

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

Visit  
UDA



-気持ち(ハート)でつながる-

## 室生国際交流村 宇陀を世界に発信中

2016 129号

平成28年

C O N T E N T S

|              |    |
|--------------|----|
| 特集 室生国際交流村   |    |
| 宇陀市を世界に発信中   | 2  |
| 市政トピックス      | 8  |
| うだちから        | 12 |
| まちのわだい       | 14 |
| 宇陀市立病院・ウェルネス | 16 |
| みんなで子育て      | 18 |
| 保健センター・お知らせ  | 20 |
| みんなの掲示板      | 28 |
| うだチャン 11ch   | 31 |

# 室生国際交流村 宇陀市を世界に発信中

ワールドキャンパスが  
今年もやってきた！

市内で国際交流事業に取り組んでいる団体の1つ「室生国際交流村」では7月8～14日までの1週間、WCI（ワールド・キャンパス・インターナショナル）を通じて8か国23名の青年を受け入れました。ホストファミリーとなったのは同交流村の会員12家族。今回も宇陀市ならではの体験と交流を通じて、相互に多くのことを分かり合えました。今回の特集では、その1週間に密着し、外国人から見た日本の姿や、彼らが感じた宇陀市の印象について紹介します。

①

## 今回のスケジュール

- 1日目 宇陀市へ到着。  
ホストファミリーとの対面式、食事会。
- 2日目 ホストファミリーデー  
(各ファミリーが自由に過ごす)
- 3日目 午前 / 地元の方による宇陀市のレクチャー  
午後 / 座禅体験 (蓮昇寺：榛原池上)  
神社見学 (八咫烏神社：榛原池上)
- 4日目 午前 / 室生小学校へ訪問・交流学習  
午後 / 農業体験 (室生大野)
- 5日目 午前 / 室生寺見学  
午後 / 名張市赤目にて忍者体験 & 清掃活動  
夜間 / 全参加者 & ファミリーの懇親会
- 6日目 午前 / 特別養護老人ホーム室生園への慰問  
夕刻 / ファミリーへのありがとうイベント
- 7日目 室生口大野駅でお別れ

①室生寺の風景は本当にカッコいい。It's cool! ②定番となった座禅体験 ③八咫烏神社では日本の伝説を紹介 ④まずは、宇陀市の地理や歴史、現状を学びます ⑤室生園へも慰問。おじいちゃん、おばあちゃんと交流 ⑥室生小では全校挙げての交流授業！各国に関するクイズ大会もしたよ。給食も美味しかった ⑦「どうしても忍者体験がしたい」とメンバーからの強い希望で ⑧水田で雑草取りを体験 ⑨最終日には、ファミリーに感謝の意味を込めて、歌やクイズやパフォーマンス満載のショーを開催



②



③



宇陀市の主な産業は農林業。  
有名な観光地も多くあります。  
でも少子高齢化が大きな問題となっています。

④



⑤



⑥



⑦



⑧



⑨

世界の国旗が集結！  
各国の文化や風土を紹介するよ

今、日本のポップカルチャー（アニメ、マンガ、音楽など）は世界中で、ものすごい人気があります。また「ものづくり」の面でも日本の技術には多くの注目が集まっています。世界の若者はそれらを通して日本の生活や文化に興味を持ち、日本への訪問に憧れを持つ若者も少なくありません。

私たちは、アジア圏だけでなく欧州でも日本語を学ぶ若者が増えてきていることから、日本を舞台に世界各地の若者による国際交流を図り、共に異文化を学ぶ活動を行っています。

日本を舞台に選ぶ特筆すべき理由として、①世界中の若者が日本に興味を持っていること ②恵まれた自然と歴史



日本って、本当に  
素晴らしい！

NPO 法人ワールドキャンパスインターナショナル  
代表 西村さん（右）スタッフ マキさん（左）

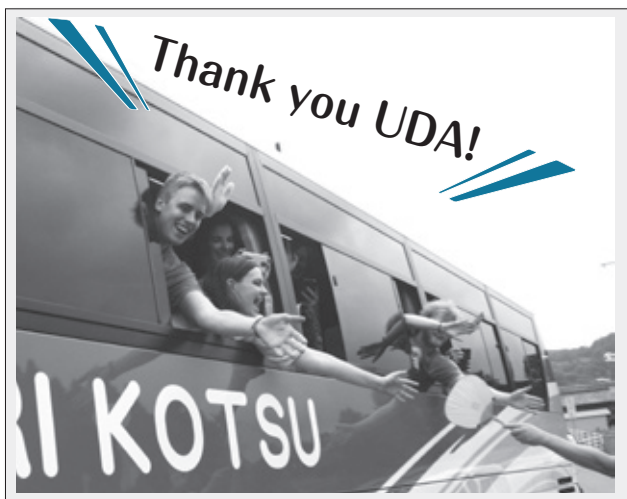
URL : <http://www.worldcampus.net/>

史文化が日常生活の中で息づいていること ③安全なこと ④日常生活の中で、世界でも最新鋭のテクノロジーが垣間見えることが挙げられます。

実際、10 数年来この活動を行って宇陀市にも毎年受け入れてもらっていますが、参加者の評判も非常に高く、リピーターも多くなります。

やはり、この地域が持つ風土やホスピタリティ（おもてなしの気持ち）が彼らには心地良いのだと思います。

このように、自分たちの地域の魅力を最大限に生かそうとすることは非常に素晴らしいですし、何より交流を楽しんでいるという宇陀のみなさんの意識には、とても感銘を受けています。



## 海外の若者をホームステイで 受け入れ、地域おこしを！

**元**々の目的は、多くの人とふれあうことで、過疎化が進む自分たちの地域を活性化させたい、ということでした。

この活動を通して、外国人だけではなく、市内外のいろんな方と知り合えることができました。みなさんこの出会いをきっかけに室

**活**動を始めて13年です。私たちのモットーは、「楽しむ、継続する、無理をしなご」です。

会員になるには、英語力が堪能といった条件はありません。私たちが望むのは、①ふれあう心 ②楽しむ、難しく考えない ③相手に興味と関心を持つ ④相手を尊重し、尊敬する ⑤少しの英語力です。

設立当初は室生村の住民が中心でしたが、現在は宇陀市全域だけでなく、名張市の方も参加してくれています。



室生国際交流村 会長  
北森義脚さん（室生深野）  
興味のある方は連絡ください（☎ 92・3629 自宅）

受け入れ期間中、日中は体験プログラムがあるのでファミリーは各自、彼らの集合場所まで送迎します。夜は各家庭に帰ってふれあいを楽しんでもらっています。

**私**たち交流村のホストファミリー同士もファミリーなんです。「来訪した彼らに喜んでもらおう」という共通の気持ちから互いに助け合って、それが私達たちならではの「おもてなし」に繋がっていると思います。みんな楽しんでいますよ！

室生国際交流村 副会長  
岡崎典子さん（室生大野）

**外**国の若者の情報発信力はすごいんですよ。こうした相互の思いからできた縁が世界中に広がっています。「日本の奈良の宇陀は良いところだ」と。こんな繋がりが地域が活性化して、国際的視野を持つ子どもたちや人材を育ていけたらと願っています。

**今**日の観光スタイルは、国内外を問わず、観光バスで決まった行き先を巡ってお土産を買うという旅から変わってきています。「地方でもいい、自分の日常とは違う、その現地ならではの景観や生活・文化・ふれあいを体感してみたい」と思う若者旅行者が増えてきています。私たちもそんな意欲のある彼らと交わりたいと思っています。

生地域に関心と縁を感じてくれたそふです。まさに交流村の道を歩んでいると喜んでいます。

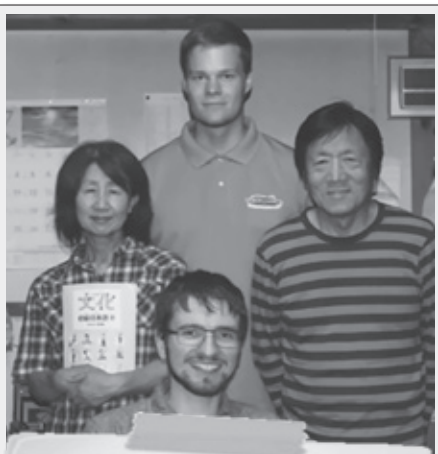
一緒に食べたり話したり、得意芸を披露しあっているうちに、気が付けば仲良くなっているんです（^^）



言葉は通じなくても気持ちで会話できます。  
みんな自分の子どものように優しいですよ。  
一緒にいると元気がでます。by 中捨ファミリー



青年海外協力隊の時に、周りに助けられた恩返しとして少しでも役に立つならと参加しています。こっちも楽しみたいので、国の政治や仕事のこと、日常生活のこといろいろ聞かせてもらうのが楽しみになってます。ホームステイに来た人たちには、一回は自国の料理も作ってもらうのですが、今回はしっかりした料理をいただきましたヨ(^^) by 達フファミリー



どんな夕食を作ればいいのか毎回悩むんですが、それも楽しんでいます。特に今回は選挙があったので、お互いの国の政治の話ができて、とても勉強になりました。外国人とはいえ、一緒に暮らしていて、まるで息子のように感じますよ。

by 曾良ファミリー



子どもたちには、このような機会を通して、文化や生活習慣の違いや共通点を見つけて面白いと思える感性を養ってもらいたいと願っています。この頃は、国境を越えた「人」として、人を思いやる気持ちを少しずつ理解してくれてるんだなあって感じることもあり、とても頼もしく見えています。

by 松本ファミリー



私は、何回も受け入れているので自然体で楽しんで抱えています。でも、今回は彼々が体調を崩してしまったので、彼々の母国の郷土料理であるミルク粥を調べながら作ったら喜んでくれてホッとしました。今後も、家族の輪がワールドワイドに繋がればいいな(^^) by 宍浪ファミリー



彼々の歓迎会で自宅で浴衣を着て日本語落語を演じました。すると彼々は落語を気に入ったようで、ネットで英語落語を検索して楽しんでました。英語落語は英語の勉強になりますよ。

by 西岡ファミリー

みんな緊張の顔合わせ。私たちはゲーム感覚でホストファミリーを紹介します！

箱の中身はな〜んだ？



足湯サイコー♥



ホストファミリー宅では自国の郷土料理を手作りましたよ^^ パスタとガーリックパン



## インタビュー

# Why JAPAN ?

彼らの言葉から、私たちが知るべきこと、考えるべきこと

# どうして、日本がイイの？

——なぜ、このプログラムに参加して、日本に来ようと思ったの？

エスベン…私たちがこのプログラムに参加する理由は、「人」であり「結び」です。

この活動では日本を舞台に世界各国の参加者と数日間を共に過ごします。参加する度にいろんな出会いがあります。もちろん大好きな日本のことも学べるし、世界中に友人ができます。

私は宇陀でこういうことができる基盤があるのすごく素晴らしいことだと思います。

——日本、宇陀の魅力は？ここで過ごして感じたことは？

ヨルゲン…日本を知ったきっかけは、アニメやマンガでしたが、そこから自分の国とは大きく異なる日本独自の生活や文化に興味を持ちました。

日本は遠く離れた異国の地、文化や技術の進んだ国として、東欧でもとても人気があります。

マルカス…日本人はとても礼儀正しく、誠実で、相手を思いやる気持ち強いんです。そんな国民性にも、私たちは魅力を感じています。

日本人の勤勉さや、規範意識、モラル、社会性の高さは世界でも非常

に評価が高く、例えば、財布を落としてもそのまま手元に帰ってくるように、何より安全な国なんです。

ヒナタ…中でも宇陀は、まるで宮崎駿アニメの世界のようです。私たちにとっては道路を走って見える自然の草木や遠くの山々の風景がすでに非日常的なんです。とても美しいと思います。

特に私のまちは砂漠の中にありますからね(笑)

ユシイ…美しい自然景観、また古いお寺や神社などの歴史遺産に囲まれている、その中でみなさん、それが当たり前のように暮らしています。身近な所に小さな祠や石碑があったり、また、日常の中で独特な風習や祭り事があり、それがとても神聖で、荘厳な感じがするんです。

そんな神秘的で伝統的な生活の中ですが、各家庭では家電や住環境は世界でも最新のテクノロジーが満載なんです。

イリス…日本は癒しがある国です。景観もいいし、古代からの歴史や文化が人々の生活の中で息づいています。何より宇陀は空気も水も美味しいです。

キム…日本のモノづくりの技術や精神には本当に驚かされます。私は来

日の度に、100均や家電、衣料品店に行くのですが、いつもアイデア満載の新品に「ワオ！」の連続です。

ユシイ…私たち外国人は日本でよく水道の水を飲みますし、水道水に入れて持ち運びます。「え、水道水でいいの？」って驚かれる人もいますが、普段お茶を飲む習慣がないので、日常でも水を飲むんです。でも宇陀の水道水は本当に安全で美味しいですよ。それと野菜も新鮮で美味しいし、トイレもとても綺麗。

——宇陀市のホストファミリーは比較的年齢層が高いし、英語も堪能ではないですが・・・？

マルカス…日本の方は、いつも相手を気遣っています。そんな中で人生の先輩である目上の方に失礼なことをしないかと、最初は少し緊張していました。

でも、みなさんとてもフレンドリーで言葉が通じなくても一生懸命私たちと向き合おうとしてくれました。そんな真つ直ぐな姿に感動しましたし、改めて「同じ人間なんだ」と思つて、ものすごく愛を感じました。

エスベン…私たちはここにきて日本のことを学びますし、ここは第2の

故郷になります。それとともに、ホストファミリーや交流した子どもたちには、私たちを通じて海外の情報を知ってもらえることができず、世界への憧れや身近さを感じてもらえればと願っています。

人とのふれあいによって「世界は結ばれて行くんだ」ということを毎回感じますね。

### ——宇陀は今後どうあって欲しい？

イリス…宇陀の景観は、絶対このままであって欲しい。宇陀の風景は、私たち外国人が想像する日本の風景そのものなんです。日本だけではなく、私の国でも地方での少子高齢化は問題となっています。若い方には、ぜひホームタウンの宇陀に誇りを持ってもらって、ここに住み続けてもらいたいです。

ヨルゲン…そのために行政は、働く場や独自の教育があるなど、住民が宇陀にすることにメリットや魅力を感じられるようなアクションをすることが大事だと思います。

キム…私たちのような外国人のリピーターもいるということを知ってもらって、地域への愛着を持ってもらうことも大事です。

そして、この景観や文化はずっと継承し続けてもらいたいです。

エスベン…神武天皇や記紀万葉など、ここは日本の歴史を語る上でとても重要な場所なんだとPRするだけでなく、まず住民の方がそれを知っていることが大事です。

例えばまちの人が「宇陀には〇〇があるぞ」って人を惹きつけるPRをしたり、受け入れ態勢が向上すれば、もっとここは素晴らしいになります。

ヒナタ…虫の声や鳥のさえずり、山々の緑、空気など、宇陀には日本の原風景が残されています。ここで見たこと、感じたこと、体験したことは本当にか

がえのなものです。遠く離れています。ここは私にとって故郷、ホストファミリーは第2の家族です。

マルカス…できるなら、外国人向けの情報発信や、案内などの受け入れ体制があればうれしいし、景観を変えない中でのWIFIなどの情報通信環境を整えたいと思っています。

イリス…まちが元気で活性していた頃の時代を取り戻して欲しいです。

ユシイ…私たちは宇陀が好きです。このまちが、いつまでも元気で美しくあることを願っています。

### インタビューして感じたこと

まず驚いたのは、誰もが積極的に自分の意見を言うということ。シャイな日本人にはなかなか難しいことがかもしれませんが、まず彼らは自分の経験や知識の中で自分が考えていることをしっかりと他人に伝えるという意識を持っており、その伝え方、聴き方がしっかり身に付いていることに感心しました。

彼らは私たちが思う以上に宇陀に愛着を持っています。それは、やはりここでの思い出が素晴らしいものであったからだと思います。みんなが言った「ふるさと宇陀を大切にしたい」という言葉はとても印象に残りました。



Thanks for the chance to see you!  
みんなとの出会いに感謝！

## 参加お待ちしております！

## うだカップリングパーティー No.10

日時：10月8日（土） 場所：うだ夢創の里

申し込み：9月23日までに問へ

問 NPO法人うだ夢創の里（☎/FAX：88・9367）

※詳しくは、広報うだ8月号P9をご覧ください。

UDAカップリングパーティー 2016  
in ぶるさと元気村たぐちきっちゃん

日時：10月22日（土）

※詳しくは、今月号の折込チラシをご覧ください。

きんてつホームタウンプロジェクト  
婚活ツアー！

学校生活風イベントで「出会い」を体験？

市在住、在勤、昔住んでいた・・・など宇陀市にゆかりがある男性を募集！お相手は近鉄駅営業所で一般募集した同年代の女性！

日時：11月5日（土）

定員：男性20名 30～49歳の独身男性

参加費：7,500円

行程：市役所→うだアニマルパーク（自己紹介など）→奈良カエデの郷ひらら（給食・親睦ゲーム・フリートークなど）→市役所

申し込み：9月1日から問で受付

問 商工観光課（☎82・2457 / IP ☎88・9081）

## うだから始まる うで愛が始まる in 内牧

日時：11月20日（日）

場所：平成榛原子供のもり公園

主催：内牧地域まちづくり協議会

問 まちづくり支援課（☎82・3910 / IP ☎88・9094）

詳細10月号  
折込チラシででも、心配しないで！  
不安に思うことはみんな同じ！  
自信を持って前に進んで！結婚したいけど・・・  
相手がいない・出会う機会がない  
うまくお話しできない など

結婚

したい！そんな、あなたの

「出会い」

を支援します

なぜ、宇陀市が結婚を支援するの？

少子高齢化、人口減少が止まらない本市にとって、住民の定住を促進すること、子どもを増やすことはクリアすべき重要な課題です。そのためにも、若者が都会に出なくても結婚して家庭を持ちやすい環境、子育てしやすい環境づくりを進めることは宇陀市のまちづくりにとって必要不可欠なことです。

その一環として、市では平成23年度から結婚支援事業として、結婚を望む市民の方々に安心してご参加いただけるイベントの開催や、民間団体が実施する婚活事業への支援を通じて、婚活を行う方々を応援しています。

宇陀市 婚活 応援宣言！

宇陀と名張で

「女子旅美」

じょし

たび

します♪

募集は終了  
しています宇陀に来てくれて  
ありがとうー

おとなりの名張市で昨年行われた「なばり旅コンテスト」で、最優秀賞を受賞した奈良朱雀高校ビジネス企画部の「女子旅美IN宇陀&名張」ツアーが、9月17日（土）・18日（日）に進行されます。

このツアーは、同クラブ活動の一環として作成されたもので、主に日本酒と歴史好きな女性をターゲットに、「美をテーマに、日本酒と温泉をバスで巡る旅」と銘打っています。

なばり旅コンテスト 最優秀賞 受賞 奈良朱雀高校 ビジネス企画部

じょし たび

女子旅美

美をテーマに と を で巡る旅

2016 女性20名限定 モニター特別価格

9月17日（土）18日（日） 19,800円（税込）

宇陀市では大宇陀松山地区でまち歩き、大願寺での薬草料理、日本酒試飲、室生寺での散華絵付を体験し、翌日は名張市でパワースポットや情緒あるまちなかを散策します。

またバス車内では、これまで何度も現地に足を運んだ同部員が各地の見どころを紹介。

未来を担う学生たちが情熱を込めて考えた女性限定のプラン。景色や人の温かさに触れられる旅に期待が高まっています！

問 商工観光課  
（☎82・2457 / IP ☎88・9081）

# 注目！ これから まちづくりの 鍵です！

防災とまちなみ保全

## 地域防災力講演会を開催

市では歴史文化財や歴史的なまちなみを有する地域での防災対策など、様々な地域の課題を解決するための計画を立てたり、実際に取り組んでいくことを住民と行政との協働により進めています。

今回は、松山伝統的建造物群保存地区での取り組みの一環として、防災研究の専門家をお招きしての講演会を開催します。講演にはどなたでも参加できます。

ぜひ、各地域の取り組みにご活用ください。

【日時】 9月11日(日)

午後1時30分～2時30分

【場所】 中央公民館

【演題】 「地域防災力の向上を目指して」  
～災害の時代に備える～

【講師】 ひょうご震災記念21世紀研究機構・

副理事長 室崎益輝 先生

【参加費】 無料

【申し込み】 電話にて【問】まで

【その他】 講演会後、第2回松山地区防

災計画検討会を行います。(松山地区在住者対象)

【問】文化財課

(☎ 82・3976 / IP ☎ 88・9365)

くらし・住環境

## 空き家セミナーと相談会

空き家でお困りの方向けの相談会を開催します。

市内でも空き家が増加していますが、適正な管理には早めの対策が必要です。空き家の管理や活用でお困りの方は、ぜひ、ご参加ください。

【日時】 9月10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】 市役所 会議室

【主催】 NPO法人 空き家コンシェル

ジュ、宇陀市

※相談会には予約が必要です。前日までにご連絡ください。

※相談会の日以外は常設の相談員がご相談をお受けしています。お気軽にご連絡ください。

【連絡先・受付時間】

NPO法人 空き家コンシェルジュ

橿原市小房町9-32

(☎・FAX) 0744・35・6211

月～土曜日 午前9時～午後5時

【問】まちづくり支援課

(☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

産業の振興

## 販路拡大相談窓口を開設

自社のこだわりの商品の販路方法や今後の事業展開などにお困りの方を対象に、専門家を招き個別相談窓口を開設します。

経営や財務、販路拡大など、幅広い相談にお応えします。ぜひ、ご参加ください。

【日時】 9月27日(火) 午前10時～午後4時

【場所】 市役所 会議室

【申し込み】 事前申込(先着順)

1 事業者原則2時間とし、1日3事業者までの相談とさせていただきます。

※10月以降も1回の相談窓口を開設予定です。

【相談員】 長元耕司氏

(中小企業診断士)

大阪府中小企業診断協

会のコミュニケーションビジ

ネス・ソーシャルビジネ

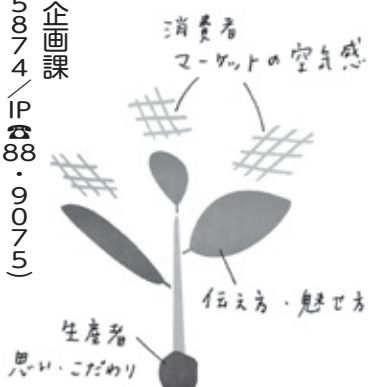
ス研究会代表。

起業・創業や経営課題の解決、事業計画の作成、事業継承、事業再生の各支援を専門にセミナー講師としても活躍中。



【問】産業企画課

(☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075)



ふるさとPRR

## 宇陀市ふるさと応援団 (ふるさと納税) 特典出品事 業者を募集

ふるさと納税への寄付者に贈呈する特典を拡充するにあたり、出品事業者の募集および説明会を開催します。

【日時】 10月6日(木) 午後7時～

【場所】 市役所 会議室

※説明会に参加するには、事前申し込みが必要です。

詳しくは、今月号の折込チラシをご覧ください。

【問】総務課

(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)

## 秋の交通安全県民運動

9月21日(水)～30日(金)

- 1 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車の交通事故を防止しよう！
- 2 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートを着用しよう！
- 3 飲酒運転を根絶しよう！
- 4 二輪車・原付車の交通事故を防止しよう！



【問】市交通対策協議会(総務課内)  
(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)

英語力を高め、国際視野を持った子どもたちを育てるために

## 外国人青年を英語講師に招いています

宇陀市では、市内の各小・中学校にALT（外国語指導助手）を派遣しています。

英語授業で、ネイティブな英語に慣れ親しむことにより、国際的な視野を広げコミュニケーション能力の育成を図るとともに、英語教育の充実、英語力の向上を目指しています。

また、幼少期より英語に触れ楽しむことにより、子どもたちの興味・関心を高め、将来の英語学習がスムーズに行われるようにと、幼稚園・保育園・子ども園・子育て支援センターにもALTを派遣し、英語活動を行っています。

そのほかにも、宇陀市英語スピーチコンテストや公民館講座として大人の英会話教室を開催するなど、彼らを通して少しでも英語を身近に感じてもらうような取組を進めています。

彼らも異国の地である日本で、いろいろな学んだり、体験したり、友達を作りたいと思っています。

みなさんも恥ずかしがらずに、笑顔やあいさつでコミュニケーションを図ってみては？

### 新しいALTを紹介します！

はじめまして！私は「クラレンス」と申します。私は宇陀市の新しいALTです。9月から榛原中と室生中で働きます。日本は初めてです。

私はアメリカのテキサスのヒューストンから来ました。ヒューストンは、NASAのジョンソンスペースセンターとアラモが有名です。テキサスは日本より暑い、蒸し暑いです。

今年5月に、テキサス大学を卒業しました。大学の専攻は、日本語と日本の文化と言語学です。子どもの時から、日本に興味がありました。特に、日本の神話学と歴史と神社やお寺のことです。そして、私の趣味は、筋肉トレーニング、パワーリフティング、サッカーや料理をすることです。

鹿で有名な奈良公園と東大寺に行ってみたいです。街で会ったら遠慮せずに、「Hi」「こんにちは」と声をかけてください。

私は日本語をもっと上手になりたいです。どうぞよろしくお願いします。

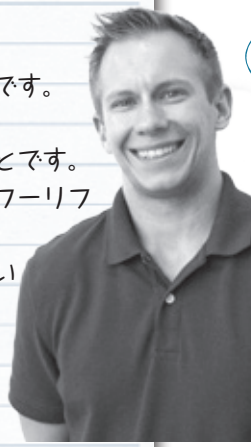


◀▲ロベス&レジ  
(小学校、こども園等)

▶キキ (大宇陀中・菟田野中)

今月の「ハローマイフレンズ」のコーナーも見てくださいね！

紹介文はがんばって日本語で書いてみました！



▲クラレンス (榛原中・室生中)

問 教育総務課 ☎82・3973 / IP ☎88・9259

## 市長日記

まだまだ暑い日が続きます  
体調崩されていませんか？



子ども議員のみなさんの熱意と発想に驚きました

▼子ども議会が開催されました。宇陀市の将来を託す子どもたちが、普段考えていることを学校や家庭で、行政にどんな質問をするのかを考え、議論してきたことを質問いただきました。頼もしく、そしてうれしく感じました。これからの彼らの将来に期待したいと思います。

▼各地の戦没者慰霊祭、戦没者顕彰碑除幕式に参列しました。顕彰碑には15歳の若さで亡くなられた方の名前もありました。改めて戦争の悲惨さ、過酷さを感じます。また、遥か異国の地、厳しい環境の中で、ふるさとを思い亡くなられた方々を思うとき、改めて彼らのふるさと宇陀市のまちづくりをしつかりしなければと考えます。

市立病院近くの鉄道高架下には米軍機による機銃掃射の跡が今も残っています。その様子を記した銘版や、犠牲者を弔う地蔵様が、その事実を語り継いでいます。犠牲となった方々にご遺族とともに改めて哀悼の意を表します。

▼県知事と共に、県市長会長という立場で、県選出国會議員、

各庁の政務官など、幹部職員の方々に県市長会としての要望活動を行ってきました。

県内市町村は、大多数が少子高齢化などにより財政的に厳しく、今後のまちづくりに対する支援、制度設計など多くの課題について、高市総務大臣をはじめ関係の方々と意見交換をしました。特に宇陀市に関連することとしては、県と市町村とのまちづくり連携協定を進めていくための財政支援や、合併市町村に対する今後の支援措置などを要望しました。また、文科省においては、田野瀬代議士が政務官に就任されたこともあり、学校施設の整備支援について要望しました。今後も、熱意をもって取り組んでいきます。

▼消防操法大会や各地域での夏祭りなど、関係者のご努力、ご協力のもと取り組んでいただきました。改めて感謝しています。皆さんにはこのような、いろいろな機会を通じて、多くの人とふれあい、みんなで宇陀市の将来を語っていただきたいと思います。

# 宇陀市から

## ウッピー&

## ハッピー

# 出陣!!

投票するしかないやろ

# ゆるキャラグランプリ 2016 エントリー中!

昨年の雪辱果たす



「ウソやろ?と思いました」  
ウッピーは苦虫を噛みつぶしたような顔で、昨年のグランプリ結果について話した。

宇陀市の公式キャラクターのウッピーと、宇陀市記紀万葉イメジキャラクターであるハッピーは、ゆるキャラグランプリ2015で初出場を果たしたが、奈良県内のランクでは最下位という悔いの残る結果に終わってしまった。

「ライバルたちの戦いぶりに圧倒されるばかりだった。甘く見ていたんだと思う」と、昨年を振り返り、ハッピーも、羽根と声を震わせた。

今年はウッピーとハッピーが、気持ち新たに強力タッグを組み参戦。「このタッグなら負ける気がしない」と両氏は興奮した様子で大会への意気込みをみせた。

1日1回、毎日投票可能!

※事前の登録が必要です



ぜひ、投票を!  
10月24日(月)まで

問 企画課 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

ゆるキャラ ウッピー・ハッピー

検索



元気の原木ーげんきのげんぼくー  
(ふるさとを元気にしたい)  
切り絵作家  
江本幸雄さん  
(室生下田口 ふるさと元気村)



元々趣味で始めた切り絵も早40年。伝統的な「きりえ」を蘇らせながら、今を生きる自分のフィルターを通して、現代に活かす、ということをもっとに制作し続けています。

今年4月には、フランス政府公認ミレー友好協会・日本支部展で内閣総理大臣賞をいただきました。自分の表現したものを人から認められるのは、本当に嬉しいものです。

私の住む地域は、少子高齢化が著しく、まさに危機

9月22〜25日には、以前から仲間と一緒に取り組んできた室生全域を舞台としたグリーンアートツーリズム「室生里巡り」を開催します。今回でなんと23年目を迎えます。やっぱり、自分たちの地域は自分たちの力や愛で育てなければなりません。これからも地域の魅力や元気を発信するべくライフワークとして活動将继续していきます。



問 ふるさと元気村 (☎ 93・4400)

ふるさと元気村 検索

キラリ うだん

# 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 マスコットキャラクター

### 「さんちゃん」を作成

「三本松まちづくり協議会」

地域のイメージづくりと、特に子どもたちが三本松に親しみを持つてくれるようにと、三本松まち協でマスコットキャラクターを作成しました。

図の考案や命名は、いずれも地域在住者です。

キャラクターの作成は、市まちづくり活動応援補助事業の一つとして行ったもので、早速、三本松まち協により創刊号（7月発行）で地域住民に紹介しました。

### ■コンセプト

- ・地域の成長と繁栄
- ・明るく元気な人々

### ■図のイメージ

- ・帽子の飾りは「三本」
- ・頭は「三本松の松ぼっくり」
- ・髪の色は「長命寺の銀杏の黄色」
- ・服は「三本松の緑」
- ・白のバンダナに「松葉の模様」
- ・名前「さんちゃん」
- ・三本松の「さん」を取り命名
- ・15件の応募から選ばれました



はじめまして。三本松まち協の「さんちゃん」です！

## 2 夏休みラジオ体操会を

### 開催

「榛原地区まちづくり協議会」

今年もオリジナルのラジオ体操スタンプカードを作成し、地域内の5か所の公園などを会場に、巡回子どもラジオ体操会を開催しました。各会場とも大人も参加し、地域の交流ができました。最終日には、お楽しみプレゼントもあり、みなさんに喜んでいただきました。

「伊那佐地区まちづくり協議会」



▲この活動を通して、規則正しい生活習慣が身につけてきているようです



▲夏の恒例行事として根付きました。会場でのあいさつを通じて、みんな顔見知り！

## 3 「南部ふれあいデー」

### 開催

「おおうだ南部地域まちづくり協議会」

近畿地方の梅雨明けが報じられた7月18日。宮奥ダム水辺公園で、宇陀川源流であり、地域の水源として大変重要な役割を持っている宮奥ダム周辺の道路の草刈り、ゴミ拾いなどのクリーンアップ活動と、地域住民の親睦、特に移住や定住促進効果を目指した地域交流イベント「南部ふれあいデー」を開催しました。

交流会には、子どもから高齢の方まで多くの方が参加されました。大道芸人のパフォーマンスあり、高齢者も参加してのカラオケ披露など地域みんなが楽しみ、イベントは大いに盛り上がりしました。



▲大会の運営には、地域の高校生、大学生もスタッフとして参加。地域行事への関心や愛着を深め、顔の見える地域づくりに貢献しています

## 4 まちなみ保全とともに 地域の活性化を

### 「大宇陀中央地域まちづくり 協議会松山分会」

当まち協は、平成28年3月21日に設立しました。16自治会で構成され、人口は759人、高齢化率41.24%の地区で少子高齢化も進んでいます。

松山地区は、商家町として発展し、趣のある景観は重要伝統的建造物群保存地区となっています。

現在、この歴史的なまちなみの保全と、当該保存地区にふさわしい防災計画を策定するため、松山地区防災計画の検討が行われています。この取組にまち協も参加するとともに、地域のみなさんに防災に対する意識を高めてもらうことを目的に、防災訓練を計画しています。防災意識を高めていくための話し合いができる場づくりがまち協の活動の一つと捉えています。

具体的な訓練を通じてどのような取組ができるのか。これは防災だけに止まりません。地域の活性化を図るためにぎわいの場・機会づくりとしての提供も同じです。松山地域では、NPOをはじめ各団体が地域おこしに取り組んでいます。

これから、このような地域の集まり・雰囲気大切に、お互いに協力、支援しながら、地域に根差した活動をしていきます。地域でできることから、一つひとつ取り組み、よりよい松山地域ができるように活動を進めていきます。



▲現在、多くのまち協で防災活動の一環として、みんなの手によるこのような防災マップづくりが進められています

## 「ナツメ」

昔、田舎では庭の隅に必ずといってよいほど、ナツメが植えられていました。年配の人なら、一度は食べたことがあるのでしょうか。ただ、おいしいと思って食べた人もいれば、食べかけてやめ、あんなものはもう食べないと思っている人もいます。

おいしいという人は、たぶん、果実の青い色が薄れて白みを帯び、一部茶褐色に色付き始めたものを食べた人です。このときは、口にするときと音がかして甘く、本当に青リンゴを食べているような味です。これが暗赤色に熟れてしまうと、中はカスカスでおいしくなくなります。ところが熟れたものでも

蒸すとおいしくなります。

ナツメは、平安時代以前から果物や薬として使われています。生薬名は大棗（たいそう）。217年頃、世界最古の薬草の本「神農本草経」に、すでに上品として記載されています。大棗を1日5〜15g煎じて服用すれば、緩和、利尿、鎮静、解熱、滋養強壮などに効果があるとされます。

薬として利用する場合は、果実が赤くなる寸前（白色を帯びたとき）に収穫し、セイロに入れて蒸し、わずかに変色したら天日乾燥します。またよく熟した果実を採集し、天日乾燥すればOKです。



▲ナツメは鉢植えでも生育するので、ベランダ栽培も可能

※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

## ゲートボールを思いっきり楽しむ日 小学生親子ゲートボール教室 開催 8月3日

榛原屋内ゲートボール場（榛原松牧）において、宇陀市ゲートボール協会による、小学生親子ゲートボール教室が開催されました。

親子や子ども同士の絆を深めるとともに、ゲートボールに興味・関心を持ってもらうことを目的に、昨年春、夏、冬の年3回開催されています。今回は市ガールスカウトとの合同事業として、20名が参加しました。

協会の指導のもと、スティックの握り方など基礎練習から始め、最後にはミニゲームを行いました。

「次回は12月25日に開催予定。たくさんの方にゲートボールを知ってもらえるよう継続していきたい」と事務局長の城井さんは話されていました。



## 日頃の修練の成果を発揮して 少林寺拳法 県大会で最優秀賞 受賞 7月18日

奈良市中央体育館で「第67回奈良県民体育大会・2016少林寺拳法奈良県大会」が開催されました。

当日は猛暑のなか、県下各支部より1,000人の拳士が集い、日頃の修練の成果を存分に発揮しました。

最優秀1位を受賞された2名は、本年10月に大分県において開催される少林寺拳法全国大会に奈良県代表として参加されます。

「大王クラブ」の拳士たちが最優秀賞受賞を含め各部門で見事入賞されました。

### 【大会結果】（敬称略・順不同）

〔少年緑帯Aの部〕 4位：菅生空輝、赤松雄月

〔中学生有段の部〕 最優秀1位：徳永郁弥、徳永聖弥

〔女子有段の部〕 優良3位：脇本愛莉、山中莉南



徳永 聖弥さん（左）、徳永 郁弥さん（右）



## 子どもたちに人権の大切さを 人権出前教室 開催

「人権出前教室」は、いじめ・なかまなど様々なテーマで、子どもたちに人権の大切さを身近に知ってもらう目的で、桜井宇陀人権擁護委員の方々がやっているものです。

7月14日に菟田野小学校3年生児童、19日に菟田野保育所、29日に室生こども園、8月1日に大宇陀小学校学童保育室で行われました。

子どもたちは、人権擁護委員による手遊びや紙芝居等の読み聞かせを熱心に聞き、相手への思いやりの心や、みんなと仲良くすることの大切さについて学びました。

また、漫画家やなせたかしさんがデザインしたイメージキャラクターの「人KEN まもる君」と「人KEN あゆみちゃん」の登場に子どもたちは、大喜びで楽しい時間を過ごしました。



室生こども園にて

## 身近なことでも相談できると安心 登記・税金・年金など 行政なんでも相談所 開催

7月27日

総務省奈良行政評価事務所による「登記・税金・年金など行政なんでも相談所」が、サンクシティで開設され、法務局、司法書士、税理士、社会保険労務士、弁護士、人権擁護委員、行政相談委員の方々が相談を受けました。

この日の相談件数は、49件あり、主な相談内容は、相続に関すること、登記に関すること、年金に関するもののほか、身近な法律に関する相談が寄せられました。



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!



『東大と野球部と私』 勝つ  
ために大切なことは何か  
桑田真澄 著  
出版: 祥伝社

東大野球部の特別コーチとして2年間、桑田真澄は選手たちに何を伝えたのか。東大大学院での研究内容とは。「頭脳の野球」の指導理論と哲学を、指導日誌の形で記す。大越健介(東大野球部OB)との対談も収録。(大宇陀図書館所蔵)



『「ファーブル先生の昆虫教室」  
本能のかしこさとおろかさ』  
奥本大三郎 文  
やました こうへい 絵  
出版: ポプラ社

スカラベの食べっぷり、世界のクワガタムシ、アリの通り道…。やさしい文章とたのしいイラストで昆虫の本能の「かしこさ」と「おろかさ」を紹介する、抄訳版「ファーブル昆虫記」。『朝日小学生新聞』連載をもとに書籍化。(大宇陀図書館所蔵)

## 図書館からの まめ知識 Vol.30

2学期が始まりました。夏休みを利用して旅に出かけた方、初秋の爽やかな風を求めてこれから旅に出かける方。旅に出て見慣れぬ風景や見慣れぬ道に、わくわくドキドキするのも旅の楽しみです。

さて今、中央図書館では「道をゆく」というテーマで小説を特集しています。自分探しの旅や、自分では経験することのできない自分以外の人の旅を、本で味わっていただく特集です。作中の人物の歩む道を、小説の中でしばし共に歩んでみる。そこでは楽しい道やいばらの道など、さまざまな人生のさまざまな道を垣間見ることができます。どんな道、どんな人生に出会えるか楽しみに本を手にとってみてください。

おはなし会やその他のお知らせはP23

子どもたちと一緒に捕獲から計測まで

## 特別天然記念物 オオサンショウウオ 夜間観察会 開催

8月7日

県教育委員会・宇陀さんきち倶楽部に協力いただき、「オオサンショウウオ夜間観察会」を開催しました。40名が参加し、夕方から室生振興センターで三重自然誌の会 清水善吉先生の講演を聞いた後、室生川(もみじ公園周辺)に移動し、オオサンショウウオを探しました。

1個体を捕獲し計測すると、全長76cm、体重2.65kgとやや大形の個体であることがわかりました。新たに確認された個体であるため、マイクロチップを挿入し、台帳登録も行いました。DNA鑑定を行い、結果がでるまで一時飼育することとなり、鑑定の結果「日本産」であることがわかった場合は、発見場所の室生川へ戻す予定です。

なお、今回の観察会は国(文化庁)の許可を得て、専門家の指導の下に行っており、許可なく天然記念物を捕獲することは法律で禁止されています。オオサンショウウオを発見した場合は、文化財課(☎82・3976)までお知らせください。



夜空に咲いた色鮮やかな花火

## 全国花火まほろば競技大会結果

8月4日

宇陀川河畔において、「第59回宇陀市はいばら花火大会」が行われ、第2回目となる「全国花火まほろば競技大会」も同時開催されました。

競技大会には全国から昨年を上回る18社の出品があり、各社趣向を凝らした花火に、多くの観客から歓声が上がりました。

また今年は新しい試みとして、当日会場にて花火を見ることができない市民の方々に向けて、「うだチャン11」で、その模様が、生放送されました。

当日は天候にも恵まれ、約38,000人の観客の方々が、真夏の夜空に色鮮やかに咲く約4,200発の花火に魅了されました。

なお、今年の花火大会の結果は、次のとおりです。

### 【大会結果】

≪最優秀賞≫内閣府特命担当大臣賞

有限会社 伊那火工堀内煙火店(長野県)

≪優秀賞≫奈良県知事賞

株式会社 生島煙火(大分県)

≪優良賞≫宇陀市長賞

株式会社 マルゴー(山梨県)

≪特別賞≫(一般審査員賞)まほろば賞

株式会社 山内煙火店(山梨県)



## ■ 10月から睡眠時無呼吸症候群の診療を始めます

睡眠時無呼吸症候群（SAS）とは、眠っている間に呼吸が止まる病気で、自分では気づくことができません。

### ～検査・診察の流れ～

1. 地域連携課で「簡易型睡眠呼吸検査機器」の貸出予約をしていただきます。（予約受付は月・水曜日）
2. 予約票をもって、総合受付へお越しください。この時、検査室より、自宅に持ち帰る機器の使用法と、自宅で簡易検査する内容などについて説明を行います。
3. 1週間経過後の木曜日に内科外来で検査結果にもとづいた診察を受けていただきます。

★問い合わせ・申し込み：地域連携課 ☎ 85・1201

## ■ 消防訓練を実施しました

7月25日、新本館のリネン庫（毛布やシーツを保管する場所）で火災発生との想定で消防避難訓練を実施しました。

実際に高音量の警報音と非常放送を鳴らし、職員による消火器を使用した消火活動とともに、避難誘導を行うという本格的な訓練となりました。

大切な生命を預かる病院として、いろいろな災害を想定した訓練を、これからも実施していきます。



## 病院まつりは今年も多くの参加者でにぎわいました

7月23日に、夏恒例の「第3回宇陀市立病院まつり」を開催し、約900名の来院がありました。

毎回人気の健康チェック、健康相談をはじめ、院内見学ツアーや手術室体験には家族連れで参加いただきました。その他様々なコーナーが大盛況で、多くの方々に病院のことを知ってもらうことができました。

また、病院玄関では大宇陀中学校吹奏楽部、タップキッズ、みどりの丘児童合唱団、和太鼓勇喜の方々のパフォーマンスにより、盛大に病院まつりを盛り上げていただきました。大勢のご参加ありがとうございました。



## ■ 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

休日：土・日・祝日、年末年始

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（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：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）

## ■ 糖尿病教室のご案内

### 【9月の予定】

参加費：無料

1日（木）低血糖、足のケア、体調が悪くなった時（シックデイ）の対応について～（第6回）

29日（木）糖尿病の基礎知識（第1回）

【時間】午後2時30分～【場所】北館2階栄養指導室

※その他、気になることがある方は、ご参加ください。



▲院内見学ツアー（放射線科）



▲手術室体験



▲健康チェック



▲健康相談

▲救急救命実演

## ～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）

## ～介護予防教室のご案内～

高齢になってもできる限り、いきいきと自分らしく暮らしていくために、元気なときから運動などに取り組んでいくことがとても大切です。

昨年実施した在宅医療・介護・認知症に関する市民意識調査の結果、介護認定を受けるきっかけとなった病気や原因として骨折や転倒、加齢による足・腰の衰えが全体の 27.3% を占めています。

運動することで、運動機能の低下を防ぎ、骨折や転倒を予防しましょう。

市では、65 歳以上の生活機能の低下を防ぐことを目的に、介護予防教室の参加者を募集します。

## 【内容】

運動機能の低下を防ぐ筋力トレーニング、認知症予防プログラム等

【指導者】 理学療法士・看護師等

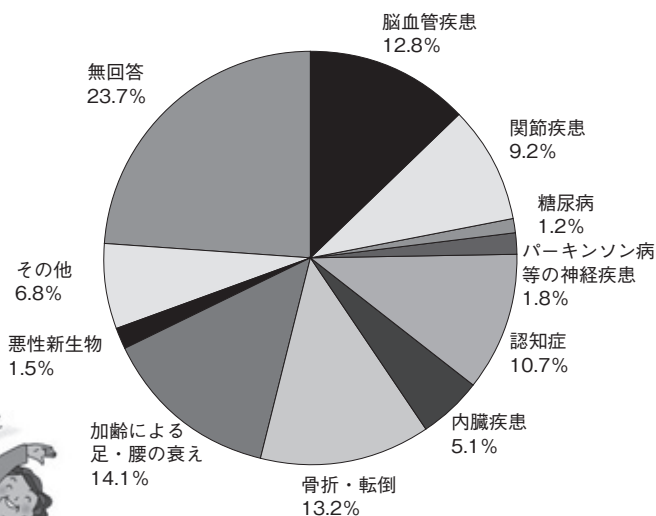
## 【対象】

要支援・要介護認定を受けていない 65 歳以上の方で、右の「チェックリスト」の採点の結果、合計点数が 3 点以上ある方です。

## 【申し込み】

9 月 16 日（金）までに☎へ

■介護認定を申請するきっかけとなった病気や原因



## 「チェックリスト」

合計点数が 3 点以上ある人は、積極的に介護予防教室へ参加しましょう。

| 質 問                          | 回答欄〈合計点数 点〉 |         |
|------------------------------|-------------|---------|
| 階段の手すりや壁をつたわずに昇っていますか        | はい 0 点      | いいえ 1 点 |
| 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか | はい 0 点      | いいえ 1 点 |
| 15 分くらい続けて歩いていますか            | はい 0 点      | いいえ 1 点 |
| この 1 年間に転んだことがありますか          | はい 1 点      | いいえ 0 点 |
| 転倒に対する不安は大きいですか              | はい 1 点      | いいえ 0 点 |

## 健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

## ＜9 月のウェルネスイベント＞

下記のイベントに参加すると、健康ポイントが 5 ポイントもらえます！！



## ●がん予防講演会

「わかりやすい乳がんのお話」

【日時】 9 月 25 日（日）

【場所】 榛原総合センター

※詳細は今月号広報の折込チラシをご覧ください。

ウェルネス・コラム  
野菜を食べて、減塩！

## ●野菜をたくさん食べて減塩食生活！

野菜が体に良いことはよく知られていますが、野菜を食べると減塩につながると言われています。

## ●野菜を食べるとなぜ減塩？

野菜にはカリウムが豊富に含まれています。カリウムには塩の排泄を促進する働きがあります。塩を摂り過ぎず野菜を多く食べるようにしましょう。

## ●おススメ！減塩お味噌汁！

①具材として野菜を使い、煮ることで量をたっぷり摂れます。

②色々な野菜を使うことで、旨味が出て相乗効果がうまれます。

③塩分は汁に多く含まれています。具を多くすることで汁を少なくできます。

お味噌汁は  
1 日 1 杯まで！！

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

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らう 井戸端会議(第6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】 9月15日(木) 午前10時～正午  
【場所】 菟田野人權交流センター

## おしゃべり会(かるがもくらぶ)

保護者同士の交流を図る中で、子育てのヒントにしませんか。

【日時】 9月8日(木) 午前10時～正午  
【場所】 文化会館(大宇陀拾生)

## 病後児保育室のご案内



お子さんが病気やケガの回復期(病氣治療に向かいつつある期間)で、集団保育および家庭における保育が困難な児童に対し、一時的な保育を実施します。

【対象】・市内在住または在園の生後6か月から小学校3年生までのお子さん

・病氣や病氣回復期にあり、集団保育などが困難なお子さん

・保護者が勤務等の都合により、家庭での保育が困難なお子さん

・かかりつけの医療機関の医師が利用について差し支えないとするお子さん

(対象の病氣は、風邪、インフルエンザ、水ぼうそう、氣管支炎、中耳炎、胃腸炎などの疾患の回復期)

【日時】 月・金曜日(祝日、年末年始、こども園休園日を除く)

午前8時30分～午後4時30分

【費用】 1日2,000円、給食代300円(おやつ代含む)

【場所】 大宇陀こども園 2階

病後児保育室「りすぐみ」

【定員】 3名(連続7日まで利用可)

【その他】・空き状況は電話またはHPで確認できます。

・回復期の確認は、市立病院小児科または、かかりつけ医院で診察を受けていただき、医師による「病後児保育診療情報提供書」に基づき行います。

## 【利用方法】

### ①事前登録

(申込書は、こども未来課、こども園、保育所等・市のHPより)

### ②予約(利用時)

### ③診察

(前日に病院での診察が必要。医師が病後児保育を「可」と判断した場合のみ利用可)

### ④利用当日

(必要書類・着替え、バスタオル・紙おむつ等・処方された薬・利用料を持って、「りすぐみ」へ)

### ⑤お迎え

(連絡票により、お子さんの様子をお知らせ)

【問】大宇陀こども園  
(☎ 83・3511 / IP ☎ 88・9118)

## 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、歯医者を受診・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】 9月14日(水) 午前10時～午後4時  
☆次回開催日 10月20日(木) 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



パパ・ママ応援

# ★子育て支援センターからのお知らせ★

♪ みんなで楽しく子育てしませんか ♪

## 9月カレンダー

問 子育て支援センター ☎84・9925

| 月                      | 火                            | 水                                                | 木                               | 金                               |
|------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
|                        |                              |                                                  | 1  リズムの日<br>親子教室（0歳児）<br>二次募集開始 | 2 ●2歳児親子教室<br>（うさぎ）             |
| 5 ●2歳児親子教室<br>（ばんだ）    | 6  お話の日<br>※家児相談日            | 7 ★つどいのひろば<br>（室生こども園）<br>※保健師相談日                | 8  リズムの日                        | 9 子育て講演会                        |
| 12 親子教室（0歳児）<br>二次募集終了 | 13  お話の日<br>親子ヨガ教室<br>※家児相談日 | 14 ★つどいのひろば<br>（大字陀こども園）<br>●1歳児親子教室<br>（りんご）    | 15  リズムの日                       | 16 なかよしひろば<br>●1歳児親子教室<br>（いちご） |
| 19 敬老の日                | 20  お話の日<br>（ALT）<br>※家児相談日  | 21 ★つどいのひろば<br>（めく森の郷）<br>双子ちゃんあつまれ！             | 22 秋分の日                         | 23 なかよしひろば                      |
| 26 ●0歳児親子教室<br>（ばなな）   | 27  お話の日<br>※家児相談日           | 28 ★つどいのひろば<br>（たかぎふるさと館）<br>●0歳児親子教室<br>（ばいっふる） | 29  リズムの日<br>ミニ誕生会              | 30 開放中止<br>（保健センター検診のため）        |

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

### 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

【時間】 月～金曜日（土・日・祝日は除く）午前9時～午後4時

お話の日

【時間】 午前11時～11時30分

★ つどいのひろば

【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】 午前10時～11時30分

【時間】 午前11時～11時30分

リズムの日（健康ポイント事業）

### 子育て講演会

1・2歳児の子どもの発達、子育て中の悩み、ストレス解消についてお話を聞き少しでも不安を軽くしませんか。

【対象】 市内在住の就学前の乳幼児とその保護者

【日時】 9月9日（金）午前10時～11時30分

【内容】 「子どもの育ちと心豊かな子育て」

【講師】 佐保短期大学 石田裕子先生

### 親子ヨガ教室!!

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】 9月13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か月

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 田邊香代先生

【定員】 20組（先着）

【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

【申し込み】 9月9日（金）まで

### 双子ちゃん集まれ!

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】 9月21日（水）

午前10時～11時30分

### 親子教室「すくすく教室」（0歳児）の第2次募集（登録制）

年齢に応じた遊びや子育ての情報提供を行います。親子で交流しながら楽しい遊びを体験し、友達づくりをしましょう。

【対象】 市内在住の平成27年12月1日～平成28年4月1日の間に生まれたお子さんとその保護者。15組（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】 10月～平成29年3月（毎月1回）

【登録料】 500円

【申し込み】 9月1日（木）～12日（月）まで（土・日曜日を除く午前9時～午後4時）



# 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 | 8日(木) | 平成28年7月生まれの<br>児の保護者 | 室生福祉保健<br>交流センター | 午前10時 |

## 乳がん検診

| 対象地域            | 内容               | 実施日    | 対象者                       | 場所               | 開始時間           |
|-----------------|------------------|--------|---------------------------|------------------|----------------|
| 大宇陀<br>・<br>菟田野 | 2歳児<br>歯科健康診査    | 20日(火) | 平成26年5月～8月<br>生まれの児       | 大宇陀保健<br>センター    | 午後1時～<br>1時50分 |
|                 | 1歳6か月児<br>健康診査   | 21日(水) | 平成26年12月～平成<br>27年3月生まれの児 |                  |                |
| 榛原・室生           | 10～11か月児<br>健康診査 | 26日(月) | 平成27年10月～<br>11月生まれの児     | 室生福祉保健<br>交流センター |                |

## 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】9月6日(火) 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28年4月～6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

### ぬく森サロン(室生地域)

【日時】9月9日(金)・16日(金)・23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】○今年もオ・ト・ナの塗り絵  
○ぬく森オリンピック

【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・老眼鏡

### 脳いきいき教室 参加者募集！

心身の老化が気になり始めた高齢者を対象に楽しく学び脳を活性化して、健康でいきいきと暮らしていただくための教室を開催します。

【日時】9月14日(水)、10月5日(水)  
11月16日(水)、12月7日(水)  
いずれも 午後2時～4時

【場所】室生福祉保健交流センター

【内容】・認知症予防の話  
・脳いきいきトレーニング

【対象】65～79歳の方 30名  
(要介護認定者を除く)

※過去に脳いきいき教室に参加された方は対象外です。定員を超えた場合は抽選になります。

【講師】横井 賀津志 先生(作業療法士)

【申し込み】室生福祉保健交流センター

【締め切り】9月9日(金)まで



## 乳がんから自分の命を守るために

### ～もっと知ろう！検診と 自己触診の大切さ～

現在、日本人の女性の12人に1人が乳がんにかかると言われていています。しかし、乳がんは早期に発見されれば恐れることはありません。早期発見の大切さを知っていただくために、講演会を開催します。

【日時】9月25日(日)

午後1時30分～3時30分

【場所】榛原総合センター

【内容】講演「わかりやすい乳がんのお話」

【講師】市立病院 外科医 中辻直之先生

【その他】申し込みは不要です

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

## 検診のお申込みはお済ですか？

市では、がんの早期発見を目的に“胃がん・肺がん・大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん・肝炎ウイルス”の検診を行っています。

検診費用の約7割を市が負担しており、個人で受けるより大変お得です。

今年度、まだ申し込みをしていない方は、室生福祉保健交流センター（検診専用ダイヤル 92・5222）まで今すぐお申し込みください。

## 検診で、あなたと大切な人の未来を守りたい…

### ● 検診の種類・対象・自己負担額

| 検診の種類  | 対象              | 自己負担額            |                        |
|--------|-----------------|------------------|------------------------|
|        |                 | 集団検診<br>(保健センター) | 個別検診<br>(医療機関)         |
| 胃がん    | 40歳以上の方         | 900円             |                        |
| 大腸がん   |                 | 300円             |                        |
| 肺がん    |                 | 200円             |                        |
| 前立腺がん  | 50歳以上の方         | 300円             | 900円                   |
| 肝炎ウイルス | 検診未実施者          | 700円             | 1,200円                 |
| 子宮がん   | H27年度<br>未受診の女性 | 1,200円           | 頸部 2,000円<br>体部 3,500円 |
| 乳がん    |                 | 1,300円           | 1,800円                 |

## <<子宮頸がん予防ワクチンの接種についてのお知らせ>>

平成25年6月14日付の国の通知により、現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種にあたっては有効性とリスクを理解したうえでお受けください。希望により定期予防接種として無料で接種することができます。接種をご希望の方は室生保健交流センターまでお問い合わせください。

| ワクチンの種類         | 対象年齢                                   | 標準的な接種年齢 | 接種回数 | 接種間隔                           |
|-----------------|----------------------------------------|----------|------|--------------------------------|
| サーバリックス<br>(2価) | 小学校6年生(12歳相当)<br>から高校1年生(16歳<br>相当)の女子 | 中学1年生    | 3回   | 1回目を0月として、以降1ヶ月、<br>6か月の間隔をあける |
| ガータシル<br>(4価)   |                                        |          |      | 1回目を0月として、以降2ヶ月、<br>6か月の間隔をあける |

○サーバリックス、ガータシルはいずれも子宮頸がん患者の約6割から見つかる16型・18型の高リスク型のヒトパピローマウイルスの感染を防ぐと言われています。いずれも同じワクチンで3回接種することになっていますので1回目に接種したワクチンを2回目以降も接種してください。

★厚生労働省ホームページで、子宮頸がん予防ワクチンに関する情報をご案内しています。

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou28/>



### \*レシピ\*

#### ●麻婆夏野菜

【材料】 茄子…400g、サラダ油…大さじ1、おくら…80g、赤パプリカ…60g、にら…60g、にんにく・生姜…各1片、合挽き肉…200g、サラダ油…大さじ1、豆板醤…小さじ1/2、[水…300cc、しょう油…大さじ4、中華スープの素…小さじ1、砂糖・酒…各大さじ2]、[片栗粉・水…各大さじ2]、ごま油…小さじ2

#### 【作り方】

- 1 茄子は3等分にして縦半分に切り、短冊に切る。水に浸けてあくを抜き、ざるにあげる。

うだちゃん11chで  
8月放映したレシピです。

### 麻婆夏野菜 (4人分)

Cooking

- 2 おくらはがくを取り、斜めに切る。
- 3 赤パプリカは種を取って短冊切りに、にらは3cm位に切る。にんにく、生姜はみじん切りにする。
- 4 ボウルに水、しょう油、中華スープの素、砂糖、酒を入れて混ぜ合わせておく。
- 5 茄子の水気をペーパータオルで取り、フライパンにサラダ油を入れて炒め、皿に取り出しておく。
- 6 同じフライパンにサラダ油、にんにく、生姜を入れて火にかけ、香りを出す。合挽き肉を入れて炒め、豆板醤を加える。
- 7 赤パプリカを入れて炒め、先ほどの調味料を加えて沸騰させる。茄子とおくらを加えて味をしみ込ませる。
- 8 最後に、にらを加えて、水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を入れて香りをつける。

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

## 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

### マイナンバー個人番号カー ドは受け取られましたか？

今年 1 月から申請受付を行っ  
ている個人番号カードの交付に  
ついて、以前より「交付通知書」  
を郵送しています。

交付通知書に記載されている  
受取日を過ぎても、カードの受  
け取りはできませんので、必要  
物を持参のうえ市民課までお越  
しください。

### 【必要な物】交付通知書、通知カー ド、本人確認書類(15 歳未満・

成年被後見人)に同行する法定  
代理人の方についても必要)、  
住民基本台帳カード(お持ち  
の方のみ)、認印

【時間】平日開庁時間中および、  
第 2・第 4 土曜日の午前 8 時  
30 分～正午まで

※受け取りには本人の来庁が必  
要ですが、入院・その他やむを  
得ない理由により代理人が来庁  
される場合は、事前にお問い合わせ  
をください。

※開庁時間内に、仕事などでど  
うしても来られない場合も、事  
前にお問い合わせください。

### 問 市民課

(☎ 82・2143 / IP ☎ 88・9076)

## 国民年金保険料の 後納制度について

過去 5 年分まで国民年金保険  
料が納められます！

後納制度とは、時効で納める  
ことができなかった国民年金保  
険料について、平成 27 年 10 月か  
ら平成 30 年 9 月までの 3 年間に  
限り、過去 5 年分まで納めるこ  
とができる制度です。後納制度  
を利用することで、年金額が増  
えたり、納付した期間が不足し  
て年金を受給できなかった方が  
年金受給資格を得られる場合が  
あります。

### 【対象者】

1. 20 歳以上 60 歳未満の方で、  
5 年以内に納め忘れの期間(納  
付・免除以外)や未加入期間  
がある方

2. 60 歳以上 65 歳未満の方で、  
右記 1 の期間のほか任意加入  
中に納め忘れの期間がある方

3. 65 歳以上の方で、老齢年金  
の受給資格がなく任意加入中  
の方など

### 問 保険年金課

(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

問 日本年金機構桜井年金事務所  
(☎ 0744・42・0033)

## 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】 9 月 15 日～ 30 日

【施工業者】 宇陀市上下水道協同

組合

【費用】 無料



問 水道局  
(☎ 82・2185 / IP ☎ 88・9067)

【9 月の対象地域(各地域の一部)】

○大宇陀地域 岩室、小附、内原、  
下竹、麻生田、野依、□今井  
○榛原地域 天満台西(1 丁目・  
2 丁目・4 丁目)、天満台東(1  
丁目・2 丁目・3 丁目)  
○室生地域 小原、室生

## 子ども医療費助成制度の 手続きはお済みですか？

通院医療費助成の対象が中学 3 年生までに拡大しました

市では子育て支援の充実や保護者の経済的負担軽減の  
ため、これまで小・中学生の入院医療費の助成を行って  
いましたが、8 月 1 日より通院の助成も行っています。

【助成額】 小・中学生の通院については、1 医療機関毎  
に月 1,000 円の自己負担を除いた金額

※院外薬局分は負担なし。総合病院等では歯科は別。

※入院については、現行どおり負担なし。

対象者には 5 月下旬に申請書を送付し、6 月中に申  
請書の提出を受けて、7 月末に「子ども医療費受給資格  
証」を交付しています。

申請書の提出が無い場合は、資格証の交付ができません  
ので、医療費助成を受けていただくことができません。  
手続きがまだの方はお早めに手続きください。

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】9月22日(祝)

【現地滞在時間】45分間

※渋滞等、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)

※バス料金は無料

## 【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

| 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 | 奈良交通バス停 | 到着    | 出発 |       |               |
| 【1回目】                                        |           |         |         |         |         |       |    |       |               |
| 8:00                                         | →         | 8:08    | →       | 8:11    | →       | 8:12  | →  | 8:13  | → 8:30 9:15   |
| 【2回目】                                        |           |         |         |         |         |       |    |       |               |
| 10:15                                        | →         | 10:23   | →       | 10:26   | →       | 10:27 | →  | 10:28 | → 10:45 11:30 |
| 【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  | → 8:30 9:15   |
| 【2回目】                                        |           |         |         |         |         |       |    |       |               |
| 10:15                                        | →         | 10:18   | →       | 10:26   | →       | 10:27 | →  | 10:28 | → 10:45 11:30 |
| 【3回目】                                        |           |         |         |         |         |       |    |       |               |
| 13:30                                        | →         | 13:33   | →       | 13:41   | →       | 13:42 | →  | 13:43 | → 14:00 14:45 |

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

### 中央公民館講座の受講生募集

パソコン教室(初級)

初心者の方を対象としたパソコンの基本的な操作方法や、応用についての講座です。

【日時】10月～2月

毎月第2・4金曜日(全8回) 午後1時30分～3時30分

【場所】室生分館(室生振興センター)

【対象】市内在住、在勤、在学の方

【定員】16名(抽選)

【参加費】1,000円(テキスト代)

【講師】NPO法人六樹会パソコンサロンのみなさん

【申し込み】9月22日(金)～20日(火)の期間中に、☎もしくは中央公民館窓口にて

問 中央公民館 (☎83・0551 / IP ☎88・9180)

【休館日】木曜日・祝日

### 市美術展覧会開催 出品作品を募集

■出品要領

【対象】15歳以上の市内在住・在勤・在学の方(中学生は除く)

【募集部門】絵画・書芸・写真・彫塑工芸の4部門

【申し込み】出品申込書により、10月14日(金)までに、生涯学習課・各公民館窓口にて

※「要項」「出品申込書」は、生涯学習課および中央公民館、各分館、市役所1階ふるさとテラスなどに設置。

【期間】11月3日(祝)～6日(日)

【会場】市役所4階・5階

【各賞】(各部門共通)市展賞・金賞・銀賞・銅賞・奨励賞

※各部門の出品状況によっては、該当する受賞作品がない場合もあります。

問 生涯学習課 (☎82・3975 / IP ☎88・9364)

## 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

9月14・28日(水) ①10:00～ ②10:45～

おはなしクラブ

9月10日(土) ①10:30～ ②14:30～

24日(土) 小さい子(10:30～) 大きい子(11:15～)

★放課後子ども教室

9月7・14・21・28日(水) 15:30～

★映画会(約30分)『14ひきのかぼちゃ』

9月17日(土) 11:00～

(宇陀市立大宇陀図書館)

★おはなし会(60分)

9月17日(土) 10:30～ 場所:和室(2F)

★映画会(約30分)『14ひきのあきまつり』

9月24日(土) 10:30～ 場所:研修室(1F)

### 講座「ママのための絵本講座」

(3回講座の2回目)

日時:9月15日(木) 10:00～

場所:総合センター2階 託児コーナー有(新規のみ要予約)

講師:富永 有季(子育て絵本アドバイザー)

定員:50名 申し込み:☎等で各図書館まで(新規のみ)

9月の休館日 6・13・19・20・22・27 毎週火と祝日

※サマータイム実施中(7～9月は、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)

## 玩械文庫(がんしゅくぶんこ)だより

「カエデの美」～そのさまざまな表現～

10月1日(土)～29日(土)の期間、文化会館(展示コーナー)、中央図書館内、うたのひらら(ギャラリー・玩械文庫)の3か所コラボで「カエデの美」を着物地や画集など、さまざまに表現し、玩械文庫の貴重資料と共にご覧いただけます。

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)

11/1～

9/1～

大宇陀体育館の休館日が  
変更になります！

毎週月曜日も開館(ただし年末年始は休館)

11月以降分の予約ができます！

問 生涯学習課 (☎82・3975 / IP ☎88・9364)

## 2つの給付金の申請受付を開始します

### ■平成28年度臨時福祉給付金

この給付金は、消費税率引上げによる影響を緩和するため、所得の少ない方に対して、暫定的・臨時的な措置として実施されます。

#### 【対象者】

- ①基準日（平成28年1月1日）時点で住民票が宇陀市にある方
- ②平成28年度の住民税が課税されていない方

※市内市外にかかわらず課税者に扶養されている方や生活保護を受給している方は除きます。

#### 【支給額】

1人につき3千円（1回限り）

### ■障害・遺族年金受給者向け給付金（年金生活者等支援臨時福祉給付金）

この給付金は、一億総活躍社会の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及ぶにくい所得の少ない障害基礎年金や遺族基礎年金等の受給者の方を支援するために実施されます。

#### 【対象者】 次の要件に全て該当

- ①平成28年度の臨時福祉給付金の支給対象者である方

- ②平成28年5月分の対象となる障害基礎年金または遺族基礎年金等を受給されている方
- ※基礎年金受給者以外は対象になりません。

- ③高齢者向け給付金（年金生活者等支援臨時福祉給付金）の3万円を受給していない方

#### 【支給額】

1人につき3万円（1回限り）

### 両給付金共通事項

#### 【申請期間および受付時間】

9月20日（火）～12月20日（火）  
まで平日の午前8時30分～午後5時

#### 【申請場所】

市役所または各地域事務所

#### 【申請方法】

窓口、郵送で受付

#### 【支給方法】

原則として口座振込

※支給対象となる可能性がある世帯には、9月16日（金）頃に申請書を発送予定

※受付開始当初は、混雑が予想されますのでご了承ください。

#### 問 介護福祉課

☎82・3675 / IP ☎88・9088

## 市社会福祉大会を開催

市民と福祉関係者が一堂に会し、「すべての人が豊かで安心して暮らせる健康・福祉のまちづくり」の実現と、社会福祉活動の更なる向上を目指します。

#### 【日時】

10月5日（水）  
午後1時30分～

#### 【場所】 総合体育館

#### 【日程】

午後1時30分 式典・表彰等

式典終了後 ウェルネス体操（健康運動指導士 井上明美先生）

3時～ 大衆演劇 やまと座（榛原駅前通り）によるお芝居・唄・舞踊ショー

出演者 「劇団都」



#### 【申し込み】

各種団体を通じて、介護福祉課まで

#### 問 介護福祉課

☎82・3675 / IP ☎88・9088

## 市戦没者並びに消防殉職者追悼式を挙行

市の戦没者並びに消防殉職者に対し哀悼の意を表し、その冥福をお祈りするとともに、遺家族のご苦労をねぎらうことを目的に挙行します。

#### 【日時】

10月7日（金）  
午後1時30分～

#### 【場所】

総合体育館

#### 【対象者】

戦没者ならびに消防殉職者の遺家族  
献花は市で準備しています

※追悼式終了後に、遺族会主催の「戦没者遺家族の集い」が開催されます。

#### 問 厚生保護課

☎82・2221 / IP ☎88・9079

## 奈良県障害者作品展の出品作品を募集

### ■出品要領

【対象】 県内在住の障がい児・者

【募集部門】 絵画、写真、書道、工芸、手芸、文芸、コンピューター・タイプライター

【出品点数】 個人・合同作品を問わず一人1点

【作品の大きさ】 縦1.2m、横1.8m、奥行き1.5m以内

【申し込み】 申込書により9月9日（金）までに、介護福祉課へ

※申込書は介護福祉課に設置

【作品公開】 12月3日（土）～8日（木）

※5日（月）は休館

【会場】 県文化会館（奈良市）

問 介護福祉課

☎82・3675 / IP ☎88・9088

### 職員募集

文化財調査補助員（臨時職員）

Event&Others

イベントその他

☎82・6561 / IP ☎82・0511

#### 【募集人員】 4名

【職務内容】 文化財・出土品の整理業務、文化財情報の整理・データ入力

【職務場所】 まちづくりセンター「千軒舎」、大宇陀体育館

【要件】 市内在住の63歳までの人で、ワード・エクセル（初級程度）が使える人

【勤務時間】 平日2・3日間程度で午前9時～午後5時（休憩1時間）

【雇用期間】 10月11日（火）～平成29年3月31日（金）

【時給】 820円

【申し込み】 9月16日（金）までに履歴書を提出

問 文化財課

☎82・3676 / IP ☎88・9365

【総合体育館 プール監視員（臨時職員）募集人員】 若干名

【要件】 60歳未満で週2・3日（土日含む）勤務可能な人 ※高校生以下は不可

【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円（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

アートと芸能の里「室生」に、龍神が降臨

## 室生天地人の祭

**日時** 9月22日(祝) 午前10時～午後8時30分  
**場所** 室生山上公園芸術の森  
**参加費** 400円(観覧料含む・中学生以下無料)

室生地区まち協・市の共催により県芸術祭の一環として開催。

### アート&クラフトフェア

(午前10時～午後5時)

### ステージ

(午前11時～)

室生龍穴太鼓「龍神」、室生神楽、宇陀室生青龍会

### ワークショップ&ミニコンサート

(午前10時～)

アーティストや地元の方々に  
 による各種ワークショップ、古  
 楽コンサートや、土地人のラ  
 イブペインティングなど

### ライトアップ(午後5時30分～)



▲宇陀室生青龍会

### 音楽舞踏劇「日月出づる処へ」

(午後6時～)

室生地区伝統芸能×アーティスト×一般公募参加者の多様な共演陣。迫力のプロジェクションマッピングもお楽しみに。

○山上公園駐車場が満車の場合  
 は、室生寺前駐車場をご利用  
 ください。シャトルバスで公  
 園まで無料送迎します。

○中学生以下は保護者同伴。  
 ○雨天時は内容を変更して午後  
 から「あざざりホール」で実施。

室生天地人の祭



### 【同時開催】写真展

### 「エレメンツ(ELEMENTS)」

9月17日(土)～10月10日(月)

多様なコラボレートで新たな  
 アートを創造する「フリエイ  
 ティブ・ハイブリッド」が、  
 「天地人」をテーマにした写  
 真を撮り下ろし。

### 【企画課】

(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

問 室生山上公園芸術の森

(☎ 93・4730)

【休館日】 火曜日

## 秋のファミリー石窯教室

野外で本格石窯を利用した  
 焼きたてのパンやピザを食べよう!!

【日時】 10月2日(日)

午後0時30分～3時30分

【場所】 平成榛原子供のもり公園

【内容】 石窯でパン1個、ピザ1枚を調  
 理

【定員】 8グループ(1グループ5人  
 まで、1人でも可)

【参加費】 1,500円(1グループ)

【持ち物】 汚れてもよい服装、エプロン、  
 手拭きタオル、飲み物など

【申し込み】 9月2日(金)～25日(日)  
 の午前9時～午後5時まで ☎にて  
 (FAX不可)

【その他】 お車でお越しの方は、一般  
 駐車場(有料)をご利用ください。

問 平成榛原子供のもり公園

(☎ 82・7411 / IP ☎ 88・9105)

## 忘れない暮らしの下に下水道 「2016 宇陀川下水道 まつり」を開催

毎年9月10日は「下水道の日」

下水道の役割や、下水道整備  
 の重要性などについて市民の理  
 解と関心を深めるため、「下水道  
 の日」にちなんで県との共催に  
 より行います。

【日時】 9月11日(日) 午前10時  
 ～午後4時

※受付は午後3時まで

## 宇陀市農林産物物品評会&即売会 出品物募集!

宇陀の地で採れた自慢の農林産物を出品してみませんか。出品物の  
 規格など、詳しくは広報うだ 10月号でお知らせします。ふるって  
 ご出品ください。(多数の賞を用意しています!)

【開催日】 10月29日(土)・30日(日)  
 午前10時～午後3時

### 【場所】

総合体育館

【出品物】 穀類  
 根菜類・いも類  
 葉菜類・果菜類  
 果実類・鶏卵  
 花き類・きのこ類  
 苗木類・希少品  
 ジャンボ品等



問 農林課 (☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090)

【場所】 宇陀川浄化センター  
 (榛原福地)

【内容】 ザリガニつり、金魚すく  
 い、ヨーヨーつり、ケナフ紙  
 すき体験ほか

### ■下水処理施設見学会

【開催時間】 ①午前10時30分～  
 ②午後1時～ ③午後2時～

■下水道いろいろコンクール  
 出展作品の展示

【展示期間】 9月10日(土)  
 ～14日(水)



問 水道局 下水道課

(☎ 82・5627)

問 宇陀川浄化センター

(☎ 82・5725)

## 9月は「屋外広告物適正化月間」です

奈良県は多くの歴史文化遺産と一体をなす歴史的風土と自然環境に恵まれた地です。行政とともに地域と一体となった美しい景観づくりを連携して進めていきましょう。

- ①景観を阻害している違反屋外広告物の追放
- ②屋外広告物条例の遵守および制度の周知・啓発
- ③屋外広告物の掲出に際する安全管理の徹底

屋外広告物を掲出する場合は市町村長の許可が必要です。また、屋外広告業を営む場合は奈良県知事の登録が必要です。広告物設置の際は、必ず登録事業者に依頼しましょう。

また、近年、屋外広告物が原因となる事故が増えてきています。安全確保のためにも定期的に点検してください。

問 まちづくり推進課 (☎ 82・5624 / IP ☎ 88・9092)

問 奈良県景観・自然環境課 (☎ 0742・27・8756)

## 「熊本地震災害」義援金へのご協力ありがとうございました

市では、熊本地震発生後、市民のみなさんに義援金のご協力をお願いしてきました。その結果、個人の方々をはじめ各種団体様から多大なるご協力をお寄せいただくことができました。誠にありがとうございました。

**義援金総額 2,228,527 円 (7月31日現在)**  
〔個人・団体：2,081,890 円、義援金箱 146,637 円〕

お寄せいただきました義援金は、日本赤十字社を通じて被災されたみなさんにお届けします。なお、受付期間は、平成29年3月31日までとなっておりますので、引き続き、温かいご支援をよろしくお願いします。

問 厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)

## 患者等搬送乗務員基礎講習・定期講習

■基礎講習 (2日間の受講が必要)

日時 11月5日(土)・6日(日) 午前9時～午後5時  
場所 奈良県消防学校(宇陀市役所隣)

■定期講習 (両日とも定員50名)

①日時 11月10日(木) 午前9時～正午

場所 かしはら安心パーク(橿原市東竹田町)

②日時 11月11日(金) 午後1時30分～4時30分

場所 奈良市防災センター(奈良市八条5丁目)

【対象】 奈良県広域消防組合消防本部の認定を受けている、または認定申請を予定している患者等搬送事業所および従業員

【費用】 受講料無料(テキスト代別)

【申し込み】 (両講習とも)

10月3日～19日(平日) 午前8時30分～午後5時  
までに証明写真を2枚持参のうえ、宇陀消防署へ

問 奈良県広域消防組合 宇陀消防署 (☎ 82・3199)

## 9月の文化会館だより かぎろひホール催し

(8月8日現在)

| 日        | 曜日 | 催し物案内                   | 主催者                         | 時間           | 対象         |
|----------|----|-------------------------|-----------------------------|--------------|------------|
| 7        | 水  | 人権映画会                   | 大宇陀高校                       | 午後           | 在校生<br>保護者 |
| 10       | 土  | We are alive !          | かぎろひ夢バンド<br>・<br>FUNNY TOWN | 午後2時～        | 一般<br>(無料) |
| 17       | 土  | 椿寿荘カラオケ<br>憩いの会<br>歌の祭典 | 本郷温泉<br>椿寿荘                 | 午前<br>9時30分～ | 一般<br>(無料) |
| 10<br>/2 | 日  | 生田流箏曲桐韻会<br>箏曲演奏会       | 生田流箏曲桐韻会<br>・<br>同宇陀支部      | 午後2時～        | 一般<br>(無料) |

9月の休館日 (6.13.19.20.22.27日)

大宇陀拾生 871 (☎ 83・0977)

## 夏期短歌教室 詠草

音もなき日照雨に濡れる紫陽花の色鮮やかな午後のひととき  
西岡千図子  
氏神の社をかすめて流れる風に時おり君を感じぬ  
大畑美千代  
からやかに走る曾孫見ること成長しおり早や一年生  
乾キミ  
震災は命ばかりか何もかも人から奪い深き爪あと  
西岡喜之子  
憧れと諦めのはざま今日とふ時間のハンドル如何にきろうか  
松本美代子  
暮れてゆく大阪湾に沈む陽はビーチアアの窓いつばいに  
下田 峯子  
登らんとコンクリー塀のカタツムリ吾もゆるゆる明日へ望みを  
大畑 康子  
東京ゆ宇陀が好きとぞ移り来し人の笑顔にかがやく夕陽  
小林 章  
初瀬道東へドライブ青山越えて阿漕の浦に貝拾うなり  
堀邊喜久男  
はるばると門灯に来て餌をあさる子蛙の目の黒く光る  
西田サト子  
暑気ぬぐふ団扇を出して寝ねあふぐ左うちわと云ふにあらずも  
小泉 弘子  
蝶二つもつれ遊べる雨上がり木々の緑のいきいきとして  
時 靖子  
口に食む熟せし桑の実のあまく幼き頃の郷の思い出  
田村 慧子  
害虫の棲み家となりし夏野菜なすの葉っぱもレース模様  
森岡美英子  
雨に照に自然にまかせ田畑守る農夫いそしみ今朝トマト挽ぐ  
米田枝美子  
梅雨はれ間早苗撫ぜる風にゆれねじ花朱く朝光に伸ぶ  
茅田 昌子  
日照り続き庭に恵みの雨なれど九州被害のニュース流れく  
森 史子  
芒種けふ乾きたる田に久々の満たす天水吾も潤へり  
浦田 義子  
何も彼もうちあけ暮らす家族らに頼れる余生うつし世の夢  
藤田 一恵  
折り畳み自転車駅を降り出でて組み立てて居る中年男  
笹岡 芳匡



| 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<br>[予約不要]        | 9月7日(水)<br>9月14日(水)<br>9月15日(木)<br>9月21日(水) | 9:00～12:00                                 | 菟田野人権交流センター<br>室生振興センター<br>大宇陀人権交流センター<br>宇陀市役所(214 会議室) | 総務課<br>(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)                                                                                                                                |
| 人権相談                  | 9月14日(水)<br>9月15日(木)                        | 9:00～12:00                                 | 室生振興センター<br>大宇陀人権交流センター                                  | 人権推進課<br>(☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)                                                                                                                              |
| 消費者相談窓口<br>[予約不要]     | 9月5日(月)・12日(月)・23日(金)・26日(月)                | 13:00～16:00                                | 宇陀市役所<br>(213 会議室)                                       | 商工観光課<br>(☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)                                                                                                                              |
| 税務相談センター<br>[要予約]     | 9月21日(水)                                    | 13:00～16:00<br>(1人約30分以内)<br>※受付は午後3時30分まで | 宇陀市役所<br>(211 会議室)                                       | 税務課<br>(☎ 82・1306 / IP ☎ 88・9072)                                                                                                                                |
| こころの健康相談<br>[要予約]     | 9月20日(火)                                    | 13:30～16:30                                | 宇陀市役所                                                    | 介護福祉課<br>(☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)<br>室生福祉保健交流センター<br>(☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)                                                                                |
| DV相談<br>[要予約]         | 9月28日(水)                                    | 13:00～16:00<br>(1人50分・1日3人)                | 予約の際に<br>お知らせします                                         | 人権推進課<br>(☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)                                                                                                                              |
| 心配ごと相談<br>[予約不要]      | 9月7日(水)<br>9月14日(水)<br>9月15日(木)<br>9月26日(月) | 9:00～12:00                                 | 菟田野人権交流センター<br>室生振興センター<br>大宇陀人権交流センター<br>榛原総合センター       | 菟田野地域事務所<br>(☎ 84・2521 / IP ☎ 88・9188)<br>室生地域事務所<br>(☎ 92・2001 / IP ☎ 88・9182)<br>大宇陀地域事務所<br>(☎ 83・2251 / IP ☎ 88・9195)<br>厚生保護課<br>(☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079) |
| 若者自立のための<br>無料相談[要予約] | 9月13日(火)                                    | 14:00～17:00<br>(※相談員の都合で中止となる場合があります)      | 宇陀市役所<br>(213 会議室)                                       | 若者サポートステーションやまと<br>(☎ 0744・44・2055)                                                                                                                              |
| 中南和法律相談<br>センター[要予約]  | 9月16日(金)<br>相談日の2週間前より<br>受付(1人30分)         | 13:00～16:00                                | 宇陀市役所(211 会議室)<br>他の相談場所も利用できますので、<br>奈良弁護士会にご確認ください     | 奈良弁護士会<br>(☎ 0742・22・2035)                                                                                                                                       |
| 生活困窮者<br>自立相談支援窓口     | 月～金曜日<br>(祝日除く)                             | 9:00～12:00<br>13:00～16:00                  | 宇陀市役所<br>厚生保護課(2 階)                                      | 厚生保護課<br>(☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)                                                                                                                              |
| 巡回職業相談<br>[要予約]       | 9月14日(水)                                    | 9:00～12:00<br>13:00～16:00                  | 宇陀市役所<br>(213 会議室)                                       |                                                                                                                                                                  |
| ひとり親福祉資金<br>貸付相談[要予約] | 9月1日・15日<br>(各木曜日)                          | 10:00～16:00                                | 宇陀市役所<br>(301 会議室)                                       | こども未来課<br>(☎ 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

広報うだ今月号折り込みの「うだし社協だより」P6 に掲載しています。

#### ◇高齢者・障害者の人権あんしん電話相談◇

法務省の人権擁護機関では、一人ひとりの人権が尊重され、高齢者や障がい者のみなさんが毎日安心して暮らすことができるよう、人権に関わる様々なご相談をお受けします。相談は無料で秘密厳守ですので、お気軽にお電話ください。

**【日時】** 9月5日(月)～9日(金)  
午前8時30分～午後7時  
9月10日(土)・11日(日)  
午前10時～午後5時

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」  
【相談電話番号】0570・003・110

※最寄りの法務局・地方法務局につながります。

※携帯電話・PHS使用可、IP電話使用不可

【相談員】人権擁護委員および法務局職員

問 奈良地方法務局人権擁護課 (☎ 0742・23・5457)

#### ◇無料調停相談◇(予約不要)

交通事故、金銭、土地建物、家庭の問題など「民事・家事」の争いについて、奈良県調停協会葛城宇陀支部が無料調停相談所を開設します。

【日時】10月4日(火) 午前10時～午後3時

【場所】農林会館

問 宇陀簡易裁判所 (☎ 83・0127)

をパネルで紹介、受刑者の作品展示、職員による性格検査の体験等

問 奈良少年刑務所  
(☎ 0742・22・4961)

### ■ 9月11日は「警察相談の日」

みなさんの安全と安心に関する相談を24時間受け付けています。不急の相談については、110番ではなく、#9110をご利用ください。

#### ナポくん相談コーナー

警察本部相談電話

プッシュ回線 #9110

ダイヤル回線 0742・23・1108

FAX回線 0742・24・0874

桜井警察署相談電話

0744・46・0110(内線216)

0745・82・0110(内線220)

### ■ 「全国一斉！法務局休日相談所」 の開設に関するお知らせ

日時 10月2日(日)

午前10時～午後4時

場所 イオンモール大和郡山 2階

内容 登記相談、戸籍・成年後見・国籍相談、供託相談、人権相談、遺言・後見などの公正証書に関する相談、暮らしの法律に関する相談

対応 法務局職員、法テラス・弁護士、公証人、司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員

その他 予約制・相談無料・秘密厳守

申込方法 9月1日～30日(午前9時30分～午後5時)までに電話にて問まで。

問 奈良地方方法務局総務課  
(☎ 0742・23・5534) ナビダイヤル案内→6番

### ■ 労働委員会委員による労働相談会

日時・場所 ●10月2日(日) 午後1時30分～4時30分 県産業会館(大和高田市幸町2-33)

●13日(木) 午後3時～4時 県総合庁舎(奈良市法連町757)

内容 3名の労働委員会委員が、労

働に関する相談を行います。(募集や採用などの相談は対象外)

※相談時間は1人30分(無料)

申込方法 前日までに問まで。

問 奈良県労働委員会事務局  
(☎ 0742・20・4431)

### ■ 「法の日」週間記念無料法律相談

日時・場所 ●10月3日(月) 経済会館(大和高田市大中106-2)

●5日(水) 奈良弁護士会館(奈良市中筋町22-1)

いずれも、午前9時30分～正午・午後1時～3時30分

※相談時間は1人30分

申込方法 9月5日～30日(平日午前9時30分～午後5時)までに電話にて問まで。

問 奈良弁護士会  
(☎ 0742・22・2035)

### ■ COPD(慢性閉塞性肺疾患) 予防講演会

“たばこ病”“肺の生活習慣病”とも言われる進行性の肺疾患です。咳や痰等の疾患が現れますが自覚症状なく進行すること多いため、この機会に肺について考えてみませんか。

日時 10月4日(火)

午後1時～3時45分

場所 生き生きプラザ斑鳩 2階  
(斑鳩町小吉田1-12-35)

内容

【肺年齢測定】(定員50名)

※現在喫煙者または過去喫煙者、その他健康面で気になる方 対象

【講演会】(定員60名)

講師：奈良県立医科大学内科学第二講座 教授 木村弘氏

申込方法 9月16日(金)までに、電話またはFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号、測定希望者は喫煙年数、1日喫煙本数を明記し問まで。

問 県郡山保健所健康増進課 母子・健康推進係 (☎ 0743・51・0196 /

FAX 0743・52・6095)

### ■ 知っていますか？ 建退共制度

建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、国の制度なので安全、確実、申込み手続きは簡単です。

詳細は、ホームページまたは問まで。

問 建退共 奈良支部  
(☎ 0742・22・3345)

### ■ 税関では、お預かりしている次の通貨・証券などをお返ししています。

1. 終戦後、外地から引き揚げて来られた方々が、上陸地の税関または海運局に預けられた通貨・証券等

2. 外地の総領事館や日本人自治会等に預けられた通貨・証券等のうち、その後日本に返還されたもの

その他 お心当たりの方は問へ。ご家族の方も問い合わせや返還請求ができます。

問 大阪税関 監視部 取締総括部門  
(☎ 06・6576・3115) 受付時間 平日 午前8時30分～午後5時

### ■ 10月1日から7日までは「公証週間」です！

遺言や土地・建物の貸借、離婚に関する契約等を公正証書にしておく安心です。

作成に関しての相談は無料ですので、ご希望の方は問まで。

相談日時 毎週月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前9時～正午、午後1時～4時30分まで

問 奈良合同公証役場(奈良市内侍原町6)(☎ 0742・22・2966)  
高田公証役場(大和高田市大中98)(☎ 0745・22・7166)

#### ★文化協会からのお知らせ★

榛原総合センター2階、展示コーナーにおいて、市文化協会の各部の作品を随時展示しています。興味のある方はぜひご覧ください。

### 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。(税関係を除く)。ただし、住民異動手続(転入、転出、転居等)は出来ません。

9月は10日と24日です。

### 毎月19日は「うだ育児の日」

家族で

足りないところは助け合い

悪いところは直し合い、

いいところは褒め合えるといいですね!!

問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)

税

金

国保税(第3期)  
の納期限は

9月30日(金)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

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

## 募集

■むろうコーラス 団員募集

笠間の里山にある、音楽の森ふれあい館で歌声を響かせませんか。歌の力で元気をもらい、先生や団員とのおしゃべりで、楽しいひと時を!

日時 毎月 第1・3木曜日(原則) 午後1時～4時(練習&ティタイム)

場所 音楽の森ふれあい館

指導 NPO法人音楽の森 理事長 荒井敦子(伴奏 大山りほ)

●山下方 (☎ 090・8932・1208)

## 催し

■スマイルフェスティバル開催

今年もやります! 辻村病院主催の講演「ガン免疫細胞治療」や病院スタッフによる健康チェック、フリーマーケット、模擬店、職員によるコント等イベント盛りだくさんです。で、ぜひお越しください。

日時 9月11日(日)

午前11時～午後4時

場所 四つ葉のクローバー駐車場・グランソール奈良

●グランソール奈良 (☎ 84・9333)

■第6回アクティブ祭り 伊那佐の文化祭

日時 9月11日(日)

午前10時～午後3時

場所 アクティブセンターうだ(旧伊那佐小学校内)・伊那佐体育館

内容 熱い音楽ステージやこだわりの飲食ブース、手づくり雑貨販売会等「福祉」を楽しく身近に感じていただけるイベントです。

●アクティブセンターうだ (☎ 82・3088)

■宇陀ノルディックウォークサークル気楽に歩こう会

「体験会」に参加しませんか。

日時: 場所 ●榛原地区 9月19日(月) 萩の原公園 ●室生地区 9月22日(木) 室生地域事務所

●菟田野地区 9月24日(土) 菟田野地域事務所

(いずれも午前9時～10時30分)

●大宇陀地区 毎週金曜日 午

後6時～、土曜日 午前10時～心の森公園

定員 20名

その他 貸出のポールがあります。歩きやすい服装とシューズで来てください。

●問 仲村方 (☎ 83・1267)

■スポーツ振興くじ(toto)助成事業・桜井宇陀サッカー教室開催



(曾爾会場)

日時 9月25日(日)

午後1時30分～3時30分

場所 曾爾村健民運動場

(雨天時: 曾爾中学校体育館)

対象 市内在住の4歳～中学生まで(サッカー経験や性別は問わず)

定員 60名 参加費 無料

申込方法 9月20日(火)までに、FAX または郵送にて●まで。参加申込書等、HPからダウンロード可。

●〒633-0112 桜井市大字初瀬1626-1

桜井宇陀広域連合サッカー教室係

(☎ 0744・47・7077 /

FAX 0744・47・7078)

## その他

■第26回 奈良矯正展

日時 9月10日(土)・11日(日) 午前9時30分～午後4時

※11日は午後2時まで。

場所 奈良少年刑務所 構内

(奈良市般若寺町18)

内容 施設見学、刑務所作業製品の展示即売、教育内容・職業訓練等

「給付金」などの

**振り込め詐欺**

**個人情報の搾取** にご注意!

行政機関の職員などをかたった不審な電話や郵便があった場合は、

桜井警察署宇陀警察庁舎 (☎ 82・0110)

警察相談専用電話【# 9110】まで

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 司法書士・行政書士 五味 愛直  
ご相談ください 誠実な対応で  
お役に立ちます 桜井市朝倉台西8丁目108-71  
☎0744-46-3951  
Mail: dusty@iris.eonet.ne.jp

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)

**まだ水着はなさないで!**  
一年中温泉フル営業中

ご利用料金  
(平日) 700円(大人) 350円(小人)  
(土日祝) 800円(大人) 400円(小人)

市民特典カード  
500円(1枚につき2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

**生ビール半額**  
**ソフトドリンク無料** (小学生以下)

利用期限 平成28年9月末日  
※1グループ全員 ※切り取ってお持ちください

各種宴会承ります ※価格は店相談

平日 11:30～21:00  
土日祝 11:00～21:00  
(ラストオーダー 20:00)

96-9977

## 入園願書受付中

Kio オープンガーデン参加の募集について

●9月6日(火)【園庭で遊びましょう】

※午前9時30分～午前11時30分 ※対象年齢:就園前のお子様

※10月以降も開催予定です。詳しくはHPをご覧ください。

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 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/

畿央大学付属幼稚園 検索

学校法人 畿央大学

## 丹比真人

秋の万葉歌をご紹介します。

丹比真人の歌一首 名闕（か）けたり  
宇陀の野の 秋萩しのぎ 鳴く鹿も  
妻に恋ふらく 我には益（ま）さじ  
〔万葉集〕巻八・一六〇九

この歌は、丹比真人（たじひのみひと）が詠んだ歌で、「宇陀の野の秋萩を押し伏せて歩き、鳴きたる鹿も、妻恋しさは、私よりまさはりはないであらう。」と解釈されています（『日本古典文学大系』五）。

丹比（たじひ）は氏、真人（まひと）は、天武天皇の時に定められた新たな身分制度「八色の姓（やくさのかばね）」のなかで最も上位の姓です。「名闕（か）けたり」とあるので、この人物の詳細な名前まではわかりませんが、丹比真人は、上級官人（役人）です。

この歌は、巻八の「秋の相聞（そうもん）」の部に入っている恋の歌です。万葉集では、部立（ぶだて）とよばれる歌の分類がされており、主なものに「雑歌（ぞうか）」、「相聞歌（そうもんか）」、「挽歌（ばんか）」があります。雑歌は「ハレ」の機会に詠われた公的な歌を多く含み、相聞歌は男女の恋歌

を中心とした贈答歌、挽歌は死者の葬送や人の死を悲しみ嘆いた歌で構成されています。

先の歌は、「人氣（ひとけ）のない宇陀の原野に、秋萩を押し分け歩いて、いかにも哀れでもの悲しい声で鹿が鳴く。その声に誘発されて、私の妻恋しい思いが一段とつり、鹿も自身の妻を恋しく思っている。いや自分の恋は、鹿などと較べものにならぬほど痛切だ。」と歌っているのです。

この歌の詠まれた詳しい場所はわかりませんが、宇陀の野を眺める榛原あかね台の「わかくさ公園」にこの歌の歌碑が建てられています。



丹比真人万葉歌碑（榛原あかね台 わかくさ公園）



# いつまでも、その人らしい日々を 認知症でケアされる人の心、 ケアする人の見守り

我が国では、かなりのスピードで高齢化が進む中、高齢者の虐待が社会問題となつています。

実は、虐待される高齢者の中には、認知症の方も多いようです。

認知症は、様々な原因で、大脳機能が著しく低下し、日常生活に支障をきたす病気です。原因となる病気により、もの忘れがひどくなったり、時間や場所がわからなかったり、考えるスピードが遅くなったりします。

実は本人の心の中にも、不安やあせり、心身の不調が生じていて、周囲の人が怒ったりすると、症状が悪化するようです。逆にできないことを責めず、できることをほめるなど、本人が笑顔になる周囲の人のサポートや適切な治療をすると、ストレスが減り、ある程度、認知症の症状の緩和や予防になるようです。

しかし、認知症の方を介護する家族の中には、誰にも相談し、頼ることができず、孤立して、虐待に至るケースもあります。

## ケアする人の見守り

認知症の方の介護を家族だけで抱え込まず、早めに専門機関（医療介護あんしんセンター）やかかりつけ医、認知症専門医などに相談し、デイサービスやショートステイなどの支援や各種サービスを利用すると、介護の負担も軽くなります。早く治療すれば、改善が期待できる認知症もあります。

また、認知症をもつ人をひとりの人間として尊重し、その人の視点に立って、できるだけ住み慣れた地域社会の中で自分らしい暮らしができるよう、日頃から認知症の理解を深め、地域での見守りや、高齢者やその家庭を孤立させない地域づくり、絆づくりが大切ではないでしょうか。



## 9月番組表

**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。

| 時  | 1日～20日                                          | 21日～末日 |
|----|-------------------------------------------------|--------|
| 6  | まちの話題<br>ホットニュース / 特別番組 ※10日まで                  |        |
| 7  | お知らせ (静止画) 野菜たっぷりクッキング<br>お天気カメラ                |        |
| 8  | ストレッチ/タオル体操<br>お知らせ (音声付き静止画)                   |        |
| 9  | まちの話題<br>ホットニュース / 特別番組 ※10日まで                  |        |
| 10 | お知らせ (静止画) 野菜たっぷりクッキング<br>お知らせ (静止画)            |        |
| 11 | サイエンスチャンネル A<br>お天気カメラ                          |        |
| 0  | まちの話題<br>ホットニュース / 特別番組 ※10日まで                  |        |
| 1  | お知らせ (静止画) 野菜たっぷりクッキング<br>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<br>サイエンスチャンネル B                 |        |
| 3  | お知らせ (静止画)<br>サイエンスチャンネル A                      |        |
| 4  | お知らせ (静止画)<br>お知らせ (音声付き静止画)                    |        |
| 5  | お天気カメラ<br>お知らせ (静止画)                            |        |
| 6  | まちの話題<br>ホットニュース / 特別番組 ※10日まで                  |        |
| 7  | お知らせ (静止画) 野菜たっぷりクッキング<br>サイエンスチャンネル B          |        |
| 8  | ピカピカはみがきのうた/うきうきダンス<br>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)<br>ホットニュース / 特別番組 ※10日まで             |        |
| 10 | お知らせ (静止画) 野菜たっぷりクッキング<br>まちの話題                 |        |
| 11 | お知らせ (静止画)                                      |        |

※今月から市内、園児・児童におなじみの「うきうきダンス」を放送します。

| 番組内容                               | 1日～10日                                           | 11日～20日                                    | 21日～末日                                |
|------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|
| ホットニュース<br>(特別番組)<br>(野菜たっぷりクッキング) | ○市長と語るふれあいトーク<br>○第7回竹と遊ぶ里山の夏in向測<br>○がん検診を受けよう! | ○1日図書館長<br>○第26回奈良県消防操法大会<br>—             | ○認知症サポーター養成講座<br>○宇陀子どもフェスタ2016<br>—  |
| まちの話題                              | ○第59回宇陀市はいばら花火大会<br>○大宇陀上龍門地域まちづくり協議会 上龍門子ども大集合  | ○室生三本松地区戦没者慰霊祭及び顕彰碑除幕式<br>○第25回阿騎野ふるさと夏まつり | ○榛原下井足 夏祭り納涼大会<br>○菟田野 古市場納涼夏まつり      |
| サイエンス A                            | ザ・メイキング: 春雨 葛きり<br>見つめてみよう! 植物の世界: 針葉樹林          | ザ・メイキング: 肉まん<br>見つめてみよう! 植物の世界: 田んぼの植物     | ザ・メイキング: 焼売<br>見つめてみよう! 植物の世界: 茅原と雑木林 |
| サイエンス B                            | 極限の車技術: 二輪車                                      | 極限の車技術: 路線バス                               | 極限の車技術: 除雪車                           |
| 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                                |



From: キキ (大宇陀中・菟田野中)



可愛い～! (^^)

中学生が夏休みの間は、子育て支援センターやこども園、保育園に行ってきました。私は、子どもや赤ちゃんがすごく好きなのでワクワクしました! 初めて支援センターに行ったとき、子どもたちが私に、英語で” Good Morning” (おはよう) と言いました。嬉しかった! 発音は完璧でした。赤ちゃんを抱きしめながら英語で話しかけると、赤ちゃんは理解しているようで驚きました!

子どもが好きな私にとって、ここでの子どもとのふれあいは幸せな経験でした。子どもたちと遊ばせてくれたママさんに感謝します。また支援センターで遊びましょう!

**こども園** : daycare (デイケア)  
**幼稚園** : Preschool (プリスクール)  
**赤ちゃん** : baby (ベビー)  
**子ども** : child (チャイルド)  
**子どもたち** : children (チルドレン)  
**子育て支援センター** : Mother's Support Center (マザーサポートセンター)



0歳児親子教室 (ばななグループ)



平成 28 年 8 月 1 日現在  
 ※ ( ) 内は前月比

|     |                 |
|-----|-----------------|
| 総 数 | 31,827 人 (-53)  |
| 男   | 15,215 人 (-19)  |
| 女   | 16,612 人 (-34)  |
| 世帯数 | 13,061 世帯 (± 0) |

特集で外国人青年と座談会をしました。みんな「日本は平和で美しい国。戦争はしてほしくない」と言ってくれました。▼第二次世界大戦終戦から丸70年が経過しました。当時は戦争に向けて国家総動員体制で、宇陀市からも多くの方が出征されました。▼市内には、当時の記憶を伝えるものが多く残されています。これらは戦没者や犠牲となった方への追悼、また平和を願う場、そして過去を学ぶ場として地域の中で大切にされています。▼時代が変わり、実際に戦争を体験された方も数少なくなってきました。世の中は刻々と変化していきますが、日本では戦争があったことは決して忘れてはいけない事実です。平和であることの大切さは時を超えて継承しなければなりません。今だからこそできる学びの機会を大切にしたいです。



# 桜実神社の八ツ房スギ（菟田野佐倉）



古事記・日本書紀に登場する日本最初の城であり、八咫鳥（やたがらす）に導かれて熊野から大和国へ進軍して来た神武軍が休息したといわれる「菟田の高城（うだのたかぎ）」。この杉は東征の際、神武天皇が陣を張られたときに植えられたと伝えられています。

八ツ房スギとは八幹からなる意味で大小八つの幹が巨大な株状を成しています。樹形は、極めて奇態、ひとつの株から伸びた八本の幹が互いにかみ合い、ある幹は途中で一本になり、再び分かれるといった極めてめずらしく、まるでヤマトノオロチを連想させるような姿を見せてくれます。樹皮は、普通の杉と異なり、美しい赤色をしており、枝は大きく天をおおっています。



昭和7年4月、国の天然記念物に指定  
幹周 /9m、樹高 /14m



今日の  
**Pick Up**

がんばれ侍ジャパン女子—マドンナジャパン！  
**田中露朝さん(菟田野出身)が日本代表選手に！**

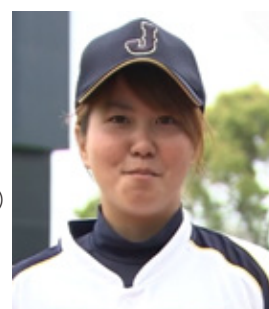


市内少年野球チーム出身の田中さん（元菟田野ワルサーズ／投手）が9月に韓国で開催されるWBSC女子野球ワールドカップの日本代表選手に選ばれました。

これまで何度も代表候補として名前が挙がっていましたが、念願叶って今回初の代表入りを果たしました。地元でも応援一色！みんなが大舞台での活躍を期待しています。

**田中 露朝 (たなか あきの)**  
番号7：投手：右投右打  
1996年6月13日生まれ

〈経歴〉  
菟田野小（菟田野ワルサーズ（軟式））  
菟田野中学校  
福知山成美高校  
尚美学園大学



侍ジャパン公式ホームページ  
<http://www.japan-baseball.jp/jp/team/woman>