

うだ



2017 137号
平成29年

5

特集

子どもたちの あふれる笑顔

C O N T E N T S

特集 子どもたちのあふれる笑顔 2
 市政トピックス…………… 6
 うだから …………… 16
 まちのわだい …………… 18
 みんなで子育て …………… 20
 宇陀市立病院・ウェルネス …… 22
 保健センター・お知らせ …… 24
 みんなの掲示板 …………… 36
 うだチャン11ch …………… 39

～子育てしやすいまち 宇陀市～
(子育て支援センター事業)



子育て支援センター
「すくすく」って
どんなところが
紹介します！

みなさんと一緒に子育てを楽しみ、
応援していきたいと思えます。

- ④ … 素晴らしい 子育ての時
- ④ … 暮らしの中に 笑顔がいっぱい
- ④ … 健やかに育てと願いながら
- ④ … くつろぎと出会いの場



子どもたちの あふれる 笑顔

～子育てしやすいまち宇陀市～
(子育て支援センター事業)

市では少子高齢化が進み、地域の子育てパワーが足りなくなってきました。育児に不安や負担を感じても身近に相談する相手や家族の協力が得られないなど、一人で子どもと向き合い、悩みや不安を抱えている人もたくさんいます。

そんな中でも、情報や友達の繋がりを増やしながらか子育てをしていこうとする、たくましいお母さん達がたくさんいます。

子育て支援センターでは、楽しく気軽に息抜きに利用するだけでなく、子育ての相談や同じ悩みを抱える保護者同士の交流の場として、いろいろな事業を展開しています。

市では、「住みたい」「育てたい」「暮らしたい」そんなまちを目指し、「安心して親子で集える場所」「悩みを聞いてもらえる場所」「子育ての楽しさに気づく場所」「子どもの育ちが見える場所」として、今後ますます保護者の方がその人らしく子育てできるように、親子が元気になれる機会と出会いの場をいろいろな方法で実施していきたいと思えます。

一人で悩まず、ぜひ子育て支援センターにお越しください。一緒に子育てしましょう！

問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)
子育て支援センター (☎ 84・9925)

お絵かきが得意です。
楽しく一緒にあそぼうね！

笑顔いっぱい！
元気いっぱい！
の先生ばかりです。

お料理大好き
簡単レシピはお任せ！！

アイデアいっぱい！
来るたび、楽しいこ
とが待ってるよ。

全員保育士なので、
子育て全般の情報や
相談も安心(^^)

人生経験の多さが
取り柄です。いろ
んな悩みも楽しさ
に変えよう！

こんな人たちが
働いているよ！！

すくすく畑で、お花や野菜を
一緒に育てましょう！！



センターではこんな活動をしているよ!!

アクセスMAP



フレンドパークにて

つどいの広場

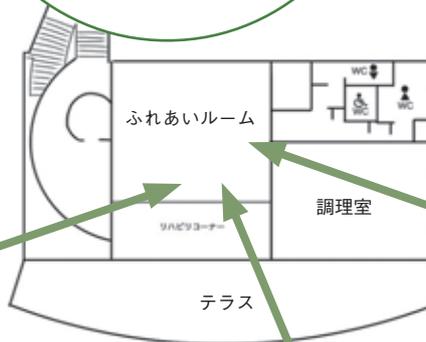
～各地域の保育園・公園等で
交流の場の提供～

開催日 毎週水曜日
開催時間 10:00～11:30
対象 市内在住・里帰りの
就園前の子ども
とその保護者

すくすく教室
(親子教室)

～年齢に応じた親子遊び～

開催日 毎月1回
開催時間 10:00～11:30
対象 市内在住の6か月以上
の就園前の子どもと
その保護者
(年間登録必要)



なかよし広場
(親子ふれあい事業)

～幼稚園等から帰ってきて
からも参加できるよ～

開催日 毎月2回程度
開催時間 14:30～15:30
対象 市内在住の就学前
の子どもとその
保護者



幼稚園等のお友達も遊べるよ



親子で料理作り



すくすく畑



水遊びの様子



親子ヨガ教室の様子

すくすく講座

～親子ヨガ教室・手形アート・
親子リトミック等～

開催日 毎月1回程度
開催時間 10:00～11:30
対象 市内在住の就園前
の子どもとその保護者
(講座により変更あり)

支援センター
すこやかルーム開放

～お話・リズム・水遊び～

開催日 月～金曜日
開催時間 9:00～16:00
対象 市内在住・里帰りの
就学前の子ども
とその保護者



お誕生会の様子

詳しい内容は、
P21の『子育て支援
センターからのお知らせ』
をみてね!!



特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん



子どもも私も
ホッとできる場
所です。親子共
に世界が広がる
と思います。

平野 芳江ママ
かんたくん



佐々木 温子ママ
こはるちゃん



津田 和子ママ
どうまくん



向出 知子ママ
ゆうかちゃん・こうたくん

いろんな
コミュニケーション
の機会を得る
ために利用しま
した。



城本 美樹ママ
さとるくん

家ではなか
なか出来ないこ
とも経験出来ま
す。心のエネル
ギーもらえます。

育児は不安
も孤独も感じる
ことがあるけど、
ここはゆったり
した気持ちにな
れます。



支援センターに 参加しているママに 聞いてみました。



家事を忘れ
子どもとの時間
を過ごすことで、
子育てが楽しい
と思えます。



大門 淳子ママ
あやねちゃん

来るのが
親子共に楽しみ
になりました。
日々の生活のい
やしの時間です
た。

親子共に
たくさんの人と
のつながりや経
験ができればい
いなと思利用
しました。



浦 佳奈子ママ
ななみちゃん・きょうかちゃん

行けば何か
元気になります。
小さなことでも
一つ一つ喜びが
感じられます。



部谷 由美子ママ
まさきくん

先生もあつた
かくて、親子共々
楽しく過ごせま
した。ストレス
も解消!



木原 幸枝ママ
みゆちゃん



谷口 奈美子ママ
はるきくん・なおきくん

楽しく子育
てできるヒント
がたくさんある
と思うので、ぜ
ひ利用してみ
てね。



神殿 千恵ママ
けいくん・はなちゃん

勇気を出して
行ってみれば、
たくさん楽しい
ことが待って
いますよ!

支援センターでは、他にもこんな活動をしているよ!!

1. サークル活動支援

就学前の子どもとその保護者（3組以上）で作るサークル活動に対し、場所や遊具の提供や遊びの紹介、情報提供等の支援を行います。サークルを立ち上げたい方は、ご相談ください。

2. すくすくフェスティバル

毎年10月に、0歳児から5歳児の未就園児のお子さんとその保護者を対象に開催しています。かけっこやリズム遊びなど、年齢にあったプログラムで家族みんなで楽しめるフェスティバルです。

3. すくすく畑

支援センターにある「すくすく畑」では、いろんな野菜を育てています。毎日大きくなる野菜を使って、すくすく教室では料理をしたり。今まで苦手だった野菜も食べられるようになったとの声もありました。

4. 相談

子育てに関する悩みや疑問について、随時相談を受け付けています。保健師相談日は、保健師さんが来て、成長や病気、予防接種などについても相談できます。

5. おしゃべり会～ほっこりタイム～

保護者同士でちょっとひと時、おしゃべりを楽しみませんか。日頃の子育ての話や情報交換、悩み、自慢話など。お父さんも大歓迎です。



すくすくフェスティバルの様子



すくすく畑で野菜に水やり中

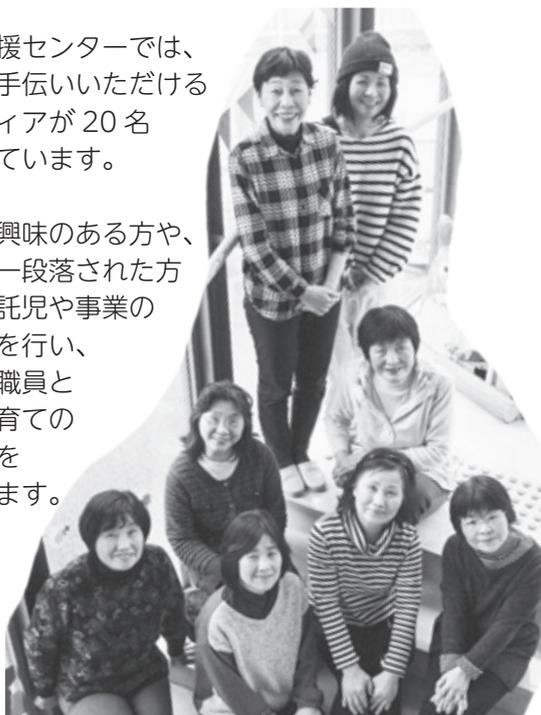


畑で作った野菜で料理!

子育てボランティアも活躍!!

子育て支援センターでは、事業をお手伝いいただけるボランティアが20名登録されています。

子育てに興味のある方や、子育てが一段落された方などが、託児や事業の補助などを行い、センター職員と一緒に子育てのサポートを行っています。



市役所 こども未来課のカウンターにかわいいお知らせパネルを設置!



毎月、子育て支援センターの職員が、お知らせや情報等を紹介しています。手作りのかわいいお知らせパネルになっていますので、市役所に来られた際にはぜひご覧ください。

今年度の当初予算をお知らせします



重要課題の解決に向けた財源の重点的、効率的な投資

「地域資源を活かして育てるまちづくり」「暮らしやすく交流が盛んなまちづくり」「地域が連携した安心・安全なまちづくり」を推進します。

特に、薬草プロジェクト事業などの農林業の活性化、宿泊施設誘致事業や広域観光事業などの観光戦略、起業家育成循環事業などの移住・定住促進強化、「ウェルネスシティ宇陀市」の実現、地域福祉と地域包括ケアシステムの推進、地域活性化の中心組織となる「まちづくり協議会」の充実や、県との連携によるまちづくり基本計画策定推進など、将来に向けた事業の選択と集中を行い、重要課題の解決に向け財源を重点的、効率的に投資していきます。

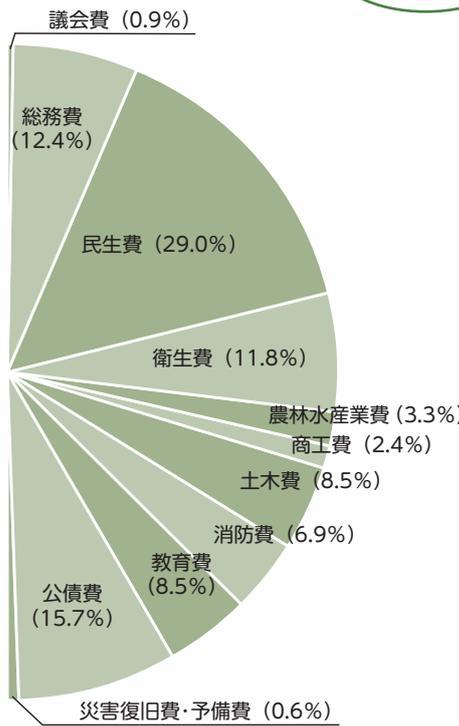
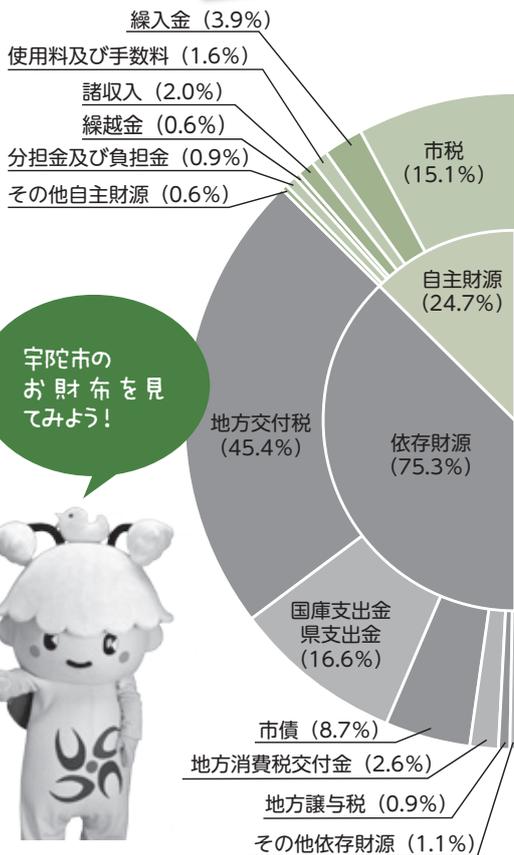
歳入・歳出ともに

一般会計予算は178億5000万円
 (昨年度より4000万円の減)

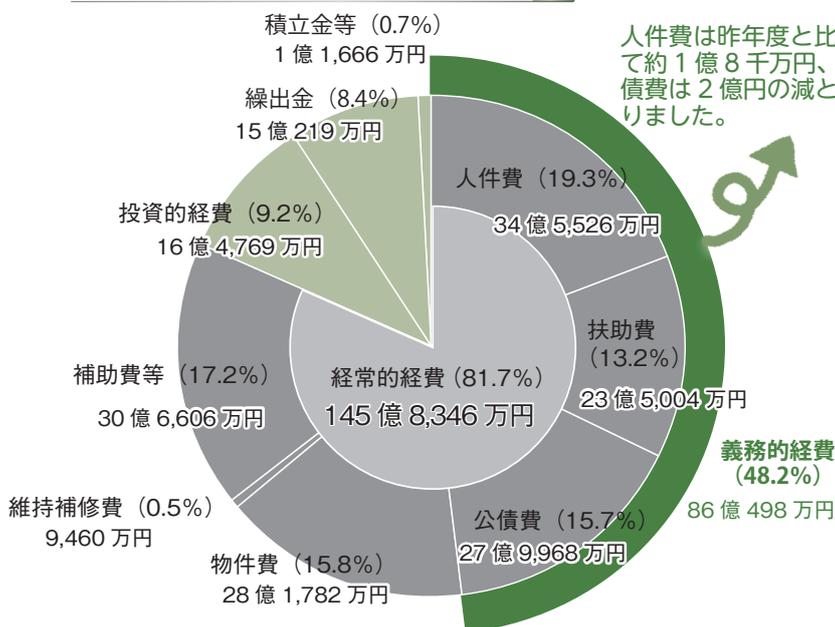
問 財政課 (☎2・13005/IP☎88・90071)

歳入の部

歳出の部



性質別に見た一般会計歳出予算額



人件費は昨年度と比べて約1億8千万円、公債費は2億円の減となりました。

予算の概要

一般会計の予算総額は、前年度予算と比較して4,000万円(0.2%)の減となっています。これは、人件費と公債費の減によるものです。

歳入では、地方交付税が45.4%を占め、続いて国・県支出金の16.6%、市税の15.1%、市債の8.7%となっています。総収入の75.3%(134億3,392万円)は依存財源が占め、地方交付税への依存が非常に高い状態が続いています。一方、自主財源(市税、使用料、負担金、財産収入等)は、総収入の24.7%となっています。

歳出では、民生費が29.0%と最も多く、次いで公債費が15.7%、総務費が12.4%、衛生費が11.8%となっています。

■義務的経費とは…歳出のうち支出が義務づけられ、あるいは任意に削除することができない経費のことです。

企業会計の予算額

◆宇陀市立病院事業特別会計◆

患者さんに信頼される安全で質の高い医療とサービス向上に努めます。

■収益的収支

【収入】 35億6,153万円

年間入院患者数を49,275人・外来患者数を97,200人と見込んでいます。

【支出】 36億7,737万円

給与費・材料費・経費等

■資本的収支

【収入】 750万円 他会計負担金

【支出】 2億6,999万円 機器購入・企業債の償還

◆介護老人保健施設事業特別会計◆

介護サービスの向上と経営改善を進め、みなさんから信頼される施設として努めていきます。

■収益的収支

【収入】 5億2,600万円

年間の入所者数（短期入所を含む）35,464人、通所者数4,575人と見込んでいます。

【支出】 5億2,600万円

給与費・材料費・経費・減価償却費等

■資本的収支

【収入】 0円

【支出】 5,580万円 企業債の償還等

◆水道事業特別会計◆

今年度から上水道事業と簡易水道事業が統合し、一つの水道事業として運営することとなりました。できる限り経費の削減を図り、安全、安心な水を供給できるように効率的な経営に努めます。

■収益的収支

【収入】 11億7,100万円

給水戸数10,770戸、年間総給水量2,940千m³と見込んでいます。

【支出】 11億7,100万円

維持管理経費・県水受水費・動力費等

■資本的収支

【収入】 3億3,230万円 国庫補助金 企業債等

【支出】 5億7,050万円 施設整備費 企業債償還金等

◆保養センター事業特別会計◆

美榛苑は平成22年10月1日より指定管理者による運営に移行しており、営業に関する収支予算はありません。財政健全化法に基づき作成した美榛苑健全化計画に沿って、一般会計からの繰入金1億4,700万円と指定管理者からの納付金2,160万円を一時借入金の償還に充てています。

■収益的収支

【収入】 1億7,128万円 指定管理者納付金等

【支出】 1億7,128万円 減価償却費用等

■資本的収支

【収入】 1,568万円 一般会計出資金

【支出】 1,568万円 建設改良費等

※各企業会計において、収入に対する不足がある場合は内部保留資金で補い、収支バランスを図ります。

一般会計歳出予算の内訳

議会費 1億5,853万円

議会運営のために使うお金

総務費 22億1,421万円

人事・企画・財政・課税徴収・住民窓口・選挙・統計事業等に使うお金

民生費 51億8,290万円

高齢者・障害者・児童福祉・生活保護等、福祉事業に使うお金

衛生費 21億891万円

保健衛生・病院・ごみ処理・公害対策等、安全で衛生的な生活のための事業に使うお金

農林水産業費 5億8,060万円

農林業振興・農林道の整備事業等に使うお金

商工費 4億2,850万円

商工・観光事業等に使うお金

土木費 15億2,343万円

道路・公園整備・都市計画・住宅管理等の事業に使うお金

消防費 12億3,556万円

火災・救急・風水害・地震等に対する事業に使うお金

教育費 15億918万円

幼稚園・小中学校・生涯学習・スポーツ振興・文化財保護等の事業に使うお金

公債費 27億9,968万円

市債（市の借金）を返済するために使うお金

災害復旧費・予備費 1億850万円

災害によって生じた被害の復旧に使うお金等

一般会計歳入予算の内訳

■自主財源

44億1,608万円

市が自ら収納、徴収できる財源のこと

市税 27億142万円

市民税、固定資産税、軽自動車税、市たばこ税

繰入金 7億9万円

基金（貯金）から取り崩すお金

使用料及び手数料

2億9,205万円

施設の使用料や住民票の交付手数料等

繰越金 1億円

前年度から繰り越したお金

分担金及び負担金

1億6,362万円

事業にかかる経費の一部を、その利用者に負担いただくお金
保育料や学校給食費等

その他の自主財源 9,582万円

財産収入 寄附金

諸収入 3億6,308万円

上記以外の収入 市預金利子雑入等

■依存財源

134億3,392万円

国・県の基準により定められた額を交付されたり、割り当てられたりする財源のこと

地方交付税 81億1,000万円

所得税等、国税の一部から地域にかかわらず、一定の行政サービスを提供できるように国から配分されるお金

国庫支出金・県支出金

29億5,200万円

市が行う特定の事業に対し国や県が交付するお金

市債 15億5,760万円

事業等を行うために資金を外部から借りるお金

地方消費税交付金

4億7,000万円

消費税8%のうち地方消費税1.7%分の1/2が交付されるお金

地方譲与税 1億6,322万円

自動車重量税等を原資に、市道の延長・面積に応じて譲与されるお金

その他 1億8,110万円

ゴルフ場利用税交付金 自動車取得税交付金等

特別会計の予算額

※簡易水道会計は、今年度から水道事業特別会計と統合しました

会計名	平成29年度予算額	前年度増減額
住宅新築資金等貸付事業特別会計	2,830万円	△80万円
市営霊苑事業特別会計	1,690万円	△340万円
土地取得事業特別会計	1億8,810万円	8,680万円
国民健康保険事業特別会計	49億1,580万円	△9,930万円
介護保険事業特別会計	40億3,800万円	4,800万円
後期高齢者医療事業特別会計	4億7,190万円	2,010万円
簡易水道事業特別会計	0	△9億4,270万円
下水道事業特別会計	9億750万円	2,870万円
合計	105億6,650万円	△8億6,260万円

しごと

地域資源を活かし育てるまちづくり

予算額 1億6,236万円

基幹産業である農林業の再生・活性化 (2,224万円)

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



地域資源を活かした観光戦略 (8,237万円)

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

地場産業等への支援による仕事づくり (5,775万円)

- ◆ 未来に継承したい宇陀の地場産業等への支援
 - ・アントレプレナー（起業家）育成循環事業
 - ※起業家が市内で活躍できるまちづくり
 - ・宇陀市伝統技術後継者育成事業
- ◆ ICT等を活用し、宇陀の産業情報の発信や特産品等をPR販売
 - ・特産品・名産品PR事業



平成29年度

宇陀市が取り組むこと

特に

この取り組みでまちを元気に!



■ 四季の風薫る健幸で魅力あるまちづくりを目指して

市における人口の現状を分析するとともに、今後目指すべき将来の方向性と人口の将来展望をまとめた「宇陀市人口ビジョン」、今後5か年の目標や施策の基本的方向や具体的な施策をまとめた「宇陀市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を平成27年12月に策定しました。

今年度は、本格的な取り組みを始めてから2年目に入ることから、その深化を目指すべく、新しい事業をはじめ、積極的に展開していきます。

問 企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074

誰もが住み良いコンパクトなまちづくりの実現

- ◆ 小さな拠点づくり (1億4,792万円)
 - ・小さな拠点の形成によるまちづくりプロジェクト事業
- ◆ 地域公共交通の整備
 - ・持続可能な地域公共交通ネットワーク形成事業

健幸都市ウェルネスシティ 宇陀市の実現 (1,046万円)

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





29年度の主な事業

◆議会費

【新】議場映像配信システム更新事業 (2,052 万円)

◆総務費

- 【新】総合計画策定業務委託事業 (836 万円)
- 【新】電子入札システム導入業務委託事業 (515 万円)
- 【新】個人番号カードによるコンビニ交付事業 (3,645 万円)
- 【新】地域ケーブルネットワーク整備事業 (1,597 万円)
- 【継】榛原総合センター大規模改修事業 (2 億 434 万円)

◆民生費

- 【新】福祉タクシー利用券助成事業 (308 万円)
- 【新】アレルギー食除去献立システム導入事業 (98 万円)
- 【新】家計相談支援委託事業 (250 万円)

◆衛生費

- 【新】空き家実態調査・システム導入事業 (900 万円)
- 【新】じん芥車購入事業 (1,193 万円)
- 【継】乳幼児・児童生徒・高齢者等予防接種事業 (7,463 万円)

◆農林水産業費

- 【継】有害鳥獣防除施設設置被害防除事業 (300 万円)
- 【継】県営一般農道大野向測線整備事業負担金 (2,357 万円)
- 【継】うだ産フェスタの開催 (300 万円)

◆商工費

- 【新】宇陀市観光基本計画作成委託事業 (100 万円)
- 【継】中小企業資金融資保証料・利子補給金事業 (626 万円)
- 【継】プレミアム商品券発行事業 (800 万円)

◆土木費

- 【継】道路ストック総点検事業 (8,010 万円)
- 【新】公園施設長寿命化計画策定事業 (2,548 万円)
- 【継】萩原 12 号線道路改良事業 (1 億 1,637 万円)

◆消防費

- 【新】女性消防団活動育成事業 (81 万円)
- 【継】消防車購入事業 (1,414 万円)
- 【継】消防機庫等整備事業 (3,601 万円)

◆教育費

- 【新】国民文化祭、障害者芸術文化祭負担金事業 (350 万円)
- 【新】大宇陀福祉会館保存事業 (1,200 万円)
- 【継】言語力育成支援事業「通級指導教室“ほほえみ”」 (369 万円)
- 【継】宇陀シティマラソン開催事業 (160 万円)

ひと

暮らしやすく交流が盛んなまちづくり 予算額 6,311 万円

暮らしやすい宇陀市への移住・定住の促進強化 (1,353 万円)

- ◆働きながら住み続けられるまちの推進
 - ・空き家・空き店舗等の活用事業
 - ・女性のための就業支援事業
 - ・空き家情報バンク事業
 - ・定住促進奨励金交付事業
 - ・子育て世代定住支援事業

結婚・出産・子育ての切れ目のない支援の充実 (2,714 万円)

- ◆婚活支援イベント等の充実
 - ・同窓会開催補助事業 (アタック 25)
 - ・結婚支援事業～うだカップリングパーティー～
- ◆誰もが子どもを産みやすい環境の充実
 - ・出産祝い金支給事業
 - ・一般不妊治療助成事業
- ◆子育て支援の充実
 - ・便利な田舎～宇陀のレシピ事業～
 - ・ファミリーサポートセンター事業
 - ・病後児保育事業
 - ・一時預かり事業

子どもが心身ともに健やかに成長する教育環境の充実 (2,244 万円)

- ◆夢をはぐくむ教育環境の充実
 - ・幼児教育環境充実事業
 - ・英語教育推進事業
 - ・子どもの夢を育てる「夢教室」事業
 - ・学びの広場UDAプラン・学力向上推進事業
 - ・学力学習状況調査事業
 - ・学校・地域パートナーシップ事業
 - ・中学校・乳幼児ふれあい体験事業
- ◆元気な子どもづくりの推進
 - ・学校給食地産地消促進事業
 - ・うだ子ども元気づくりプロジェクト事業
 - ・平成榛原子供のもり公園再生プロジェクト事業
 - ・子どもフェスタ事業



まち

地域が連携した安心・安全なまちづくり 予算額 1 億 9,176 万円

地域連携の強化 (3,338 万円)

- ◆市民が主役の地域づくり・まちづくりによる地域連携の強化
 - ・活力ある地域づくりは、まち協から
 - ・ウェルネスシニア健康学校・高齢者等見守り隊
 - ・安心・安全なまちづくり事業

お**得**3
その

毎日コツコツ健康づくりで 1ポイント

自分にあった健康づくりに関する目標を立て、達成することで1ポイントゲット

おはようラジオ体操 いきいき百歳体操で1ポイント

地域で実施するラジオ体操や百歳体操に参加することで1ポイントゲット

いきいき
百歳体操▶



さらに
今年は・・・
平成29年4月～

定期的に
ウォーキング▶



がんばっているあなたに ボーナス5ポイント

- ①おはようラジオ体操・いきいき百歳体操 20回参加毎にボーナスとして +5ポイント
- ②日々の歩数記録 1か月分提出でボーナスとして +5ポイント

歩数記録を書くノートはどんな物でも構いませんが、市のホームページから「歩数管理エクセル」をダウンロードし、そのエクセルシートに歩数を入力することで記録ができグラフにもできます。手書きで記録したい方には、「ウェルネス手帳」がありますので、問い合わせ先へお越してください。

宇陀市 けんこうマイメモリ 検索

なんと今年は・・・

参加賞がグレードアップ!



空気清浄器や
ウッピー商品券
など

応募券1枚で

50ポイント貯まった応募券1枚で、素敵な参加賞と交換します!!

応募券を3枚集めて (応募は市役所健康増進課限定!!)

50ポイント貯まった応募券3枚で、毎月先着20名に特別参加賞(ウッピー商品券500円分)と交換します!!

抽選で当たる賞品がグレードアップ!

- ◎協賛していただける事業所が増えました。
- ◎賞品の数が増え、当選確率が上がります。

私もポイントカードで 賞品ゲットしました!!



木山裕昭さん
(榛原天満台西)

うだチャンで井上先生が指導されているストレッチをすることで腰の調子がよくなり、とても気持ちよく毎日続けています。コツコツ貯めたポイントで賞品が当たりとてもうれしいです。今年もがんばってポイントを貯めて応募します(^^)



何より
お得なのは・・・

楽しんで
健幸づくりが
できること!

さあ、みんな de レッツ
ウェルネス!

毎日、朝のテレビ体操とうだチャンで放映中のストレッチを実施しコツコツ1ポイント。時々ウェルネスイベントに参加し5ポイント。健診受診し10ポイント。50ポイント貯まって応募し、ウッピー商品券2,000円分が当たりました。



健康ポイントで こんなにお得!!

宇陀市 健康ポイント 検索

健康ポイント事業

ポイントカードは市役所、各保健センターなどにあるよ!!



問い合わせ

健康増進課 (☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087)
中央保健センター (☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175)

平成 26 年度から始まった健康ポイント事業。ウェルネスイベントや健康教室への参加、健診受診、自分にあった健康づくりに関する目標を立て達成することなどで、ポイントを貯める制度です。50 ポイント貯まったカードを応募すると、いろんな賞品が抽選で当たります。

今年度はポイントゲットできるウェルネス事業を増やしたり、ポイントで交換できる参加賞を充実させるなど、みなさんがより健康づくりを楽しめるような取り組みを進めていきます。



★10ポイント(ポイントスタンプ押印) 健診を受診してポイント!		★1ポイント(自分で日付を記入) ・自主目標を立てて、実行できたらポイント! ・自分で日付を記入してください。 ※自主取り組みは、2つでも1日1ポイントです。	
1	2	がん検診・骨粗鬆症検診・歯周疾患検診など	
★5ポイント(ポイントスタンプ押印) ウェルネスイベントや、ウェルネス関連講座(教室)等に参加してポイント!		① 第1の目標	
1	2	3	5
4	5	6	10
7	8	9	15
10	11	12	20
			25
			30
			35
			40
			45
			50
			合計
ポイント集計表 (各自で集計してください。)		お名前	
10ポイント	5ポイント	合計ポイント	ご住所 宇陀市
			電話番号

お得1

健診受診で10ポイント

特定健診やお達者健診、がん検診、人間ドックなどの健診を受診することで10ポイントゲット

お得2

ウェルネス健康づくり教室参加で5ポイント

健康ポイント事業として登録している教室に参加することで5ポイントゲット

ウェルネスイベントや講演会参加で5ポイント

イベントに参加することで5ポイントゲット

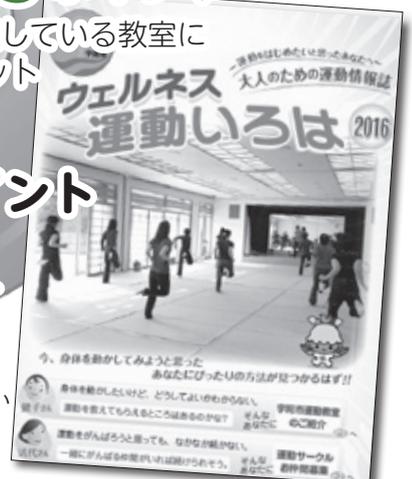


がん検診 年中行事の一つです

▲けんしんすすめ隊のみなさんによるCM(うだちゃん11)



市内運動教室の情報がいっぱい「大人の運動情報誌 ウェルネス運動いろは」▶



特集

市政トップニュース

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん

近隣市町村と連携した地域観光マーケティング・マネジメント

外国人観光客を誘致

問 商工観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)

3月29日、名張市役所でインバウンド(外国人旅行者の誘致)を中心とした観光事業の推進と広域観光事業の発展と振興、そして地域の活性化を図る目的で、DMO(観光資源を活用し、地域と協同して観光地域づくりを行う法人)「東奈良名張ツーリズム・マーケティング」を設立しました。

構成自治体は、宇陀市、名張市、曾爾村、御杖村、山添村、東吉野村。圏域は室生赤目青山国定公園を中心とした自然景観と倭姫命の巡幸地や役行者伝説といった歴史や文化資源を有する地域。



同法人では、圏域内の観光資源を掘り起こし、商品の企画・販売などを行うことで、インバウンドを中心とした観光事業の推進と、奈良から三重につながる人の流れをつくり、観光事業の発展と地域の活性化を図ります。

主な事業内容

- ① 観光開発と観光商品の造成
- ② インバウンド観光受入実践講座の開催
- ③ 観光マーケティングおよびブランドニング
- ④ 国内、海外旅行のセールス
- ⑤ 海外向け観光コンテンツの充実と情報発信

宇陀市でもホームページ内に外国人観光向けのページと、フェイスブックを開設しています。ご覧ください。

visit uda city

検索



市ホームページ



市 Facebook

「四季の風薫る 健康で魅力あるまちづくり」を目指して

宇陀市都市計画マスタープランを策定

問 まちづくり推進課 (☎ 82・5624 / IP ☎ 88・90992)

市では、都市づくりの長期的・総合的な指針としての役割を果たす「宇陀市都市計画マスタープラン」を3月に策定しました。

本プランでは、10年後、20年後の宇陀市の目指すべき姿を提示し、その実現に向けた取り組みを示しています。今後は、本計画に基づき、市民、事業者、行政の連携と協働のもと、これからのまちづくりを進めていきます。

本プランの策定にあたり、市民のみならず将来を担う中学生からは、アンケート調査、地域別まちづくりワークショップ、パブリックコメントなどで

貴重なご意見・ご提案をいただきました。ありがとうございました。

本プランのポイント

- 「オール宇陀市」のまちづくりの観点から、都市計画区域外も含めた市全域を対象に計画。
- 市街化調整区域の既存建築物の用途変更について、開発許可制度の変更(緩和)に基づき積極的に促進。
- 公共施設跡地などの有効活用として、新たな産業立地・企業進出を誘致し、産業基盤等の拡充を目指す。

○今後の人口動態などを踏まえた公共施設の効率的な運営を図るため、宇陀市公共施設等総合管理計画と連携。
○可能な限り住民意向を反映。
○県との連携協定によるまちづくり構想とも連携し、実効性を向上。

宇陀市 都市計画

検索



▲ホームページでも公開中

本プランで策定した地域別まちづくりのテーマ

- **大宇陀地域**
豊富な観光資源を活かした、活力あふれるまちづくり
- **菟田野地域**
地域固有の資源を活かした地域内外の交流促進による賑わいのあるまちづくり
- **榛原地域**
宇陀市の中心にふさわしい、賑わいを創出するまちづくり
- **室生地域**
「女人高野」室生寺門前町の賑わいづくりを目指し、室生の玄関口である室生口大野駅周辺の拠点形成を目指すまちづくり



▲榛原地区での住民ワークショップの様子

施設大規模改修工事に伴い

中央図書館と榛原総合センターを休館します

問 企画課 (☎82・1302/IP ☎88・9074)

※工事に關する問い合わせ

昭和62年に竣工した榛原総合センターは、現在30年を経過し、施設の老朽化による雨漏りや設備の修繕箇所が増加しています。

特に空調設備やエレベーターの早急な取替が必要で、今後も施設を長く利用いただくために、今年度下半期をかけて改修工事をするようになりました。

利用者のみなさんには、大変ご迷惑とご不便をおかけしますが、ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。



工事は9月中旬～翌3月末まで (予定)

■中央図書館

【休館期間(予定)】9月12日(火)
～平成30年3月31日(土)

○期間中、中央図書館は奈良カエデの郷ひらら(菟田野古市場)に一時移転し、開館します。
○大宇陀図書館は、通常通り文化会館内(大宇陀拾生)で開館します。

※蔵書や図書館システム移転のため、両図書館とも前後1週間程度、休館する予定です。

問 中央図書館

(☎82・4749/IP ☎88・9110)

■榛原総合センター(貸館業務)

【休館期間(予定)】9月23日(土)
～平成30年3月31日(土)

○期間中、敷地を含め館内は立入できません。

○貸館については、他の市公共施設をご利用ください。

問 榛原総合センター

(☎82・3377/IP ☎82・0374)

※詳細については、随時ホームページや広報でお知らせします。

宇陀市 婚活 応援宣言!

婚活イベント実施団体を募集

問 まちづくり支援課 (☎82・3910/IP ☎88・9094)

市では、市内の独身男女に対し、新たな出会いや結婚の機会創出を支援しています。

未婚化・晩婚化対策として、また地域全体で結婚を支援する機運醸成を図ることを目的に、平成23年度から合計11回の婚活イベントを市内団体の企画により開催してきました。

今年度も引き続き、婚活イベントを開催していただく市内団体を募集します。

【募集団体】2団体

【選考方法】書類審査、面談により決定

【申し込み】5月31日(水)午後5時までに企画書を提出

行政相談委員を紹介します(敬称略)

問 総務課 (☎82・1302/IP ☎88・9068)

4月1日から引き続き、次の方が

宇陀市の行政相談委員に委嘱されました。行政相談委員は、行政相談委員法に基づき、国の行政運営の改善等に熱意を有する方に対して、総務大臣が委嘱するものです。



山本 晴夫
(菟田野担当)



竹田 一雄
(大宇陀担当)



東森 文昭
(室生担当)



西岡 博文
(榛原担当)

広報うだ設置場所

市役所・地域事務所に設置しています(土・日曜日、祝日でも可)

ご自由に
お取りください

- ◎道の駅宇陀路大宇陀
- ◎市文化会館(火曜日、祝日)
- ◎大宇陀温泉あきののゆ
- ◎菟田野人権交流センター(日曜日、祝日)
- ◎菟田野分館(月曜日、祝日)
- ◎大和富士ホール(月曜日)

- ◎市立中央図書館(火曜日、祝日)
- ◎市総合体育館(火曜日)
- ◎伊那佐体育館
- ◎たかぎふるさと館(月曜日、第1・3火曜日、祝日)
- ◎自主放送スタジオ(土・日曜日、祝日)

- ◎ひのき坂公民館
- ◎榛見が丘集会所(ひまわり会館)
- ◎観光案内所「うだ観処」
- ◎保養センター美榛苑
- ◎道の駅宇陀路室生
- ◎室生福祉保健交流センター(土・日曜日、祝日) ※()内は休館日

宇陀市が新しい門出のステージに

お二人の思い出に残る

「婚姻記念証」を発行します！

問市民課 ☎2143 / IP 88・9076

市では、「ふるさと基金事業」の一環として、この4月1日から婚姻届を提出された方へ、オリジナルの「婚姻記念証」と記念品を贈呈する事業を開始しました。



▶婚姻記念証には、宇陀市原産の「コウゾ」を原料に吉野でしか採取できない白土を混入して、吉野で漉いた手づくりの紙を使用しています



記念証第1号となったのは、4月1日、婚姻手続きのため、お二人揃って市役所に来られた寺田知広さん、孝奈さん（榛原天満台）。

この程、大阪から転入されてきた寺田さんご夫妻。「このことを両親に伝えたら喜ぶかなあ」「こんな記念証をいただけるなんてびっくりした。本当に記念になる」と快く取材に応じてくれました。

宇陀市を新居に決めた理由は、インターネットで両親と犬と一緒に住める庭付きの広い物件を探していたら榛原天満台がヒットしたとのこと。転入された感想を聞くと、「自然が豊か、景色が良い」「子どもや近所の方々が気軽にあいさつをしてくれる。都会ではあまりあることではないので、とても心地よい」と語ってくれました。

なお、記念証と記念品は開庁時間内は直接お渡しできますが、業務時間外の場合は、後日市民課から連絡させていただきます。

また、写真はご自身で挟んでいただくこととなります。予めご了承ください。

市長日記

美しい田園風景とともに



▼とりどりの花咲く宇陀市の素晴らしい季節が始まりました。春の風薫る宇陀市です。各地域のハイキング、花見会などのイベントに参加させていただきました。今年も、少し寒い日が続いたせいで、遅い桜でしたが、やはり桜を見ると、心が癒されます。それは、日本人が古来より持っている心ではないかと思うところですよ。

▼各地域のこども園、小中学校の入学式に出席させていただきました。ピカピカの1年生、子どもたちの緊張した姿の中で、挨拶させていただきました。今を生きる私たちが、しっかりと将来の礎を築いていきたいと改めて思いました。

宇陀市では、教育大綱を大きな指針として、幼児期から「生きる力」と「夢」を育むための取り組みを進め、家庭で、学校で、地域で、行政と一体となった教育環境づくり目指しています。確かな学力・体力、規範意識を持つことが、社会での活躍に繋がります。

子どもたちを取り巻く環境は、変わってきています。入学児童数は減少傾向にあり、子どもたちの教育環境づくりを考えた、季節、田園風景を楽しみ、ウエルネスシティ宇陀市（心身ともに健康づくり）を実践しましょう。



これから、様々なイベントがあります。私も楽しみにしています。

もたちの教育環境づくりを考えていかなければと改めて感じたところですよ。

住み続けたいと思える地域の条件として、病院があること、教育環境が整っていること、雇用・生活ができることとされています。宇陀市には、素晴らしい自然環境、地域の教育力、伝統文化を活かした教育など他の地域より良い環境があると思います。今後も教育大綱に基づいた4つの基本目標とそれらを推進するための5つの基本方針に沿って取り組んでいきたいと思っています。

▼これから取り組む様々な新たな事業を通して、市民の皆さまが夢や希望を持つことができ、それぞれが頑張る雰囲気や気運が盛り上げられると思います。市民も、事業者も、宇陀市も良くなるように、みんなで、努力しましょう。頑張りましょう。

悠久の歴史の中で繰り返されてきた、季節、田園風景を楽しみ、ウエルネスシティ宇陀市（心身ともに健康づくり）を実践しましょう。

新しい活力による宇陀市の元気づくりに向けて

宇陀市仕事づくり推進隊始動!

企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074

NCもた
Lもた
Cもた
Nもた
はタコ
でその
嘱和熱
式の大
委大交
奥見え
見えた



松村祐司 さん
【プロジェクト】
県産肉や薬草などを活かしたソーセージなどの加工品開発



岩切合リー さん
【プロジェクト】
古民家再生による体験型農家民宿の運営



4月3日、4月から採用となる2名の宇陀市仕事づくり推進隊員の委嘱式を行いました。

昨年12月に、奈良県宇陀市・ロート製菓(株)の3者による「大和高原の魅力ある仕事づくり」に向けた連携協定を行いました。

この協定では、食や農を中心とする地域資源を活かしたプロジェクト(NCL・奥大和)を立ち上げ、起業家を全国から公募・採用・育成し、起業に向けた支援を行っていくものとします。5月以降も随時委嘱していくこととなります。

委嘱式で市長は、「みなさんの熱意と創意工夫で、地域のひとともに宇陀市を元気にして欲しい。情熱をもってがんばって欲しい。風土や歴史、自然風景など、新しい視点から宇陀市の魅力を引き出し、発信してもらいたい」と述べました。

魅力あるローカルビジネスの創出に向け、新しいモデル事業となるように、これからの相互連携して積極的に事業展開していきます。

宇陀市 NCL奥大和 検索



健康長寿

(いつまでも現役でいたい)

満百歳福田キヨ子さん(榛原篠葉)



今 年3月に満百歳になりました。今でもできるだけ自分のことは自分でしようという心がけています。まだ自分でしっかりと歩けていますし、ご飯も家族と全く同じメニューを一人前しっかりと食べています。

い つまでもこのように元気いであられるのは家族をはじめ、日頃から支えてくれる方々のおかげだと感謝しています。

元気で過ごせる秘訣は?とよく訊かれるのですが、やっぱり、毎食何でもしっかりと食べることで、適度に動くこと、そしていろんなことに興味を持つことですね。幼少の頃から畑仕事をしてきたことが今の身体の元気に繋がっていると思います。食べ物好き嫌

いなく、今でも魚もお肉も好きで食べています。内臓と足腰が強いのが私の宝です。

毎 日の日課であり、楽しむは食事とクロスワードパズル、庭の草むしりとテレビを見ること。2年ほど前までは散歩がてら鎌を片手に畑の草刈りに行っていましたが、家族が心配するので最近は控えています(笑)。

テレビが好きで、好きな番組は刑事ドラマの相棒。今のテレビはBSや地デジやリモコン操作は複雑ですが、何とか使えていますよ。これも頭のトレーニングです。

楽 しみは、週2回のデイサービス。そこでは多くの友達とお話ししたり、今は貼り絵に夢中。館内には過去の作品を展示してくれていて、それを眺めるのも好きです。



貼り絵の大作を制作中

キラリ うだ人

「うだぢから」

「うだぢから」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。

問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

① 「安全運転講習会」を

開催しました

〔西谷地区まち協〕

3月5日、西谷地区公民館において高齢者を対象に、第2回安全運転講習会を開催し、34名が参加しました。

西谷地域でも、高齢者ドライバーが増加しているため、講習会を通して交通安全の意識向上を目指しています。

この日は、桜井警察署員から、道路交通法の改正や地域の交差点表示などについて説明を受けました。身を守る方法として、リストバンドなどの反射板が有効であると学びました。

また、「大和の安全・特殊詐欺状況」

と題して、高齢者を狙った特殊詐欺の被害状況や被害に遭わない方法について学びました。参加者は、詐欺にあつた被害者の約9割が「被害に遭わない自信があった」と回答していることに驚いていました。



▲安全運転講習会に多数の高齢者が参加しました

② 「防災研修会」を

開催しました

〔田口地区まち協〕

3月5日、ふるさと元氣村において第1回田口地区防災研修会を行い、55名が参加しました。

この研修会は、①安心して暮らせる地域づくり ②多世代や地域が防災研修を通して連携や交流を図ることを目的に企画したものです。

当日は、宇陀消防署北分署員から、防災と避難持出袋、救急救命、AED

の取扱いなど多岐にわたりお話いただき、その後運動場で初期消火の訓練を行いました。

今回の防災研修会に合わせて、「田口地区危機管理ハンドブック」を作成しました。このハンドブックは、緊急時の対応を簡潔にまとめ、また読みやすいように文字を大きく表したことが特徴です。ハンドブックは、この研修会後、自治会を通じて全戸に配布しました。



▲消火器の取扱い訓練

田口地区危機管理ハンドブック

火災・救急は119番へ

もう一度 火の元点検

火災・救急の通報の仕方	
※ 火災が発生した場合	※ 救急車が必要な場合
1 「火事」です	1 「救急」です
2 発生場所 宇陀市室生〇〇	2 発生場所 宇陀市室生〇〇
3 発生現場付近の目標	3 発生現場付近の目標
4 状況説明	4 患者の状況
5 通報者の氏名・電話番号	5 患者の性別・年齢・氏名

▲田口地区危機管理ハンドブック

③ 東榛原の歴史と旧跡を知る「地元再発見学習会」170名が参加!

〔東榛原まち協〕

東榛原まちづくり協議会 文化・教養部会が、現地視察や取材を行い、地域にある寺や神社等の文化遺産の歴史と地元の魅力を掲載した冊子を作成しました。

3月11日、この冊子を使い学習会を実施し、170名の方が参加されました。講演会では市教育委員会 文化財課 柳澤一宏主幹より「東榛原の歴史と旧跡」をテーマにお話いただきました。みなさん熱心に聞き入り、参加者からは「とても素晴らしい内容の講演で、今後もぜひ続けてもらいたい」との声がありました。



▲学習会の様子
▲今回作成した冊子



ジャガ芋

食卓でおなじみのジャガ芋が、非常に効果的な薬草であることをご存じでしょうか。ジャガ芋の皮を除き、おろし金ですりおろします。同量の小麦粉を混ぜ、どろどろの状態になるまで酢を混ぜてよく練り、それを布などに伸ばして患部に張るのです。実は湿布にすると、のどの痛み、扁桃炎、とびひ、やけど、便秘、膀胱炎、五十肩に効果があります。また、おろしたものを布でこし、その汁をコップ半量（約100cc）ずつ服用すれば、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃炎などの炎症を抑え、アレルギー体質、腺病質にも効果があります。ただ、この汁は、空気に触れると酸化するので、服用時に作るようにしてください。しかし忙

しい人は、毎日作ることはできません。そんな場合、布で絞った汁を土鍋などの土器に取り、とろ火で水を十分に蒸発させます。すると、鍋の底に黒いものが残るので、これを1日1回、茶さじ1杯ずつ飲むか、水などに溶いて患部に塗布すると、同様の効果があります。ジャガ芋はビタミンCが100g中23mgも含まれています。また、ほかの食物と違い、加熱によるビタミンCの減少が12%程度にとどまるので、土中の果実といってもよいのではないのでしょうか。食生活が欧米化し、野菜からのビタミン類の摂取が欠乏しがちな現在、ぜひ、ジャガ芋を使って健康を取り戻しても



▲豊富にビタミンCを含むジャガ芋
※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

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

平成 29 年度まちづくり活動応援補助金の 交付事業が決まりました！

	団体名	事業名と活動の概要
新規事業	宇陀スカイランタンプロジェクト	<p>「宇陀スカイランタンプロジェクト」</p> <p>市民はもとより、近隣の市町村、県外の方にも市の魅力をアピールできるイベントを開催し、スカイランタンを活用して市の新たな町おこしを目指す。地元食材や地元資源を使った新メニューや商品を、飲食店や企業に開発・提供して頂き、さらなる市の可能性を見出し、産業の発展を推進する。</p>
	伊那佐地区まちづくり協議会 地域振興・産業・観光部会	<p>「いなさの里・灯籠流し」</p> <p>日本の伝統行事でもある、故人の魂を弔って灯籠を川に流す「灯籠流し」を企画・運営することにより、交流の場を提供し、長年培われてきた伝統文化・原風景・心の豊かさ等、地域に対する価値観を見出す。この事業を継続・拡大することにより、伝統的行事に位置づけたい。</p>
	うたの夢街道実行委員会	<p>「～町おこしは人おこし～ 魅力発見♪うたの手づくりフェスタ♪」</p> <p>地域在住の「人」の魅力を再発見し、フェスタでの交流を通じて「町を知る」「人を知る」「自分を知り」「地域への愛着」を育てていく。多くの方に幅広く参加してもらえる「体づくり」「手づくり」を軸に体験を通じて、世代間交流や地域間交流を図る。</p>
継続事業	宇陀ランチ・プロジェクト	<p>「地産地消の学校給食と地域力向上計画」</p> <p>遊休農地を活用して、子どもたちに野菜の栽培・収穫等の農業体験を開催し、農に親しみ、その大切さを知らせる。地産地消の学校給食を推進し、宇陀の食材を使った食育活動を実施する。2年目の事業として、市内に地場産野菜を循環させることを目的として、情報収集活動をする。また、奈良県立大学やその他との地域活動連携も実施する。</p>
	天満台西3丁目自治会	<p>「コミュニティ公園づくり」</p> <p>未利用地を花壇・菜園・ビオトープ等に整備することによりコミュニティ公園化を図ってきた。今年度は公園内の整備充実と、周辺緑地の環境整備を行う。また、子どもを対象とした栽培体験・自然に親しむ世代間の交流促進等を実施し、地域コミュニティの活性化を図る。</p>
	三本松まちづくり協議会	<p>「三本松地域活性化 町並みにぎわい事業」</p> <p>歴史文化等の継承や来訪者の誘客を目指し、「町並み歴史散策マップ」を作成し、地域の魅力を発信するため案内看板整備を行ってきた。今年度は、「おもてなし」をテーマに、観光ボランティアガイドを養成し、散策ウォーキングなどの交流事業を開催する。伊勢街道や近隣地域との広域的なつながりで地域づくりを進めていく。</p>

交通安全キャラバン隊が来庁

4月6日

桜井・宇陀・東吉野地区交通対策協議会と桜井警察署が協働して「交通安全キャラバン隊」を結成し、管内主要道路で啓発走行とともに、各市町村役場において「交通安全メッセージ」の伝達式を行いました。

このキャラバン隊は、住民および通行車両の運転者等に対し、運動の周知および安全運転の意識付けを図ることを目的として、今年初めて取り組まれました。

当日は「一日警察署長」に就任された、曾爾村出身で村の観光大使も務める女優の吉田桃華さんが同行し、桜井警察署を出発地として、桜井市・東吉野村・宇陀市・曾爾村・御杖村に交通安全メッセージと啓発物品を届けてくれました。この啓発活動を通して、安全運動への取り組みの意思統一が図れたと思います。



小学生親子ゲートボール教室開催

3月30日

榛原屋内ゲートボール場（榛原検牧）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。

この教室は、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、また若い人たちの中から一人でも多くのゲートボール選手が育ってくれることを願い開催され、12名の親子が参加されました。

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、最後にはゲームを行いました。

「次回は8月20日に開催予定。小学生だけでなく、誰でも参加できるように名称を『楽しいみんなのゲートボール教室』と改め開催。たくさんの方に参加してほしい。」と事務局長の城井さんは話されていました。



高齢者叙勲 おめでとうございます

瑞宝単光章
(消防功労)

浦上さん(室生西谷)は、昭和25年から58年までの長きにわたり大阪市消防局に勤務されました。



浦上 謙造さん
(元大阪市消防司令)

主に、警防係として直接災害現場での活動や救助および救急業務に従事されました。地下50mでの救助活動では命がけで人命救助され「敏動章」の賞も受けられました。現場での活動では、1日に6回出動したこともあり、日々市民の安全を守るよう努められました。

榛生昇陽高校自転車競技部が 大会結果の報告に

4月10日

2月にインドで行われた2017年アジア自転車競技選手権大会において入賞、および3月に熊本県で開催された第40回全国高校選抜自転車競技大会において優勝・入賞された榛生昇陽高校自転車競技部の選手が市長を表敬訪問されました。

【大会結果】(敬称略)※()内は、受賞時の学年です。

2017年アジア自転車競技選手権大会

3位 河野 翔輝(2年)

第40回全国高校選抜自転車競技大会

優勝 河野 翔輝(2年)

3位 西原 裕太郎(2年)

6位 二宮 敦史(2年)



選手左から河野さん、西原さん、二宮さん



話題の
新刊本!



珍奇な昆虫
山口進 著
出版：光文社

「ジャポニカ学習帳」の表紙写真を40年以上撮り続けてきたカメラマンが、世界中で出会った昆虫のお宝写真を一挙披露。一生を巣の中で過ごすチョウ、潜水して獲物を狩るアリなど、奇妙で面白い昆虫たちをオールカラーで紹介。
(大宇陀図書館所蔵)



かん字のうた
川崎洋 詩
久住卓也 絵
出版：光文社

教科書に出てくる詩人・川崎洋の作品「かん字のうた」の世界を、ページをめくりながら味わおう。改行のたびに新しく開かれる世界を、画家・久住卓也が画面いっぱいに描く。
(大宇陀図書館所蔵)

図書館からの
まめ知識

Vol.38

新緑の季節。ぐんぐん伸びる新芽や若葉には様々な薬効が含まれており、まさに「大地の薬箱」です。宇陀市は古来より薬狩りの地として知られており、宇陀市立図書館では薬草関係の本のコーナーを設けています。

それらの本によると、近くに生えている山野草の中でもポピュラーなゼンマイは、豊富なミネラル、ビタミンを含み、食物繊維もかなり多く含んでいます。食物繊維は腸内の善玉菌を増やし、腸内環境を正常にする働きがあるそうです。また「山菜の王者」として人気のあるタラノキは棘のついた枝は高血圧に、葉や根は胃腸の薬になると書かれています。また野草料理の本を参考に料理のレパートリーを広げてみるのも楽しみです。

味わって美味しく、食べて健康になれる山野草の知識を図書館で学び、野山で実践してみてください。

おはなし会やその他のお知らせは P30

宇陀市消防入退団式を開催

4月2日

大宇陀ふれあい交流ドームで「宇陀市消防団入退団式」を開催しました。今年の新入団員は30名。式典では、松本諒さん(榛原第3分団)が代表として、「良心に従い、忠実に消防の義務を遂行する。」と力強く宣言されました。また、退団者を代表して元菟田野第2分団長東好成団員が「諸先輩方が築き上げられました歴史ある伝統と、奉仕の精神や勇気ある社会貢献の心をもって、取り組んでください。」とあいさつを述べられました。退団されたみなさんには、災害現場での活動をはじめ、訓練や防火啓発、年末夜警など地域を守る取り組みとして、長年に渡り消防団活動に従事していただきました。今後は、消防団で培われた情熱を絶やすことなくますますのご活躍を期待しています。



▲新入団員代表で宣言された松本諒さん



◀退団された方々への感謝状贈呈

**平成28年度 県体育協会
会長賞・奨励賞を受賞**

3月13日

奈良ロイヤルホテルで「平成28年度奈良県体育協会会長賞・奨励賞」の授与式が開催され、平成28年度中に各競技で優秀な成績を残した選手が受賞されました。

(順不同・敬称略) ※ () 内は、受賞時の学年です。

- 会長賞(個人)
- [自転車] 奥村十夢(榛生昇陽高校3年) チャレンジサイクルロードレース大会(1位)、今西力太(榛生昇陽高校3年) 全国高等学校選抜自転車競技大会(1位)、河野翔輝(榛生昇陽高校2年) JOCジュニアオリンピックカップ自転車競技大会(1位)
- [馬術] 中村公子(シュタール・ジーク) 全日本馬場馬術大会(1位)
- 奨励賞(団体)
- [自転車] 榛生昇陽高校 全国高等学校総合体育大会自転車競技大会(2位)、近畿高等学校自転車競技大会(1位)
- 奨励賞(個人)
- [自転車] 阪本ほのか(榛生昇陽高校3年) 全国高等学校総合体育大会(3位)・近畿高等学校自転車競技大会(1位)、西原裕太郎(榛生昇陽高校2年) 全国都道府県対抗自転車競技大会(3位)・近畿高等学校自転車競技大会(1位)
- [ウエイトリフティング] 畑中佑介(榛生昇陽高校3年) 国民体育大会(5位)
- [少林寺拳法] 徳永聖弥(榛生中学校1)・徳永郁弥(榛原中学校3年) 少林寺拳法全国大会 in おおいた(3位)

■敷地内全面禁煙にご協力をお願いします

市立病院では、「健康のためのより良い環境をめざすこと」「受動喫煙を防止すること」を目標として「**駐車場を含む敷地内全面禁煙**」を実施しています。

喫煙者の方にはご不自由をおかけしますが、ご理解をいただき、ご協力をお願いします。



『お薬手帳』を ご持参ください

お薬手帳をお持ちの方は、保険証と併せてご持参ください。よろしくお願ひします。



■糖尿病教室のご案内

【5月の予定】

18日(木) 糖尿病の基礎知識 (第1回)

25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

睡眠時無呼吸症候群の診療を行っています

■睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは？

私たちの睡眠を妨げる要因のひとつとして睡眠時無呼吸症候群があります。文字どおり、眠っているときに無呼吸状態になる病気で、SAS(Sleep Apnea Syndrome)とも呼ばれています。無呼吸状態とは、呼吸が10秒以上止まっていることを指し、この状態が一定回数以上あると睡眠時無呼吸症候群(SAS)となります。

平成15年2月に山陽新幹線で起こった列車緊急停止事故をご記憶の方もいらっしゃると思います。乗客を乗せた新幹線が、運転士が眠ったまま時速270kmで走りつづけました。原因が睡眠時無呼吸症候群(SAS)による居眠りと分かり、社会に大きな衝撃を与えました。これは、タクシーやトラックの運転手、飛行機や船の操縦士などあらゆる交通機関にかかわってくる問題です。

また、大切な会議中や学校での授業中など、大事な時間であっても強い眠気に襲われたり、居眠りをしてしまったたり、仕事や勉強への意欲が低下して、周囲からは「なまけもの」「だらしない人間」としてとらわれがちです。睡眠時無呼吸症候群(SAS)はまさに、社会的な問題となる病気なのです。

■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

○薬剤師(正職員)1名

対象者：昭和53年4月2日以降に生まれ、資格を有する人

採用試験：小論文・面接

提出書類：履歴書、資格証明書の写し

○看護師(正職員・新卒)若干名

対象者：昭和58年4月2日以降に生まれ、平成30年に実施される国家試験により看護師の資格を取得する見込みで、かつ、同4月から就労できる人

採用試験：小論文・面接 試験日：6月29日(木)

提出書類：6月16日(金)までに履歴書、卒業見込証明書、成績証明書

○看護助手(パート)若干名 も募集しています。

※看護師以外の試験日については、後日連絡します。

◎経営企画課(土・日・祝を除く午前9時～午後5時)

■睡眠中に呼吸が止まってしまう原因は？

アスリートでない限り、普通の成人は30秒間の“息止め”は難しいと思います。自身でやってみればわかりますが、数十秒間の息止めは苦しいです。そんな無呼吸が睡眠中に頻発すれば、当然ながら心臓に負担がかかります。また、睡眠が浅くなって心身に悪影響を及ぼします。

- ・周囲の人から、睡眠中の無呼吸やいびきを指摘された
 - ・昼間に耐えがたい眠気がやってくる
 - ・起床時に熟眠感が得られない、もしくは頭重感がある
- といった症状がある方は、詳しい検査をお勧めします。

■SASはどんな診療をするの？(完全予約制)

①パルスオキシメーター(簡易型睡眠呼吸検査装置)の貸出。毎週月・水曜日 ※自宅で検査するので入院は不要

②検査して1週間以上経過した後、外来の予約(担当医からの結果説明) 毎週木曜日の午後4時

③検査結果により、より詳しい検査が必要な場合は、PSG検査(センサーを取り付け、睡眠中の呼吸状態や脳波を詳しく解析する検査)を行い、その後の治療方法を検討します。※夕方から翌日朝までの入院が必要

当院では、昨年10月からSAS診療を始めています。お気軽にご相談ください。

問 地域連携課(直通 ☎ 85・1201)

～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 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)

※電話番号等の間違いが増えています。ご注意ください。

平成 28 年度在宅医療推進講演会を開催しました。

3月19日(日)在宅医療推進講演会を開催し、280名の参加がありました。

高齢化が加速する中、尊厳を保ちながら、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、この講演会では介護が必要になっても、自宅にしながら医療を受けることができる「在宅医療」について理解を深めるために開催しました。

最初に在宅で看取りをされた家族からの手紙を朗読。次に宇陀地区医師会副会長 加藤医師の講演では、宇陀市でも安心して在宅医療を受ける体制があることを話されました。

最後に記念講演として、日本医師会から赤ひげ大賞を受賞された へのさかクリニック院長 ニノ坂保喜医師より「いのちを受けとめる町づくり」として、在宅ホスピスケアに20年以上取り組まれ、たくさんの患者さんと向き合う中で、その人の人生や家族、家庭、そして地域へと目を向けられ、いのちに関わる仕事は医療だけの役割だけでなく、訪問看護師・ケアマネージャー・ヘルパー・ソーシャルワーカー・ボランティア・民生委員等多くの専門職と仲間がチームで支えていることを講演していただきました。

今後も、医療・介護の関係者等と連携しながら、在宅医療を推進していく取り組みを進めていきます。



参加者の声

- ・在宅医療について考えるよい機会になった
- ・もっと看取りの話をきいてみたい
- ・在宅医療について不安はあるが、本人の思いに寄りそいたいと思うようになった
- ・ボランティア活動を検討したい

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

5月31日は世界禁煙デー

たばこが健康に悪影響を与えることは明らかであり、禁煙はがんや循環器病等の生活習慣病を予防する上で重要です。

近年は、海外から飛散してくるPM2.5ばかりが話題になっていますが、タバコの燃焼によって発生する煙もPM2.5であり、大気中のPM2.5より、タバコの煙の方が有害性が高いと言われています。日本では、海外からのPM2.5より受動喫煙の方がはるかに問題であると言えます。

世界の喫煙者は10億1000万人で約5人に1人の割合となっています。毎年世界で300万人が喫煙が原因とみられるがんや心臓病で亡くなっており、このままでは2030年代初頭には喫煙に

よる死亡者が年間1000万人に達すると世界保健機構(WHO)は警告しています。

「今さらやめてもしょうがない」と思っているあなた、長年喫煙していてもたばこをやめれば健康は取り戻せます。たばこをやめるには、自分の禁煙の決意に加えて、専門家のサポートや禁煙治療薬剤を使用することなどで禁煙の成功率が高くなります。

「やめてみようかな…」と思ったら、市内禁煙支援医療機関もありますので中央保健センターにご相談ください。

問 中央保健センター (☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175)





宇陀市で子育て中の
ママ・パパ・ご家族を
応援するページ

みんな で 子育て

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

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)

おしゃべり会 (かるがもくひび)

保護者同士の交流の中で、子育てのヒ
ントを探してみませんか。

【日時】 5月30日(火) 午前10時～正午

【場所】 市役所 214会議室

みんなであつながりをつくらう
井戸端会議

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】 5月18日(木) 午前10時～正午

【場所】 市役所 214会議室

ファミリー・サポート・センター 子育てサポーター養成講座

参加者募集

子育て中の家庭を応援するサポーターの養成講座です。子育ての経験がある方や、子育てに関心のある方は、どなたでも受講できます。講座修了後は、ファミリー・サポート・センターに登録することができます。

- 【場所】 市役所 会議室(ただし、6月23日・7月21日は子育て支援センター)
- 【時間】 午前10時～11時30分
- 【対象】 市内在住で子育て支援に興味がある20歳以上の方で、本講座をすべて受講できる方
- 【定員】 10名
- 【参加費】 無料
- 【申込み締め切り】 5月24日(水)まで
- 【申込み・問合わせ】 こども未来課
(☎ 82・2236/IP ☎ 88・9080/FAX82・3900)

回	日程	内容
1	6月2日(金)	開講式 子育て支援サービスを提供するために
2	6月9日(金)	子ども心の発達と遊びについて
3	6月16日(金)	児童虐待について
4	6月23日(金)	子どもの様子を見てみよう(実技講習)
5	6月29日(木)	子どもの食生活について
6	7月7日(金)	救急対応について
7	7月14日(金)	支援の必要な子どもへのかかわり方
8	7月21日(金)	子どもと関わってみましょう(保育実習) 閉校式

子育てサポート day

お子さんが笑顔でいるためには、ママが心身ともに元気が一番！一日中子どもと一緒にいるママだって、リフレッシュする時間は必要ですね。毎月一回お子さんの託児をしています。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。

- 【対象】 生後6ヵ月～就学前のお子さん
- 【サポート day】 5月19日(金) 午前10時～午後4時
- 【場所】 子育て支援センター すくすく
- 【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

- 【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♪
 - ・歯医者や美容院の予約を入れたい

- 【定員】 8名(先着順)
- 【申し込み】 5日前までに問へ

☆次回開催日 6月19日(月)

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



★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♪♪

5月カレンダー

問 子育て支援センター ☎84・9925

月	火	水	木	金
1 ●2歳児親子教室 (ばんだ)	2 📖 お話の日	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
8 なかよしひろば ●2歳児親子教室 (きりん)	9 📖 お話の日 ※家児相談日	10 ★つどいのひろば (めく森の郷) ※保健師相談日	11 🎵 リズムの日	12 ●2歳児親子教室 (うさぎ)
15 ●1歳児親子教室 (りんご)	16 📖 お話の日	17 ★つどいのひろば (フレンドパーク)	18 🎵 リズムの日	19 子育て講座 親子リトミック 子育てサポートday
22 ●1歳児親子教室 (いちご)	23 📖 お話の日 ※家児相談日	24 ★つどいのひろば (たかぎふるさと館)	25 🎵 リズムの日 ●1歳児親子教室 (さくらんぼ)	26 ●0歳児親子教室 (ばなな)
29 ●0歳児親子教室 (ばいナップる)	30 📖 お話の日 ミニ誕生会	31 ★つどいのひろば (榑原総合センター)	対象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「すこやかルーム」
開放(申込不要)**

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放します。

親子でゆったり遊び、みんなでおしゃべりをして気分転換をしましょう。

お弁当やおやつを持って来て、ランチルームで食べることもできます。

【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者

【日時】月～金曜日(土・日・祝日は除く) 午前9時～午後4時

🎵📖 お話の日 午前11時～11時30分
🎵 リズムの日(健康ポイント事業) 午前11時～11時30分

つどいのひろば(健康ポイント事業)

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。子育てについての情報交換や親子のふれあいを楽しみましょう。

【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
【持ち物】水筒、タオル、帽子

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】5月8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

すくすく講座～親子リトミック～

親子で楽しくリズムに合わせて体を動かそう！

【対象】市内在住の満2～3歳児の未就園児とその保護者

【日時】5月19日(金) 午前10時～11時30分
【講師】リトミック講師 三好美穂先生

【定員】12組
【持ち物】水筒、タオル、親子とも動きやすい服装で来てください

【参加費】無料
【申し込み】5月17日(水)までに問へ



児童福祉週間

「できること たくさんあるよ きみのてに」

子どもの健やかな成長、子どもや家庭を取り巻く環境をみんなで考えようと、5月5日の「こどもの日」から1週間を児童福祉週間と定めています。すべての子どもが家庭や地域で豊かに愛情に包まれ、夢と希望を持って、未来の担い手として個性豊かにたくましく育っていく環境・社会をつくりましょう。

問 子ども未来課 (☎82・2236/IP ☎88・9080)



★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♪♪

5月カレンダー

問 子育て支援センター ☎84・9925

月	火	水	木	金
1 ●2歳児親子教室 (ばんだ)	2 📖 お話の日	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
8 なかよしひろば ●2歳児親子教室 (きりん)	9 📖 お話の日 ※家児相談日	10 ★つどいのひろば (めく森の郷) ※保健師相談日	11 🎵 リズムの日	12 ●2歳児親子教室 (うさぎ)
15 ●1歳児親子教室 (りんご)	16 📖 お話の日	17 ★つどいのひろば (フレンドパーク)	18 🎵 リズムの日	19 子育て講座 親子リトミック 子育てサポートday
22 ●1歳児親子教室 (いちご)	23 📖 お話の日 ※家児相談日	24 ★つどいのひろば (たかぎふるさと館)	25 🎵 リズムの日 ●1歳児親子教室 (さくらんぼ)	26 ●0歳児親子教室 (ばなな)
29 ●0歳児親子教室 (ばいナップる)	30 📖 お話の日 ミニ誕生会	31 ★つどいのひろば (榑原総合センター)	対象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「すこやかルーム」
開放(申込不要)**

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放します。

親子でゆったり遊び、みんなでおしゃべりをして気分転換をしましょう。

お弁当やおやつを持って来て、ランチルームで食べることもできます。

【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者

【日時】月～金曜日(土・日・祝日は除く) 午前9時～午後4時

🎵📖 お話の日 午前11時～11時30分
🎵 リズムの日(健康ポイント事業) 午前11時～11時30分

つどいのひろば(健康ポイント事業)

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。子育てについての情報交換や親子のふれあいを楽しみましょう。

【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
【持ち物】水筒、タオル、帽子

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】5月8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

すくすく講座～親子リトミック～

親子で楽しくリズムに合わせて体を動かそう！

【対象】市内在住の満2～3歳児の未就園児とその保護者

【日時】5月19日(金) 午前10時～11時30分
【講師】リトミック講師 三好美穂先生

【定員】12組
【持ち物】水筒、タオル、親子とも動きやすい服装で来てください

【参加費】無料
【申し込み】5月17日(水)までに問へ



児童福祉週間

「できること たくさんあるよ きみのてに」

子どもの健やかな成長、子どもや家庭を取り巻く環境をみんなで考えようと、5月5日の「こどもの日」から1週間を児童福祉週間と定めています。すべての子どもが家庭や地域で豊かに愛情に包まれ、夢と希望を持って、未来の担い手として個性豊かにたくましく育っていく環境・社会をつくりましょう。

問 子ども未来課 (☎82・2236/IP ☎88・9080)



保健センターからの お知らせです!

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

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	2日(火)	平成29年3月生まれの児の保護者	中央保健センター	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
大宇陀 菟田野	3歳児健康診査	18日(木)	平成25年9月~11月生まれの児	大宇陀保健センター	午後1時~1時50分
	1歳6か月児健康診査	23日(火)	平成27年8月~11月生まれの児		
	2歳児歯科健康診査	24日(水)	平成27年1月~4月生まれの児		
榛原・室生	2歳児歯科健康診査	25日(木)	平成27年2月~4月生まれの児	中央保健センター	
	10~11か月児健康診査	31日(水)	平成28年6月~7月生まれの児		

お知らせ

ひよこクラス (育児教室)

“子育てや離乳食”について、ママ同士楽しく学びながら交流や情報交換しませんか。

【日程・内容】

- ① 5月10日(水) 赤ちゃんの生活・病気の予防
- ② 5月16日(火) 離乳食(講話と調理実習)
- ③ 5月22日(月) 絵本・歯のケア・けがの予防

【時間】 午後1時30分~3時30分

【場所】 中央保健センター

【対象】 平成29年1月~3月生まれの乳児の保護者

【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具、②はエプロン、三角巾、手拭きタオル

【託児】 該当するお子さんの託児を行います。費用は1回300円、事前申込が必要です。

【申し込み】 問へ

検診の申し込みはお済みですか？

“けんしんすすめ隊” 春の受診勧奨キャンペーン！

市では、がんの予防と早期発見をめざして、“けんしんすすめ隊”のみなさんとともにがん検診の受診勧奨をしています。

4月22日にはオークワサンクシティ榛原店で、がん検診のキャンペーンを行いました。

普段、高血圧や糖尿病などで受診している方も、それだけではがんを見つけることはできません。

特定健診やがん検診は、隠れた病気を見つけるために大切です。ぜひこの機会にお受けください。

市のがん検診は、費用の約7割が助成され、個人で受けるよりかなりお得!!

受診を希望される方は、お早目にお申し込みください。

【申し込み】
検診専用ダイヤル
(☎92・5222)



▲イメージキャラクター

食生活改善推員養成講座 受講生募集！

食生活を通じて地域の健康づくりをめざしボランティア活動をおこなう食生活改善推進員の養成講座を7回シリーズで実施します。食に関する知識や技術を修得し、ご自身や家庭、地域の健康づくりに幅広く貢献してみませんか。



【期間】 6月～11月（全7回） 第1回は6月26日（月）

【場所】 中央保健センター

【内容】 ・組織活動・国民の健康状況と生活習慣病予防・健康日本21
・食育・食品衛生と食環境保全・身体活動と運動・調理実習 他
*6回以上受講された方には最終日に修了証書を交付します。

【対象】 食生活や健康づくりの正しい知識を取得し、修了後地域でボランティア活動をする熱意があり、全講座に出席できる方

【定員】 20人（定員を超えた場合は抽選とします。）
ただし、人数が少数の場合は中止になることがあります。

【申し込み】 5月22日（月）までに問へ

Cooking

うだちゃん11chで
4月放映したレシピです。

野菜たっぷり
クッキング
レシピ

さわら
鯖のごま焼き
と白和え
(4人分)



鯖のごま焼き

【材料】

鯖(80g) …4切れ、[生姜汁…小さじ2、にんにく…1かけ、しょう油…大さじ1]、白いりごま…大さじ2、サラダ油…大さじ1

【作り方】

- ① にんにくはすりおろす。
- ② 生姜汁、にんにく、しょう油を混ぜ合わせ、鯖を10分程度漬け込む。
- ③ 鯖の汁気を取り除き、皮の面に白いりごまをつける。
- ④ フライパンにサラダ油を入れて火にかけ、鯖を並べ、火が通るまで焼く。

白和え

【材料】

木綿豆腐…300g、生椎茸…2個、板こんにゃく…1/3枚、油揚げ…1/2枚、きくらげ…1.5個、人参…45g [だし汁…1.5カップ、砂糖…小さじ1、しよ

う油…小さじ1強]、絹さや…20g、白ごま…大さじ2、木の芽…適量、砂糖…大さじ1.5、塩…小さじ1/3

【作り方】

- ① 生椎茸は半分に切り、千切りにする。板こんにゃくは短冊切りにして下茹でをする。
- ② 油揚げは油抜きをして千切り、きくらげはもどして千切り、人参は短冊切りにする。
- ③ 鍋に椎茸、こんにゃく、油揚げ、きくらげ、人参、だし汁を入れて火にかけ、砂糖、しょう油を入れてやわらかくなるまで煮てから、冷ましておく。
- ④ 絹さやは筋を取り、斜めに切って色よく茹で、ざるにあげておく。
- ⑤ 木綿豆腐は熱湯でさっと茹でて水気を切っておく。
- ⑥ 白ごまは炒ってからすり鉢ですり、木綿豆腐を加えてよく混ぜる。
- ⑦ ⑥に塩、砂糖を加えてすり混ぜ、③の具を汁気を切って入れ、絹さやと共に和える。
- ⑧ 器に盛り、木の芽をたいたいで飾る。

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

1年間健康で人間ドック 無料受診券をゲット!

国民健康保険加入の方へ
健康推進奨励事業を実施します

特定健診や医療を受けていな
い方の中には、生活習慣病の予
備群や、重い病気にかかってい
る可能性のある方もおられま
す。重症化すると高額な医療費
が必要となる上、日常生活にも
大きな支障がでます。

そこで、市国保では国保運営

新たに年金を受けとれる方が増えます

～資格期間が 10 年以上となれば
年金を受けとれるようになりました～

資格期間とは？

- ◎国民年金の保険料を納めた期間や免除された期間
- ◎サラリーマンの期間（厚生年金保険や共済組合など）
- ◎年金制度に加入していなくても資格期間に加えることができる期間

- ①昭和 61 年 3 月以前にサラリーマンの配偶者だった期間
- ②平成 3 年 3 月以前に学生だった期間
- ③海外に住んでいた期間
- ④脱退手当金の支給対象となった期間 など

これらの期間が合計で 10 年以上あると対象となります

対象となる方は手続きが必要です

資格期間が 10 年以上 25 年未満の方には、日本年金機構より年金請求書が順次郵送されています。

送付期間	年金請求書が送付される方
2月下旬～3月下旬	大正 15 年 4 月 2 日～昭和 17 年 4 月 1 日生
3月下旬～4月下旬	昭和 17 年 4 月 2 日～昭和 23 年 4 月 1 日生
4月下旬～5月下旬	昭和 23 年 4 月 2 日～昭和 26 年 7 月 1 日生
5月下旬～6月下旬	昭和 26 年 7 月 2 日～昭和 30 年 10 月 1 日【女性】 昭和 26 年 7 月 2 日～昭和 30 年 8 月 1 日生【男性】
6月下旬～7月下旬	昭和 30 年 10 月 2 日～昭和 32 年 8 月 1 日生【女性】 大正 15 年 4 月 1 日以前生まれ

* 国共済、地共済および私学共済に加入した期間がある方は、生年月日に関係なく、6 月下旬以降にお送りします。

【手続き先】

◎最後に加入していた年金制度が国民年金または共済組合の方で

- ①全ての加入期間が国民年金第 1 号被保険者（自営業など）→市役所または各地域事務所
- ②国民年金第 3 号被保険者・厚生年金保険や共済組合の加入期間がある方 →お近くの年金事務所

◎最後に加入していた年金制度が厚生年金保険の方
→お近くの年金事務所

問 日本年金機構 桜井年金事務所 (☎ 0744・42・0033)

問 保険年金課 (☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

の健全化に貢献し、積極的に健康の推進に努められた被保険者世帯に対し、人間ドックを無料で受けていただける宇陀市国民健康保険推進奨励事業を実施しています。

【対象】 次の全てに該当する世帯

○前年 1 年間（事業実施年度の
前々年度の 3 月 1 日から前年
度の 2 月末日まで）に世帯に
属した被保険者が保険診療を
受けなかった世帯

○前年度に、特定健康診査の対
象になる被保険者全員が特定
健康診査を受診している世帯

○国民健康保険税を完納してい
る世帯

対象の世帯には、対象となる
ことをお知らせする決定通知書
と人間ドック無料受診票を 6 月
に送付する予定です。

問 保険年金課

(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086)

Health & Welfare
健康・福祉

地域の介護予防活動を支援 します!

地域の高齢者が自ら活動に参
加し社会貢献が認められる団体

や、地域で介護予防のための自
発的な活動を実施されている団
体を支援します。

希望される方は、説明会を
実施しますのでご参加ください。

【日時】 5月26日（金）

午前 9 時 30 分～

【場所】 市役所 会議室

※説明会には事前申し込みが必
要です。

問 介護福祉課

(☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

宇陀の産業活性化のため

市内での事業活動を支援します

問 産業企画課 (☎2・5874 / IP☎88・9075)

宇陀市商品販路拡大補助事業

うだチャレンジアシスト補助金

市の農林水産物を活用した新規商品の開発や販路拡大事業に対し、その経費の一部を補助します。

【対象】 市内に住所を有する法人その他の団体、個人で、宗教活動または政治活動を主たる目的とする団体でないこと

【交付額】 補助対象経費の1/2以内 (上限額100万円)

【申請期間】 5月8日(月)～31日(水)

【審査】 審査委員会による審査を行います。

■開発事業

【主な審査基準】 ○新規性 ○地域性

○創意工夫性 ○実現性 ○発展性

【補助対象経費】 ○謝金 ○旅費 ○原材料費 ○設備整備費 ○委託費 ○雑費

○その他市長が認める経費

■販路拡大事業

【主な審査基準】 ○新規性 ○公益性

○実現性 ○発展性

【補助対象経費】

○自社製品の販路拡大を目的とした市外での商談会・展示会・物販への参加・出展に係る経費(出展料・会場使用料・交通費等)

○自社製品の販路拡大を目的とした継続的な製品PRのための、パンフレット・ホームページ・パッケージ等の新作成に係る経費
※既存媒体の増刷やホームページの管理費は対象外
※印刷に伴う経費については、1万枚を超えない範囲に限る



特産品および名産品の認定

【対象】 市内に住所を有する法人その他の団体、個人で、宗教活動または政治活動を主たる目的とする団体でないこと。

【申請期間】 5月8日(月)～31日(水)

【審査】 審査委員会による審査を行います。

■宇陀市特産品および名産品の認定

認定を受けると「認定マーク」(費用は申請者負担)を商品に貼り付けることができ、市内の優れた商品であることが明示できます。

【名産品の認定基準】 全てに該当すること

○市内で生産もしくは収穫または製造される物品(農林水産物およびその加工品または工芸品)であること

○名称や意匠が市とかかわりがあること

○品質・デザインが優れていること

○1年以上の販売実績があること

○物品、その生産加工設備等が食品衛生法等の関係法令に適合していること

○物品の安定的な生産供給が可能で、一般流通経路において購入可能なこと

○市内で知名度があること

○その他、市の名産品としてふさわしいものであること

【特産品の認定基準】 全てに該当すること

○市内で生産もしくは収穫または製造される物品(農林水産物およびその加工品または工芸品)で、市を代表するもの

○歴史的な背景があり、気候風土や文化風土と密接に結びついた宇陀市固有のものであること

○全国的に知名度があるもの など

※現在の特産品は毛皮革製品(吉野本葛・ダリア・大和茶・磨き丸太・宇陀金ごぼう・宇陀黒大豆の7品目です。この品目の認定申請は年中受付しています。

宇陀市中小企業等施設改修・設備投資補助金

市産業と経済の活性化を図るため、市内中小事業者の行う施設改修や設備投資に対し、経費の一部を助成します。

【対象】

○市内で活動する製造業・卸売業・小売業・宿泊業・飲食サービス業および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 など

【交付額】 補助対象経費の1/2以内 (50万円以上、上限額100万円)

※予算額に達し次第終了

【補助対象経費】

■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

○下水道接続のみとなる配管工事

○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

■設備投資

次のいずれの要件も満たす設備投資費

○取得価格が1つにつき10万円以上のこと

○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

いずれも、平成30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が条件です。

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウエルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん

宇陀市中小企業融資保証 制度を案内します

市内の中小企業者を対象に、事業経営に必要な運転資金や設備資金の融資を行います。

【申請資格】

- 中小企業信用保険法に定める業種を営んでいる中小企業者で、次の要件に該当する方
- 奈良県信用保証協会の普通保証制度の信用保証を受けることができること。
- 個人：市内に引き続き1年以上住所を有していること。
- 法人：市内に引き続き1年以上事業所（本店）を有していること。
- 事業を1年以上継続して経営し、今後も継続して営むことが確実であること。
- 市税を完納していること。
- 本制度の残高（返済期間）がないこと。
- 暴力団員等に該当しないこと。
- その他（保証協会から代位弁済をされていない方等）

※本融資を受けられ、早期に繰上返済をされた方は、当初の返済期間中でも新たに本融資を利用することができません。（受付時には完済を証明する書類の提出が必要）

【制度内容】

- 融資限度額：500万円（運転資金） 1000万円（設備資金） 併用は不可
- 資金の用途：運転資金および設備資金
- 償還方法：毎月元金均等分割返済（設備資金のみ据置6か月以内で可）
- 連帯保証人：原則として個人は不要、法人は代表者一人（別途必要な場合あり）
- 利息：利率2・175%（内1%を市が利子補給）「条件あり」
- 保証料：市が7割負担、借手は3割負担「条件あり」

※融資総額には限度があり、受付順です。また、利息は変動する場合があります。

【日時】 6月1日（木）午前10時～

【場所】 商工観光課

【商工観光課】
☎82・2457 / IP ☎88・9001

平成29年工業統計調査を実施します

この調査は日本の製造業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく重要なものです。

調査は製造業を営む事業所を対象に、6月1日を基準に行います。5月中旬から6月にかけて調査員が訪問しますので、調査へのご協力をお願いします。

【問】 企画課

☎82・1362 / IP ☎88・9074

農林課からのお知らせ

宇陀市の農業振興制度を「活用ください」

【問】 農林課 ☎82・3679 / IP ☎88・9090

鳥獣被害を防止するため にご活用ください

■有害鳥獣防除ライセンス取得 助成事業

被害防除のため狩猟免許を取得する方に、助成金を交付します。

【対象】 市内在住の方

【金額】 1万円以内

【締切日】 10月31日（火）

■有害鳥獣捕獲共同取組事業

自治会等共同で捕獲檻を管理する経費に対して、助成金を交付します。

【対象】 自治会および農家組合

【要件】 新たに狩猟免許を受けた者2人を含む3人以上で捕獲檻を管理すること

【金額】 4万円以内

【締切日】 10月31日（火）

■有害鳥獣防除施設設置被害防除事業

鳥獣害防止柵を設置するため、購入する資材経費に対して、助成金を交付します。申請期限までに設置の完了している鳥獣害防止柵が補助対象となり

ます。

※中山間直接支払対象地は補助対象外

【対象】 市内で農業等を行っている方

【交付額】 1m当たり300円以内

【締切日】 11月30日（木）

■農業振興を図るため助成 します

■農地・農業用施設維持管理に伴う重機借上げ事業

今年度内に農地・農業用施設の維持管理・補修・改修や自然災害の被害から復旧する場合に、重機を借上げる経費に対して助成します。

※国・県等の類似補助を受ける場合は補助対象外

【対象】 自治会・農家組合・受益者

【交付額】

○農地：借上げ金額の1/2以内（上限額2万5千円）

※1日分のみ

○農業用施設：借上げ金額の1/2以内（上限額3万5千円）

※2日分のみ

【締切日】 10月31日（火）

※いずれも希望される方は、申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

【問】 農林課 ☎82・3679 / IP ☎88・9090

■暗渠排水設置事業

今年度内で農地に暗渠排水設備を設置する経費に対して助成します。

※中山間直接支払対象地および他の暗渠排水等補助金事業箇所は補助対象外

【対象】 市内在住で農業を営む個人

【交付額】 1m当たり300円以内

【締切日】 10月31日（火）

■雨除けハウス設置事業

今年度内で2アール以上の農業用パイプハウスを新たに設置する資材費に対して助成します。

※国・県等の類似補助を受ける場合は補助対象外

【対象】 市内在住で農業を営む個人

【交付額】 資材費の1/2以内（上限額50万円）

【締切日】 10月31日（火）

※いずれも希望される方は、申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

【問】 農林課 ☎82・3679 / IP ☎88・9090

【締切日】 10月31日（火）

※いずれも希望される方は、申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

農業委員会からのお知らせ

問 農業委員会 ☎82・5781 / IP ☎88・9089

■農地転用するときは、農地法により事前の許可が必要です

【農地の自己転用を行う場合】

農地法第4条許可申請

【農地の所有権移転等と転用を同時にを行う場合】

同法第5条許可申請

【市街化区域内の農地を転用する場合】

同法第4条5条届出

○転用については、他法令の許可が必要な場合があります。

(農振法・都市計画法等)

○許可後において転用目的を変更する場合は事業計画の変更申請の手続きが必要です。

許可を受けないで無断で農地を転用した場合や、転用許可に係る事業計画どおりに転用していない場合には、農地法違反となり、工事の中止や原状回復等の命令がされる場合があります。

また、違反転用や違反転用における原状回復命令違反には罰則の適用もあります。

■遊休農地の草刈や管理を

遊休農地を放置しておく、作付けができなくなると同時にイノシシ・シカなどの寝床とな

り、他の良好な農地まで被害にさらされます。

また、雑草の繁茂により害虫や花粉症の発生源となり、住環境にまで影響を与えるとともに荒地周辺の方々に迷惑がかかります。農地の荒廃を防ぐために、少なくとも年2回以上の草刈などの管理を行ってください。

■市内農地の賃借料情報

平成28年1月1日～12月31日までの賃貸借契約における賃借料は次のとおりです。賃貸借契約の目安としてご利用ください。

地目	利用	賃借料 (円/10a/年)		データ数 (筆)	
		最高額	最低額		
宇陀市 全域	田	水稲作	最高額	20,000	38
			最低額	700	
			平均額	10,295	
市街化区 域除く	畑	普通畑	最高額	20,000	40
			最低額	600	
			平均額	5,818	

鳥獣被害対策実施隊員を任命しました

被害を防ぐため、積極的に捕獲を行っていたたく方を市長が任命しました。捕獲が必要な場合は各実施隊員にお問い合わせください。

捕獲できる動物は、イノシシ、シカ、サル、アライグマ、ヌートリアです。
※死亡している場合は対応できません。

鳥獣被害対策実施隊員 (敬称略)

■大宇陀地域担当

内田治恒 (小附) 岸本留太郎 (若室) 大田正美 (白鳥居) 吉田忠雄 (菟田野岩崎)

■菟田野地域担当

吉田勝一 (古市場) 森田健藏 (見田) 植森睦也 (稲戸) 中西正 (岩崎)

■榛原地域担当

横地健次 (天満台) 大西正和 (笠間) 中尾淳次 (長峯) 堂前昇 (檜牧)

■室生地域担当

日攄勉 (大野) 倉林章文 (大野) 新貝進 (室生) 北森勸造 (二本松) 屏賀豪才 (深野)

問 農林課

☎82・3679 / IP ☎88・9090

市内4地区で『まちづくりに関する基本協定』を締結

市では、市内4地区において、まちづくりのコンセプトや将来像、基本となる取組を取りまとめた『まちづくり基本構想』を策定し、『まちづくりに関する基本協定』を締結しました。

詳細は広報6月号に掲載予定ですが、市ホームページをご覧ください。また、まちづくり推進課窓口でも説明いたします。

問 まちづくり推進課

☎82・5624 / IP ☎88・9092

地震と住まいを考える市民フォーラムを開催

地震の活動期を見据え、安心・安全な住まいづくりに関する講演会と個別相談会を開催します。耐震診断や改修に興味のある方は、ぜひご参加ください。

【日時】 6月17日(土)

(講演会) 13時～15時10分

【場所】 榛原総合センター2階

【内容】 講演「耐震・バリアフリー・省エネのコツと上手な補助金活用方法」、市の補助制度や耐震シエルトの紹介
【その他】 託児可 (要事前連絡)
※詳しくは来月号折込チラシをご覧ください。

問 まちづくり推進課

☎82・5624 / IP ☎88・9092

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

宇陀市内遺跡発掘調査写真展 2017を開催

市内には、縄文時代から近世まで数多くの遺跡があります。これまでの発掘調査によって、宇陀松山城跡をはじめ、多くの遺跡の内容が明らかになってきています。

今回、発掘調査が行われた9遺跡を写真やパネルで紹介いたします。ご覧ください。

【日時】 5月31日(水) まで

【場所】 まちづくりセンター「千軒舎」(大宇陀拾生)

【開館時間】 午前9時～午後5時

【観覧料】 無料

【展示遺跡】 宇陀松山城跡、中之庄遺跡、本郷遺跡群西萩窪地区、拾生歩石遺跡、高井遺跡、高山1号墳、文祿麻呂墓、古市場古宮谷1号墳、宇陀松山町

問 文化財課

☎82・3676 / IP ☎88・9095



宇陀松山跡出土 鯨瓦

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウエルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん

「軽スポーツ教室」
6月からスタート

お友達・ご家族・地域で気軽に
軽スポーツを楽しみませんか。ふ
るってご参加ください。

【日時】 6月5日・7月3日・8月
7日・9月4日・10月2日それ
ぞれ月曜日

【場所】 総合体育館ほか

【種目】 歩き方、ノルディックウォー
キング、ワナゲほか

【参加費】 1200円(5回分スポー
ツ保険込) 当日徴収

【対象】 市民

【持ち物】 上靴、タオル、飲み物
【申し込み】 住所、氏名、電話番号
を明記のうえ問まで

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)

5月10・24日(水) 2回内容同じ
①10:00~ ②10:45~

おはなしクラブ
5月27日(土)①10:30~(小さい子) ②11:15~(大きい子)

★放課後子ども教室
5月10・17・24・31日(水) 15:30~

★映画会(約25分)『だんだらぼっち他』
5月20日(土) 11:00~

(宇陀市立大宇陀図書館)

★おはなし会 (60分)
5月20日(土) 10:30~ 場所:和室(2F)

★映画会(約30分)『かしき長者・ソラ豆の黒いすじ』
5月13日(土) 10:30~ 場所:研修室(1F)

雑誌・寄贈本のリサイクル

中央図書館・大宇陀図書館では、保存切れとなっ
た雑誌などをお譲りします。

○お一人様5冊まで ○期間:5月10日(水)~
○場所 特設コーナー

(図書館正面玄関入った所)
※在庫がなくなり次第、終了します。

玩械文庫(がんしゆくばんこ)だより

5月13日(土)、「子ども読書の日」のイベント
として、野原でおはなし会を行います。

①10:30~②14:00~ (約30分) 2回内容同じ
奈良カエデの郷ひらら 内 ☎ 84・2888

開室日(土・日)
10:00~16:00

5月の休館日 2~5・9・16・23・30
中央図書館 ☎ 82-4749・IP 88-9110
大宇陀図書館 ☎ 83-0977(代)

※期間中受付します。

総合型地域スポーツクラブ
フレッシュアップ榛原南尾
(☎/FAX 82・5838)

問 生涯学習課
(☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364 /
FAX 82・3900)

Events Others
イベントの他

初夏のファミリースタイル窯教室

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】 6月4日(日) 午後0時30
分~3時30分(受付:正午)

【場所】 平成榛原子供のもり公園

【内容】 各グループ パン1個、ピ
ザ1枚

【定員】 8グループ(1グループ5
名まで。一人でも可)(先着)

【参加費】 1グループ1500円

【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】 5月9日(火) 午前9
時~28日(日) 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。

※小雨決行。中止の場合は、個別に
連絡します。

問 平成榛原子供のもり公園
(☎ 82・7411)

JFL 奈良クラブ ホームゲーム
「宇陀市民デー」を開催!



奈良クラブと宇陀市はスポーツを通じて、交流を深めています。
この取り組みは宇陀市が推進しているスポーツ・ツーリズム(ス
ポーツ大会などを行うことで宇陀市への交流人口を増やす事)
の一環であり、将来的にはサッカーの試合や関連イベントを行う
ことも考えています。

奈良県よりJリーグを目指すサッカーチーム「奈
良クラブ」が宇陀市民のみなさんを無料で入場観戦
できる「宇陀市民デー」を企画。ハイレベルなスポー
ツを観戦できる機会です。みんなでホームチームの
奈良クラブを応援しよう!

【内容】 日本フットボールリーグ(JFL) 第11節
【日時】 5月28日(日) 13:00開始(11:30開場)
【場所】 ならでんフィールド(鴻ノ池陸上競技場:
奈良市法蓮佐保山4-5-1)
【相手】 FCマルヤス岡崎
【引換場所】 チケット販売ブース(会場正面玄関前)
【引換時間】 11:00~14:15

※事前予約は必要ありません。当日会場で本人確認
(免許証などを持参)のうえ、チケットお渡しします。

問 商工観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)
当日のエスコートキッズを募集しています!
問 NPO法人奈良クラブ (☎ 0742・93・3815)

鳥見山つつじ祭り

5月7日(日)
午前10時～午後3時

【場所】鳥見山公園一帯
【内容】安全祈願祭、記念植樹、山の上の音楽祭、ボランティアガイドの会による鳥見山公園名所ツアー、宝探しゲーム、各種バザー など

【交通(アクセス)】当日、イベントに伴い車輛交通規制が行われるため、鳥見山公園には徒歩、シャトルバスをご利用ください(運営協力金300円)

【駐車場(シャトルバス乗り場)】市総合体育館駐車場

【問】宇陀市観光協会【商工観光課内】

(☎82・2457 / IP ☎88・9081)
【問】市観光案内所「うだ観処」
(IP ☎88・9049)



▲山頂の展望台からはツツジと一緒に市内を見渡せます

ボランティアガイドが地域の見どころを案内
ガイドと歩く宇陀松山

【開催日時】5月20日(土)

午前9時～11時30分(雨天決行)

Aコース：薬の町宇陀松山(2km)

森野旧薬園(薬の館など)

Bコース：宇陀松山城(3km)

松山城跡(城下町散策)

【開催日時】5月23日(火)

午前9時～正午(雨天決行)

Cコース：古代史の舞台阿騎野(3km)

人麻呂公園(阿紀神社)民芸館など

Dコース：織田家松山藩(4km)

藩屋敷跡(織田家菩提寺徳源寺)助さんゆかりの寺など

【集合場所】道の駅 宇陀路大宇陀第2駐車場

【参加費】無料(Aコースは入館料500円が必要)

【問】宇陀市ボランティアガイド事務局【商工観光課内】

(☎82・2457 / IP ☎88・9081)



▲薬の館(大宇陀上)

公共交通に親しみ感じる2日間

入場無料

奈良のバス100周年記念フェスタ

イベント盛りだくさん!

開催日時 5月27日(土)・28日(日) 10:00～17:00 (雨天決行)
開催場所 道の駅「宇陀路大宇陀」および文化会館



◀ボンネットバス試乗会(申込制 各回人数限定)

1917年(大正6年)5月25日、奈良県で最初の乗り合いバスが松山自動車商会によって松山(現在の宇陀)・桜井間で運行を開始して、100周年を迎えます!



当日は、イベントや物販、展示など内容盛りだくさん! ぜひご来場ください!

▲バス線士ナコーとローカルヒーローズクラムブル

【問】奈良交通お客様サービスセンター
(☎0742・20・3100)

奈良県 バス100周年 検索

■ご来場には公共交通機関をご利用ください■



◀能楽 鞍馬天狗

第25回献能 あきの螢能

(特別出演 小笠原流 流錫馬)

【日時】6月17日(土) 献能:18:30～(開場16:30)
流錫馬:17:30～
※16:00より呈茶のおもてなし(無料・先着400名)

【場所】阿紀神社能舞台(大宇陀迫間)
※雨天の場合は市文化会館で行います。

【献能】仕舞▼高砂・大江信行、羽衣・浦田保浩
岩船・浦田保親
狂言▼千鳥・茂山千三郎
能楽▼鞍馬天狗白頭・浦田保親

【前売入場料】大人5,000円(当日6,000円)

【チケット取扱所】商工観光課、市文化会館、道の駅 宇陀路大宇陀、市観光案内所「うだ観処」

【問】あきの螢能事務局【商工観光課内】
(☎82・2457 / IP ☎88・9081)

人事異動を行いました

「宇陀市まち・ひと・しごと創生総合戦略」と人口ビジョンの本格的な施策が始まって2年目に入りました。

今後その深化を目指すと共に、暮らしやすく交流が盛んなまちづくりを推進するため、宿泊施設誘致事業や広域観光事業などの観光戦略、起業家育成循環事業などの移住・定住促進強化、健康都市「ウェルネスシティ宇陀市」の実現、地域包括ケアシステム導入への取り組み、県との連携協定に基づくまちづくり基本計画策定など、直面する様々な課題等に対応するため、オール宇陀市の行政体制で臨んでいきます。

《職員数、組織について》

平成29年3月末の退職者は計26人で、市長就任時の平成22年4月1日現在の普通会計職員数479人と比べ、平成29年4月1日時点では360人を割る見込みとなりました。

また、組織の改編については、これまで市の保健センター施設として事業運営を行っていた「室生福祉保健交流センターぬく森の郷」の施設内に「宇陀市中央保健センター」を置き、保健センターの中核となる施設

を明確にし、一層の保健サービスの向上を図ります。

問人 人事課

(☎82・13003 / IP88・9096)

《4月1日付人事異動》

■部長級 農林商工部長 久保裕一 ▼教育委員会事務局長 中西玲子

■次長級 室生地域事務所長 藤田卓也 ▼企画財政部次長 財政課長事務取扱 山口浩次郎 ▼農林商工部次長・産業企画課長事務取扱 奥久幸 ▼会計管理心導 出納室長事務取扱 藤本昌宏

■課長級 秘書広報情報課長 勝村茂之 ▼人事課長 幸田吉生 ▼総務課主幹・行政改革推進室主幹 山岡宏充 ▼室生地域事務所地域市民課長 岡本徳幸 ▼企画課長 山口久夫 ▼企画課付桜井宇陀広域連合事務局派遣 長田滋朗 ▼まちづくり支援課長 鈴木隆仁 ▼税務課長 辰己多美子 ▼保険年金課長 中岡忠義 ▼健康増進課主幹・国民健康保険直営診療所 小路佐智代 ▼健康増進課中央保健センター所長・健康増進課室生福祉保健交流センター所長の場且江 ▼こども未来課長 半田陽子 ▼介護福祉課長 小林博文 ▼医療介護あんしんセンター所長 林佳江 ▼市立病院事務局経営企画課長 登時和

■市立病院事務局医務課長 荒木正好 ▼水道局施設課主幹 柳竜一 ▼生涯学習課長 大門一精

■医長級 国民健康保険直営診療所医長・市立病院皮膚科医師 寫寄香

■教育指導主事 教育委員会事務局指導主事 鈴木貞也

■課長補佐級 総務課長補佐 (監査担当) 河野昌幸 ▼総務課長補佐・行政改革推進室長補佐 木戸敬一 ▼危機管理課長補佐 宮軒正・上西剛司 ▼管財課長補佐・建設課長補佐 丸岡久夫 ▼管財課長補佐 藤本進 ▼大宇陀地域事務所地域市民課長補佐 佐々岡恵 ▼菟田野地域事務所地域市民課長補佐 米野幸也・中谷彰 ▼企画課長補佐 田中徳人 ▼まちづくり支援課長補佐 林雅子 ▼財政課長補佐 藤田茂樹 ▼税務課長補佐 (介護福祉課臨時福祉給付金担当) 埜中都子 ▼人権推進課大宇陀人権交流センター所長補佐 佐々岡定光 ▼人権推進課菟田野人権交流センター所長補佐 東向ひとみ ▼環境対策課長補佐 前田剛 ▼健康増進課中央保健センター所長補佐・健康増進課室生福祉保健交流センター所長補佐 菊岡知代・井川智恵子・上田和代 ▼厚生保護課長補佐 加藤光晴 ▼こども未来課長補佐 松本淳

二 ▼介護福祉課長補佐 吉岡秀典 ▼医療介護あんしんセンター所長補佐 山中佳奈 ▼農林課長補佐 今西宏彰 ▼公営住宅課長補佐 林英一郎 ▼出納室長補佐 山岡敏二 ▼生涯学習課長補佐 新道博之 ▼生涯学習課中央公民館長補佐 内田恵司

■主任級 秘書広報情報課 北川雄一 ▼秘書広報情報課 (自主放送担当) 徳田典子 ▼危機管理課 橋岡延代 ▼財政課 大向宏和 ▼徴収対策課 玉村智博 ▼市民課 松本有子 ▼保険年金課 高台晴彦 ▼保険年金課付奈良県後期高齢者医療広域連合派遣 泉岡善則 ▼環境対策課 井脇通容 ▼環境対策課護美センター 西岡剛志 ▼健康増進課・健康増進課中央保健センター・健康増進課室生福祉保健交流センター 笹岡俊彦 ▼健康増進課中央保健センター・健康増進課室生福祉保健交流センター 西山澄代・吉田抄子・植松秀香・木戸ちさと ▼農林課 (農業委員会担当) 大門美加 ▼農林課付奈良県農林部新たな森林管理体制準備室派遣 遠藤芳徳 ▼公園課 石本真実 ▼水道課 幸田智子 ▼教育総務課 内田悦子 ▼生涯学習課総合体育館 森本健一

■一般 総務課 中川優子 ▼企画課 笹尾陽子 ▼健康増進

課中央保健センター・健康増進課室生福祉保健交流センター久保愛香 ▼まちづくり推進課 馬場康人 ▼公園課 今西聡悟 ▼市立病院事務局経営企画課 東峯賢治

■技能労務職 教育総務課学校給食センター 岡野博

■新規採用 企画課 東條有紀 ▼税務課 九之池龍二 ▼健康増進課中央保健センター・健康増進課室生福祉保健交流センター 中江公美 ▼こども未来課 田中拓臣 ▼介護福祉課 今西光弘 ▼建設課 木内拓也 ▼公園課 皿谷健介

■幼稚園・保育所・こども園

■園長・所長級 大宇陀こども園長 辻本春美 ▼菟田野保育所長 中村つるみ ▼榛原北保育園長 笹尾昭美 ▼榛原幼稚園長 吉岡明美 ▼榛原東幼稚園長 新堂昇子 ▼榛原西幼稚園長 大上律子

■副園長・副所長級 榛原北保育園副園長 海出友紀子 ▼室生こども園副園長 小柴由佳理 ▼子育て支援センター所長 久保真紀子 ▼榛原幼稚園副園長 谷口恵美

■園長補佐・所長補佐級 大宇陀こども園長補佐 山本千容 ▼菟田野保育所長補佐 野田富士子 ▼榛原北保育園長補佐 森岡千鶴子・山中美香

▼

▼

▼

▼室生こども園長補佐 堀本眞由美 ▼榛原幼稚園長補佐 吉田真佐美 ▼榛原東幼稚園長補佐 米田弘美 ▼榛原西幼稚園長補佐 森岡三起子

■教諭・保育士・保育教諭 大宇陀こども園 藤井祥子・上田美和子・勝田慈子・山口亜紀・北森美記 ▼榛原北保育園 田中勢津子・鴨池初美 ▼榛原西幼稚園 山内明美

■新規採用 大宇陀こども園 原田真菜美 ▼菟田野保育所 辰巳友唯 ▼榛原北保育園 太田真保

《3月31日付退職者》

■部長級 山本喜次【農林商工部長】 ▼増田忠昭【教育委員会事務局局長】

■次長級 小路善典【室生地域事務所長】 ▼峯山卓巳【市民環境部付宇陀衛生一部事務組合派遣】 ▼鴻池通子【健康福祉部次長・医療介護あんしんセンター所長事務取扱】 ▼出口司珠子【会計管理者心得・出納室長事務取扱】

■課長級 小林伸光【税務課長】 ▼南浦寿雄【健康増進課主幹・国民健康保険直営診療所】 ▼田中周子【大宇陀こども園長】 ▼丸山由起【榛原北保育園長】 ▼覚地幸代【市立病院事務局医務課長】 ▼一ツ橋弘子【榛原幼稚園長】 ▼岩井典江【榛原西幼稚園長】 ▼吉田紀代子【榛原西幼稚園長】

原西幼稚園副園長

■教育指導主事 中山晴美【教育委員会事務局指導主事】

■課長補佐級 井上義尚【人権推進課菟田野人権交流センター所長補佐】 ▼吉本靖美【環境対策課長補佐】 ▼仲村隆【厚生保護課長補佐】

■主任級 飯降宗彦【生涯学習課総合体育館】 ▼岸上徳子【大宇陀こども園】

■技能労務職 桑原研二【学校給食センター所長補佐】 ▼宮井和代【市立病院事務局経営企画課】

職員募集

こども未来課

こども園・保育園・幼稚園 保育士・幼稚園教諭登録者 (臨時職員)

【要件】 保育資格のある63歳までの方

【勤務時間】 勤務時間は応談

【時給】 1030円

【申し込み】 保育士証・幼稚園教諭免許状を持参のうえ、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、登録をした方の中から採用者を決定します。

問 こども未来課 82・2266 / IP 88・9080

宇陀市公式ホームページ

宇陀市の情報をココで Get!!

観光情報や行政情報、子育て情報等、随時更新中!! youtube で、過去のうだちゃん11の放送も見れるよ!

市の公式 Facebook もホームページ上でも見ることができます 【市政情報 > 広報 > 市政トピックス】

宇陀市役所 検索

宇陀市公式 Facebook

宇陀市安全安心メール に必ず登録ください!



- 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。
- 空メールを送る方法
t-uda@sg-m.jp 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。

宇陀市いっせい地震行動訓練

みんなでシェイクアウト! レッツ 訓練!

台風にサイレンを吹鳴!

5/28 (日)

~いざというとき あわてず落ち着いて行動を!~

AM8:00と9:00の2回

1分間の安全確保行動!!



DROP! COVER! HOLD ON!

訓練開始1分前と、訓練開始は防災行政無線や安全・安心メールで合図を行います。

サイレンが鳴ったらレッツ!シェイクアウト!

各自、その場で姿勢を低くして、手で頭を守るなど、1分間身を守る行動をとってください。

この訓練の目的は、突然発生する大きな地震から犠牲者を出さないこと。グラッ!ときたら、とっさに身を守る行動をとります。『あなたは、冷静に対応できますか?』一瞬の判断が生死を分けるのです。

自分の身体は自分の努力によって守る『自助』と、地域や近隣の人々が協力し合う『共助』が重要です。地域での避難訓練や防災学習会に、気楽に参加しましょう。

防災訓練で地域・宇陀市の防災力を高めましょう!

問 危機管理課 (☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)

5月の文化会館だより

かぎろひホールの催し

(4月12日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	開演時間	対象
14	日	第1回宇陀市吹奏楽フェスティバル	同実行委員会	13:00~	一般無料
21	日	歌謡・舞踊の祭典	ビクター歌謡山本教室	9:10~	一般無料
27	土	奈良のバス100周年記念フェスタ	奈良交通(株)	10:00~17:00	一般無料
28	日			10:00~16:00	

5月の休館日 (2・5・9・16・23・30日)

問 宇陀市文化会館 (☎ 83・0977)

自動車税の納期限は 5月31日(水)

自動車税は、毎年4月1日現在の所有者(割賦販売などの場合は使用者)に課税されます。必ず納期限までに納付してください。納期限を過ぎると延滞金が加算され、滞納処分(財産の差押えなど)の対象となります。

金融機関や、コンビニ、ペイジー、インターネットを利用したクレジットカードでも納付ができます。詳しくは、納税通知書に同封のチラシをご覧ください。

※住所を変更された方は、運輸支局ですみやかに変更登録の手続きをしてください。

問 奈良県自動車税事務所・自動車税第一課 (☎ 0743・51・0081)

日赤社資へのご協力ありがとうございました

平成28年度の日赤社資募金について、市民の皆様のおたたくご支援とご協力を賜り、多額の社資をお寄せいただきました。心からお礼を申し上げます。

宇陀市地区社資募金総額

2,598,072円(平成29年3月31日現在)

お寄せいただいた貴重な浄財は、災害等における救助活動や救援物資の配布、血液事業等の様々な資金として使われます。

今年度も5月を中心に全国一斉の「赤十字社員増強運動」が展開されます。宇陀市地区として適正な会計処理をしながら進めてまいります。ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

問 厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)

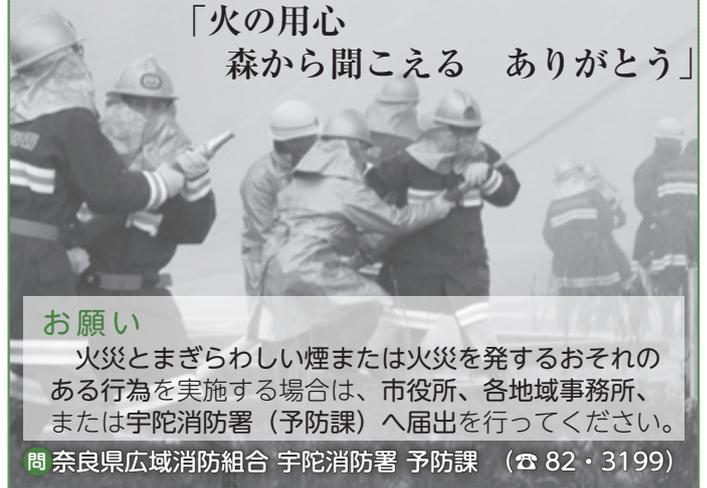
火災が多発

山火事予防運動

4月29日(土) ~ 5月7日(日)

「火の用心

森から聞こえる ありがとう」



お願い

火災とまぎらわしい煙または火災を発生おそれのある行為を実施する場合は、市役所、各地域事務所、または宇陀消防署(予防課)へ届出を行ってください。

問 奈良県広域消防組合 宇陀消防署 予防課 (☎ 82・3199)

■公共施設IP電話番号・ダイヤル番号

課名	IP電話	ダイヤル	課名	IP電話	ダイヤル	施設名	IP電話	ダイヤル
【市役所】						【公共施設】		
議会事務局	88-9082	82-5771	介護福祉課	88-9088	82-3675	水道局	88-9067	(代) 82-2185
秘書広報情報課	88-9083	82-3912	こども未来課	88-9080	82-2236	下水道課[水道局内]	88-9104	82-5627
管財課	88-9084	82-3632	厚生保護課	88-9079	82-2221		【地域事務所】	
人事課	88-9069	82-1303	商工観光課	88-9081	82-2457	大宇陀地域市民課	88-9114	大宇陀地域事務所 83-2251
総務課 (市役所内代表)	88-9068	82-1302	農林課(農業委員会)	88-9090	82-3679		88-9195	
	88-9099	82-1301	産業企画課	88-9075	82-5874	菟田野地域市民課	88-9187	菟田野地域事務所 84-2521
危機管理課	88-9070	82-1304	地籍調査課	88-9091	82-5608		88-9188	
企画課	88-9074	82-1362	まちづくり推進課	88-9092	82-5624	室生地域市民課	88-9181	室生地域事務所 92-2001
財政課	88-9071	82-1305	公園課	88-9093	82-3674		88-9182	
徴収対策課	88-9085	82-3643	建設課	88-9095	82-5638	【公民館】		
税務課	88-9072	82-1306	公営住宅課	88-9096	82-5642	市中央公民館	88-9180	83-0551
まちづくり支援課	88-9094	82-3910	出納室	88-9098	82-5673	大宇陀分館	88-9180	83-0551
市民課	88-9076	82-2143	【教育委員会】			菟田野分館	88-9190	84-3521
保険年金課	88-9086	82-3672	教育総務課	88-9259	82-3973	榛原分館	82-3377	82-0374
環境対策課	88-9078	82-2202	生涯学習課	88-9364	82-3975	室生分館	92-2496	92-2496
人権推進課	88-9077	82-2147	文化財課	88-9365	82-3976			
健康増進課	88-9087	82-3692						



そうだんのしゅるい	そうだんできる日	時間は?	場所は?	くあしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	5月10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)
	5月10日(水)		室生振興センター	
	5月15日(月)		大宇陀人権交流センター	
	5月17日(水)		宇陀市役所(214会議室)	
人権相談	5月10日(水)	9:00~12:00	室生振興センター	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	5月15日(月)		大宇陀人権交流センター	
消費生活相談窓口 [予約不要]	5月1日・8日・11日・15日・18日・22日・25日・29日 (各月・木曜日)	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]	5月17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]	5月16日(火)	13:30~16:30	宇陀市役所	介護福祉課 (☎82・3675 / IP ☎88・9088) 中央保健センター (☎92・5220 / IP ☎88・9175)
DV相談 [要予約]	5月24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]	5月10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)
	5月10日(水)		室生振興センター	室生地域事務所 (☎92・2001 / IP ☎88・9182)
	5月15日(月)		大宇陀人権交流センター	大宇陀地域事務所 (☎83・2251 / IP ☎88・9195)
	5月22日(月)		榛原総合センター	厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
若者自立のための 無料相談[要予約]	5月9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]	5月19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]	5月10日(水)	9:00~12:00 13:00~15:00	宇陀市役所 (213会議室)	
ひとり親福祉資金 貸付相談[要予約]	5月18日(木)	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

広報うだ今月号折り込みの「うだし社協だより」P6に掲載しています。

◇「人権擁護委員の日」特設相談開設◇

6月1日を「人権擁護委員の日」と定めています。
女性・子ども・高齢者をめぐる人権の問題などの相談
に人権擁護委員が応じます。お気軽にご相談ください。
相談は無料で、秘密厳守です。

【日時】6月1日(木) 午前9時~午後3時

【場所】宇陀市役所 312会議室

問 人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)

宇陀市消費生活相談窓口

消費生活相談窓口では、商品のサービスなど消費生活全般に関する苦情や問合せなど、消費者からの相談を専門の相談員が応じます。日常生活の中で困った時にはご相談ください。(相談料無料)

【日時】毎週月曜・木曜(祝日除く) 午後1時~4時

問 商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

▶**内容** 宇陀市の花「すずらん」が咲き薫るお寺で、一日限定のカフェイベント。どなたでも参加できます。コーヒー無料。琴、尺八演奏にレコード鑑賞。特産品、軽食の販売ほか、熊本地震復興支援も行います。

※ホームページ「正定寺」にも掲載

問 正定寺 (☎ 92・2540)

■宇陀高女・榛原・室生・榛生昇陽高校同窓会総会 開催のお知らせ

▶日時 5月21日(日)

午前10時～正午

▶場所 榛生昇陽高校

▶内容 ①総会
②和太鼓演奏 室生龍穴太鼓「龍神」代表 中村つるみ氏(榛原高校卒)

問 同窓会事務局 (☎ 82・0525)

■第7回華かがやきコンサート

幼児から高齢者まで、フラ・タップ・ピアノ・電子オルガン・コーラス・三味線等、さまざまな団体、幅広い世代が発表し交流。見て、聞いて、歌って楽しめるコンサートです♪今年にはジャクリングもあり、みなさんを楽しませてくれます。ぜひ、ご参加ください。

▶日時 6月4日(日)

開場：午後1時(開演：午後1時30分)

▶場所 文化会館 かぎろひホール

▶参加費 無料

問 植平方 (☎ 090・6058・6347)

■県営うだ・アニマルパークから

▶日時・内容 [5月開催]

3日(水・祝)～5日(金・祝)
…GW イベント

14日(日) …石けんを使った☆カービング体験～お母さんにプレゼントしよう～

21日(日) …親子でアロマ体験

▶場所 うだ・アニマルパーク

問 県営うだ・アニマルパーク

(☎ 87・2520)

その他

■要約筆記者養成講座 手書きコース

聞こえが不自由な方に、耳代わりとなって、話をその場で書いて伝える筆記通訳です。

▶日時 6月3日～11月11日

土曜 1日2コマ 全42回
午前10時～午後3時(うち1時間休憩)

▶場所 ○県心身障害者福祉センター(磯城郡田原本町)

○県社会福祉総合センター(檀原市大久保町)

○奈良市保健所・教育総合センター(奈良市三条本町)

▶募集人員 20名

▶応募条件 全回出席でき、修了・認定試験後、活動の意思があること

▶受講料 5,000円

▶申し込み 5月10日(水)まで

※詳しくは問へ

問 県聴覚障害者支援センター

(☎ 0744・21・7880)

■県立二階堂養護学校の教育相談・学校見学・体験学習

障がいのある幼児や児童生徒とその保護者に対して、就学や療育・教育についての教育相談並びに体験学習を実施しています。

▶教育相談

[小学部] 毎週火・水・金(午前10時～11時30分)、月・金(午後1時30分～3時)

[中学部] 毎週火・木・金(午前9時40分～正午)

[高等部] 月～金(午前9時40分～11時40分) 個別に随時実施

▶学校見学

[小学部] 5月11日(木) 午前9時50分～11時40分

[中学部] 6月7日(水) 午前9時30分～11時40分(小5まで)

[高等部] 11月16日(木) 午前中(中1・2対象)

▶体験学習

[小学部] 個別に随時実施

[中学部] 火・木・金

[高等部] 個別の教育相談後、随時実施

▶申し込み いずれも事前予約が必要です。詳しくは問まで。

問 二階堂養護学校

(☎ 0743・64・3081)

■県立明日香養護学校の学校見学会・教育相談

肢体不自由教育部門と病弱教育部門の教育課程および学習内容等について、理解を深めていただくことを目的に学校見学会を実施します。また、特別支援教育等に関する教育相談に応じています。

▶学校見学

5月25日(木) 午前9時～正午

対象：主に肢体不自由を有する幼児・児童・生徒の保護者および幼稚園等や小中学校の特別支援学級担当者等。病弱教育対象の生徒の保護者および中学校の病弱教育担当者等

▶教育相談

事前に電話でご連絡ください。

▶申し込み いずれも事前予約が必要です。詳しくは問まで。

※学校の概要についてはホームページ <http://www5.kcn.ne.jp/~kameisil/> をご覧ください。

問 明日香養護学校

(☎ 0744・54・3380)

宇陀市営 赤人霊園 (榛原山辺三) からお知らせ

お墓をお求めの方は、お気軽にご相談ください。

窓口での説明や現地案内をさせていただきます。

問 環境対策課

(☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

宇陀市 赤人霊園

検索

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。

5月は13日と27日です。



毎月19日は『うだ育児の日』



日々、こどもに教えられ、



親になっていく…。



つらくなったら、周りの

力を借りませんか？

問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)

税

金

固定資産税(第1期)の納期限は

5月31日(水)です。

税金は納期限内に納めましょう。



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

- おとこの料理教室 (公民館自主グループ)
プロの先生と一緒に楽しく料理を学んでみませんか。
▶日時 毎月第1金曜日(6月~翌年2月、1月は休み)全8回
午前10時~午後1時
▶場所 室生振興センター 1階
▶対象 男性ならどなたでも
▶定員 6名程度(先着順)
▶講師 蓬原裕子先生
▶参加費 1回1,500円程度(材料費等)
問 榎方 (☎ 090・9620・3626 / 82・7340)

■合気道三錬会 稽古生募集
(公益財団法人・合気会公認道場)
私たちと稽古しませんか。個々の目標(健康、強さ等)に向かって日々稽古しています。随時見学・体験できます。

- ▶場所・日時
【総合体育館格技室】
毎週木・金曜日(祝日除く)
[幼・学生・一般の部]
午後7時30分~8時30分
【榛原中学校体育館(2階)】
毎週火曜日(祝日除く)
午後7時30分~8時30分
▶対象 老若男女(5歳以上)問わず
※詳しくは、ホームページ「合気道三錬会」で検索
問 上田方 (☎ 82・8770)
寺地方 (☎ 82・5164)

催し

- 榛原山野草会「春の山野草展」の開催
宇陀地域には、多種多様な山野草が自生しています。この環境に恵まれた宇陀の地で、会員が丹精込めて育てた“春に花を咲かせる山野草”を中心に展示します。花に興味のある方は、ぜひお越しください。
▶日時 5月13日(土)午前10時~午後5時
14日(日)午前9時~午後3時
▶場所 榛原総合センター 2階
問 竹谷方 (☎ 82・0751)

- ならシニア元気フェスタ併催 第42回奈良県ダンススポーツ競技会
入場無料・出入り自由・応援歓迎観戦・ご声援をお願いします。全国各地から200組、400名の選手が集い華麗な演技を競います。
▶日時 5月14日(日)
午前9時30分~午後6時
▶場所 総合体育館

▶競技 午前:ラテン種目とスタンダード種目の一部
午後:スタンダード種目
※詳しくは、ホームページ http://nara.jdsfor.jp をご覧ください。

問 県ダンススポーツ連盟
西村方 (☎ 82・2327)

■~市内中学生・高校生による~ 「第1回宇陀市吹奏楽フェスティバル」を開催します!!

市内中学校4校の吹奏楽部および高校2校の吹奏楽部が一同に会し、昨年の市制10周年記念演奏会をきっかけに、今年からスタートする第1回目の演奏会です。ぜひお越しいただき大いに楽しんでください。

- ▶日時 5月14日(日)
午後0時30分開場
午後1時~3時
▶場所 文化会館 かぎろひホール
問 実行委員会 山瀬方
(☎ 090・3056・4010 / mail:yamase@hotmail.com)

■オストメイトの方への無料個別相談会

オストメイト(人工国門、人工膀胱保有者)の方で、悩み、苦勞をお持ちの方へ、専門の看護師が相談に応じます。

- ▶日時・場所 5月16日(火)… 県文化会館 第3会議室
5月20日(土)… 県社会福祉総合センター 2階ボランティアルーム
※時間は午前9時~正午
問 (公社)日本オストミー協会奈良県支部 三田村方
(☎ 0742・49・1839)

■すずらん TERA カフェ

- ▶日時 5月20日(土)
午前10時30分~午後2時30分
▶場所 正定寺(室生向測)
▶参加費 無料

大宇陀温泉 あきのゆ
★月曜日はビールと温泉セットDAY
★火曜日はポイント2倍DAY
★水曜日は65歳以上で500円入浴
★全曜日はお子様無料DAY
木曜日 定休日
お問合せは、0745-83-4126
市民特典は、及下のクーポン券をエック!毎月一回はあきのゆへへ

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
お気軽に相談ください
誠実な対応でお役に立ちます
司法書士・行政書士 五味 愛直
(簡裁代理認定No.115031)
桜井市朝倉台西8丁目108-71
☎0744-46-3951
Mail:dusty@iris.eonet.ne.jp

有料広告を募集
広報紙やホームページに広告を出しませんか
詳しくはお問い合わせください
宇陀市 有料広告募集 検索
問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083)
Eメール hishokouhou@city.uda.lg.jp

かりじ
獵路の池は、榛原

前回の歌に続く万葉歌をご紹介します。
しよう。

ひさかたの 天(あま) ゆく月を
網に刺し わご大王(おおきみ) は
蓋(きぬがさ) にせり

大王(おおきみ) は 神にしませば
真木(まき) の立つ 荒山中(あらいや
まなか)に 海を成(な)すかも

これらの歌も天武天皇の第四皇子の長皇子が獵路の池に遊獵(狩獵)に出かけた時に柿本人麻呂が詠んだ歌で、二四〇の歌は「わが大王(長皇子)は、神でいらつしやるから、大空を行く月を網にとどめ取り、わが大王は、それを蓋にしておいでである。」と解釈されています。

二四一の歌は「わが大王(長皇子)は、神でいらつしやるから、真木(杉や松)の立っている人気(ひとけ)のない荒々しい山の中でも海(獵路の池)をお造りになることよ。」などと解釈されています(『日本古典文学大系』四)。

ここでは、月を蓋(皇族などに後ろからさしかける長柄のかさ)に、獵路の池を海に見立てて、長皇子の偉大さを称えています。

「獵路の池」の場所については、古くから諸説がありますが、歌に「荒山中に海を成すかも」とあるように山深いところではあるものの、ある程度の広い池であつたと思われまふ。今まで多くの文献では、地名から桜井市鹿路(ろくろ)説がいわれていましたが、ここは狭い谷地形であることから、歌にあるような大きな池があつたようには思えません。

榛原には、浦のつく小字名や水に関係した小字名が幾つもあります。これらの小字名と地形との関係を検討すると、萩原を中心に長峰・福地・篠楽・五津・上井足・下井足にかけておおきな池(湿地)が想定できます。これこそが「獵路の池」榛原説なのです(鳴上善治一九八四『榛原の万葉歌』)。



獵路の池の位置
(『榛原の万葉歌』)

文・柳澤一宏(文化財課)



「憲法」のいど、知ってる?

日本国憲法は、昭和22年5月3日に施行、今年で70年になります。憲法というとな、難しい話と思われまふが、実は私たちが暮らしに深く関わっています。

憲法には、「国民主権」「平和主義」「基本的人権の尊重」という三大原則と「納税の義務」「勤労の義務」「教育を受けさせる義務」という国民の三大義務がうたわれています。

中でも、基本的人権の尊重は、一番憲法を身近に感じる部分で、人が生まれながらに持っている自由で平等に生きる権利などを大切にしようという原則です。

人は誰の持ち物でもなく奴隷のように無理に働かせたり、閉じ込めることはできません。自由にお金を稼ぎ、財産が守られ、どの宗教を信じることも、信じていないことも、また心の中で自由に考えたり、自分の考えをみんなの前で言うことができます。

人は誰もが、幸せな生活を送りたいと願ひ、男とか女だからといって、生まれた国や場所などによって、特別に不利な扱いをしてはいけなひし、そのように扱われることも許されまふせん。

教育を受け、健康で文化的な生活を営み、働く人が、給料や働く条件を職場と話し合うことができます。

他にも、国や自分たちが住む地域で、これらの原則が守られるよう話し合う代表を自分たちで選んだり、選ばれたりすることが出来ます。これは、一定の年齢になると、誰もが出来ます。

一部を紹介しただけですが、憲法にはこんな素晴らしいことが書いてあります。これらは非常に大切なことですが、何をしてもいいわけではなく、大勢の人に迷惑をかけたり、人の幸せを邪魔する場合は制限されます。

昨年は、障害者差別解消法や部落差別解消推進法が施行されましたが、社会にはまだ、憲法にうたわれている理想が実現できていない部分もあります。

憲法の理想に少しでも近づけるよう、私たちがふだんの努力を続けることで、みんなが安心して暮らす社会を築いていけるのではないのでしょうか。



5月3日は憲法記念日

時	1日~21日	21日~末日	番組内容	1日~10日	11日~20日	21日~末日
6	まちの話題 ホットニュース		ホット ニュース (野菜たっぷり クッキング)	○春のウェルネスウォーク ○「人権を確かめあう日」市民の集い	○狂犬病予防注射及び登録 ○春のがん検診 受診勧奨キャンペーン	○おはなしの部屋 ○鳥見山つつじ祭り
7	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング お天気カメラ			-	-	・ヘルシーロールキャベツ ・アスパラガスとパプリカのにんにく醤油炒め
8	ストレッチ/タオル体操 お知らせ(音声付き静止画)		まちの話題	○室生 西光寺 しだれ桜まつり ○室生 大野寺ミニコンサート ○うたの 夢街道 2017 ○榛原 内牧区民の森 桜まつり	○宇陀市内の桜 ○榛原 佛隆寺 千年桜の花見会	○うだ夢創の里 市民共同発電所 完成を祝う会学習会 ○菟田野 惣社水分神社 平成第二次式年御造替奉祝祭
9	まちの話題 ホットニュース			サイエンス A	ザ・メイキング：コンビーフの缶詰 ユータと不思議な宇宙の書：太陽系惑星ツアー	ザ・メイキング：マヨネーズ ユータと不思議な宇宙の書：太陽系の広がり
10	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング お知らせ(静止画)		サイエンス B	時代を超える技：兼六園	時代を超える技：三仏寺投入堂	時代を超える技：姫路城
11	サイエンスチャンネル A お天気カメラ		はみがきのうた	大宇陀こども園	榛原北保育園	榛原幼稚園
0	まちの話題 ホットニュース					
1	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング 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	サイエンスチャンネル A					
4	お知らせ(静止画)					
5	お天気カメラ お知らせ(音声付き静止画)					
6	まちの話題 ホットニュース					
7	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング 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 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					
10	お知らせ(音声付き静止画) 野菜たっぷりクッキング まちの話題					
11	お知らせ(静止画)					

Hello my friends

From: キキ
(大宇陀中・菟田野中)



やっと春が来ましたね！市内のいろいろな所の桜を見ました。暖かくなったので外に出かける機会が増えたと思います。フロリダにいる頃よく作った、ピクニックに持って行ける簡単レシピを教えます。ぜひ作ってみてください。

ダートケーキ (Dirt Cake)

【材料】オレオ Oreos…2箱(4本)、クリームチーズ cream cheese…80g、バニラエッセンス vanilla extract …適量、生クリーム whipping cream…1パック、粉砂糖 powdered sugar…80g

【作り方】①オレオクッキーを厚手のビニール袋に入れ、その上から棒でたたき、細かく砕く。②ボールに生クリームを入れ、泡立て器で角が立つくらいまで泡立てる。③別のボールにクリームチーズ、粉砂糖、バニラエッセンスを入れ、なめらかになるまで混ぜ合わせる。④③に少しずつ泡立てた生クリームを流し入れ泡をくずさないようゆっくり混ぜなめらかに仕上げる。⑤タッパーなどの容器に①を敷きつめ、その上に④のクリームをのせる。この順番で何層も重ね合わせていく。⑥容器ごと一晩冷蔵庫の中に入れておく。



平成 29 年 4 月 1 日現在

※ () 内は前月比

総数	31,460人 (-66)
男	15,034人 (-46)
女	16,426人 (-20)
世帯数	13,061世帯 (28)

つけている人は、「幽霊やし霊化け物などこの世のものではないもの」を表し、今でも世阿弥が作成した物語が上演されているのです。

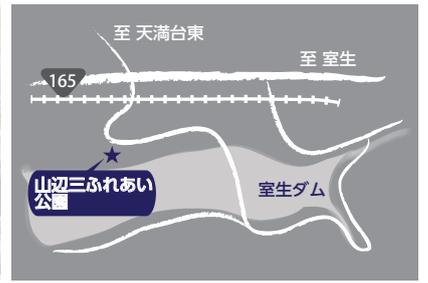
今年もあきの螢の時期がやってきました(詳細記事はP31)。昨年は6年ぶりに晴れ渡り、本来の会場である阿紀神社能舞台(大宇陀迫間)で開催されました。演目中、舞台で解き放たれるホテルの演出が人気。▼そこで今回は、能のことを少し紹介します。能は、笛や太鼓のお囃子に合わせて舞って芝居をする日本を代表する伝統芸能。室町時代に世阿弥がその基礎を作り、足利義満をはじめ代々の室町將軍に好まれ、江戸時代を通じて「武士の芸能」として受け継がれていきました。▼舞台には、笛や太鼓のほか、地謡という一種のコーラスがつき、主役は能面をつけてます。基本的な能面をつけている人は、「幽霊やし霊化け物などこの世のものではないもの」を表し、今でも世阿弥が作成した物語が上演されているのです。



ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

山辺三ふれあい公園

(榛原山辺三)



大和富士を背に、伊勢街道と東海自然歩道が交わる榛原山辺三地域の室生湖の入口にある公園。園内には、多目的運動場、広場や水路が整備され、公園南東には「濡れ地蔵」に続く道があります。

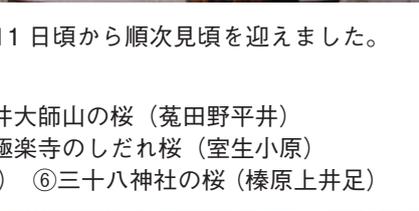
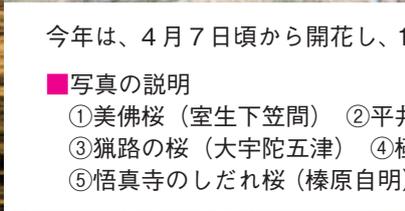
「濡れ地蔵」は鎌倉時代中期 建長六年 1254年銘の貴重な在銘磨崖仏で、高さ184cm、像高136cm。左右に三体ずつ、六地藏立像が墨画で描かれていたといわれ、左右には太山王と閻魔王が線刻されています。

室生ダムの増水時には水没していますが、ダムの水位に応じて様々な姿を現してくれます。古くは背後の山から水をひいて地藏菩薩に注いでいたのでこの名前がついたといわれています。

▲園内では4月上旬から地元の有志の方々の手による数多くの鯉のぼりがそよ風景を楽しむことができます。

今日の
Pick Up

桜花爛漫



今年は、4月7日頃から開花し、11日頃から順次見頃を迎えました。

■写真の説明

- ①美佛桜(室生下笠間) ②平井大師山の桜(菟田野平井)
- ③獵路の桜(大宇陀五津) ④極楽寺のしだれ桜(室生小原)
- ⑤悟真寺のしだれ桜(榛原自明) ⑥三十八神社の桜(榛原上井足)

