

うだちから からだちから



「子どもから大人まで“元気”があるまちづくりを目指して」
地域の方々と健康で安全安心な活気あるまちづくりを進めていきたいと思ひます。みなさん、よろしくお願ひします。

【菟田野地域担当】 亀井保司 (かめい やすし)



「人と人が繋がる、安心できる地域に！」
住みやすい地域、自慢できる地域、人の絆がある地域。安心して暮らせる地域をみなさんと一緒につくっていききたいと思ひます。

【榛原地域担当】 吉田泰之 (よしだ やすゆき)



「元気づくりは 人づくり」
地域の「元気づくり」は、やはり「人づくり」から。今年も、みなさんと共に地域づくりを進めていききたいと思ひます。よろしくお願ひします。

【室生地域担当】 笹次悟郎 (ささじ ごろう)

「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
問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094



【大宇陀地域担当】 増田順作 (ますだ じゅんさく)

「活力あるまちづくりを目指して」
少子高齢化のなか、住んでいる人たちと一緒に力をあわせ、さまざまな活動をとおして、活力あるまちづくりを進めて行きたいと考えています。

まちづくり協議会の運営や取り組みに向けた地域住民の活動を支援する「地域づくりアドバイザー」を、まちづくり支援課、各地域事務所に配置しています。よろしくお願ひします。

① 地域づくりアドバイザーを紹介し

② 室生西光寺

しだれ桜まつり

（室生地区まち協）

室生寺を望む高台に位置する西光寺。境内には樹齢が400年といわれる枝垂れ桜があり、毎年風に揺れる優雅な姿を見せてくれます。

4月2日、室生地区まち協で恒例の「室生西光寺しだれ桜まつり」を開催しました。今年も、開花を前に寒い日が続く、残念ながらつぼみ状態での祭りとなりました。

会場には、おかしや温かいおでん、みたらしなどの出店が設けられ、住民や来訪者らは、地域の手づくり品を味わっていました。

この祭りは、開花状況に合わせて期間を延長。今年も例年より長く、山里の優雅な枝垂れ桜を楽しむことができました。



▲満開の枝垂れ桜を楽しむ来訪者

③ 第4回桜まつり

（大宇陀政協まち協）

4月8日政協まち協主催の「第4回桜まつり」が、あいにくの天候のため、会場を変更し、旧守道小学校体育館で行われました。

当日は、すこし肌寒さを感じましたが、館内は、多くの子どもたちや参加者で大いに賑わいました。もてなすスタッフのみなさんもそれぞれの持ち場で手際よく作業を進められ大いに盛り上がりました。なかでも、わた菓子やポップコーンに子どもたちの人気を集めていました。

この「桜まつり」も地域のお祭りとしてしっかりと定着し、地域外から訪れる方も増えつつあり、今後も世代間交流や地域間交流の場になるよう開催していきます。



4 右近こどもまつり&

右近像除幕式・祝賀会

（伊那佐地区まち協）

4月29日 快晴の下、伊那佐地区まち協が大和宇陀高山右近の会との共催で、右近こどもまつりを開催しました。

当日は宇陀市で少年期を過ごした高山右近像の除幕式も約200名の方が見守る中で行われました。また、伊那佐体育館での祝賀会や和太鼓の力強い演奏の後、グラウンドで、こどもまつり運動会を実施し約340名の参加者がありました。パン食い競争、輪投げ、カーリング等、地域内外の子どもたちがたくさん参加して実施されました。会場は吊つてあるパンに突進して

いく子どもたちの楽しそうな歓声が響き渡っていました。

地元の団体の模擬店もあり、新鮮な地元の有機野菜や焼きそば、手づくりパンなどの商品も販売するなど、多くの方が楽しんでいました。



▲少年右近像除幕式

5 ふれあいサロン「より道」

開設から半年経ちました

（室生大野まち協）

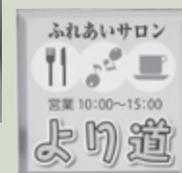
昨年9月、地域の人達が気軽に立ち寄れる憩いの場所をつくろうと、ふれあいサロン「より道」を室生振興センター内に開設しました。以来半年が経過し、以来半年が経過し内容も充実しています。

現在、百歳体操や手芸の集い、カラオケの集いなど定期的に開催し、連日多くの参加者で賑わっています。また、食事ができるのも特色の一つ。地域のみなさんの利用はもちろんのこと、近鉄室生口大野駅前という地の利から、観光客が「より道」したくなる「おも

てなし」の拠点にもなっています。営業は、平日月曜日から金曜日までの午前10時から午後3時までです。お近くにお越しの際は、気軽に「より道」してください。



▲百歳体操で健康づくり



▲この看板が目印

〜キュウリ〜

いつも食べているキュウリ。日本では、1696年に書かれた農業全書に初めて記載されています。あまりにも身近なため、薬用植物だと聞くと驚かれる人もいます。

野菜には、ビタミンやカロチンがあるから健康に良いという話はよく聞きます。キュウリには、ビタミンBをはじめAもCも含んでいます。でも、それだけの理由で薬用植物だというような、低い次元の話ではありません。キュウリにはやけどを治す働きがあります。キュウリはそのまま長く置いておくと、腐って水になってしまいます。容器にキュウリを入れ、塩を入れて半年も置いておくと、完全

に水になります。実はこの水が、やけどに非常に効果があります。だからこそ、キュウリの薄切りを顔に張っておくと、夏の日焼けによるほてりや痛みを治せるのです。

キュウリの絞り汁やつるの煎液を外用すれば、やけど、あせも、しもやけ、日焼けに効果があり、服用すれば利尿剤となり、浮腫、腎臓病、尿利減少、心臓病などにも効果があります。食べても同じ効果が望めます。その場合、5g以上は食べましょう。

堆肥の多い所で育てたキュウリは、さらに効果が強くなります。キュウリを植えて、その効果を満喫しましょう。

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



▲やけど・あせもに効果があるキュウリ

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 産業企画課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

特集

市政トピックス

うだちから

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