高原の文化都市　四季の風薫る宇陀市

広報

うだ

市の花 すずらん　市の木 ひのき　市の鳥 うぐいす

急な地震にも負けないぞ！

特集 廣瀬さん宅の防災訓練!!

2016 平成28年 127号 7

CONTENTS

特集　廣瀬さん宅の防災訓練 …… 2
市政トピックス …… 8
うだぢから …… 14
まちのわだい …… 16
宇陀市立病院・ウェルネス …… 18
みんなで子育て …… 20
保健センター・お知らせ …… 22
みんなの掲示板 …… 32
うだチャン 11ch …… 35

急な地震にも負けないぞ！

廣瀬さん宅の防災訓練

目　次

Chapter 1：はじめに

Chapter 2：さあ、訓練開始
お留守番の時に地震が来た！

Chapter 3：
ママと電話が通じたよ！

Chapter 4：
パパと合流！避難の準備を

Chapter 5：避難場所へ行こう

Chapter 6：備えは万全？

Chapter 7：家族で決めよう
災害ルール！

Chapter 8：さいごに

宇陀市防災支援員　笹尾 宏和
（宇陀市危機管理課）

Chapter 1　はじめに

日本全国には、陸域で約 2,000 の活断層が確認されており、宇陀市付近にも奈良盆地東縁断層帯、千股断層や名張断層を含め８つの断層帯があります。また、今後 30 年以内に発生する可能性が高まっている南海トラフ巨大地震にも警戒が必要です。

そこで今回は、廣瀬さんファミリーをモデルに大地震を想定した家庭での防災対策について、みなさんと一緒に考えたいと思います。

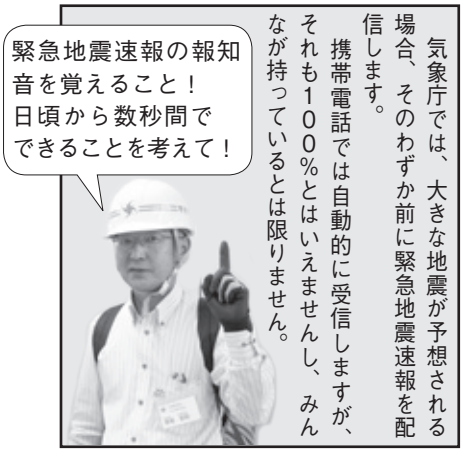
今回のモデルファミリー

廣瀬さんファミリーは、室生大野在住。遙香ちゃん（小６）と紗苗ちゃん（小３）と自宅近くの美容室で働くパパとママの４人家族。

家は、築 18 年の木造２階建てのオール電化住宅。一般的な住宅地にあります。

実は今まで災害で生き残れるのは運だと思っていました。
でも家族ができて、「やっぱり災害が起こっても簡単に諦めてはいけないなぁ」と思うようになりました。
今日は、特に子ども達が自宅にいるときに地震が起こった場合、どうすれば良いのか、勉強したいです（^^）

Chapter 2　さぁ訓練開始！地震が発生！



もし、屋外にいるときは…

震度５弱以上になると、まともに歩くことができません。家の照明が落ちてきたり、ガラスが割れたり、家具が倒れてくる場合があります。まずは、揺れが収まるまでは無理しないで、自分の安全を守ること！

机の下に隠れるときは、しっかりと机の脚をもって、決して天板からはみ出ないこと！

また、ひょっとすると家の中でも物が落ちたり、ガラスが割れているかもしれません。足を怪我しないように底の厚いスリッパやクツを履いて、移動しましょう。

揺れが落ち着いたら、火の元や家の中の安全確認とテレビをつけて情報をチェック！

まず安全確保、次に情報収集

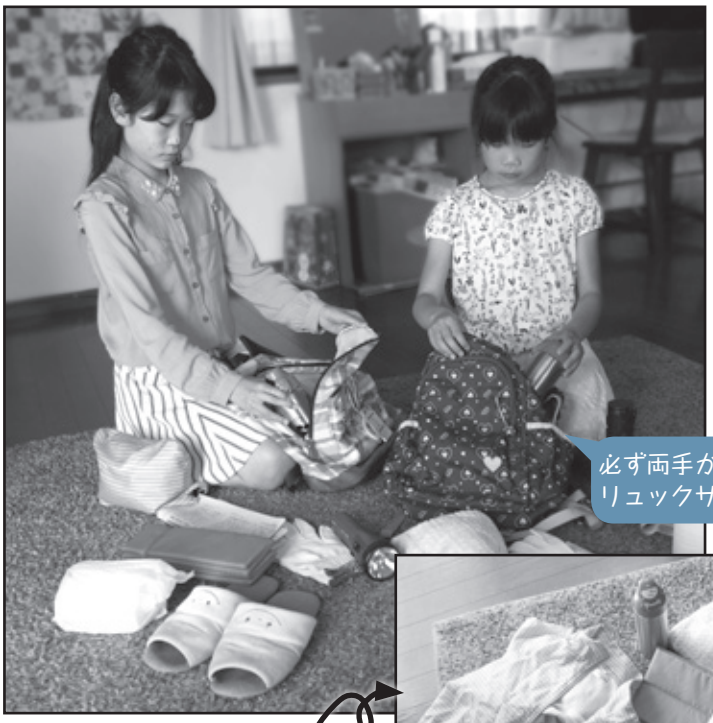
もし、屋内にいるときは…

震度や震源が放送されてるかな・・

宇陀市から避難情報をお伝えします

うだチャン 11 で防災情報をお伝えします

Chapter 3 ママと電話が通じたよ



必ず両手が使えるように
リュックサックに！

廣瀬姉妹の非常持出袋

- ○水筒　○スリッパ　○軍手
- ○古新聞　○携帯用座布団
- ○タオル　○懐中電灯
- ○トイレットペーパー　○レジ袋
- ○携帯用ウインドブレーカー

Chapter 4 パパと合流！避難の準備を

パパはおじいちゃんに電話するから、お姉ちゃんは家の戸締りを！紗苗ちゃんは、ママの分の非常袋を持ってきて！

「あの人いない」でおぼえよう！

携帯各社でも独自の伝言サービスがあります。事前確認を！

災害用伝言ダイヤル 171

- ●伝言の **録音** **171+1+** 被災地の方は自宅または連絡を取りたい先の固定電話の番号
- ●伝言の **再生** **171+2+** 伝言を聞きたい固定電話の番号

※携帯電話の番号では、録音・再生はできません。

Chapter 5 避難場所へ行こう

市の発令する避難情報

❶避難準備情報
非常持出袋の準備等、いつでも避難できる準備をしてください。

❷避難勧告
災害の避難が予想される地域に対して呼びかけ。避難を開始してください。

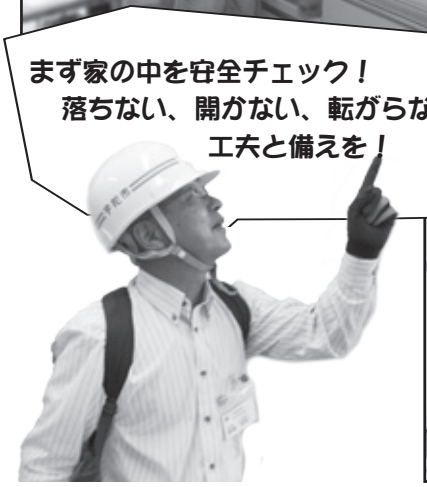
❸避難指示
避難中の人は確実に避難を完了してください。避難の余裕がない人は、生命を守る最低限の行動をすること。

避難情報は、防災無線やうだチャン11、安全安心メール、ホームページ、広報車等でお知らせします！

指定緊急避難場所

市では、避難情報を発令したときに30カ所の指定緊急避難場所を開設します。

Chapter 6 備えは万全？



宇陀市安全安心メールに必ず登録ください！

宇陀市
安全安心メール

災害時には、メールだけでなく、うだチャン11やホームページ、facebook等、できるだけ様々な形での情報発信に努めます。

① QRコードを読み取る方法
上のＱＲコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録をします。

②空メールを送る方法
t－u d a@s g－m . j pに空メールを送り、返信されたメールに記載されている手順に従って登録をします。

宇陀市　ハザードマップ　検索

家の備えもやけど、災害に備えた情報収集が大事やね。
地域のハザードマップも見ておかないと・・

やっぱりスマホや携帯電話は災害時に要るなあ。
市ホームページのハザードマップとか防災マニュアルは、ブックマークに登録したり、写メにとっていつでも見れるようにしとこか・・・

宇陀市　防災対応基本マニュアル　検索

Chapter 7 家族で決めよう。災害ルール！

連絡先や連絡方法は？携帯？メール？

みんなの役割分担は？お姉ちゃんは？

LEDのランタンが欲しいね。

ハザードマップと災害時マニュアル、緊急時連絡先名簿、非常持出袋と併せて玄関口に置いておくか・・・

レトルト食品やインスタント食品も非常食としているし、飲料水やカセットコンロの用意もいるなあ・・・

食品ラップは食器替わりになるし、大きなゴミ袋は水を入れたり、簡易トイレになったり便利！特に新聞紙は工夫次第で器や衣類、スリッパや燃料になったりと、災害時の万能グッズなんだって！

避難場所まで、どの道を通っていくの？

電話機のところに緊急用の連絡ノートと緊急用電話帳を置いておこうよ。

避難所に行くときには、本とか自分の時間を過ごせるものを持って行ったらいいんだって。

すばらしい！これぞ、お手本ファミリー！

わが家の災害時ルール

1. 身を守ることを第一に！
2. 帽子やタオルで頭を守ること！
3. 非常持出袋は、一人ひとり玄関の近くにまとめて！
4. 家から避難するときはブレーカーを切る！
5. 家族と連絡がとれない時は、家の前の公園か、避難所でじっと待つ！
6. 別居のおじいちゃん宅の安否確認をする！

「備えあれば憂いなし！」・・・それは分かっているけど、常にそのことばかりを考えて暮らしていくわけにもいかないし、「来るなら来い！その時はその時だ！」っていうのが、今までのわが家の考えでした。

でも、今回訓練してみて分かったことがあります。それは、「いざという時、一呼吸おいて冷静に判断できるのは、日頃の備えや知識があるからこそなんだ」ということです。

知識と経験が、家族を守る力になるんだなぁとヒシヒシと感じることができました（^^）

急な災害にも負けないぞ！
廣瀬ファミリー

Chapter 8 さいごに

地域の防災訓練に参加して、実際の避難の仕方を体験してみるのも良いですね

「廣瀬さん宅の防災訓練」のまとめ

その1『日頃の備えが大切』

①家族で防災会議をして災害時のルールを決める。
②大規模災害に備えて、備蓄品の準備をする。
③非常持出品をリュックサックに入れておく。
④大地震に備えて、家具等の転倒・落下防止をする。
⑤窓ガラスには、飛散防止（フィルムやレースのカーテン）をする。

その2『命を守る行動をとる』（地震発生時）

①まず身を守る行動をとる。
②狭い路地やブロック塀等には近づかない。
③正しい情報を確かめて行動する。
④避難時は、ブレーカーを落とし、非常持出品をもって避難する。
⑤余震に注意する。

今回はとても勉強になりました(^^)
ところで、今更なのですが、
「非常持出品」と「備蓄品」ってどう違うんですか？

「非常持出品」

避難所で困らないように準備するもの

■現金 ■預金通帳 ■印かん ■保険証 ■免許証 ■懐中電灯 ■携帯ラジオ ■予備の乾電池 ■ヘルメット・防災ずきん ■厚手の手袋 ■毛布 ■缶切り ■ナイフ ■携帯用トイレ ■救急箱 ■処方箋の控え ■胃腸薬・便秘薬・持病の薬 ■生理用品 ■乾パン ■缶詰 ■栄養補助食品 ■アメ・チョコレート ■飲料水 ■下着 ■靴下 ■長袖 ■長ズボン ■防寒用ジャケット ■雨具 ■携帯用カイロ

※ただし、人が多く集まる避難所では火災や事故の危険性があるため、火気の使用を禁止しています。

「備蓄品」

災害直後からの数日間、自足するための物資

■レトルト食品（ご飯・お粥等（アルファ米）） ■インスタントラーメン ■お味噌汁 ■飲料水 ■給水用ポリタンク ■カセットコンロ ■ティッシュペーパー ■ラップフィルム ■ウェットティッシュ ■紙皿・紙コップ・割り箸 ■水のいらないシャンプー ■簡易トイレ ■ビニール袋 ■ロープ ■工具セット ■ほうき・ちりとり ■ランタン ■長靴

今後、巨大地震の想定される地域においては、食料や飲料水をはじめ家庭備蓄は７日分以上確保することが望ましいといわれています。それは、災害直後からしばらくの間は、物資の輸送が困難になると予想されているためです。

災害に強い奈良県へ　～ナラ・シェイクアウト～

NARA Shake Out !

1 分間の安全確保行動 !!

この訓練は、決められた時刻に一斉に机の下に隠れるなど身の安全を図る行動を実践することで、日頃の防災対策を確認するきっかけになります。

7/11（月）AM10：30

市役所や各地域事務所でも、訓練開始の放送とともに実施します。
来庁者の方も、ぜひご参加を！

ナラ・シェイクアウト　検索

公職選挙法が改正　選挙権年齢が18歳以上になりました
第24回 参議院議員通常選挙

大事な投票、忘れずに！

投票日
7月10日（日）午前7時～午後8時
市内28カ所の投票所（下記のとおり）

開票日
7月10日（日）午後9時～
総合体育館（榛原萩原）

■投票できる人

次のいずれにも該当し、引き続き住民基本台帳に記載され、宇陀市の選挙人名簿に登録されている人

①平成10年7月11日以前（11日を含む。）に生まれた人

②平成28年3月21日以前（21日を含む。）において住民票が作成された人または転入届をした人

■投票するには

今回投票できる人には、**6月23日以降**に投票所入場整理券を世帯単位で郵送します。

※入場整理券がなくても選挙資格があれば投票できますので、万が一、届かなかったり、紛失された場合は、投票所で申し出るか、宇陀市選挙管理委員会へお問い合わせください。

■期日前投票の期間

6月23日（木）～7月9日（土）
午前8時30分～午後8時

■期日前投票所の場所

○宇陀市役所ふるさとテラス
○各地域事務所

※いずれの投票所でも投票できます。

■投票所に入場できる子どもの範囲が拡大しました

選挙人の同伴する子ども（幼児から18歳未満まで）も、投票所に入ることができるようになりました。

■選挙人名簿の表示登録制度の改正

制度が改正され、宇陀市に転入された人で、本市の選挙人名簿に登録されていなくても、旧住所地の市町村で登録されている場合があります。

詳しくは、旧住所地の選挙管理委員会にお問い合わせください。

問 選挙管理委員会事務局（総務課内）
（☎82・1302／IP☎88・9068）

■投票区投票所一覧表

	投票区	投票所の名称	投票区の区域
大宇陀地域	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
	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
	3	大宇陀人権交流センター	岩室（北谷）、小附（二区・三区）
	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
	5	旧守道小学校	岩清水、調子、塚脇、藤井、才ケ辻、守道、山口、白鳥居、上品、下品、和田、小和田
	6	田原区集会所	牧、栗野、田原、上片岡、下片岡、東平尾、大熊
菟田野地域	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
	8	平井地区集会所	平井、見田、大澤、大神、別所
	9	旧菟田野宇賀志地区体育館	稲戸、駒帰、佐倉、宇賀志
	10	菟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	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・稲荷・新町・宮本・菟田川・駅前・新駅前・富士見ヶ丘）、萩乃里
	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
	13	大和富士ホール	赤瀬、長峯、天満台西１～４丁目
	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
	15	農林会館	下井足、篠楽、雨師、上井足、足立、安田、笠間
	16	伊那佐体育館（旧伊那佐小学校体育館）	池上、高塚、福西、栗谷、比布、石田、山路、大貝、澤、三宮寺、母里
	17	檜牧甲公民館	自明、桧牧、荷坂
	18	たかぎふるさと館	内牧、八滝、諸木野、赤埴、高井
	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）
	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	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
	22	多田地区公民館（旧多田保育所）	無山、多田、染田
	23	やまびこホール	向渕
	24	宇陀市室生振興センター	大野
	25	三本松集会所	三本松
	26	西谷地区公民館（旧西谷保育所）	砥取、滝谷、西谷、龍口
	27	室生生活改善センター	室生
	28	ふるさと元気村	黒岩、田口元上田口、田口元角川、下田口

応援しますうだぢから（市民活動）！

平成28年度版地域づくり支援メニュー冊子を作成

問企画課（☎82・1362／IP☎88・9074）

市では、まちづくりの基本理念として
①持続可能な環境保全のまちづくり
②新しい時代の協働のまちづくり
③地域力（宇陀力）による安心・安全なまちづくり
④歴史や文化を活かしたまちづくり
を掲げ、資源を活用した快適で活力のある「安心・安全」なまちづくりに、みなさんとともに取り組んでいます。

この度、地域コミュニティ活動や健康福祉（ウェルネス）、環境等、特に市民生活に関係の深い団体向け支援メニューをまとめた簡易冊子を作成しました。

冊子には、各種事業や活動の補助金等「財政的支援」30項目、各活動に対する講座の開催や支援員の派遣等の「人的支援」5項目の支援について市をはじめ国や県、関係機関の制度を掲載しています。

この冊子は市ホームページに掲載するほか、企画課および各地域事務所で配布しています。

官民連携により、「ともに支え合い、活気あふれるまちづくり」を推進していくため、ぜひご活用ください。

宇陀市　地域づくり支援　検索

県域全体の発展を目指して

奈良県・市町村長サミットが開催

問企画課（☎82・1362／IP☎88・9074）

このサミットは、平成21年度から知事と市町村長が定期的に意見交換し、相互の課題や状況把握を行う場として開催されています。

ここでは、県と市町村が協働して行政サービスの維持・向上を目指す取り組み「奈良モデル」について意見交換を行うとともに、奈良県域全体の発展と行政サービスの向上を目指しています。

今年度第1回目となる今回は、5月23日(月)、榛原総合センターで開催され、知事をはじめ、39市町村の首長および県幹部職員等関係者200名が参加し、本年度の新たな行政課題について意見を交わしました。

また、グループ別意見交換では、竹内市長が「県と市町村が連携したまちづくり」について意見発表を行いました。

今回のサミットの主な議題

○「奈良モデル」検討会として、これまでの取組状況や、県と市町村の連携協定によるまちづくり等の重点課題の報告

○県と市町村が協力して取り組んでいく事業等として、ごみ処理広域化や「国民文化祭・なら2017」「全国障害者芸術・文化祭なら大会」、また奈良県教育振興大綱の策定等に関する情報提供　等

プレミアムハっぴー商品券を発行！取扱店もあわせて募集！

市内でのお買い物を促進することで、市外への経済の流出を防止し、市内事業所の売り上げの向上と地域経済の活性化を図る目的で市内の取扱店でのみ利用できるお得な商品券を発行します！

発行時期／９月予定　**商品券**／10,000円で11,000円分!!（プレミアム分1,000円）

商品券発行総額 5,500 万円

商品券の取扱店も募集します！

募集対象／市内に立地する店舗・事業所　**登録費用**／無料

登録場所／宇陀商工会　問宇陀商工会（☎82・2211）・商工観光課（☎82・2457/IP☎88・9081）

様々な思いを荷台にのせて！　宇陀市初のPRカー！

宇陀市PRラッピングトラックが出発！

◀１号車である2tトラックには春夏秋冬の市の見どころを掲載！２号車は来年以降に予定とのこと。

背面には市の場所と市公式ホームページのQRコード
▼

６月９日、市役所敷地内において市長をはじめ市議会議員、近隣住民等、多くの人々が見守る中、車両のお披露目とともに出発式を挙行しました。

このラッピングトラックは、今西物流株式会社（榛原下井足）が「地域を元気にするため、自分たちは何ができるのか？」と考えた結果、宇陀市のPRをしようと社用車のトラックに宇陀市の名所や見どころを描いたものです。

今後、市のPRトラック第１号として業務先の三重県をはじめ近畿圏内各地で市の魅力発信を行っていただくほか、各種イベントへの参加や、災害時には緊急輸送車両としてもご協力いただけるそうです。

市長はあいさつで「悠久の歴史と自然が息づくこの宇陀市を少しでも多くの人々に知っていただきたい」と述べ、同社今西哲哉社長は「車両に描かれた名所を見て、改めて市の魅力を感じた。私は生まれも育ちもこの榛原。同級生をはじめこの地を離れている人がこの車両を見て、少しでも故郷の宇陀市のことを思い出して欲しいし、この車両をきっかけに、宇陀市での思い出を語ってくれる人がいてくれれば嬉しい。これから市の看板を背負うので安全運転には十分気をつけなければ」と語られました。

これを機に交流人口と故郷へ帰ってくる方の増加を期待しています。

お財布にも環境にもやさしい取り組み
まずは家庭から「レッツ省エネ」！

もう、「節電」といえば、みなさんのライフスタイルの一部としての定着していることと思います。

市でも全庁的な取り組みを始めて６度目の夏を迎えます。特に消費電力が大きい冷房が欠かせない季節で電力需要が増加する本格的な夏季を迎えるにあたり今一度ご家庭の電気の使い方を見直してみませんか。

くれぐれも体調には気をつけて、熱中症などにならないよう、無理のない範囲で取り組んでください。

今年もグリーンカーテンしています！

①こまめにスイッチオフ！
【スイッチオフで電気使用は必要最小限に】

・リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切ろう！

②待機電力を削減！
【使用していない場合にも電力が消費される待機電力を削減】

・本体の主電源を切るとともに、頻繁に使わないものはコンセントを抜こう！

③エアコンで節電！
【設定温度・風向きを調節して節電】

・カーテンで窓からの熱の出入りを防ごう
・フィルターの清掃はこまめに、室外機の周りに物を置かない
・扇風機やサーキュレーターを併用して風向きを上手に調整しよう

新たな歴史がはじまります！

室生小学校体育館が竣工

5月29日、かねてから工事中の体育館が完成しました。この体育館は、室生小学校の開校に伴い整備したもので、
・木材利用による温かみ
・自然換気、自然採光
・体育館と運動場の一体利用
・太陽光発電、LED照明の採用による省エネ化
・ユニバーサルデザインを施設の基本コンセプトとしています。

竣工式典では、全校児童による校歌の斉唱で、新しい歴史の幕開けを祝いました。

舞台は屋外からも供用して使用できます。建物内には、図書室、多目的教室等を備えるとともに、屋根には10kwの太陽光パネルを設置し、LED照明と併せ省エネ化に努めています。
また、自然光を多く取り入れ、明るく開放的な空間となっています。

情報公開・個人情報保護制度
昨年度の運用状況を報告します

■情報公開制度とは

市が持っている情報（行政文書）を市民のみなさんの請求に応じて公開する制度です。

【昨年度の公開請求件数】 27件
内訳：全部公開1件・部分公開24件
不存在1件、非開示1件、
異議申立ては1件でした。

■個人情報保護制度とは

個人情報の適正な取扱いに関する事項を定め、市が持っている個人情報をその本人の請求に応じて、開示や訂正等を行う制度です。

【昨年度の個人情報の開示請求件数】
12件
内訳：全部開示8件・部分開示2件・
不存在2件
開示決定等に対する異議申立てはありませんでした。

問総務課（☎82・1302/IP☎88・9068）

社会を明るくする運動
（7月1日～31日）

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

④冷蔵庫で節電！
【扉の開閉時間を短く、詰め込む量も考えて節電】
・消すときは主電源をオフに
・画面を掃除し、画面は明るすぎないよう
・節電モードを活用しよう

⑤照明で節電！
【明るさや点灯時間を調節して節電】
・照明器具の掃除で明るさアップ、点灯時間を短くしよう
・省エネ型の照明器具に取り替えよう

⑥テレビで節電
【主電源オフ・明るさを調節して節電】
・消すときは主電源をオフに
・画面を掃除し、画面は明るすぎないよう
・節電モードを活用しよう

⑦他にもこんなところで節電
【生活スタイルを見直して節電】
・炊飯器、電気ポットの保温は控えよう
・洗濯は、お風呂の残り湯を利用し、まとめ洗いで洗濯回数を減らす工夫を
・蛇口をこまめにしめたり、シャワーの時間を少しでも短くする努力を
・トイレの電気便座、使わないときはフタを閉めて
・早寝早起きは、夜の消費電力を抑えることになり節電に
・食事や団らんの時などは、家族みんなで一つの部屋で集まろう
・エコクッキングで節電
○水滴を拭いてから火にかけ、炎がはみ出さない火加減で調理しよう
○鍋にはふたを、下ごしらえを工夫しよう

問環境対策課（☎82・2202／IP☎88・9078）

市民主体のまちづくりを推進します

宇陀市まちづくり活動応援補助金事業の実績報告会を開催！

市では、みなさんの自由な発想・斬新なアイデアでまちづくり活動を行う市民グループやNPO・ボランティア団体等を支援する「宇陀市まちづくり活動応援補助金交付事業」を実施しています。

昨年度に補助金の交付を受けた6事業の実績報告会を開催しますので、市民活動に興味のある方や今後にまちづくり活動応援補助金の申請を考えている方は、ぜひ参加ください。

【日時】7月19日（火）午後1時30分～

【場所】市役所大会議室

【内容】
○各団体からの事業報告（各10分程度）
○審査員との質疑応答・意見交換会

【申し込み】不要
※キッズルームを開設します。希望される方は事前に申し込みください。

■報告事業（発表順）
○コミュニティ公園づくり
○平和の杜つくり整備事業
○ふる里共存事業「たぐちきっちん」
○三本松活性化町並み歴史散策マップ
○伊勢街道をテーマとした地域間連携事業（継続）
○ツルマンリョウ保存事業（継続）

問まちづくり支援課（☎82・3910／IP☎88・9094）

薬草のまちづくりを目指して

宇陀市地域おこし協力隊員を任命

市では、「薬草を活用したまちづくり」地域住民や関係団体と連携して進めるため、主に都市地域から宇陀市に移住することを条件に「地域おこし協力隊」を募集しました。

各地の都市から複数の応募をいただき、その中から選考した結果、次の方に6月1日から地域おこし協力隊として勤務いただくことになりました。

これから、薬草のまちづくりについて、情報発信等に従事していただくことになります。

問産業企画課（☎82・5874／IP☎88・9075）

東京都杉並区から来ました
中島智弘（29歳）です。
薬草栽培や情報発信をがんばっていきます。
よろしくお願いします。

市長日記

梅雨も終わりですが、体調は崩されていませんか？

▼6月12日、宇陀市地域連携型防災訓練を実施しました。当日は、東榛原まち協と菟田野まち協とも連携し、非常に中身の濃いものになったと思います。

訓練は7時30分、マグニチュード6の地震発生という想定のもと、職員の参集訓練に始まりました。訓練は、時間の進行とともに災害対策本部の設置、被災情報の収集、避難所30カ所の開設、避難状況の報告や、現場班からは「一部崩壊箇所がある」「家屋の損壊も発生」といった現地からの状況報告等、本番さながらの動作確認が繰り広げられました。訓練後には、職員各班から活動結果の発表や問題点や改善事項の提案を受け、今後さらなる体制の強化に向けて職員各々の意識高揚を肌で感じることができました。

また、現地視察として、東榛原防災訓練に激励とあいさつに出向いた際には、多くの住民の方々の参加、関係機関も熱心に協力されている様子を拝見させていただきました。皆さんには改めてお礼を申し上げるところです。

▼宇陀市で想定される災害として、地震はもちろんのこと、これから梅雨末期の大雨、台風の襲来、土砂災害や家屋の損壊等が心配されます。

災害時には、「真の宇陀市の力」が求められます。皆さんとともに協力して、災害に強い地域づくりを願っています。

▼参議院選挙が公示されました。今回は、選挙年齢が引き下げられてから初めての選挙です。今後の国づくりを進める立法機関の参議院選挙です。有権者の一員としてしっかりと政策、今後のビジョン等を考えて、投票をお願いします。

地方においても、基礎的自治体である市町村の義務と責任が大きくなっています。しかし、財源は少子高齢化、人口減少等により、厳しくなるばかりです。これから先、「地方としてどうあるべきか」「国の政策はどうあるべきか」をご家族や友人と議論していただきたいと思います。

「行政に参加する」。そのために、ぜひ参議院選挙の投票に行ってください。

防災訓練では、緊急放送や模擬記者会見も実施しました。

差別をなくす強調月間の取り組みにご参加を！

問人権推進課（☎82・2147／IP☎88・9077）

催し・内容	日　時	場　所
街頭啓発	7月1日（金）	近鉄室生口大野駅・榛原駅、サンクシティ、市役所前
人権啓発ポスター・標語展	7月8日（金）・9日（土）	文化会館
	7月12日（火）～27日（水）※開庁時のみ	市役所ふるさとテラス
部落差別等撤廃と人権確立を目指す県民集会	7月30日（土）　午後0時30分～	橿原文化会館
人権・行政・心配ごと特設相談（予約不要・無料・秘密厳守） 人権相談 問人権推進課（☎82・2147） 行政相談 問総務課（☎82・1302） 心配ごと相談 問室生地域事務所（☎92・2001）	7月12日（火）　午前10時～正午	室生人権交流センター
	7月12日（火）午後1時30分～3時	音楽の森ふれあい館
	7月13日（水）午後1時30分～3時	ふるさと元気村
	7月14日（木）午前10時～正午	大野西垣内集会所
	7月14日（木）午後1時30分～3時	蕨集会所

※定例の人権相談・行政相談、心配ごと相談についてはP 31 をご覧ください。

■差別をなくす市民集会　　7月9日（土）

午後1時30分～　　場所：文化会館

今回の集会では、『いやしのソムリエ』の異名を持つアマデウス大西さんを講師にお招きします。アマデウス大西さんは、高校で30年間音楽の教諭を務め、魅惑のピアノとお笑いトークは、各地で好評を得ています。講演では氏による音楽と笑顔で、イキイキと元気な人生を送ることを提案します。

参加費、申し込みは不要。みなさんのご参加をお待ちしています。

【講演テーマ】「お互いの違いを認め合える社会を目指して
～音楽と笑いの不思議なチカラ 心の扉が開くとき～」

【講師】奈良県出身『関西お笑いピアニスト』アマデウス大西さん

※手話通訳・要約筆記・託児（要問い合わせ）

※文化会館までバスを運行します

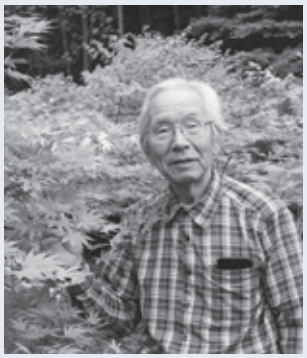
室生地域事務所・・午後0時30分　宇陀市役所・・・午後0時50分
菟田野地域事務所（農林センター駐車場）・・午後1時
菟田野人権交流センター・・午後1時5分

キラリ うだ人
Kirari UDA-Bito

玩械 ―がんしゅくー

（カエデと戯れる喜びを感じて）

カエデ研究家―矢野正善さん（菟田野古市場　奈良カエデの郷ひらら）



もともと写真家、また研究家として奈良市内で住んでいましたが、旧菟田野町の時に多くのカエデの苗とともにこちらに移り住みました。

みなさんカエデは「紅葉が美しい」と思われがちですが、実は春の新芽も素晴らしいんです。5月までの新芽と同時にそれぞれ花を咲かせ、そして種を付け、10月には真っ赤に紅葉します。春は手に取り近くから葉の形や色、種を見る楽しみがあり、秋は遠くから見るのがおすすめです。冬になると葉が少なくなりますが、そんなときには趣味で集めたカエデ模様の着物1500枚を見ていただきたいです。ここでは一年中カエデと遊び、触れることができます。

カエデの個性は本当に千差万別で、色や形、植生は全く異なります。色が日ごとに変わっていくのでその表情を楽しめます。また、海外でも非常に評価の高い日本の文化、園芸品の代表でもあります。この「ひらら」には、1200種3000本もの多くの個性や魅力が一堂に会し、同じ空間を共有しています。それが、ここの最も誇れるところなんです。

今後、カエデが新たな特産となることを目指すとともに、激変する環境の中、日本の植生と園芸の保護、そして古き良き日本文化の発信に一役買えたらと思っています。そのためにも、今後も研究を重ねていきますし、いろんな形でカエデの魅力発信に努めていきます。

キラリ うだ人

おうえんします うだぢから

「うだぢから」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。

❶みんなでまちづくり

～まちづくり協議会～

私たちが住んでいる地域では、自治会をはじめとした様々な団体が活動されており、これらの活動を通じてコミュニティが形成されています。

しかし、少子・高齢化が進み、ひとり暮らし高齢者世帯や共働き世帯、核家族化の増加等により世帯構造が変化し、地域のつながりが希薄化する問題があります。

こうした地域課題を解決するために自治会や団体の枠を超え、横の連携により広域的な視点で意見を出し合い、「自分たちの地域は自分たちでつくる」という考えのもとまちづくり協議会が設立されています。

地域	名称		地区名	設立年月日
大宇陀地域	大宇陀中央地域まち協	松山分会	万六、出新、拾生町、上新、中新、上、上中、上本、上茶、春日（旧）、下茶、下本、下中、下出口、小出口、春日（新）	H28/3/21
		協和分会	小附二区、小附三区（芝生一部）、中河原、内原上、内原中、内原下、岩室（下竹一部）	H28/4/30
	北辰地域まち協		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	H26/12/21
	大宇陀政始まち協		岩清水、調子、塚脇、藤井、才ヶ辻、桐山、谷脇、上守道、下出、後出、山口、白鳥居、上品、下品、和田、小和田	H25/12/22
	本郷まち協		本郷	H25/12/15
	おおうだ南部まち協		上宮奥、中宮奥、下宮奥、関戸、大東	H25/5/26
	上龍門地域まち協		牧、栗野、田原、上片岡、下片岡、東平尾、大熊	H27/4/26
菟田野地域	菟田野まち協		古市場、岩崎、別所、平井、見田、大澤、大神、松井、稲戸、駒帰、佐倉、宇賀志、東郷、入谷、下芳野、上芳野、岩端	H25/9/15
榛原地域	榛原地区まち協		小鹿野、西峠、墨坂、新吉田、福田、上町、東町、稲荷、新町、宮本、菟田川、駅前、新駅前、口田辺、高萩台、鳥見町、富士見ヶ丘、小鹿台、角柄、柳、あかね台（1～2）、桜が丘、榛見が丘（1～2）	H26/2/22
	東榛原まち協		戒場、山辺三、額井、赤瀬、長峯、五月ヶ丘、福地、天満台西（1～4）、天満台東（1～4）、ひのき坂（1～3）、玉立	H25/4/20
	内牧地域まち協		内牧、八滝、諸木野、赤埴（甲･乙）、高井、自明、檜牧（甲･乙）、荷阪	H26/1/19
	伊那佐地区まち協		池上、高塚、福西、栗谷、比布、石田、山路、大貝、澤、三宮寺、母里	H27/3/10
	大王地区まち協		萩乃里、下井足、篠楽、雨師、安田、心境、笠間、上井足、足立、白樺台、萩の原	H27/7/5
室生地域	向渕地区まち協		向渕、向渕奥山	H26/3/9
	室生大野まち協		緑川、上出、下出、中山台	H27/5/30
	三本松まち協		三本松（古大野・元三・琴引・中村・長瀬）	H26/2/22
	西谷地区まち協		砥取、滝谷、蕨、西谷、龍口	H26/7/26
	多田地区まち協		無山、多田、染田	H26/2/16
	笠間地区まち協		小原、上笠間、下笠間、深野	H25/4/8
	田口地区まち協		黒岩、田口弁財天、田口元上田口、田口元角川、下田口原山、下田口胎中、下田口	H26/1/19
	室生地区まち協		室生（下出・荷之出・管間出・西出・広垣内）	H25/4/13

❷ふるさと再発見、うたの健康ウォーキング！を開催

～菟田野まちづくり協議会～

新緑が映える5月29日、市内各地域からの参加者49名にて、まち協主催の健康イベントとしてウォーキングを実施しました。第4回となる今回は、常盤御前伝説の舞台、芳野地域を歩きました。

当日は、菟田野地域事務所玄関前に集合、血圧測定・オリエンテーション・ラジオ体操の後、目的地である上芳野に向けて出発。

道中では、松林院住職から中将姫の「身代り地蔵」の説明を受け、その後ボランティアガイドより「常盤御前の腰掛石」や「常盤井戸」の説明、そして岸岡家所蔵の「常盤御前の掛け軸」を見学後、目的地である上芳野「惣社水分神社」に到着しました。神社では役員より「神社のいわれ」の説明を聞き、重要文化財の「鳳輦神輿（ほうれんみこし）」の見学をしました。

普段あまり目にしない、まちの隠れた観光資源に、あらためて郷土の歴史と良さを感じた一日となりました。

❸宇陀マルシェ＆産直市場開催！

～榛原地区まちづくり協議会～

オーガニックと地産地消ブースで、とことん『宇陀』にこだわった産直市場を開催します。

日時：7月3日（日）午前10時～午後3時　（雨天中止）

場所：ローソン榛原萩原店の東側駐車場（会場には駐車場なし）

問 榛原地区まちづくり協議会（田窪）☎82・1528

薬草逍遥（やくそうしょうよう）～シソ～

毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。

シソは、漢方でも順気生薬として多くの薬方に配剤されます。他の薬の効果を強め、また、気を巡らすことで、精神的に楽にすることを目的に使用される植物です。

しかし、シソの効果はそれらにとどまりません。香りの成分であるペリルアルデヒドには強い防腐作用があり、食中毒を防ぐため、刺し身等のツマとしても利用されています。

一般には青ジソを、梅干しの着色料としては赤ジソが使われていますが、基本的には同じと考えて使用してもよいでしょう。ただ、漢方薬原料として使用されているのは、紫色をした赤ジソで、食用には青ジソを用います。

シソは、抗酸化や消臭、血中のアルコール分解促進作用があるとともに、アトピー、花粉症、喘息等のアレルギーによる諸症状を緩和してくれます。そのため漢方では紫蘇子（シソの種子）、紫蘇葉（シソの葉）を、芳香性健胃、去痰、鎮痛、利尿、解毒剤として食欲不振、胃けいれん、胃カタル、魚の中毒等に使用しているのです。

また、血液循環をよくし、頭の疲れを取り、イライラを鎮める作用があるので、乾燥粉末にして、ご飯の振り掛けとして食べるとよいでしょう。

▲食欲不振等に効果のあるシソ

※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

問 産業企画課　☎82・5874／IP☎88・9075

行政運営の改善にご尽力

行政相談委員２名が表彰を受賞されました

5月23日

長年の行政相談活動の功績に対し、行政相談委員の竹田一雄さんは公益社団法人全国行政相談委員連合協議会会長表彰を、西岡博文さんは近畿管区行政評価局長表彰をそれぞれ受賞されました。

竹田さんは、平成15年から約14年間、西岡さんは、平成19年から約９年間にわたり市民のみなさんの相談相手として、行政サービスに対する苦情や意見を受け、その解決と行政運営の改善に尽くされています。

その他にも、竹田さんは奈良行政評価事務所との協働により合同行政相談所を開催されています。また、西岡さんは市内の小学校を対象に、行政相談制度を紹介する行政相談出前教室に取り組まれるなど、行政相談制度の普及にも力を尽くされています。

竹田一雄さん（大宇陀野依）

西岡博文さん（榛原栗谷）

チーム全員、楽しく元気！にをモットーに

染田ゲートボールチーム ねんりんピック長崎へ出場‼

５月14日橿原市で「県高齢者スポーツ文化交流大会ならシニア元気フェスタ」が行われ、50チームを超えるチームの中から、見事「染田チーム」（室生染田）が優勝され、10月15日から長崎県で開催される、「ねんりんピック長崎2016」に奈良県代表として出場されます。

染田チームは平成12年からゲートボールを始め、“チーム全員、楽しく元気に‼”をモットーに練習されています。全国大会に出場するからには良い成績を収めたいと、大会に向けて週３日練習に励まれています。

優勝に向けて、がんばってください。

【出場選手】
（順不同・敬称略）
福井徳男
福井辰男
福井正男
福井正子
松浦道枝

まちのわだい

榛生昇陽高校ワンツーフィニッシュ‼

第53回近畿高等学校自転車競技大会ロードレース開催

6月5日

農林会館前をスタート・ゴールとする特設コース（1周11キロの一般道を７周）において、宇陀市では２回目となる本大会が行われました。

近畿２府４県30校167名の選手がエントリー。地元からは榛生昇陽高校の自転車競技部の選手12名が出場し、個人ロード・レースで奥村十夢（3年）さんと岡本篤樹（3年）さんが圧巻のワンツーフィニッシュ。学校対抗でも見事優勝を勝ち取りました。

沿道には、多くの方が観戦に訪れ、懸命にペダルをこぐ選手達に熱い声援を送られました。

子どもたちの教育振興のために

遊具 等を寄贈いただきました

平成25年５月、学校医の福井義晃さん（室生大野）より、教育振興のためにと頂いた寄附を、この度室生こども園の遊具（２基）、室生小および室生中の校旗、改築した室生小体育館の緞帳に活用させていただきました。

子ども達が元気に、また誇りを持って活動できるよう、ご厚志に感謝し大切に活用させていただきます。

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！

『手づくり農機具アイデア集 なるほど便利』
農産漁村文化協会　編
出版：農産漁村文化協会

田植え機への苗補給ハシゴ、立ったまま播種３点セット、天井ビニール補修具、サトイモの皮むき機など、便利な手づくり農機具を紹介する。付属の DVD で実際の様子がわかる。『現代農業』掲載記事を再編集し単行本化。（大宇陀図書館所蔵）

『ものしりチャンピオン 1000 問 夏 250 の“なぜ”』
出版：くもん出版

ものしりチャンピオンになろう！「衣替え」って何？どうして夏にやせるの？夏にまつわる行事、動物、体、乗り物などに関するいろいろな Q & A をイラストとともに収録。他、春・秋・冬のシリーズ有
（大宇陀図書館所蔵）

図書館からのまめ知識 Vol.28.

夏休みが近づいてきました。夏休みといえば宿題。みなさんは早く済ませる方でしたか？最後まで持ち越す方でしたか？図書館にはどちらのタイプも来られます。夏休みのドリルを一日で仕上げるツワモノも…。保護者の方からは工作や作文についてのお尋ねがよくあります。

そこで、夏休み期間中のプチ自慢を「ぬくもり伝わる木のおもちゃ」と題して作品を展示しています。作られた方は長年大工仕事をされていて、数年前に引退し、趣味で木工作を始められたそうです。一緒に工作の本も置いてありますので、この夏休みにはみんなでワイワイ言いながら、一つの作品を作り上げる楽しさを味わってみてください。自分の意外な才能に気づくかもしれません。

おはなし会やその他のお知らせは P27

自分で作るウィンナーは格別‼
市子ども会連合会手づくり体験交流会を開催

５月８日

体験学習を通して自主性や協調性を育むとともに、各地域の子ども会同士が交流を深め、子ども会活動の充実振興を図ることを目的に、伊賀の里モクモク手づくりファームで「宇陀市子ども会連合会手づくり体験交流会」が開催されました。

当日は大人 23 名、子ども 19 名が、みんなで楽しく学べる手づくりのウィンナー教室に参加しました。各子ども会の枠をこえて交流し協力し合いながら作った、モクモクファーム自慢のお肉でつくる出来たてのウィンナーの味は格別でした。

また、ヤギやヒツジにふれあったり、竹馬やぽっくりで遊んだり、筏に乗ったりと楽しい一日を過ごしました。

室生中でも楽しいひと時
韓国教職員訪日団　来訪

５月 30 日

５月 28 日から市内の各家庭でホームステイされていた、韓国教職員の方々 23 名が市役所へ表敬訪問に来られました。市役所玄関では職員や八っぴーが教職員の方々を歓迎しました。市長や訪問団長の挨拶の後、商工観光課より宇陀市の魅力を紹介させていただき、その後室生中を訪問され、授業風景を見学したあと、生徒と一緒に給食や清掃を行い、交流を深められました。また交流会では、それぞれのあいさつの仕方や大切にしている言葉等を交換し、楽しいひと時を過ごされました。

今回の来訪で得られた、市の魅力や、教育の良さを、教職員を通じて、韓国の子どもたちに伝われば嬉しいです。

またのお越しをお待ちしております。

宇陀市立病院から

■各科から担当医の変更のお知らせ

７月から担当医および診察場所が次のように変更になります。

【内科】

	月	火	水	木	金
1診	白 石	杉 原	杉 原	佐々木	佐々木
2診	椎 木	松 倉	椎 木	椎 木	松 倉
3診	松 島	松 島	白 石		前 川
4診		浅田（消化器）	林	林	林
初診	田 邊	吉 原	大 野	川島	小林（午後３時まで）
午後	ﾍﾟｰｽﾒｰｶｰ外来 松倉（予約） 第２月曜（午後２～３時）	腎臓外来 椎木（予約）（午後２～３時）		糖尿病教室 指定日（午後２時30分～） 禁煙外来 予約制（午後２時～）	

【整形外科】

	月	火	水	木	金
1診	水掫（予約）	水掫（予約）	仲川（予約外・予約）	水掫（予約外）	仲川（予約）
2診	竹嶋（予約外・予約）	竹嶋（予約）	奥本（予約外）	井上（予約）	奥本（予約）
3診	花房（予約外）	門野（予約）	―	澤井（予約外）	江川（予約外・予約）
4診	澤井（予約外）	島岡（予約外）		池田（予約）	井上（予約外）
5診	池田（予約外）	酒本（予約外・予約）		仲川【午後】（予約）	

【耳鼻咽喉科】

	月	火	水	木	金
耳鼻咽喉科	木村 補聴器外来 第２～４月曜（午前中・予約）	休診	伊藤	休診	金田 第２金曜日のみ 午前10時からの診察

※ が変更箇所です。

※（予約）は、一度診察されて、再診が必要な患者さんが予約されている日となります。

■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む（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
※その他詳細はお問い合わせください

○作業療法士（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

○看護助手（パート）若干名

業務内容等：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。

※全ての募集について、試験日は後日連絡します。

★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）

第３回病院まつりを開催

健康ポイント事業

７月23日（土）午前10時～午後３時

※詳しくは今月号の折り込みチラシをご覧ください。

■糖尿病教室のご案内

【７月の予定】
21日（木）糖尿病の基礎知識　（第１回）
28日（木）糖尿病の治療～食事療法～（第２回）
【時間】午後２時30分～【場所】北館２階栄養指導室

子育ての悩み一人で悩まず・・・・
発達相談外来を行っています

小児科では発達相談外来を行っています。
「落ち着きがない」「かんしゃくを起こす」「こだわりが強い」「友達づきあいが苦手」など、お子さんの発達で気になることや、どう対応したらいいか困っていることはありませんか？

ことばや体の発達、行動に関するご心配など、お気軽にご相談ください。

【就学前】
・兄弟や他の子とコミュニケーションがとれない
・名前を呼んでも反応しない視線が合いにくい
・集団行動ができない　・同じ行動ばかりする
・注意されても守れない

早い時期からの「気づき」は、子どもの成長に応じた適切な支援につながり、お子さんのより良い成長につながります。まず、保護者自身が子どもを理解することが重要です。気になる時は、早めに相談を。

【小・中学校】
・ボーっとしていることが多い
・感情の波が激しい　・忘れ物や落し物が多い
・話し方が不自然　・片づけや整理整頓ができない
・同じことを何度も注意される　など

【発達相談外来（事前予約制）のお知らせ】

診察場所：小児科外来にて（担当：岸本医師）
相談日時：毎週木曜日　午後１時～２時
対象児童：中学生まで
予約方法：休院日を除く午前９時～午後４時
○電話予約の場合　地域連携室　☎85・1201
○直接来院の場合　総合受付

宇陀市立病院　☎82・0381　http://www.city.uda.nara.jp/udacity-hp

～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

問い合わせ：医療介護あんしんセンター（☎85・2500/FAX85・2501）

高齢者の夏場の健康 ～脳梗塞を予防しましょう～

脳梗塞や脳出血等は、血圧が上昇しやすい冬に多い病気というイメージがありますが、脳梗塞は６～８月の夏場に多く発症します。

脳梗塞（のうこうそく）とは？

脳に栄養を供給している血管が詰まることが原因でおこります。詰まるとその先の細胞に栄養が届かなくなり、体の麻痺や言語障害、視覚障害を引き起こす原因になります。

なぜ脳梗塞（のうこうそく）が夏場に多い？

夏は大量の汗をかくために脱水状態になりやすく、脱水になると血液中の水分が不足し、血液が粘度を増し、血のかたまりができやすくなります。また水分不足により体内を循環する血液量も減少して、血管が詰まりやすくなります。

脳梗塞の前触れ
- 片方の手と足に力が入らない。
- 顔を含む、身体の半身がしびれる。
- ろれつが回らなくなる、言葉が出なくなる。
- 片側の目が見えにくくなる、視野の一部が欠ける、物が二重に見える。
- めまいがする。
- ふらついて立てない、歩けなくなる。

これらの症状があれば、すぐに救急車を呼んで脳神経外科でみてもらいましょう。

●予防と対策

脳梗塞が発症する時間帯は睡眠中と朝の起床後２時間以内です。起床時には、血圧が上昇するので、就寝前と起床時にコップ１杯ずつの水を飲むことが脳梗塞予防につながるといわれています。

夏の多汗や、脱水になりやすい高齢者は、血液の流れが悪くなり、脳梗塞の要因となりますので、適度な水分摂取をしましょう。熱中症の予防にもなります。

●水分補給をするために

食事から摂れる水分以外にも１日1.5リットル以上の水分を補給する必要があります。トイレの回数が増えることを嫌がって、水分補給を控える高齢者も多いです。

１日の初めに500mlほど入るマグカップに好みの飲み物を用意します。もう１本はペットボトルに水を用意し、服薬用に使用します。電解質飲料（スポーツドリンク）を薄めたものなら、なお良いでしょう。あらかじめ用意しておくと手軽に飲め、飲んだ量も確認できます。

健幸都市“ウェルネスシティ宇陀市”

■健幸運動教室のご案内

健康ポイント事業

９月から、介護保険サービスを利用していない65歳以上の方を対象に、「健幸運動教室」を開催します。

【場　所】　大宇陀温泉あきののゆ
【内　容】　①温泉エクササイズ（定員　各10名）
・毎週火曜日　１部：午前10時15分～11時30分
２部：午後１時30分～２時45分
②健幸ストレッチ教室（定員　15名）
・毎週水曜日　午前10時15分～11時30分
【参加費】　１回500円（入浴券付）※送迎はありません。
【準備物】　運動しやすい服装・上靴・タオル・水筒・水着（温泉エクササイズ）
【申し込み】　大宇陀温泉あきののゆ（☎83・4126）
※申し込みは先着順とさせていただきます。また、多くの市民の方々に参加していただきたい事業ですので、今年度受講される方は来年度の受講をご遠慮いただく場合があります。
【問い合わせ】　介護福祉課（☎83・3675/IP ☎88・9088）※介護福祉課では申し込みはできません。

表記中の就園前とは幼稚園等入園まで
就学前とは小学校入学まで

子育て支援センターからのお知らせ ①～⑦

問 子育て支援センター（☎84・9925）

①つどいのひろば（申込不要）

公共施設で遊びや交流の場を提供

【対象】市内在住および里帰りの就園前の乳幼児とその保護者
【時間】毎週水曜日　午前10時～11時30分
【持ち物】水筒、タオル、帽子

②親子リトミック（参加費無料）

親子で楽しくリズムに合わせて体を動かそう！

【日時】7月7日（木）
午前10時～11時30分
【内容】リズムに合わせて体を動かしましょう。
【対象】市内在住の満2～3歳児の就園前の幼児とその保護者
【講師】三好美穂先生【定員】先着12組
【持ち物】水筒、タオル、動きやすい服装で来てください。
【申し込み】7月6日（水）まで

③親子ヨガ教室‼（参加費無料）

親子で一緒に触れ合いながら、体を動かしてあったかい時間を過ごしませんか？ヨガ初体験の方も大歓迎。

【日時】7月19日（火）午前10時～11時
【内容】親子でヨガを楽しむ
【対象】市内在住のお座りができる7カ月ぐらいからの乳幼児とその保護者（妊婦さんはご遠慮ください）
【講師】ハピコミおやこヨガ　インストラクター　田邉香代先生
【定員】先着20組
【持ち物】水筒、下に敷くバスタオルまたはヨガマット、動きやすい服装で来てください。
【申し込み】7月15日（金）まで

④なかよしひろば（親子ふれあい事業）（申込不要）

【対象】市内在住の就学前の乳幼児とその保護者
【日時】7月25日（月）
午後2時30分～3時30分
【内容】体を動かして遊びましょう
【持ち物】水筒、タオル

⑤双子ちゃん集まれ‼（申込不要・参加費無料）

双子等を育てている保護者同士で交流し、子育ての情報交換をしませんか。

【対象】市内在住の双子（または多胎児）の就園前の乳幼児とその保護者
【日時】7月27日（水）
午前10時～11時30分

お子さんの発達に関する不安や悩みについて語り合いませんか？

問 介護福祉課（☎82・3675／IP☎88・9088）

●みんなでつながりをつくろう 井戸端会議（第4回）

市障害者地域自立支援協議会子ども支援部会では、毎月1回井戸端会議を開催しています。

【日時】7月7日（木）午前10時～正午
【場所】文化会館（大宇陀拾生）
※託児希望の方は、問まで要連絡。

●おしゃべり会（仮称）

6月より毎月第2木曜日（原則）におしゃべり会（仮称）を開催しています。

【日時】7月14日（木）午前10時～正午
【場所】菟田野人権交流センター

⑥☆子育て講座☆～ ベビーマッサージ ～

赤ちゃんとの、肌と肌の触れ合いからのコミュニケーションを感じてみませんか。

日時：7月15日（金）　午前10時～11時30分
場所：子育て支援センター　2階
対象：市内在住の生後2カ月～12カ月の乳児とその保護者
講師：インストラクター　金谷　智子さん
定員：10組（定員になり次第締め切ります）
参加費：無料
持ち物：タオル2枚（赤ちゃんを寝かせられる大きさのもの）
申し込み：子育て支援センターへ

⑦☆水遊びが始まります‼☆

大きめのビニールプールで開放感を味わい、楽しいひと時を過ごしませんか。

日時：毎週金曜日　　午前10時～11時
場所：子育て支援センター
対象：市内在住の就園前の乳幼児とその保護者
持ち物：着替え、帽子、タオル、水遊び用の紙パンツ、その他各自必要なもの
※水遊びの前には体操をしますので、参加希望の方は午前10時までにお越しください。
※天候や他の事業の関係で中止になる場合がありますので、ご了承ください。

パパ・ママ応援

すくすくカレンダー July 7月

♪♪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
支援センター開放（申込不要） 子育て家族が、自由に遊べるよう施設を開放。 【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者 【日時】月～金曜日（土・日曜日、祝日は除く）午前９時～午後４時				1 ▽水遊び開き 10:00～11:00
4 ◎1歳児親子教室 （りんご）	5 お話の日 （ALT） 11:00～11:30 ※保健師・家児相談日	6 ★つどいのひろば （ぬく森の郷） （健康ポイント事業） 10:00～11:30 ◎1歳児親子教室 （いちご）	7 ●親子リトミック 《健康ポイント事業》 10:00～11:30	8 ◎0歳児親子教室 （ばいなっぷる） ▽水遊び 10:00～11:00
11 保健センター検診のため開放中止	12 お話の日 11:00～11:30 ※家児相談日	13 ★つどいのひろば （榛原北保育園） （健康ポイント事業） 10:00～11:30	14 リズムの日 （健康ポイント事業） 10:00～11:30 ○避難訓練	15 子育て講座 ベビーマッサージ 10:00～11:30 ▽水遊び 10:00～11:00
18 海の日	19 ◆親子ヨガ教室 10:00～11:00 お話の日 11:00～11:30 ※家児相談日	20 ★つどいのひろば （室生こども園） （健康ポイント事業） 10:00～11:30 ◎2歳児親子教室 （ぱんだ）	21 リズムの日 （健康ポイント事業） 10:00～11:30	22 ◎0歳児親子教室 （ばなな） ▽水遊び 10:00～11:00
25 △なかよしひろば 14:30～15:30 ◎2歳児親子教室 （うさぎ）	26 お話の日 11:00～11:30 ※家児相談日	27 ★つどいのひろば （大宇陀こども園） （健康ポイント事業） 10:00～11:30 双子ちゃんあつまれ 10:00～11:30	28 リズムの日 （健康ポイント事業） 11:00～11:30 ○ミニ誕生会	29 ▽水遊び 10:00～11:00

子育てサポートday

ファミリー・サポート・センターでは、毎月１回お子さんの託児を行っています。
託児の専門講習を受けた子育てサポーターがお子さんを預かります。
◎サポートの日が決まっているので、ご家庭の予定がたてやすくなります。

【例えば・・・こんな時】
・ママ友とランチでリフレッシュ♪
・ゆっくり買い物に行きたい♪
・“子育てサポート day”に合わせて、歯医者の受診・美容室の予約を入れたり・・・

【対象】生後６ヵ月～就学前のお子さん
【サポート day】７月 20 日（水）午前 10 時～午後４時
☆次回開催日　８月 26 日（金）子育て支援センター
【場所】文化会館（大宇陀拾生）
【費用】１人につき、最初の２時間まで・・１時間：500 円
以降 30 分ごと：300 円
【定員】８名（先着順）
【申し込み】託児希望の方は５日前までに問へ

問ファミリー・サポート・センター
（こども未来課内）
（☎ 82・2236 ／ IP ☎ 88・9080）
メール :uda.famisapo@gmail.com

保健センターからのおしらせです！

市民のみなさんの健康に役立つ情報をお届けします

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	6日（水）	平成28年5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

乳幼児健診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
榛原・室生	3歳児健康診査	19日（火）	平成24年11月～平成25年1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
	1歳6か月児健康診査	26日（火）	平成26年11月～平成27年1月生まれの児		
	10～11か月児健康診査	27日（水）	平成27年8月～9月生まれの児		

お知らせ

ぬく森サロン（室生地域）

【日時】7月8日（金）・15日（金）・22日（金）
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】○七夕飾り
○手芸（牛乳パックの椅子）
【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】老眼鏡、牛乳パック（36本分）

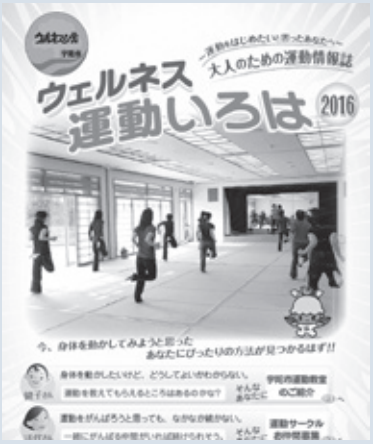
よい歯のコンクール　参加者募集！

市では、ウェルネスシティ宇陀市構想に基づき、ライフステージに応じた歯科口腔衛生の普及啓発を図ることを目的に、よい歯のコンクールを実施しますのでみなさんご応募ください。

【日時】8月21日（日）
午前：こども　午後：おとな
【場所】室生福祉保健交流センター
【内容】歯科検診等から、歯の健康状態を審査するコンクール
【対象】○こどものよい歯のコンクール部門
・3歳児、4歳児、5歳児部門
・小学校1～3年生部門
・小学校4～6年生部門
○おとなのよい歯のコンクール部門
・成人（～64歳）部門
・高齢者（65歳～79歳）部門
・高齢者（80歳以上）部門
【申し込み】
・7月29日（金）までに、幼稚園、保育所、こども園、小学校または問へ。
※後日受付票等をお送りします。

「運動したいなぁと思うけどなかなか始められなくて・・・」
「運動を始めてみようと思ったけど、どのようにしたらよいか分からなくて・・・」

そんなあなたに見ていただきたい‼



大人のための運動情報誌「ウェルネス運動いろは2016」

宇陀市実施の運動教室のご紹介や、運動サークルのお仲間募集、ご自身のペースで続けられる運動方法のご提案など、盛りだくさんの情報を掲載しています。ぜひご活用ください

「運動をはじめてみよう！」と思った　『今』　がはじめ時！

「運動いろは」設置場所：市役所ふるさとテラス、アクアグリーン、総合体育館、各地域事務所、各公民館、各人権交流センター、各図書館、各保健センター、子育て支援センターほか

お申し込み・お問い合わせは…室生福祉保健交流センター ☎92・5220/IP☎88・9175

＜＜ お子さんの 定期予防接種 について ＞＞

市では、お子さんの定期予防接種を行っています。定期の予防接種は予防接種法により接種回数や対象年齢が定められています。受けていない予防接種がないか母子健康手帳をご確認の上、定められた期間内に受けるようにしましょう。平成 28 年度、以下の表に該当する年齢の方には、4 月に接種についての個別案内をしていますが、転入等で案内が届いていない場合はお問い合わせください。

予防接種の種類	接 種 案 内 対 象 の 年齢
MR2 期	園児年長（平成 22 年 4 月 2 日～平成 23 年 4 月 1 日生まれ）の方。
DT【2 種混合】	小学校 6 年生（平成 16 年 4 月 2 日～平成 17 年 4 月 1 日生まれ）の方。 ただし、幼児期に 3 種混合 1 期の接種が完了していることが必要です
日本脳炎	年度内に 18 歳になる方（平成 10 年 4 月 2 日～平成 11 年 4 月 1 日生まれ）で 4 回目（第 2 期）の接種が完了していない方
	小学校 4 年生（平成 18 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれ）で 4 回目（第 2 期）の接種が完了していない方
	園児年少 (平成 24 年 4 月 2 日～平成 25 年 4 月 1 日生まれ）で全く接種していない方

＜＜ 日本脳炎定期予防接種 特例対象者 についてのお知らせ ＞＞

日本脳炎の予防接種は平成 17 年度～平成 21 年度にかけて接種の積極的勧奨が差し控えられていました。これにより接種を受ける機会を逃した方【平成 7 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれの方】は今回個別の案内がなくても 20 歳未満の間「特例対象者」として定期接種を無料で接種することができます。

母子健康手帳等で接種状況を確認し、全 4 回の接種が完了しておらず接種を希望される方はお問い合わせください。

【日本脳炎特例対象者】の接種回数と接種間隔

既に接種した回数	接種回数	接 種 間 隔
全く受けていない方	残り 4 回 (1 期 3 回、2 期 1 回)	1 回目の接種後 6 日以上（標準的には 28 日まで）の間隔をあけて 2 回目を接種し、その後 6 カ月以上（標準的にはおおむね 1 年）の間隔をあけて 3 回目を接種します。 4 回目（2 期接種に相当）の接種は 9 歳以上の方に対し、3 回目の接種後 6 日以上の間隔をあけて接種します。
1 回接種を受けた方	残り 3 回 (1 期 2 回、2 期 1 回)	2 回目と 3 回目は 6 日以上の間隔をあけて接種します。 4 回目（2 期接種に相当）の接種は 9 歳以上の方に対し、3 回目の接種後 6 日以上の間隔をあけて接種します。
2 回接種を受けた方	残り 2 回 (1 期 1 回、2 期 2 回)	3 回目と 4 回目 (2 期接種に相当) の接種は 6 日以上の間隔をあけて接種します。 ただし、4 回目の接種については 9 歳以上の方に対し行います。
3 回接種を受けた方	残り 1 回 (2 期 1 回)	4 回目 (2 期接種に相当) の接種を行います。ただし、9 歳以上の方に限ります。

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

うだチャン 11ch で
6 月放映したレシピです。

チキン南蛮
（4 人分）

Cooking

●チキン南蛮

［材料］ 鶏もも肉…360g、塩、こしょう…少々、小麦粉、卵…適量、サラダ油、ピーマン…2 個、赤パプリカ、黄パプリカ…各 1/2 個、レタス…32g、(醤油、みりん、砂糖、酢…各大さじ 2)

［作り方］

❶ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカは種をとり、食べやすい大きさに切る。レタスも食べやすい大きさにちぎる。

❷鶏肉は一口大に切り、塩、こしょうで下味をつける。卵は溶いておく。

❸鍋に醤油、みりん、砂糖、酢を入れて火にかけ、南蛮だれを作る。

❹油を熱し、ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカを揚げ、南蛮だれにつける。

❺鶏肉に小麦粉をまぶし、溶き卵をつけて油で揚げる。

❻南蛮だれにから揚げをジューと音がするように入れ、軽く混ぜて 30 分位つけておく。

❼器にレタスを敷き、チキン南蛮を盛付ける。

その他のレシピは、ホームページをご覧ください。

宇陀市 野菜たっぷりクッキング 検索

お知らせ information

掲載の情報についての詳細は
市のホームページをご覧ください

市役所の開庁時間

午前８時30分～
午後５時15分
（土・日曜日、祝日、
年末年始は閉庁）

☎0745-82-8000（代）

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。

保険年金課からお知らせします
（☎82・3672／IP☎88・9086）

福祉医療

■福祉医療費受給資格証の更新手続きが必要です

現在お持ちの**資格証の有効期限は7月31日**です。8月1日から使用していただく**新しい資格証は、7月下旬に郵送**します。同封の申請書等に必要事項を記入のうえ、返信用封筒で返送してください。

ただし、平成28年1月2日以降に宇陀市に転入された方や無申告等で所得不明の方、その他手続きが必要な方は、窓口へお越しいただく場合があります。対象となる方には、7月中旬に通知します。

■各制度対象者は次のとおり

【心身障害者医療費助成制度】
対象
○65歳未満で身体障害者手帳1級・2級、または奈良県発行の療育手帳A1・A2の交付を受けている方
○65歳以上75歳未満で後期高齢者医療保険に加入されていない人で、身体障害者手帳1級・2級、または奈良県発行の療育手帳A1・A2の交付を受けている方

【ひとり親家庭等医療費助成制度】
対象　母子・父子家庭の母・父および児童（18歳の年度末まで）等

【重度心身障害老人等医療費助成制度】
対象
○65歳以上で、身体障害者手帳1級・2級、または奈良県発行の療育手帳A1・A2をお持ちで、後期高齢者医療制度に加入されている方。
○75歳以上で、ひとり親家庭等医療費助成制度の対象となる方
※重度心身障害老人等医療費助成制度受給者の方については、受給資格証を発行していませんが、更新手続きは必要です。

※乳幼児医療費受給資格証（0歳～小学校就学前のお子さん）は**更新の必要はありません**が、ご加入の**健康保険や振込口座等に変更がある場合は届け出**をお願いします。

国民健康保険

■納税通知書を発送します

7月14日（木）に国保加入世帯の世帯主あてに納税通知書を発送します。本人が国保に加入していない場合でも、世帯のなかに国保に加入している方がいれば、世帯主に納税義務が生じるため、あて先は世帯主となります。ただし、保険税額は、被保険者のみで計算します。

被保険者になるのは、届け出したときではなく職場の健康保険等を抜けたとき、転入したときなどです。

【普通徴収（年金天引き以外）の方】
7月から翌年2月まで年8回に分けて納付していただきます。納期限内に納付していただきますようお願いします。

【特別徴収の方】
受給の年金から天引きにより納付していただきます。また申し出により口座振替で納付することもできます。

■新しい国民健康保険高齢受給者証を発送します

70歳以上75歳未満の方に交付されているこの**受給者証の有効期限は7月31日**です。8月1日から使用していただく**新しい受給者証は、7月21日（木）に郵送**します。

有効期限の過ぎた受給者証は、8月1日以降、保険年金課または各地域事務所へ返却してください。

■国民健康保険限度額適用認定証および国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証の更新手続きが必要です

現在お持ちの**認定証の有効期限は7月31日**です。引き続き認定証が必要な方は、7月21日（木）以降、保険年金課または各地域事務所で申請してください。

ただし、国民健康保険税に滞納がある場合は、認定できません。予めご了承ください。

【申請に必要なもの】
○マイナンバー　○印かん　○国民健康保険被保険者証　○現在お持ちの認定証　○長期入院該当の方（※）は、過去1年間の入院領収書（※申請日前91日以上の入院があり、世帯主および国保被保険者の平成28年度住民税非課税の方）

なお、70歳以上75歳未満で申請が必要なのは、世帯主および国保被保険者が平成28年度住民税非課税世帯に属する方です。

■新しい国民健康保険特定疾病療養受療証を発送します

現在お持ちの受療証の有効期限は7月31日です。新しい受療証は平成28年度住民税の課税状況により「自己負担限度額」の決定を行った後、7月21日（木）に郵送します。

■所得申告について

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

■国民健康保険税額の決まり方

税額は、医療分、後期支援金分、介護分で構成され、それぞれ所得割額、均等割額、平等割額の合計金額で決まります。

	所得割	均等割	平等割	限度額
医療分	9.3%	27,800円	22,400円	52万円
後期支援金分	2.7%	9,000円	7,200円	17万円
介護分（40～64歳の方）	3.0%	15,200円	—	16万円

※平成28年度より、限度額を引き上げました。
医療分51万円→52万円　後期支援金分16万円→17万円
介護分14万円→16万円

後期高齢者医療保険

■新しい後期高齢者医療被保険者証を発送します

現在お持ちの保険者証の有効期限は7月31日です。8月1日から使用していただく新しい保険者証は、7月中旬に郵送します。

古い被保険者証は、8月1日以降使えませんので、保険年金課または各地域事務所へ返却してください。

なお、平成27年度分以前の保険料に未納がある方には、やむなく、短期証（通常より有効期間が短い保険証）となることもありますのでご了承ください。

■後期高齢者医療保険料納入通知書を発送します

7月14日（木）に平成28年度の納入通知書を発送します。

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

【普通徴収（年金天引き以外）の方】

7月から翌年2月まで年8回に分けて納付していただきます。納期限内に納付していただきますようお願いします

【特別徴収の方】

受給の年金から天引きにより納付していただきます。また申し出により口座振替で納付することもできます。

■後期高齢者医療保険料の決まり方

保険料の額は、
・均等割（被保険者が等しく負担する部分）
・所得割（前年の所得に応じて負担する部分）の合計

保険料（年額） ＝ 均等割額（44,800円） ＋ 所得割額（総所得金額－33万円）×8.92%

※賦課限度額は、57万円です。（どんなに所得が高い方でも、年間保険料額は57万円が上限となります）
※保険料率（均等割額と所得割率）は2年ごとに奈良県後期高齢者医療広域連合にて見直されます。

国民年金

■国民年金保険料免除等の申請を7月1日より受付します

国民年金には、経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。

保険料免除は、本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に、全額免除または一部納付が承認されます。

納付猶予は、本人が50歳未満であるときに限って、本人と配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、全額納付猶予されます。

※うち30歳以上50歳未満の方は、平成28年7月1日より平成37年6月30日までの期間について適用。

平成28年度の免除等の受付を7月1日から開始します

対象は平成28年7月から平成29年6月までの期間です。

なお、平成26年4月より保険料の納付期限から2年を経過していない期間（申請時点から2年1カ月前までの期間）については、さかのぼって免除等を申請できます。

また、退職（失業）した方には、退職（失業）による特例免除制度があります。通常、保険料が免除されるためには、申請者本人・配偶者・世帯主の方が所得基準の範囲内である必要がありますが、特例免除では、審査の対象となる該当者の所得を除外して審査を行います。

特例免除を申請される場合は、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票等の公的機関の証明書の写しを持参してください。

問 日本年金機構桜井年金事務所（☎0744・42・0033）

Life&Environment くらし・環境

水道メーター取り換えのお知らせ

検定有効期限を迎えるメーターの取替えをします。屋外作業ですので、お留守でも実施させていただくことがあります。取替え終了時には、お知らせの文書で通知します。

なお、水道メーターボックスの周囲に物を置かないよう、ご協力をお願いします。

【実施期間】7月15日～31日（予定）
【施工業者】宇陀市上下水道協同組合
【費用】無料

【7月の対象地域（各地域の一部）】

○菟田野地域　古市場、岩崎、松井、平井、見田
○大宇陀地域　中新、上、上茶、下茶、下本、下中、小出口、宮奥、大東、迫間、拾生、西山、岩室
○榛原地域　山辺三、額井、赤瀬、萩原（小鹿野・西峠・墨坂・新吉田・稲荷・駅前）、下井足、雨師、赤埴、高井、桧牧、天満台西（1丁目・3丁目）
○室生地域　大野、向渕

問 水道局（☎82・2185／IP☎88・9067）

市営住宅（公営・改良）入居者募集

【入居申込書配布・受付期間】
日時　7月6日（水）～15日（金）（土・日を除く）
場所　公営住宅課
【申し込み】申込書により公営住宅課へ（郵送不可）
※申し込みは1世帯1戸のみ。
【必要書類】入居申込書・誓約書・市税完納証明書・マイナンバー等
【申込資格】
○平成28年7月1日時点で市内に住所がある人、または市内に勤務しており、住むところに困っている人（持ち家がある人は申し込みできません）。
※改良住宅については、平成28年7月1日時点で、団地の住所地域に住所があること。
○同居親族がいる人。婚約中で入居指定日までに婚姻できる人、事実上婚姻（内縁）関係にある人（住民票により確認できる人）。
○世帯全員の基準月収額が158，000円以下であること。ただし、裁量世帯に該当する人は214，000円以下であること。
※基準月収額とは「年間総収入額」から「年間所得金額」を計算し、「世帯の年間所得金額」を求め、「世帯の控除合計額」を差引額を12カ月で割戻した額です。
○市税その他市に対する納入金の滞納がないこと。
○申込者または同居親族が暴力団の構成員でないこと。
※入居資格審査会で入居申込者の実態調査と資格審査を行い、資格の有無を審査します。
※単身入居、裁量世帯等、詳細はお問い合わせください。
【入居者の決定方法】
くじによる抽選
抽選会日時　8月18日（木）
※詳細は後日お知らせします。
【入居指定日】9月1日（木）
※市営住宅は建築年数も経過し、壁等に傷や汚れなどがありますが、修繕できかねるところがあります。予めご了承ください。
問公営住宅課（☎82・5642／IP☎88・9096）

■募集物件一覧

■笠神団地303号（公営住宅）	
団地の住所	菟田野松井252-1
構造／建設年度	RC造4階建／平成9年
間取り／面積	3LDK/74.24㎡
家賃	19,000円～（収入に応じて算出）
共益費	2,000円（年度毎に変動する場合あり）
駐車場	2,000円（必要な場合で1戸につき1台）

■高倉中団地3号（公営住宅）	
団地の住所	榛原檜牧2143-1
構造／建設年度	簡易耐火構造2階建／昭和49年
間取り／面積	2DK/49.60㎡
家賃	10,000円～（収入に応じて算出）

■大野東団地207号（公営住宅）	
団地の住所	室生大野1582
構造／建設年度	簡易耐火構造2階建／平成3年
間取り／面積	3DK/72.85㎡
家賃	17,200円～（収入に応じて算出）

■川向団地116号（改良住宅）	
団地の住所	菟田野古市場238-9
構造／建設年度	簡易耐火構造2階建／昭和62年
間取り／面積	4DK/88.08㎡
家賃	7,000円～（収入に応じて算出）

■西谷改良団地10号（改良住宅）	
団地の住所	室生西谷139-1
構造／建設年度	木造2階建／平成9年
間取り／面積	4DK/84.22㎡
家賃	10,500円～（収入に応じて割増）
共益費	2,400円（年度毎に変動する場合あり）

※敷金は、それぞれ入居時の家賃の3カ月分です。

住宅用太陽光発電システム設置費を補助します

住宅用太陽光発電システム（以下「システム」といいます）設置による市内経済の活性化を図るため、住宅にシステムを設置した方に、予算の範囲内で補助します。
【補助対象者】
次のすべての要件を満たす方
○宇陀市の住民基本台帳に記録されている方
○システムを市内の居住する住宅に設置した方、または、市内で居住するためにシステムを設置した新築住宅を購入した方
○システムの最大出力値が10kw未満であること
○市税の滞納がない方
○平成28年4月1日以降に電力受給契約を結んだ方
【補助金額】1件につき50，000円分の「ウッピー商品券」にて交付します。
【添付書類】納税等確認承諾書、住民票写し、システムの設置が確認できる写真、電力会社との電力受給契約書の写し、工事費の領収書および内訳明細書の写し
【申請方法】7月1日（金）～申請書を持参（郵送不可）
【募集件数】10件（先着順）
※申請は一住宅につき1回限り。
問環境対策課（☎82・2202／IP☎88・9078）

宇陀市営斎場のご利用について

7月1日から 不帰堂火葬場の当日骨上げ時間を変更します。

・榛原斎場（榛原山辺三）3炉・不帰堂火葬場（大宇陀大東）2炉

ともに午後2時30分点火までの場合、当日骨上げが可能になります。

以降の時間の点火は翌日骨上げで最終点火時間は午後3時30分です。
骨上げについては、火葬業務係員の指示する時間にお越しください。

斎場では、業務係員の指示に従い、利用時間等許可書の記載事項は必ず守ってください。

問環境対策課（☎82・2202/IP☎88・9078）

Welfare
福祉

奈良県高齢者美術展出品作品を募集

【出品資格者】県内在住で昭和33年4月1日以前に生まれたアマチュア
【出品部門】日本画、洋画、書、工芸、手芸、写真
※1部門につき一人2点までとし、未発表のものに限る
【申し込み】申込書を7月7日（木）までに介護福祉課へ
※申込書は、介護福祉課および各地域事務所にあり。
【出品手数料】1点1，000円
【展示場所】奈良県文化会館 展示室
【展示期間】9月2日（金）～7日（水）午前9時～午後5時（9月5日は休館日）
問 介護福祉課（☎82・3675／IP☎88・9088）

Education,culture&sports
教育・文化・スポーツ

重伝建選定10周年記念講演会開催

大宇陀松山地区は、国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されて今年で10年を迎えます。
松山地区のこれまでの歩みを振り返るとともに、これからの町並み保存について考えていく場として講演会を開催します。
【日時】7月9日（土）午前10時～11時30分
【場所】中央公民館（大宇陀地域事務所隣）
【演題】伝建地区をめぐる内からの目・外からの目～世の中的にみた町並み保存～
【講師】増井正哉氏（京都大学教授）
【参加費】無料
【申し込み】不要。当日直接会場へお越しください。
【その他】託児あり。（要予約、7月5日締切）

中央公民館市民教養講座の受講生募集

問 文化財課（☎82・3976／IP☎88・9365）

和楽器を奏でる

日本の伝統楽器「琴」の演奏方法を学び、楽器を奏でる楽しさや喜びを感じましょう。
【日時】7月26日（火）午後1時30分～3時
【場所】中央公民館（大宇陀地域事務所隣）
【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】20名（抽選）
【参加費】無料
【講師】菊公陽歌（中井陽子）先生 生田流箏曲桐韻会 大師範
【申し込み】7月4日（月）～15日（金）の期間中に、☎もしくは各公民館窓口にて
問 中央公民館（☎83・0551／IP☎88・9180）
【休館日】木曜日・祝日

橿原考古学研究所 室生埋蔵文化財整理収蔵センター 宇陀文化財講座開催

県立橿原考古学研究所では、東部・南部地域の文化遺産を紹介する催しとして、文化財講座を開催しています。第4回目となる今回は、「宇陀の考古と仏教美術」をご紹介します。
【日時】7月30日（土）午前10時～正午
【場所】室生埋蔵文化財整理収蔵センター（室生大野旧室生高校）
【演題・講師】
「平安時代の室生寺の仏たち」
近藤 謙氏（奈良県地域振興部文化資源活用課）
「宇陀周辺の山林寺院」
大西貴夫氏（奈良県立橿原考古学研究所調査課）
【定員】90名（先着順）
問 県立橿原考古学研究所（☎0744・24・1101）

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） 2回内容同じ
7月13・27日(水) ①10：00～ ②10：45～
おはなしクラブ
7月9日(土) 10:30～
ぬいぐるみといっしょのおはなし会
＆ぬいぐるみのおとまり会
7月9日(土) 14:30～ ※申し込みは図書館まで
夏休みおはなし大会（各1時間）
7月23日(土) 小さい子（10:30～）ﾍﾟｰﾌﾟｻｰﾄ、ﾊﾟﾈﾙｼｱﾀｰ他
大きい子（13:30～）影絵、ちょっとだけこわい話
★放課後子ども教室
7月6・13・20・27日(水) 15：30～
★夏休みスペシャル映画会(約35分)
『げんきいっぱい！カレーパンマン』
7月30日(土) 11：00～
★夏休み 折り紙教室（約2時間）
7月22日(金) 14：00～16：00
★人形劇『ももたろう』
7月16日(土)①13：00～ ②14：00～

（宇陀市立大宇陀図書館）
★おはなし会（60分）
7月16日(土) 10:30～ 場所：和室（2F）
★映画会(約30分)『太陽になりたかった犬』
7月23日(土) 10:30～ 場所：研修室（1F）

課題図書の特別貸出し

夏休み期間中は、青少年読書感想文全国コンクール課題図書のみ貸出期限を1週間にします。

7月の休館日 5・12・18・19・26 毎週火と祝日
※7月1日～9月30日は、午前9時より開館

中央図書館 ☎82－4749・IP 88－9110
大宇陀図書館 ☎83－0977(代)

玩櫪文庫（がんしゅくぶんこ）だより

開室1周年イベント開催 8月3日（水）～10日（水）
内容：『ぼく、ニホンオオカミになる！！』の原画展示、紙芝居、ニホンオオカミ手づくり絵本コンクール応募作品の展示（一部）、絵本販売、カエデのクイズラリー、工作教室等。ひららのホームページで元櫪文庫の情報も発信中。
開館日：土・日のみ 10:00～16:00
奈良カエデの郷ひらら 内 ☎84－2888（代）

夏休み！みんなで学ぼう!!

夏休み特別講座 参加者募集

中央公民館講座 夏休み子ども社会見学

社会見学に行こう

【開催日】8月4日（木）
【行き先】四日市港ポートビルと本田技研工業（株）鈴鹿製作所
【集合】総合体育館駐車場 午前8時集合出発
【定員】25名（抽選）
【参加費】100円
【対象】市内在学の小学生
【申し込み】7月10日（日）～20日（水）の期間中に、☎もしくは中央公民館窓口へ
問中央公民館（☎83・0551／IP☎88・9180）
【休館日】木曜日・祝日

文化財課主催特別講座

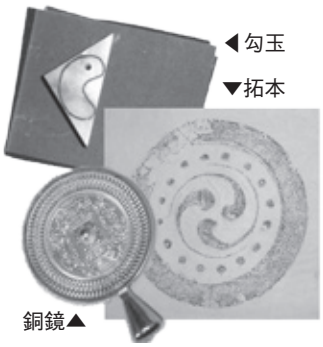
■特別天然記念物オオサンショウウオの夜間観察会

【日時】8月7日（日）
【集合時間・場所】午後6時 室生振興センター
【内容】
①講座（午後6時～6時30分）室生振興センター研修室
②観察会（午後7時～9時）室生川もみじ公園付近
※雨天・悪条件の場合、観察会は中止
【対象】市内在住の小学生と保護者（必ず保護者同伴で）
【持ち物】濡れても良い運動靴（長靴やサンダルは禁止）懐中電灯、タオル、着替え、飲み物、手袋 等
【定員】15組（先着順）
【参加費】無料
【申し込み】7月4日（月）～8月2日（火）の期間中に、住所、氏名（保護者、小学生）、年齢、電話番号を明記し、☎・FAX・メールのいずれかで。

▲昨年の観察会の様子

■考古学体験講座開催

むかしのものづくり（勾玉づくり・銅鏡づくり）や拓本を体験しませんか。
【内容】
○勾玉づくり
軟らかい石材をサンドペーパーで加工していきます。
○銅鏡づくり
樹脂製の鋳型に合金を流し込み、ミニチュアの鏡を作ります。
○拓本
宇陀松山城跡から出土した本物の瓦を使って作ります。



【持ち物】エプロン等（作業のできる服装）
【申し込み】住所、氏名、学校名、学年、電話番号を明記し、☎・FAX・メールのいずれかで。
※会場まで直接お越しください。小学生のみ参加の場合は、保護者による送迎をお願いします。
問文化財課（☎82・3976／IP☎88・9365／FAX82・3900）（メール：bunkazai@city.uda.lg.jp）

講座名	日　時	場　所	定員	参加費	申込期間
勾玉をつくろう	7月28日(木) 午前9時30分～11時30分	室生振興センター（室生大野）	15名	100円	7月4日～22日
銅鏡を作ろう	8月4日(木) 午前9時30分～11時30分	菟田野分館（菟田野松井）	15名	200円	7月4日～29日
	8月24日(水) 午前9時30分～11時30分	榛原総合センター（榛原萩原）	15名	200円	7月4日～8月18日
宇陀松山城の瓦で拓本つくり	8月10日(水) 午前9時30分～11時30分	文化会館（大宇陀拾生）	15名	無料	7月4日～8月4日

Life&Environment 産業・まちづくり

宇陀市産木材利用促進事業を活用ください

市内の森林から産出された木材を購入して、新築やリフォームをすると、最大10万円のウッピー商品券を交付します。
建築事業者と合法木材供給事業者として認定された製材事業者の連盟で証明可能な宇陀市産木材を2万円以上のご利用から商品券の交付を受けていただけます。
なお、着工前の申請が必要で、予算額に達し次第終了しますので、お早めに申請してください。
【交付額】宇陀市産木材購入費の2分の1
※1万円未満の端数が生じる場合は切り捨て。
【上限額】市内の建物10万円・市外の建物5万円
【申し込み】7月1日（金）より受付
問農林課（☎82・3679／IP☎88・9090）

市内事業者のみなさんの企業活動を応援します

問 産業企画課（☎82・5874／IP☎88・9075／FAX 82・8211）

■販路開拓セミナーを開催

市内生産品の販路拡大を図るため、セミナーを開催します。

【日時】7月21日（木）午後7時～9時

【場所】宇陀商工会（榛原萩原）

【講師】
○長澤武人氏（ANAフーズ株式会社 商品企画・販売促進コーディネーター）
○長元耕司氏（中小企業診断士）

【定員】30名（先着順）

【参加費】無料

【申し込み】☎、FAXまたは郵送で。

※申込書は産業企画課、宇陀商工会、市ホームページで入手。

宇陀市 販路開拓セミナー 検索

■宇陀市中小企業等施設改修・設備投資補助金の募集

市では、市産業および経済の活性化を図るため、市内の中小事業者等が行う施設改修、設備投資に対し、その経費の一部を助成します。

【対象】
○市内で、日本標準産業分類に定めている大分類のうち、製造業・卸売業・小売業・宿泊業・飲食サービス業・生活関連サービス業を営む中小企業者
○市税等の滞納がないこと 等

【交付額】
補助対象経費の1／2以内（上限100万円）
ただし、補助対象経費の合計額が50万円以上のものに限る。

※予算額に達し次第終了します。

【補助対象経費】

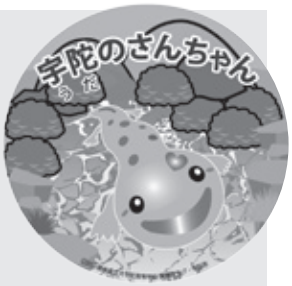
①施設改修
市内事業者と契約し行う既存施設の改修工事費で、次に掲げるものは除く
○住宅部分または施設と別棟の倉庫、駐車場等の改修工事
○造園、門扉、塀または外構のみの工事
○下水道接続のみの配管工事
○住宅を含む場合の合併処理浄化槽設備工事
○施設改修工事を伴わない解体工事
○施設改修や内装改修を伴わない電化製品等の取替工事

②設備投資
次のすべての要件を満たす設備投資費
○取得価格が一つにつき10万円以上であること
○事業の拡大や生産効率の向上またはサービスの向上に繋がり、直接的に事業の用に供するものであること。
○中古品またはリース契約に基づくものでないこと。
○市内の施設に設置するものであること。

【交付額】
施設改修、設備投資とも、平成29年3月31日までに事業が完了し、実績報告書が提出できる事業であること。

【申し込み】☎、FAXまたは郵送で。

※申込書は産業企画課、宇陀商工会、市ホームページで入手。



マスコットキャラクター「宇陀のさんちゃん」

市内に棲んでいる 国特別天然記念物 オオサンショウウオ

市内にも世界最大の両生類、オオサンショウウオが棲んでいることをご存じですか？

現在までのところ、室生ダムより下流の宇陀川、室生川、大野川、深谷川、滝谷川、阿清水（あしょうず）川、内牧川等での棲息が確認されています。

平成24年度からは、三重県と奈良県の教育委員会が策定した「特別天然記念物オオサンショウウオ保護管理指針」に基づき、宇陀土木事務所、奈良県と宇陀市の教育委員会、専門家が連携して、保護調査を実施しています。保護調査とは、各個体の生態の状況を記録した台帳を作成し、マイクロチップを挿入するもので、調査後、再び河川に放流しています。この保護調査は、生き物の「国宝」オオサンショウウオが減少していかないようにするための措置でもあります。

もし、オオサンショウウオを見かけたら、ご一報をお願いします。今後も保護調査を重ね、オオサンショウウオの「住民票」を作成していく予定です。この貴重な生息域を守っていくためにもみなさんのご協力をお願いします。

7月は、河川愛護月間

河川環境の保全・再生への取り組みを積極的に推進するとともに、河川愛護意識を深めていくことを目的として、この月間が定められています。これら貴重な生物が棲む河川環境の保全にもご協力をお願いします。

問 文化財課（☎82・3976／IP☎88・9365）

宇陀市 オオサンショウウオ 検索

職員募集

■こども未来課

臨時保育士（臨時職員）
【募集人員】若干名
【職務内容】市立こども園・保育園での土曜日保育業務等
【要件】保育士資格または幼稚園教諭免許状のある63歳までの人
【勤務時間】勤務時間は応談
【時給】1，000円
【申し込み】保育士証または幼稚園教諭免許状を持参のうえ、こども未来課まで

保育士登録者（臨時職員）
【募集人員】若干名
【要件】保育資格のある63歳までの人
【勤務時間】勤務時間は応談
【時給】1，000円
【申し込み】保育士証を持参のうえ、こども未来課まで（印鑑要）
※名簿登録制です。臨時職員が必要になったときに、登録をした人の中から採用者を決定します。

問こども未来課
（☎82・2236／IP☎88・9080）

■総合体育館

プール監視員（臨時職員）
【募集人員】若干名
【要件】55歳以下で週2・3日（土日も含む）勤務可能な人
※高校生以下は不可
※水着の着用は不要
【勤務時間】午前9時～午後9時までの2交代制（シフト制）
※シフト等については相談可
【休館日】毎週火曜日、年末年始（祝日の場合、翌日休館）
【時給】780（昼間）～820円（夜間）
【申し込み】履歴書を提出
※現在ホームページ等でも募集中です。

問総合体育館
（☎82・6561／IP☎82・0511）

■市民課

事務職員（臨時職員）
【募集人員】1名
【職務内容】窓口および個人番号カード交付業務
【勤務場所】宇陀市役所内
【要件】市内在住の50歳以下で、ワードやエクセル（初級程度）が使える人
【勤務時間】午前8時30分～午後5時15分（休憩1時間）
【雇用期間】8月1日～平成29年3月31日
【時給】820円
【申し込み】7月15日（金）までに履歴書を提出

問市民課
（☎82・2143／IP☎88・9076）

■学校給食センター

給食調理員補助（臨時職員）
【募集人員】若干名
【勤務場所】学校給食センター
【勤務時間】午前8時30分～午後3時30分（休憩1時間）
【雇用期間】9月2日～平成29年3月31日
【休日】土・日・祝日および給食調理不稼働日
【時給】820円
【申し込み】7月29日（金）までに履歴書を提出

問学校給食センター
（☎82・3784）

■さんとぴあ榛原

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7月31日現在）で免許資格者
【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

問さんとぴあ榛原
（☎85・2525／IP☎88・9065）

7月の文化会館だより　かぎろひホール催し

（6月15日現在）

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象
6	水	親子で学ぶ薬物乱用防止と租税教室	宇陀市教育委員会	午前10時～	中学1年生保護者
9	土	差別をなくす市民集会	宇陀市 宇陀市教育委員会	午後1時30分～	市民（無料）
10	日	宇陀市コーラスのつどいの仲間たち10周年記念コンサート	宇陀市コーラスのつどい	午後1時～	一般（無料）
17	日	ピアノ発表会	安達朋子	午後1時～	一般（無料）
23	土	リトルサマーコンサート	生田擁子	午後1時～	一般（無料）
7月27・28・29 8月1・3・4				市内中学校　吹奏楽部 午前9時～午後5時	

展示ホール催し　■小中学校人権ポスター・標語展示
【展示期間】7月7日（木）～9日（土）

7月の休館日（5.12.18.19.26日）

大宇陀拾生871（☎83・0977）

宇陀市歴史文化館 旧旅籠「あぶらや」休館日のお知らせ

榛原萩原の伊勢本街道と伊勢街道（あお越道）の分岐点・札（ふだ）の辻にある旧旅籠「あぶらや」を**7月1日から平日を休館**とさせていただきます。

土・日・祝日は、従来どおり開館していますので、ご覧ください。

問文化財課
（☎82・3976／IP☎88・9365）

そうだんのしゅるい	そうだんできる日	時間は？	場所は？	くわしいことが聞きたい
行政相談［予約不要］	7月6日（水）	9：00～12：00	菟田野人権交流センター	総務課（☎82・1302／IP☎88・9068）
	7月13日（水）		室生振興センター	
	7月15日（金）		大宇陀人権交流センター	
	7月20日（水）		宇陀市役所（214会議室）	
人権相談	7月13日（水）	9：00～12：00	室生振興センター	人権推進課（☎82・2147／IP☎88・9077）
	7月15日（金）		大宇陀人権交流センター	
消費者相談窓口［予約不要］	7月4日（月）・11日（月）・20日（水）・25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）
税務相談センター［要予約］	7月20日（水）	13：00～16：00（1人約30分以内）※受付は午後3時30分まで	宇陀市役所（211会議室）	税務課（☎82・1306／IP☎88・9072）
こころの健康相談［要予約］	7月19日（火）	13：30～16：30	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］	7月27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］	7月6日（水）	9：00～12：00	菟田野人権交流センター	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ｓ護課（☎82・2221／IP☎88・9079）
	7月13日（水）		室生振興センター	
	7月15日（金）		大宇陀地域事務所	
	7月25日（月）		榛原総合センター	
若者自立のための無料相談［要予約］	7月12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］	7月15日（金）相談日の2週間前より受付（1人30分）	13：00～16：00	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）
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］	7月13日（水）	9：00～12：00 13：00～16：00	宇陀市役所（213会議室）	
ひとり親福祉資金貸付相談［要予約］	7月7日・21日（各木曜日）	10：00～16：00	宇陀市役所（301会議室）	こども未来課（☎82・2236／IP☎88・9080）

■弁護士による福祉専門相談・精神科医による専門相談

広報うだ今月号折込の「うだ社協だより」P6に掲載しています。

■登記・税金・年金など行政なんでも相談

［無料・秘密厳守］

【日時】7月27日（水）午前11時～午後3時
（法律相談の受付は、午後2時30分までです。昼休憩を挟みます。）

【場所】サンクシティ1階「サンク広場」

【内容】①登記　②相続税、贈与税など税金　③年金・保険　④賃金・労働時間など労働条件　⑤離婚、借金、相続　⑥人権　⑦国の行政全般などに関する相談を受け付けます。

問奈良行政評価事務所行政相談課（0742・24・0300）
総務課（☎82・1302/IP☎88・9068）

■宇陀市教育相談（就学）［要予約・無料］

【日時】7月26日（火）・28日（木）・29日（金）・8月1日（月）～3日（水）午前9時～午後4時

【場所】大宇陀地域事務所（2階）

【内容】平成29年度、小学校・中学校・特別支援学校（盲・ろう・養護学校）への就学について、特別な支援が必要であると思われるお子さんの相談

【申し込み】7月1日（金）～11日（月）までに問へ（土日は除く）

問教育総務課（☎82・3973/IP☎88・9259）

■宇陀市母子家庭と寡婦会員交流会参加者募集

子どもと一緒にカレーづくりをしませんか。食後、風船とティッシュペーパーでランプシェードも作ります。

日時　8月20日（土）午前10時
場所　榛原総合センター2階
対象　市在住の母子家庭の親子および寡婦会員　※子ども（小学生以上）だけの参加可。
定員　20名
参加費　大人のみ300円
申し込み　7月31日までに問へ
問大宇陀：森田方（☎83・2298）
榛　原：瀬野方（☎82・0177）
室　生：坂口方（☎92・2668）
菟田野：中村方（☎84・3229）

催し

■宇陀市文化協会　作品展示

7月出品者
村井 玉峰（日展会友）
岸本 圭司（日本工芸会正会員）
石増 敏枝（二紀展準会員）
池田 幸子（日展入選4回）

場所　榛原総合センター2階
全国展・奈良県展においては審査員・参与・招待作家として活躍している市内在住の文化協会会員の作品をぜひご覧ください。各部理事作品等順次展示します。
問文化協会　池田方
（☎080・5719・4849）

その他

■平成28年度警察官A（第2回）・B採用試験

第1次試験日　○体力試験・（実技判定）：9月3日（土）・4日（日）のうち指定する1日　○教養・論作文試験：9月18日（日）
採用予定人数　○警察官A（大卒区分）：男性17人程度、女性3人程度　○警察官B（高卒区分）：男性33人程度、女性5人程度

■自衛官募集　問自衛隊天理募集案内所（☎0743・63・2540）

種目	資格	受付期間	試験期日
自衛官候補生	18歳以上27歳未満の男女	男子：1次募集については8月1日～9月中旬	8月下旬から随時実施 ※詳細についてはお問合せください。
		女子：8月1日～9月8日	9月23日～27日（内1日）
一般曹候補生		8月1日～9月8日	1次：9月16・17日 2次：10月6日～12日 （内1日）
航空学生	高卒（見込含）21歳未満の男女	8月1日～9月8日	1次：9月22日 2次：10月15日～20日（内1日） 3次：11月12日～12月15日（内1日）

受験資格　○警察官A：昭和61年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業した人または平成29年3月末日までに卒業見込みの人　○警察官B：昭和61年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、警察官A以外の人
受付期間　○郵送（簡易書留で）：6月29日（水）～8月26日（金）　○持参（直接申込先へ）：6月29日（水）～8月26日（金）　○インターネット：6月29日（水）～8月22日（月）　※県警ホームページから。
申込先　奈良県警察本部警務課採用係　〒633-8578奈良市登大路町80番地　☎0120・351・204（採用フリーダイヤル）
問奈良県警察本部警務課採用係（☎0120・351・204）

■音訳ボランティア養成講習会

日時　9月～平成29年2月（火曜日午前中開催、全20回）
内容　視覚障害者用録音図書の製作ボランティアを養成する講座
定員　20人
費用　無料（教材費は自己負担）
申し込み　ハガキに講習会名、郵便番号、住所、氏名、電話番号、職業を記入のうえ7月25日（月）までに問へ提出
問県視覚障害者福祉センター
〒634-0061橿原市大久保町320-11　（☎0744・29・0123）

■宇陀川・内牧川「鮎友釣り解禁」

7月・8月は大鮎の期待に胸が膨らみます。
解禁日　7月3日（日）
網入れ解禁日　8月28日（日）
問宇陀川漁業協同組合（☎82・0389）

■献血のお礼

6月5日近鉄榛原駅において行いました、献血に多数ご協力をいただきありがとうございました。当日は50名あまりの方のご協力をいただきました。
問宇陀ライオンズクラブ（☎82・7788）

■奈良県広域消防組合消防職員採用試験　募集人数　25名程度

受験資格　○大学区分：平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学を卒業した人または平成29年3月卒業見込みの人　○短大区分：平成5年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による短期大学を卒業した人または平成29年3月卒業見込みの人　○高校区分：平成7年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校を卒業した人または平成29年3月卒業見込みの人
受付期間　7月25日（月）～8月5日（金）　午前10時～午後5時（ただし、土日祝日および平日の正午～午後1時は除く）
第1次試験日　9月18日（日）　受験申込配布開始日　7月1日（金）午前10時～
問奈良県広域消防組合消防本部人事課人事係　（☎0744・26・0119）
（URL:http://www.naraksk119.jp）

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、戸籍謄本等および個人番号カードの発行業務を行っています。

7月は9日と23日です。

毎月19日は『うだ育児の日』

「おはよう」「おやすみ」
「こんにちは」「こんばんは」
「あいさつは心をつなぐ、魔法のことば」

問こども未来課（☎82・2236／IP☎88・9080）

税金

固定資産税（第2期）および国民健康保険税（全期・第1期）の納期限は
8月1日（月）です。
税金は納期限内に納めましょう。

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

■宇陀松山夢街道 - 町なみライトアップ - 開催

旧松山地区の歴史的町なみが光に包まれます。

日時　8 月 25 日（木）～ 27 日（土）
午後 6 時～ 9 時

場所　大宇陀重伝建地区

・運営ボランティア募集
・25 日：にぎわいイベント募集
趣味の発表や展示をしませんか
・27 日：模擬店（午後より出店募集）

申し込み　7 月 24 日

※詳しくは問まで。

問田川方（☎ 080・2386・4637）

■宇陀松山華小路 2016　路地のデザイン募集！

10 月 22 日～ 23 日の宇陀松山華小路で作製する路面のデザインを募集します。

対象　どなたでも可

デザイン条件　色はダリアの花の色（赤・白・黄・オレンジ・ピンク・紫）と緑（変更の場合あり）

応募方法　所定の用紙（石景庵、松山地区内の飲食店、またはブログからダウンロード http://udahana.seesaa.net/）に、カラーで作成

提出期限　8 月 19 日（金）までに問まで

問田川方（☎ 080・2547・1980）
Mail　udamachama87@yahoo.co.jp

■犯罪被害者支援ボランティア募集

犯罪や事故等の被害にあわれた方や、ご家族の方からの電話相談や生活支援等直接支援するボランティア支援員を募集します。講座を終了し、適性があると認められた方に委嘱します。詳しくは問まで。

問公益社団法人なら犯罪被害者支援センター事務局（☎ 0742・26・6935）

■宇陀市文化協会　夏休み子ども講習会　参加者募集

夏休み講習会を行います。ご応募ください。

講習会	日時	場所	内容	募集人数	持ち物	費用	申込先
ザ・書道 講師：池田幸子	7 月 27 日（水） 午前 10 時～ 11 時 30 分	榛原総合センター	JA 書道コンクール半紙課題	15 名 小学 3 年～中学生	下敷、文鎮、硯	1000 円（筆代等）	【はがき】〒 633・0256 榛原あかね台 1-12-1 池田幸子宛
粘土で遊ぼう 講師：岸本圭司 石増敏枝	8 月 3 日（水） 午前 9 時 30 分～正午	大宇陀中央公民館	好きな物を作ろう （貯金箱等）	15 名 小・中学生	タオル、持ち帰り用ビニール袋	500 円	【はがき】〒 633・2143 大宇陀牧 219 石増敏枝宛
キッズ花育教室 講師：岡本由恵	8 月 24 日（水） 午後 2 時～ 4 時	榛原総合センター	フラワーアレンジメント	20 名 小・中学生 （小 3 以下は保護者同伴）	はさみ、木工ボンド	1000 円	【FAX】 0745・82・3871

対象　市内在住の小・中学生　申し込み　7 月 13 日（水）までに、郵便番号・住所・氏名・学年・性別・電話番号を記入の上、上記申込先まで　※費用は当日徴収させていただきます。※応募多数の場合は抽選（受講者には 7 月 20 日頃に受講票をはがきで送付させていただきます。）

NPO 法人学童クラブうだ
支援員募集
子どもたちの笑顔とともに、子どもたちの成長をみまもりませんか？
【勤務場所】榛原東・榛原・大宇陀・菟田野
室生の各学童保育室
問 学童クラブうだ事務局
（榛原東学童保育室内）　☎82・8059

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

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

園児募集
Kio オープンガーデン参加の募集について
●7月 1日(金)【七夕の笹飾りを作りましょう】願書受付開始
●7月12日(火)【体育の先生とプールで水遊びを楽しみましょう】
●7月15日(金)【入園説明会・園庭開放・公開保育】
※午前9時30分～午前11時30分　※対象年齢：就園前のお子様
※12日は水着・水泳帽・タオルをご持参下さい。なお、雨天時はホールで遊びます。
※8月以降も開催予定です。詳しくはHPをご覧下さい。
教育理念　徳をのばす　知をみがく　美をつくる
特別指導　英語　体操　音楽　茶道
募集対象年齢　●年少クラス（3 歳児）　●年中クラス（4 歳児）　●年長クラス（5 歳児）
TEL 0744-45-0151
FAX 0744-55-1501
〒633-0004 桜井市朝倉台西5丁目1093-321
http://www.kio.ac.jp/kiokinder/
アクセスしてね！　畿央大学付属幼稚園　検索
学校法人 冬木学園　畿央大学付属幼稚園

大宇陀温泉 あきののゆ　<営業時間> 10時～21時（入館は20時30分まで）
月曜日：ビール と 温泉セット 1000 円
火曜日：ポイント 2 倍デー
水曜日：65 歳以上 500 円 ※身分証明を持ちください
金曜日：小学生以下無料
土曜日：温泉 BBQ セット 2100 円（要予約）
平日　：大人 700 円　小人 350 円
土日祝：大人 800 円　小人 400 円
平日料金を値下げしました
市民特典カード
500 円（1 枚につき 1 名様）
83-4126

農家レストランしゃもじ
大宇陀温泉あきののゆレストラン
食事と温泉セット
1300 円クーポン券
利用期限　平成 28 年 7 月末日
※1 枚につき 1 名様
※980 円以下の定食に限ります
※切り取ってお持ちください
各種宴会承ります ※価格は応相談
平日　11：30 ～ 21：00
土日祝 11：00 ～ 21：00
（ラストオーダー 20：00）
83-4126

大宇陀温泉 あきののゆ
有効期限：
平成 28 年 7 月末
市民特典カード引換券

『古事記』、『日本書紀』、『万葉集』と宇陀市 52

阿騎野の朝　2

持統六年（六九二）に行われた軽皇子の阿騎野への遊猟は、祖母である持統天皇によって計画されたもので、壬申の乱ゆかりの地であり、祖父・天武天皇、父・草壁皇子とも縁の深い阿騎野を訪れることで父祖を強く意識させたいという思いがあったのでしょう。

この軽皇子の遊猟の時に、柿本人麻呂は、これまでご紹介した万葉歌五首（四五～四九）を詠んだのでした。

「阿騎野の朝」の中央の馬に乗った人物は、遊猟の主人公である軽皇子なのでしょうか。当時、軽皇子は十歳。しかし、中央の人物は立派な成年。どうやら軽皇子ではないようです。実は、中央の人物、柿本人麻呂として描かれているのです。

先の柿本人麻呂の歌から「阿騎野の朝」が誕生したのですが、この作者は「阿騎野の朝」のなかでは、柿本人麻呂を主人公としたのです。「阿騎野の朝」は、史実と異なるとの意見もありますが、「阿騎野」、「かぎろひ」、「柿本人麻呂」、「万葉歌」をキーワードに「阿騎野の朝」という芸術作品が新たに出来上がったのです。

柿本人麻呂像は、いろいろなものが製作されていますが、馬に乗った柿本人麻呂像は、ここ「阿騎野の朝」の柿本人麻呂像のみとなっています。

もう一度、柿本人麻呂の秀歌を詠んでみましょう。

東の野に炎の立つ見えてかへりみすれば月傾きぬ（『万葉集』巻一・四八）

よく晴れた夜明け前の「阿騎野」での「かぎろひ」、そして、西には月が傾いて淡い光をたたえている情景を歌にしています。

持統六年（六九二）の宇陀での情景が今も見ることができます。まだ、もう少し先の時季ですが、厳冬のよく晴れた夜明け前の「阿騎野」へぜひお越しください。石造の柿本人麻呂がお待ちしております。

阿騎野・人麻呂公園の柿本人麻呂像

人権コーナー

ホームレスと100ドル紙幣

あるアメリカの大学生が、ひとりのホームレスの方に100ドル（約1万円）を渡して、どう使うか、興味本位で観察していたそうです。100ドルを受け取ったホームレスの方が向かった先は、よくあるまちの酒屋さん。果たして、この後、酒屋さんでどんな行動を取ったでしょう。

しばらくすると、両手いっぱいに買い物袋をさげて出てきました。好きなアルコールを買って、酒浸りになるのではないかと予想していたのですが、その様子を陰で見ていた大学生は、この後、驚くべき光景を目の当たりにしました。

買ってきたのは、お酒ではなく大量の食料で、それを同じ境遇のホームレスの方達に配り始めました。その様子を見た大学生は、驚き、思わずそのホームレスの方に駆け寄り、後を付けて観察していたこと、勝手に撮影していたことに対して謝り、もう100ドルを渡して、どうして知り合いでもない人たちに食料を配るのか、話を聞きました。

「ここにいる人達は、自分がなりたくてこのような境遇になった人ばかりではなく、事情があって、それまでの生活を維持できなくなり、このような生活を余儀なくされた人もいるのです」と、話しました。

「自分も4か月前までは、両親と暮らしており、癌を患った義理の父の付き添いが必要となり、やむを得ず仕事を辞め、十分な医療給付や保険も受けられず、両親も亡くなって、医療費の支払いのために住むところを追われ、路上での生活を余儀なくされました。私の他にも運命の歯車が狂って、同じ様な境遇にある人はたくさんいます。それでも、善行を続けていたら、不思議な巡り合わせで、善良な人達に出会えます。」と彼は語りました。

このお話を聞いて、どんなことを感じられたでしょう。ホームレスの方への偏見や立場の弱さにつけこんで、暴力や暴言など身も心も傷つけられやすい状況があります。このお話で感じたことを、そして、あなたが考えたことを大切にしてください。

Uda-ch うだチャン 11CH

問 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。

7月番組表

時	1日～20日	21日～末日
6	まちの話題 ホットニュース / 企画番組 ※20日まで	
7	お知らせ（静止画） / 野菜たっぷりｸｯｷﾝｸﾞ お天気カメラ	
8	ストレッチ／タオル体操 お知らせ（音声付き静止画）	
9	まちの話題 ホットニュース / 企画番組 ※20日まで	
10	お知らせ（静止画） / 野菜たっぷりｸｯｷﾝｸﾞ 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 ※20日まで	
1	お知らせ（静止画） / 野菜たっぷりｸｯｷﾝｸﾞ 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 ※20日まで	
7	お知らせ（静止画） / 野菜たっぷりｸｯｷﾝｸﾞ サイエンスチャンネル　B	
8	ピカピカはみがきのうた ウェルネスうだ体操【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 / 企画番組 ※20日まで	
10	お知らせ（静止画） / 野菜たっぷりｸｯｷﾝｸﾞ まちの話題	
11	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	○大宇陀中央まちづくり協議会協和分会設立総会 ○宇陀市地域連携型防災訓練	○ムジークフェストなら2016 ○図書館絵本講座『ママのための絵本講座』	○ 夕涼み会　菟田野保育所 ○ 差別をなくす市民集会
（企画番組）	○宇陀市誕生10周年記念事業（市民提案事業編）	○まち・ひと・しごと創生総合戦略	－
野菜たっぷりクッキング	－	－	野菜たっぷりオムレツ 春雨サラダ
まちの話題	○第53回 近畿高等学校自転車競技大会 ○宇陀西国三十三所巡り（第1回）	○榛原高井ほたるの夕べ ○室生地域の虫送り	○第24回 あきの螢能 ○第10回 染田天神杯ゲートボール大会
サイエンスA	**ザ・メイキング**：あられおかき **見つめてみよう！植物の世界**：花の役割	**ザ・メイキング**：金太郎あめ **見つめてみよう！植物の世界**：花と虫	**ザ・メイキング**：旅行カバン **見つめてみよう！植物の世界**：果実の形
サイエンスB	**極限の車技術**：ブルドーザ	**極限の車技術**：オフロードダンプトラック・ホイールローダ	**極限の車技術**：油圧ショベル
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

Hello my フレンズ

From: キキ（大宇陀中・菟田野中）

私が撮影したお気に入りの写真（^^）（奈良市にて）

こんにちは、もうすぐ夏ですね。日本でも夏はワクワクする季節だと思います。みなさんはどのような“夏”を楽しみますか？私は“夏”というといろんな楽しい事が思い浮かびます。例えば、バーベキューやスイカ、かき氷、夏祭り、花火とか！

そう言えば、宇陀にはいくつか大きな花火大会がありますね。最初ここに来た時に、榛原で花火を見ました。あまりに綺麗だったので、とても感動しました。今年も榛原や花火を見たいです。楽しみです！

◆夏の単語を英語で‼

ワクワクさせる ： exciting （エキサイティング）
夏 ： summer （サマー）
スイカ ： watermelon （ウォーターメロン）
かき氷 ： shaved ice （シェイブド アイス）
花　火 ： fireworks （ファイヤーワークス）
私が夏で一番好きなのは～ ： My favorite thing about summer is ～（マイ フェイバリット セィング アバウト サマー イズ～）

まちの動き

平成28年6月1日現在
※（ ）内は前月比

総　数	31,902人 (-52)
男	15,243人 (-24)
女	16,659人 (-28)
世帯数	13,059世帯 (-16)

ウッピーとーく

先月号の特集で協力いただいた榛生昇陽高校自転車競技部が見事栄冠を勝ち取りました（P16参照）。▼当日スタート・ゴール地点の特設観客スペースには多くの人だかりがあり、大会アナウンサーによる実況中継もありました。また、スマホ対応のレース観戦アプリの導入等、随時レースの情報を手に取るように知ることができました。▼今大会のロードレースでは、コース上に3カ所の関門があり、先頭から5分遅れた選手はそこで次々と走行打ち切りとなります。今回、最後まで完走できたのは約40％。中には接触や転倒によるリタイアも。▼そんな過酷なレースでしたが、選手は素晴らしい姿を見せてくれました。普段とは違う「選手」の顔を見て、カッコいい！って憧れを持ちました(^^)

ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

広報うだ 2016 7
第127号
平成28年7月1日 発行

「目覚めの灯」 —１０周年賞—

撮影場所 / 鳥見山　撮影者 / 甲斐匠 (河内長野市)

朝焼けに照らされ自然に囲まれた街が目覚める時間帯、うっすら雲海越しに見える街の灯りの幻想的な美しさ。

「夜明けの天の川」 —１０周年賞—

撮影場所 / 榛原安田　撮影者 / 岡田政夫 (田原本町)

冷え込んだ早朝、天の川がとても綺麗でした。

KOUHOU UDA series うだの 2016.7

うだフォトコンテスト入賞作品を紹介

前月号に引き続き紹介します。

「室生湖に芽吹く」 —１０周年賞—

撮影場所 / 室生湖　撮影者 / 岡田卓彦 (河内長野市)

この大木は室生湖の増水に立ち枯れることもなく、今年も力強い息吹を感じさせる新しい芽を枝一杯に伸ばしていました。

「瞬 花」 —１０周年賞—

撮影場所 / 墨坂神社前の宇陀川　撮影者 / 楚阪武雄（宇陀市）

はいばら花火大会を墨坂神社に通じる宮橋の上で見ていた人をシルエットに、花火と宇陀川に映り込む美しい風景を表現しました。

今月のPick Up

市の代表作品が県優秀作品に！

「人権啓発ポスター・標語」優秀作品を紹介

■県優秀作品

浦田 佳穂（榛原中３）

７月の「差別をなくす強調月間」の取組の一環として県・市が募集した「人権啓発ポスター・標語」に、ポスターの部 1,824 点、標語の部 547 点の応募がありました。※なお、学年については、作成時のものとなっています。（敬称略）

【標語の部】

■宇陀市選出の県提出作品

○クラスの輪　１人かけると　ただの線　（植田 陽和・大宇陀中２)
○切らさない　生きる気力の　バッテリー　（高岡 航大・大宇陀中３)
○イジメサイン　アンテナはって　キャッチしよう　（山本 将貴・大宇陀中３)
○向き合おう　自分の心と相手の心　（岸本 はぐみ・菟田野中３)
○戦争がない　差別がない　これが平和　（堀内 彩花・菟田野中３)
○気付いてる　見ている人も　いじめっ子　（小峚 温花・榛原中２)
○心にも　広げていこう　バリアフリー　（古田 世凪・榛原中２)
○「あの人変」 悪気のない目が　針になる　（垣内 将希・榛原中２)
○希望になるんだ　君のたった一つの行動が　（山本 杏夢・榛原中２)
○立ち止まれ　相手の心を考えて　（奥垣 涼太・室生中２)
○十人十色　なのに同じを求めるの？　（今野 未羽・室生中３)
○小さな勇気で増える幸せ　ふみだしてみよう第一歩。　（森本 実莉・室生中３)

編集・発行　宇陀市総務部 秘書広報情報課
〒633-0292 宇陀市榛原下井足17-3
Tel.0745-82-8000 Fax.0745-82-3900