷神)

3月1日(火)～7日(月)

春の全国火災予防運動

無防備な 心に火災が かくれんぼ
(全国統一防火標語)

春は空気が乾燥し、時折強い風が吹くことから、火災が起きやすい時期です。みなさんの注意や声かけなどにより火災を防ぎ、火災ゼロ、火災による死傷者ゼロのまちづくりを進めましょう！

市役所ふるさとテラスで防火ポスター展開催!!

3月17日(木)～30日(水)まで、昨年の防火ポスター募集事業で市内の小学4年生から応募いただいた作品を展示します。

問 奈良県広域消防組合宇陀消防署 予防課 (☎82・3199)



始まってるよ **マイナンバー**

これから行政手続きや金融手続き、また勤務先等、いろんな場面で個人番号を求められる時があります。

個人番号通知カードは、きちんと保管してください。

各カードについては

問 市民課 (☎82・2143 / IP ☎88・9076)

マイナンバー制度については

問 企画課 (☎82・1362 / IP ☎88・9074)

宇陀シティマラソン

開催!

3月13日(日) 雨天決行
午前8時45分(開会式)



詳しくは折込チラシをご覧ください

大宇陀体育館内の会議室を供用開始します

【開始時期】 4月1日（金）

【利用方法】 生涯学習課窓口もしくは公共施設予約システム（4月7日以降分）で予約

【利用料金】

時間	午前9時～正午	正午～午後10時
部屋		
会議室 A	900 円	600 円 ／2 時間
会議室 B（和室）	900 円	600 円 ／2 時間
小会議室	300 円	200 円 ／2 時間

※市外の方が使用する場合は、2 倍の額になります。

生涯学習課

（☎82・3975 / IP ☎88・9364）

Event&Others
イベント・その他

職員募集

■自主放送スタジオ

（臨時職員）

【募集人員】 1 名

【職務内容】 自主放送番組の制作

（主に番組編集業務等）

【勤務場所】 自主放送スタジオ

【要件】 全ての要件を満たす人

①テレビ番組制作に関心や興味がある人（経験者・資格者優先）②満20歳以上の人③ワード、エクセル、パワーポイント等のパソコン操作（中級程度）のできる人④ナレ-

ション（番組での音声・読み上げ）のできる人

【雇用期間】 4月1日（金）～平成29年3月31日（金）

【勤務日】 週5日程度

【時給】 1,050 円

【申し込み】 3月11日（金）までに履歴書を郵送または持参

【選考方法】 書類選考および面接

【問】 宇陀市自主放送スタジオ

〒633・0254

榛原高秋台75番地

グリーンスクエアⅡ番館1階

（☎82・2497）

■議会事務局

（臨時職員）

【募集人員】 1 名

【職務内容】 会議録作成・湯茶接待業務等の事務補助

【勤務場所】 宇陀市役所内

【要件】 市内在住の62歳以下の人で、ワード、エクセル（初級程度）が使える人

【雇用期間】 4月1日（金）～平成29年3月31日（金）

【勤務時間】 午前8時30分～午後5時15分（休憩1時間・週2～3日）

【時給】 820 円

【選考方法】 面接およびパソコン操作による選考

【申し込み】 3月11日（金）までに履歴書を提出

【問】 議会事務局

（☎82・5771 / IP ☎88・9082）

【さん】とびあ榛原
理学療法士または作業療法士
（随時募集・正職員）

【募集人員】 1 名

【要件】 35歳未満（平成28年2月29日現在）で免許資格者の

【申し込み】 履歴書・資格証明書の写しを提出

【選考方法】 小論文・面接

【問】 さんとびあ榛原

（☎85・2525 / IP ☎88・9065）

■総合体育館

プール内喫茶業務（臨時職員）

【募集人員】 1 名

【要件】 土・日曜日、祝日勤務可能な人 ※高校生以下は不可

【勤務時間】 午前9時～午後4時

【勤務開始】 4月1日（金）予定

【時給】 780 円

【申し込み】 履歴書を提出

【問】 プール監視員（臨時職員）

【募集人員】 若干名

【要件】 45歳以下で週2・3日（土日を含む）勤務可能な人

【勤務時間】 午前9時～午後9時

【勤務場所】 午前9時～午後9時までの2交代制（シフト制）

【休館日】 毎週火曜日（祝日の場合、翌日休館）

【時給】 780～820 円

【申し込み】 履歴書を提出

【問】 総合体育館

（☎82・6561 / IP ☎82・0511）

シリーズ みんなで行こう！選挙！③

選挙に行かないと何が起きる？



あなたの声は届いてる？

【問】 選挙管理委員会事務局（総務課内）

（☎82・1302 / IP ☎88・9068）

あなたが政治に関心を持たず、投票に行かないと政治にあなたの声を取り入れることができません。そうすると、投票に行っている方だけの声が入り入れられることになります。

あなたが投票していない方だとして、政治に対して思っていることが反映されていないかもしれません。例えば、投票率が50%だとしたら、国民の半分の声で政治が動いていることになりません。みんなが願う社会を実現するために多くの声が政治家に届くことが望まれます。

政治家は、国民の代表者として様々な仕事をしています。あなたの声を届けるためには、投票という行動を起こさなければなりません。

ひとりの行動が多数になれば、国の政策を大きく動かす可能性があります。



君たちの1票で未来が決まる！

あなたの一票が、あなたにとって生活しやすく、住みやすいまちづくりにつながるのです。去る1月12日は、選挙権の年齢が18歳以上に引き下げられるのを受け、大宇陀高校で出前授業と模擬投票を行いました。みなさんは少し戸惑いながらも投票することの難しさや選挙に関心を持つてくれたようでした。18歳になるみなさん、いろいろな機会を通じて選挙を身近に感じてください。みんなで投票に行きましょう！

近畿運輸局奈良運輸支局からのお知らせ

毎年3月末は、自動車の検査・登録の各種申請が窓口
に集中するため、自動車の移転登録（名義変更）や抹消
登録（廃車）などの手続きは、お早目に。

登録の手続き案内は、24時間対応のヘルプデスク
☎ 050・5540・2063（音声・FAXサービス）

または、ホームページ：
<http://www.tb.mlit.go.jp/kinki/>

犬を飼われてるみなさんへ

- 犬の放し飼いはやめましょう
- 散歩中、犬のフンの後始末を
しましょう

地域的美観や安全を保ち、これから
愛犬との生活を楽しむため、飼い主と
してのきちんとしたマナーを心がけま
しょう。



3月の文化会館だより

かざろひホール催し (2月9日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象
6	日	春のクラシックコンサート 大阪音楽大学 学生の みなさんによる演奏会	宇陀市 女性の会	午後1時 30分～	一般 無料
27	日	ピアノ・エレクトーン 発表会	北川・杉本・ 河田音楽教室	午後1時～	一般 無料

■文化教室受講生作品展（陶芸教室絵手紙教室）

【展示期間】 3月3日（木）まで

■文化教室の受講生を募集

【申し込み】 3月11日（金）～25日（金）
までに文化会館へ。

※先着順。同教室への複数申込は不可

【受付時間】 午前9時～午後5時（火曜日 休館日を除く）

※3月11日 午前9時～10時のみ研修室にて受付

教室名	開催日	月額受講料	定員	講師	内容
絵手紙 教室	毎月1回（第1金曜日） 午前10時30分～ 午後0時30分	1,000円 （教材費別） 6,000円/年	20名	浦川千晶氏	墨筆で輪郭を描き、色を つけ心を添えてお便りを。
陶芸教室	毎月2回（第1・3日曜日） 午前9時～正午	3,000円 （教材費別） 6,000円/年	15名	野口 彰氏 （美章窯 赤膚 焼き陶芸家）	陶芸の基本を身につけオ リジナルの焼ものの作りを
ヨガ教室	Aコース：毎月2回（第1・3月曜日） 午後1時30分～3時 Bコース：毎月2回（第2・4月曜日） 午後1時30分～3時	2,000円	各15名	大澤一榮氏	ヨガを通して、心身とも に健康な身体づくり。

3月の休館日（1・8・15・20・22・29日）

大宇陀拾生 871（☎ 83・0977）

■公共施設IP電話番号・ダイヤルイン番号

課 名	IP電話	ダイヤルイン	課 名	IP電話	ダイヤルイン	施 設 名	IP電話	ダイヤルイン
【市役所】						【公共施設】		
議会事務局	88-9082	82-5771	介護福祉課	88-9088	82-3675	水道局	88-9067	(代) 82-2185
秘書広報情報課	88-9083	82-3912	こども未来課	88-9080	82-2236	下水道課[水道局内]	88-9104	82-5627
管財課	88-9084	82-3632	厚生保護課	88-9079	82-2221	【地域事務所】		
人事課	88-9069	82-1303	商工観光課	88-9081	82-2457	大宇陀地域市民課	88-9114	大宇陀地域 事務所 83-2251
総務課 (市役所内代表)	88-9068	82-1302	農林課（農業委員会）	88-9090	82-3679		88-9195	
危機管理課	88-9070	82-1304	産業企画課	88-9075	82-5874	菟田野地域市民課	88-9187	菟田野地域 事務所 84-2521
企画課	88-9074	82-1362	地籍調査課	88-9091	82-5608		88-9188	
財政課	88-9071	82-1305	まちづくり推進課	88-9092	82-5624	室生地域市民課	88-9181	室生地域 事務所 92-2001
徴収対策課	88-9085	82-3643	公園課	88-9093	82-3674		88-9182	
税務課	88-9072	82-1306	建設課	88-9095	82-5638	【公民館】		
まちづくり支援課	88-9094	82-3910	公営住宅課	88-9096	82-5642	市中央公民館	88-9180	83-0551
市民課	88-9076	82-2143	出納室	88-9098	82-5673	大宇陀分館	88-9180	83-0551
保険年金課	88-9086	82-3672	【教育委員会】			菟田野分館	88-9190	84-3521
環境対策課	88-9078	82-2202	教育総務課	88-9259	82-3973	榛原分館	82-3377	82-0374
人権推進課	88-9077	82-2147	生涯学習課	88-9364	82-3975	室生分館	92-2496	92-2496
健康増進課	88-9087	82-3692	文化財課	88-9365	82-3976			



必要なとき、
困ったときは
電話してね！

そうだんのしゅるい	そうだんできる日	時間は？	場所は？	くあしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	3月2日(水) 3月9日(水) 3月15日(火) 3月16日(水)	9:00～12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀人権交流センター 宇陀市役所(212会議室)	総務課 (☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)
人権相談 [予約不要]	3月9日(水) 3月15日(火)	9:00～12:00	室生振興センター 大宇陀人権交流センター	人権推進課 (☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)
消費者相談窓口 [予約不要]	3月7日(月)・ 14日(月)・23 日(水)・28日(月)	13:00～16:00	宇陀市役所 (213会議室)	商工観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)
こころの健康相談 [要予約]	3月15日(火)	13:30～16:30	宇陀市役所	室生福祉保健交流センター (☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)
DV相談 [要予約]	3月23日(水)	13:00～16:00 (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]	3月2日(水) 3月9日(水) 3月15日(火) 3月28日(月)	9:00～12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀人権交流センター 榛原総合センター	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)
若者自立のための 無料相談[要予約]	3月8日(火)	14:00～17:00 (※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]	3月18日(金) 相談日の1週間前より 受付(1人30分)	13:00～16:00	宇陀市役所(213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)
生活困窮者 自立相談支援窓口	月～金曜日 (祝日除く)	9:00～12:00 13:00～16:00	宇陀市役所 厚生保護課(2階)	厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)
巡回職業相談 [要予約]	3月9日(水)	9:00～12:00 13:00～16:00	宇陀市役所 (213会議室)	

■弁護士による福祉専門相談・精神科医による専門相談
広報うだ今月号折り込みの「うだし社協だより」P8に掲載しています。

◇宇陀市しごと無料相談会◇

就職活動のアドバイスまでキャリアコンサルタント(相談員)が、じっくり時間をかけて相談に応じます。
しごとをお探しの方、しごとでお悩みの方、お気軽に相談してみてください。

就職前に悩むこと、こんなこと相談してみませんか？

- ・就職活動って何をしたらいいのかわからない
- ・就職するにあたって資格や職業訓練を受けたいけどどうしたらいいの？
- ・自分のやりたいことがわからない
- ・志望動機が書けなくて困っている
- ・一人で活動していると不安になってしまってどうしたらいいのかわからない
- ・自分のむいていることがよくわからない



【日時】 3月17日(木) 午後1時～4時

【場所】 宇陀市役所(212会議室)

【対象】 市内在住、在勤、在学の方でしごとをお探しの方、しごとでお悩みの方、またはそのご家族の方

【相談内容】 キャリアカウンセラーによる就業相談

【申し込み】 要予約(当日参加も可能ですが、予約優先になります)

問 商工観光課(☎ 82・2457/IP ☎ 88・9081)

格発表：6月3日 2次：6月14日～17日 ※合格発表：陸・海：8月5日、空：9月2日

◎予備自衛官補募集

[一般]18歳以上34歳未満
[技能]18歳以上で国家免許資格等を有する者(資格により53～55歳未満)

受付期間 4月8日まで

試験日 4月15日～19日(内1日) ※合格発表：5月20日

問 自衛隊天理募集案内所
(☎0743・63・2540)

■「歴史街道等」ウォーキング参加者募集

大自然を満喫!! 全て榛原発です。
日時 4月より毎月第1・3土曜日、(日帰り開催)

場所 近鉄榛原駅(集合)

対象 健康で健脚な方

内容 ①熊野参詣道(小辺路)、高野山～熊野本宮(全4回) ②琵琶湖一周ウォーキング(中山道、北国街道、西近江路を経て) ③関西百名山ハイキング等

※詳細はご確認ください。

問 「山散歩の会」事務局 土井方
(☎86・1693)

■六樹会パソコン受講生募集

期間 5月から1年間(合計24回)
毎月第1・3金曜日の午前

場所 榛原総合センター

対象 おおむね60歳代の方

費用 1回800円程度(必要経費)

定員 12名

持ち物 パソコン(Windows8または8.1)

申し込み 3月10日(木)までに、

往復はがきに必要事項を記入の上、申し込み。※詳細はご確認ください。

問 鎌田方(☎0744・35・5107)

催し

■大亀和尚民芸館

春季特別展

期間 3月20日(日)～6月5日(日) 午前10時～午後4時(月曜休館、祝日の場合は翌日休館)

場所 大亀和尚民芸館(大宇陀迫間)

内容 宇陀松山にかかわる、写真や資料の展示、奈良県初の乗合バス(松山～桜井間を走る)、松山尋常高等小学校講堂竣工記念絵ハガキなど

※土曜日は、綿つむぎの実演あり。

問 市文化会館(☎83・0977) または、大亀和尚民芸館(☎83・3867)

■講演会のお知らせ

日時 3月29日(火) 午後2時～

場所 農林会館

内容 演題：「高齢貧困のリスクを考える」講師：ベストセラー「下流老人」著者 藤田孝典さん

参加費 500円

問 堀田方

(☎090・1440・8194)

そのいせ

■「福祉の就職総合フェア2016」

日時 3月5日(土) 午前10時30分～午後4時30分

場所 奈良ロイヤルホテル2階

対象 ○平成29年3月卒業予定の大学・短大・専門学校生等

福祉職場に就職希望の方 ○福祉・介護職場への就職や転職希望の方 等

問 奈良県福祉人材センター
(☎0744・29・0160)

■「空き家セミナー及び相談会」

日時 3月12日(土)

○セミナー(予約不要) 午後1時～2時 ○相談会(要予約) 午後2時15分～4時15分

場所 宇陀市役所(312会議室)

連絡先 特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ(☎0744・35・6211) 月～土曜日(日・祝定休) 午前9時～午後5時

問 まちづくり支援課

(☎82・3910 / IP ☎88・9094)

■室生田口地区「あまご解禁」

3月13日(日) 午後5時から、室生漁業協同組合では、あまご(成魚)300kgを放流予定です。

追加放流 3月26日(土) 予定

魚区 室生田口地区(宇野川橋より上流)

遊魚券 5,000円(年券のみ)

問 田口地区役員 北脇方

(☎090・1588・6333)

■「趣味の会」からお知らせ

当会は、長きにわたり活動していましたが、高齢化に伴い解散することになりました。趣味展での出品費等の収入費を、老人ホーム(宇陀市：悠楽園・ゆあほうむ、郡山：Lino)に寄付させていただきました。今までご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。

問 森口方(☎82・1221)

園児募集

入園願書受付中

・お気軽にお問い合わせ下さい。

教育理念 徳をのぼす 知をみがく 美をつくる

特別指導 英語 年少クラス(3歳児)
体育 年中クラス(4歳児)
音楽 年長クラス(5歳児)
茶道 募集対象年齢

TEL 8744-45-9151

FAX 8744-45-9151

〒633-0004 桜井市朝倉台西5丁目1093-321

http://www.kio.ac.jp/kiokinder/

アサヒ 畿央大学付属幼稚園 検索

学校法人 畿央大学 附属幼稚園

保養センター 美榛苑 スタッフ募集

★パートタイマー、未経験者歓迎
・募集職種 フロント係、客室清掃兼配膳係
・勤務時間 7:00～21:00の間でシフト制(6～8時間)
・時給 800円～
・応募方法 お電話にてご連絡いただき、面接日時を調整いたします。
Tel:82-1126 担当:村浜
保養センター美榛苑(榛原福地255)

税金

平成27年分確定申告の受付は

3月15日(火)まで

詳しくは、広報うだ1月号をご覧ください。

問 税務課(☎82・1306/IP ☎88・9072)

毎月19日は『うだ育児の日』

～みんなで守ろう子どもの明日～

ママだけが「孤育て」時代は、もうおしまい!

「社会全体で子育て」する時代です。みんなでサポートしましょう!

問 こども未来課(☎82・2236/IP ☎88・9080)

市民課 窓口業務のご案内

◆毎月第2・4土曜日

◇午前8:30～正午

住民票、印鑑証明、戸籍抄本等の発行業務を行っています。(税関係を除く)

3月は12日と26日です。

※住民基本台帳ネットワークシステム関連業務は行っていません。

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)

募集

- 「らくらくピアノ」体験会
シニアのためのテキストを使った、らくらくピアノの体験会です。
日時 3月29日(火)
午前10時～11時
場所 大和富士ホール
問 杉本方 (☎ 82・3951)
- ピアノ体験 楽しむ春の3日間
みんなで覚えて、弾いて、歌う！
日時 3月28日(月)～30日(水)

午前 11 時～正午
場所 自宅(榛原西小学校前)
持ち物 筆記用具、5 線ノート
問 東方 (☎ 82・2988)

■韓国語講座「マンナム」会員募集
周希貞先生に指導いただき、ハングル語の上達をめざして活動しています。

日時 第 2・4 金曜日
午前 9 時 20 分～
場所 榛原分館(榛原総合センター)
問 芹澤方 (☎ 090・8206・4205)

■らく文字(速記)を始めませんか
速記に興味のある方、専門の速記士が指導します。
日時・場所 要相談
問 渡辺方 (☎ 82・4611)

■宇陀ほほえみの会スタッフ募集
私たちは、野良猫を人道的に捕獲し、避妊手術を行い、元の生活場所に戻す活動をしている動物愛護団体です。この活動に共感していただける方を募集しています。

なお、子猫の里親募集情報・募金箱は、市役所環境対策課、市立図書館、榛原地域内の大型店舗・一部商店に設置していますので、ご協力をお願いします。
問 宇陀ほほえみの会事務局 川口方 (☎ 82・2884)

■春休みの一日をバルーンアートで楽しみませんか
カラフルなバルーンを使って作る時間、楽しいことうけあいです。
日時 3月30日(水)
午前10時30分～11時30分

場所 榛原総合センター(2 階)
対象 小学生
参加費 100 円(ふうせん代)
募集人数 30 名 ※保護者で、体験希望の方は申し込みください。
申し込み 3月20日(日)まで
問 NPO 法人メディアネット宇陀 (☎ 88・9390)

■第 18 回「私の見た人権」写真コンテスト作品募集

テーマ 「私の見た人権」人権をイメージしたあなたの感性を写真で表現したらどうなるのでしょうか？人物・風景・催し・決定的瞬間等、人権をテーマにした写真作品を募集しています。

作品 白黒・カラー
サイズ 自由
募集点数 1 人につき 3 点以内
申込方法 必要事項を記入の上、問 まで。※詳細はご確認ください。
問 県民会議事務局 (☎ 0742・64・1631・FAX0742・64・1640)

■自衛官(各種)募集

◎一般幹部候補生[大卒程度試験]
資格 22 歳以上 26 歳未満の者(20 歳以上 22 歳未満の者は大卒(見込み含)、修士課程終了者等(見込み含)は 28 歳未満)
[院卒者試験] 資格 修士課程終了者等(見込み含)で 20 歳以上 28 歳未満の者

◎歯科・薬剤幹部候補生
資格 専門の大卒(見込み含)で 20 歳以上 30 歳未満の者、薬剤は 20 歳以上 28 歳未満
受付期間 3月1日～5月6日
試験日 1 次：5月14日 ※合

表替 新置 畳替えシーズン到来です。予約受付中！
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
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
吉岡たみ商店 検索
創業 80 年 吉岡たみ商店 ☎0745-83-1763 大宇陀上茶2092

相続 遺言 贈与 契約 財産管理 成年後見 裁判 会社法人登記 債務整理 過払請求 自己破産
五味総合法務事務所
お気軽にご相談ください 誠実な対応でお役に立ちます
司法書士・行政書士 五味 愛直 (簡裁代理認定No.115031)
桜井市朝倉台西8丁目108-71 ☎0744-46-3951
Mail:dusty@iris.eonet.ne.jp

初節句のお祝いは！
創業 67 年人形専門店の老舗
豊富な品揃いと松屋町価格
はいばら **勝村人形**
榛原萩原 1777
営業時間 / 10 時～17 時 定休日 / 木曜日
☎0745-82-0035

大宇陀温泉 あきののゆ (☎ 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。
○館内での事故・盗難に関しては一切責任を負え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 あきののゆ
いよいよ春がやってきます
美人の湯でココロ・カラダを癒してみませんか？
3月の営業日はお問い合わせくださいませ！
(☎83-4126)

薬草は 苦みの精で 花が咲く
治る、改善、予防 を信じて来て下さい。
患者さま一人ひとりのお声に寄りそって服薬をサポートします。
管理薬剤師は宇陀市立病院で 23 年間勤務して得た知識・情報をあなたのおくすり説明をプラスしてお渡しします。
ここに来て良かった (天) くすのき® 薬局
榛原萩原 758-2 (☎0745-82-3200)
市立病院すぐ南に見える町並川と桜と当薬局です

『古事記』『日本書紀』『万葉集』と宇陀市

48

柿本人麻呂の秀歌 2

前回ご紹介したのは、持統六年（六九二）に行われた軽皇子（かるのみこ）の阿騎野への遊獵の時に、柿本人麻呂によって詠まれた長歌でしたが、この後、短歌4首が続きます。まず、その第1首・第2首をご紹介します。

阿騎の野に 宿る旅人 打ち靡（なび）き 眠も寝（いもぬ）らめやも 古（いにしへ） おもふに『万葉集』巻1・46

第1首は、「阿騎の野に今夜、旅寝をする人々は、のびのびと身を横たえて眠っているであろうか、いや眠れやしないのだ。草壁皇子（くさかべのおうじ）がいらっしゃった昔の事が色々と思い出されて。」などと解釈されています。

「旅人」は複数を表し、軽皇子を中心に従者の人々、そのなかにこの歌を詠んだ人麻呂自身も含んでいます。

ま草刈る 荒野にはあれど 黄葉（もみちば）の 過ぎにし君が 形見（かたみ）とぞ来（こ）し『万葉集』巻1・47

第2首は、「阿騎の野は、草を刈る荒野ではあるが、亡くなられた草壁皇

子の記念の地・思い出の地として、私たちはやって来た。」などと解釈されています。

軽皇子らは、宇陀の阿騎野に宿り、壬申の乱の際、ここを駆け抜けた草壁皇子を追憶しているのです。壬申の乱勃発の時、草壁皇子の年齢は11歳、そして、この時の軽皇子は10歳。奇しくも阿騎野での親子の年齢はよく符合し、草壁皇子の遺児である軽皇子への期待は、草壁皇子への追慕の裏返しとして日に日に膨らんでいたことでしょう。7世紀後半の万葉歌人（宮廷歌人）である柿本人麻呂が詠んだ歌は、よく知られているところです。

第1首の歌碑は、大宇陀迫間の阿紀神社境内、第2首の歌碑は、大宇陀上新の神楽岡神社境内に建てられています。



▲阿紀神社境内の万葉歌碑



▲神楽岡神社境内の万葉歌碑



東日本大震災の教訓 「釜石の奇跡」から学べること

今から、5年前の平成23年3月11日 午後2時46分に東日本大震災が起こりました。この地震によって津波が発生し、家や建物だけでなく、たくさんの方の命や生活が奪われ、5年経った今も、約18万人が避難生活を余儀なくされており、うち約5万人は、故郷を離れて生活していることも忘れてはなりません。

当時、重苦しいニュースが続くなか、岩手県釜石市の子どもたちが震災を助け合って生きのびたニュースも報道されました。

実は、釜石市では2004年から、市をあげて津波防災の意識を高める活動を行い、市内の子どもたちは学校の授業や防災訓練とおして、地震や津波のことを学び訓練してきました。

中でも釜石東中学校と鶴住居（うのすまい）小学校は、海岸から直線距離で400～500mの場所にあり、遠くの山の方まで逃げる必要があるため、小・中学校合同で避難訓練を行い、小学校の低学年を中学生が手助けして、混乱なく避難することを確認していました。

また、震災前から釜石東中学校では、自分で自分の命を守る「津波でんでんこ（※）」の考え方の次に「助けられる人から助ける人へ」を重点目標に掲げ、防災学習も行っていました。中でも、生徒が考えた安否札は、災害時に避難したという札を玄関先に掲げること、各部屋を確認しなくても状況がわかるもので、震災当日、実際に玄関に掲げられた安否札を見て、家族が避難済みであることを知ることができ、何人もの命が救われました。

この「釜石の奇跡」には、指導した先生の他、地域の人々も非常に大きな役割を果たしています。

日頃から隣近所で挨拶や話をして、顔見知りになるなど、家族だけでなく、地域での絆を大切にし、お互いが自然に気遣い合える関係を、普段の生活の中で培っておくことは、いざという時の備えに、非常に有効となるのではないのでしょうか。

※津波でんでんこ：津波が来たら、みずから状況判断して逃げ、家族はそれぞれが個々に逃げると信じて行動することで、犠牲者が少なくなるという考え方。

3月番組表



自主放送スタジオ (☎ 82・2497)

※番組内容及び、放送時間は予告なく変更される場合があります。ご了承ください。

時	1日～20日	21日～末日
6	まちの話題 ホットニュース	
7	お知らせ (静止画) 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	
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	
1	お知らせ (静止画) お知らせ (音声付き静止画)	
2	すきまエクササイズ/タオル体操 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	お知らせ (静止画) お知らせ (音声付き静止画)	
5	お知らせ (静止画)	
6	まちの話題 ホットニュース	
7	お知らせ (静止画) サイエンスチャンネル B	
8	ピカピカはみがきのうた ウエルネスうだ体操【すきまエクササイズ・エアロ】	
9	お知らせ (静止画) ホットニュース	
10	お知らせ (静止画) まちの話題	
11	お知らせ (静止画)	

※ウエルネスうだ体操【ウエルネスすきま時間 De エクササイズ・エアロ De ウエルネス】で、みんな元気に！ぜひ、ご覧ください！



平成 28 年 2 月 1 日現在

※ () 内は前月比

総数	32,232 人 (-57)
男	15,377 人 (-23)
女	16,855 人 (-34)
世帯数	13,102 世帯 (-11)

番組内容	1 日～ 10 日	11 日～ 20 日	21 日～ 末日
ホットニュース	○市長と語るふれあいトーク 大宇陀政始まち協 ○宇陀市ウエルネスシニア健康学校	○市長と語るふれあいトーク 室生西谷地区まち協 ○生活習慣病予防講演会	○市長と語るふれあいトーク おおた南部まち協 ○第 11 回市町村対抗子ども駅伝大会
野菜たっぷりクッキング	—	—	揚げ出し豆腐野菜あんかけ・五目豆
まちの話題	○宇陀市内の初えびす	○大宇陀こども園「春をよぶ会」	○きのこ栽培技術研修会 ○大和富士登山大会
サイエンス A	ザ・メイキング：ろうそく 見つめてみよう！植物の世界：花の性	ザ・メイキング：冷凍炒飯 見つめてみよう！植物の世界：動物を利用するタネ	ザ・メイキング：かつら 見つめてみよう！植物の世界：跳ぶタネ・飛ぶタネ
サイエンス B	アスリート解体新書：バスケットボール	アスリート解体新書：車椅子バスケットボール	アスリート解体新書：スポーツクライミング
はみがきのうた	榛原西幼稚園	榛原東幼稚園	室生こども園

※野菜たっぷりクッキングは、ホットニュース終了後に続けて放送します。

Hello my friends

From: キキ (大宇陀中・菟田野中)

—日本の伝統行事を楽しんでいます—

先月、私は初めて奈良若草山の山焼きに行きました。それは本当にいい経験でした！アメリカにはそんな祭りがないので、とてもびっくりしました。

山焼きが始まる前、夜空に花火がありました。「やっぱり日本の花火はきれいだねえ」と思いました。宇陀市でも夏には花火大会がありますが、久しぶりに見たので感動しました。

その後、山の火つけが始まったのですが、私は本当に山に火をつけるとは思ってはいませんでしたので、山に火が放たれた時「うそー!! すごい！」ってびっくりしました。その日、かすかに雨が降っていたのですが、作業されている方の手は止まりませんでした。その献身的な姿、そして伝統を継承する姿に感動しました。やっぱり日本の文化は素晴らしいと思います。また宇陀市でもいろんな祭りを見たいと思います。

▲日本の花火は本当にきれいです！

昨年 4 月から取り組んできた宇陀市誕生 10 周年記念事業もクライマックスを迎えました。記念事業のどの取り組みにおいても、携わるみなさんの「宇陀市が好き」という思いや熱意を感じた 1 年でした。▼この期間中、みなさんは様々な視点から宇陀市の魅力発信に努めてくれました。その中でも気になったのがこの言葉。「宇陀市の星空を PR するのに、PV コンテストに応募しようと思っただけで上手く撮影できなかったんです」▼確かに「宇陀市の星空はとてきれいだ」とよく聞きます。特に冬の夜空は豪華版とも言われ、空気が澄んでいるためか街中でも多くの星座を見ることができそうです。鳥見山の山頂や集落外れの暗闇では、まさに「星降る夜空」を実感できます。これも誇るべき宇陀の魅力ですね(笑)

ハッピーと〜

ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります



▲宇太水分神社のライトアップ

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たことから、地元の青年団が復興を願って植樹したことが始まりといわれています。芳野川の堤防約1キロに沿って植樹された100本を超えるソメイヨシノ。早50年もの歳月を経て、多くの人々を惹きよせる素晴らしい桜並木となりました。

4月には、LED照明による桜並木のライトアップをはじめ、宇太水分神社境内を会場に、舞台パフォーマンスや手づくり雑貨、飲食物販売、体験ブース・フリマ等を行う「うたの夢街道」を開催。新しい出会いを求めて毎年多くの方が訪れます。

(宇陀市観光協会)

つくる・いただく・でよう・交流感謝の場 うたの夢街道 2016

4月2日(土)・3日(日) 宇太水分神社境内にて

■うたの夢灯り (宇太水分神社周辺のライトアップ)

2日(土) 午後6時～9時

■手づくり雑貨・うまいもん市・掘出しフリーマーケット

3日(日) 午前10時～午後4時

※手作り作家さん、飲食、体験コーナーへの出店者。パフォーマンス、ギャラリー出展の申し込み等を募集中。※出店申し込みは3月20日締切

問 うたの夢街道実行委員会事務局 (小松) (☎090・9705・1383)

DREAM ～夢があるから強くなる～ プロスポーツ選手が夢を語る夢先生に!!

全小学校でJFA こころのプロジェクト「夢の教室」を実施



「夢の教室」とは、JFA (日本サッカー協会) による子どもの心の教育に貢献をめざすプロジェクトで、サッカー選手などの元プロスポーツ選手を「夢先生」として派遣し、子どもたちにフェアプレーの精神や仲間と助け合うことの重要性、夢を持つことの大切さを伝えるものです。

夢先生

市では、昨年12月から1月末まで全小学校5年生を対象に実施。

子どもたちは、それぞれの先生からみんなの持つ大きな夢と可能性に対して、熱いエールを受けました。

今日の
Pick Up



▲小林 弥生先生 (元サッカー選手)
「夢にたどり着くためには「考えて」努力すること」「自分を信じ、味方を信じ、チームで戦うことが大切」



▲藤井 恵先生 (元総合格闘家)
「目標をたてて苦しいことも続けることで、いつの間にか得意なことに変わる」「あきらめないことが大切」



▲川上 直子先生 (元サッカー選手)
「日頃から夢を実現した自分をイメージすること」「小さな努力を継続することが大事」



▲小林祐梨子先生
(元陸上中・長距離選手)
「人の気持ちは夢を持つことで変えることができる」「自分を信じ、できると思うことが大切」



▲木暮賢一郎先生
(元フットサル選手)
「人と比べることをせず、夢に向かって一生懸命考え、自分で大切だと思うことに気づいてください」



▲徳田耕太郎先生
(フリースタイルフットボール選手)
「夢にたどり着くには不得意なことにも挑戦することが大切」「努力の秘訣は楽しみながら続けること」