

うだ 4

平成30年



市の花
すずらん



市の木
ひのき



市の鳥
うぐいす



桜花爛漫

～宇陀の桜17景～



桜花爛漫

宇陀の桜17景

問 商工観光課
 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)

表紙を見て興味をもった風景を次々訪れてみては？
 この時期限定の宇陀をご堪能ください。



① 水分桜 (菟田野古市場)

宇太水分神社近く、芳野川沿いの堤防に約100本の桜並木が続く。開花期間中はライトアップされ、川面にその幻想的な姿が映し出されます。

《イベント》

4月7日(土) うたの夢街道
 11時～20時30分
 模擬店・生演奏など
 ※開花期間中ライトアップあり
 (21時頃まで)



③ 岩端 (菟田野岩端)

芳野川沿い約1kmにわたって連なる桜並木。谷間には大小色とりどりの鯉のぼりが泳ぎます。

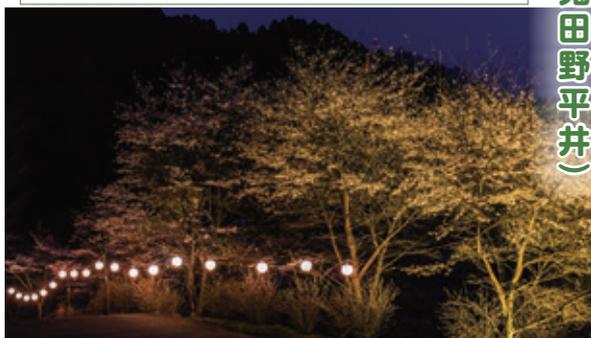
《イベント》

4月1日(日)～25日(水) 農村レストラン開店
 よもぎもち・うどん・筍ご飯の販売
 ※開花期間中ライトアップあり (21時頃まで)

幕末の石工、丹波の佐吉が弟子とともに刻んだ約100体もの石仏が大師山を取り巻いている。境内には数多くの山桜の巨木があり、春には美しい色合いで周囲を彩ります。

《イベント》

4月7日(土) 平井大師山花見会 10時～21時
 地域の方々によるふるまいあり
 ※開花期間中ライトアップあり (21時頃まで)
 ひな人形展示
 (開花期間中 10時～16時(土日は21時まで))



② 平井大師山 (菟田野平井)

香り華舞う 宇陀の春

皆さんご存知のとおり、「春」といえば「桜」の季節。

ここ宇陀市には、地域の観光資源として積極的にPRされているものから、ひっそりとまさにマニアこそが知る桜、また地域の方たちの手による憩いの場となっているものなど、本当にたくさん桜の名所があります。

今回は掲載しきれないほどたくさんある中から、これまで市がパンフレットや広報紙等で掲載してきたものをまとめて紹介します。

桜の風景はこれまで地域の方たちが大切にしてきたもので、それぞれに歴史や地域活動との関わりがあるものです。

いつまでも大切にしたいですね。今後もこういった桜の風景などを随時紹介していきたいです。



商工観光課 横谷

※それぞれの桜について、開花状況などを確認したのものについてはホームページやFacebookなどで随時情報発信しますが、地域性や樹種ごとの違いもあり、シーズン中は全ての開花状況などを把握できるわけではありません。場合によってはお答えできかねることもあります。予めご了承ください。よろしくお願いします。

④ 天益寺 (大宇陀迫間)



境内にある樹齢約 350 年といわれる枝垂れ桜。鎌倉末期から室町時代に創建された本堂は火事で全焼し、現在は再建に向けての取り組みがされています。



⑤ 又兵衛桜 (大宇陀本郷)



樹齢 300 年ともいわれる枝垂れ桜。この地に伝わる後藤又兵衛の伝説と、この桜が後藤家の屋敷跡にあることから「又兵衛桜」と呼ばれ親しまれています。

《イベント》

4月1日(日)～18日(水)
又兵衛桜まつり 8時～17時
地元の方々による特産品の販売あり
※ライトアップはありません

⑥ 宇陀川桜並木・獵路の桜 (榛原下井足) 篠楽 大宇陀五津



春のウェルネスウォークでも大人気のスポット。宇陀川沿いの下井足～篠楽～五津にかけて続く桜並木。篠楽では万葉歌にちなみ「獵路の桜」と命名。ぼんぼりの夜桜も楽しむことができます。

《イベント》

4月15日(日) 獵路の桜まつり 11時～15時
地元の方々によるバザーやふるまいなど(予定)



⑧ 三十八神社 (榛原上井足)



春のウェルネスウォークでも大人気のスポット。車道から見える姿も美しいですが、神社前の歩道を歩くと桜並木がまるで覆い被さるかのような感覚を味わえます。

特集

市政トピックス

うだごから

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



⑩ 悟真寺 (榛原自明)

樹齢200年の古桜が、伊勢本街道や内牧川を見下ろすように弧を描いて垂れます。根元で2株に別れた幹は大きく広がり迫力ある花付きが魅力です。



⑪ 内牧区民の森 (榛原内牧)

嶽神社(だけじんじゃ)周辺には約500本の桜が植えられ、展望台からは伊那佐山、鳥見山、貝ヶ平岳、額井岳が一望できます。まるで雲海のような桜です。

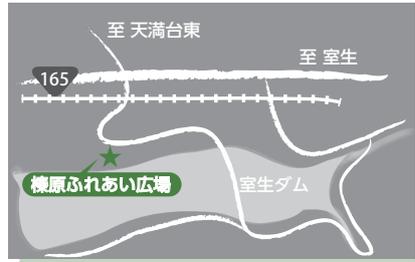


大野寺対岸の岸壁に刻まれた総高13.8m日本最大級の弥勒磨崖仏を背に、樹齢約300年といわれる小糸枝垂れ桜と紅枝垂れ桜がその美を競い合います。
※現在養生中

《イベント》
3月31日(土)～4月14日(土)
模擬店や地元のおもてなし茶屋など
4月9日(月)ミニコンサート 11時・13時30分(予定)
※開花期間中ライトアップあり(21時頃まで)



⑨ 榛原ふれあい広場 (榛原山辺三)



室生ダム湖周辺を桜の木々が鮮やかに彩ります。春空にはためく鯉のぼりと桜の競演は見事です。

《イベント》
4月14日(土)濡れ地藏桜まつり 10時30分～15時
和太鼓、演歌歌手等のステージや東榛原地区自治会による模擬店など



⑫ 佛隆寺 (榛原赤埴)

樹齢900年を超える県下最大最古の桜として天然記念物に指定されています。山桜と江戸彼岸桜の亜種のモチヅキザクラとして学術上も貴重な桜です。

《イベント》
4月14日(土)佛隆寺千年桜の花見会 10時～14時頃
和太鼓、フラダンス、オカリナ、千年桜姫「真依子」他
当日は、高井バス停から佛隆寺まで自主規制のため、内牧グラウンドからシャトルバス運行(運営協力金往復200円)
※開花期間中ライトアップあり(21時頃まで)



⑬ 大野寺 (室生大野)

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



15 美佛桜 (室生下笠間)

集落の高台に立ち、その名の通り、その姿は集落のどの場所からでもうかがえるような存在感があります。素朴ながら日本の美しい農村風景が人々を魅了します。



14 極楽寺 (室生小原)

小原の里を見下ろす高台にある極楽寺境内の枝垂れ桜。樹齢は推定300年余りといわれています。極楽寺は明治32年に焼失し、のちに再建されましたが現在は無住寺。



17 室生寺 (室生)



女人高野や石楠花で知られる室生寺ですが、染井吉野や山桜など寺院内の桜も見事に咲き誇ります。広い寺院内で桜めぐりの散歩も楽しめます。



16 西光寺 (室生)

樹齢は約300年で、大野寺の桜の親木だとも伝えられています。「城之山桜」とも呼ばれ天に広がる翼のような枝振りを見る者を圧倒します。

《イベント》

4月8日(日) 室生西光寺しだれ桜まつり
9時～ 売切れ次第終了
模擬店や地元のおもてなしなど
※開花期間中ライトアップあり (21時頃まで)

皆さんからのアクセス
お待ちしております

宇陀市 検索

市内にはこの他にも
たくさんの美しい桜があります。
Facebookでは、そんな情報を随時紹介!

市公式インスタグラムでは
「#宇陀イトコロ」「#宇陀びより」で、
皆さんからの投稿をお待ちしています。
あなたのオススメの風景を教えてください。

観光協会 Facebook
@udashi.kankou



Instagram

奈良県宇陀市公式



商工観光課 埴田

～あなたの一票で市政が変わる未来の宇陀市を
決めるためみんなで投票しましょう！～



宇陀市長選挙及び 宇陀市議会議員選挙



投票日 **4月22日(日)** (告示日: 4月15日(日))

投票時間 **午前7時～午後8時**

今回から、選挙公報を発行します。
大事な選挙です。候補者の情報や
政見を知り、投票に臨みましょう。

開票 4月22日(日) 午後9時開始(予定)
宇陀市総合体育館(榛原萩原)

問 市選挙管理委員会【市役所総務課内】
(☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)

市、そして市民の代表者を選ぶことは、あなたのまちの未来、生活に大きく関わります。18歳、19歳の方にとっては初めての市政選挙。大切な一票。皆さん棄権することなく投票しましょう。投票は同時に行います。まず、市長選挙の投票を、その次に市議会議員選挙の投票を行っていただきます。

いずれも当選させたい候補者1名の氏名を記入してください。

投票できる人

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

①平成12年4月23日以前(23日を含む)に生まれた人

②平成30年1月14日以前(14日を含む)において住民票が作成された人、または転入届をした人

※なお、投票日当日までに市外へ転出された場合は、投票することができません。

投票場所

投票場所は入場整理券に表示しています。(指定した投票所のみで投票できます。)

※次頁の一覧表をご覧ください。

○第20投票所(総合体育館)については、昨年の台風の影響によりひのき坂方面から上がる階段の復旧工事が完了していませんため使用することができません。ご迷惑をおかけします。

投票所入場整理券

今回投票できる人に投票所入場整理券を世帯宛に郵送します。

(世帯員数が多い場合は別封筒になります。お手元に届きましたら、開封して中身をご確認ください。)

入場整理券はご自身の氏名の記載のあるものをお持ちください。

※入場整理券がなくても選挙資格があれば投票できます。万が一、紛失された場合は、その旨を投票所で申し出るか、**問**へお問い合わせください。

選挙公報の発行

今回の選挙から選挙公報(候補者の氏名や政見等が掲載されたもの)を発行します。市内全戸配布します。また市役所や各地域事務所に備えるほか、市ホームページにも掲載します。

期日前投票

投票日当日に仕事や旅行等で投票所に行けない人は期日前投票ができます。入場整理券をお持ちのうえ、期日前投票所にお越しください。

※入場整理券の裏面に期日前投票宣誓書が印刷されています。期日前投票をされる場合は、事前に宣誓書に必要事項を記入してお持ちいただきますようご協力をお願いします。

期日前投票の期間

4月16日(月)～21日(土)
午前8時30分～午後8時

期日前投票の場所

○宇陀市役所1階ふるさとテラス
○各地域事務所

※入場整理券を紛失した場合でも投票できます。

※期日前投票はどの投票所でも投票できます。

代理投票、点字投票

身体が不自由であるなどの事由により自ら投票用紙に候補者名等を書くことができない場合は、第三者の立ち合いのもと代理人が選挙人に代わって記載します。また、目が不自由な人は、点字を用いて投票することができます。

代理投票、点字投票を希望される人は、投票所でその旨を申し出てください。

投票区投票所一覧表

投票区	投票所の名称	投票区の区域
大宇陀地域	第1 宇陀市文化会館	万六、出新、上新、中新、上、小出口、黒木、中庄、拾生、本郷、宮奥、下宮奥、関戸、大東
	第2 西山川向地域交流センター	上中、上本、上茶、下茶、下本、下中、下出口、迫間、春日、西山、岩室（内垣内・五十軒）、下竹
	第3 大宇陀人権交流センター	岩室（北谷）、小附（二区・三区）
	第4 のより農村ふれあいの館	小附（一区）、嬉河原、芝生、半阪、馬取柿、麻生田、内原、口今井、野依、平尾、五津
	第5 旧守道小学校	岩清水、調子、塚脇、藤井、オケ辻、守道、山口、白鳥居、上品、下品、和田、小和田
	第6 田原区集会所 ※	牧、栗野、田原、上片岡、下片岡、東平尾、大熊
菟田野地域	第7 中央公民館菟田野分館（いきいきホール）	古市場、松井、岩崎
	第8 平井地区集会所	平井、見田、大澤、大神、別所
	第9 旧菟田野宇賀志地区体育館	稲戸、駒帰、佐倉、宇賀志
	第10 菟田野東部地区研修指導施設（下芳野集会所）	東郷、入谷、下芳野、上芳野、岩端
榛原地域	第11 駅前公民館（旧榛原公民館）	福地（五月ヶ丘を除く）、萩原（東町・稲荷・新町・宮本・菟田川・駅前・新駅前・富士見ヶ丘）、萩乃里
	第12 上の町コミュニティセンター	萩原（墨坂・新吉田・福田・上町・口田辺・鳥見町）、桜が丘
	第13 大和富士ホール	赤瀬、長峯、天満台西1～4丁目
	第14 天満台東交流センター	戒場、山辺三、額井、天満台東1～4丁目
	第15 農林会館	下井足、篠楽、雨師、上井足、足立、安田、笠間
	第16 伊那佐体育館（旧伊那佐小学校体育館）	池上、高塚、福西、栗谷、比布、石田、山路、大貝、澤、三宮寺、母里
	第17 檜牧甲公民館	自明、桧牧、荷坂
	第18 たかぎふるさと館	内牧、八滝、諸木野、赤埴、高井
	第19 あかね台コミュニティセンター	萩原（西峠）、角柄、柳、あかね台1～2丁目、高萩台（萩原・下井足の一部を含む）、榛見が丘1～2丁目（下井足の一部を含む）
	第20 宇陀市総合体育館	福地（五月ヶ丘）、萩原（玉立・小鹿野・小鹿台）、ひのき坂1～3丁目
室生地域	第21 音楽の森ふれあい館（旧笠間保育所）	小原、上笠間、深野、下笠間
	第22 多田地区公民館（旧多田保育所）	無山、多田、染田
	第23 やまびこホール	向瀨
	第24 宇陀市室生振興センター	大野
	第25 三本松集会所	三本松
	第26 西谷地区公民館（旧西谷保育所）	砥取、滝谷、西谷、龍口
	第27 室生生活改善センター	室生
	第28 ふるさと元気村	黒岩、田口元上田口、田口元角川、下田口

※第6投票所については上片岡高齢者人材活用センターから田原区集会所に戻っています。

不在者投票

都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院・入所している人は、その施設で不在者投票ができます。

また、出張などで投票日まで他の市町村で滞在する場合は、選挙管理委員会へ投票用紙を請求し、滞在地市町村の選挙管理委員会にて投票することができます。

不在者投票については、投票用紙の交付等を郵便により行うため日数を要しますので、手続きはお早めにお願います。

郵便等による不在者投票

身体に重度の障がいがある人（法令に定める一定の障がいがある人。左表参照）は、自宅等で郵便による不在者投票をすることができます。この制度を利用するには、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受け、投票日の4日前の4月18日（水）までに投票用紙を請求しなければなりません。

身体障害者手帳

両下肢、体幹、移動機能の障害	1級・2級
心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級・3級
免疫・肝臓の障害	1級～3級

戦傷病者手帳

両下肢・体幹の障害	特別項症～第2項症
心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障害	特別項症～第3項症

介護保険の被保険者証

要介護状態区分	要介護5
---------	------

利用しよう！ 地域の公共交通機関！

市営有償バス（大宇陀南部線）時刻表

■大宇陀南部線（大宇陀地域内一部循環） 問 企画課（☎ 82・1362/IP ☎ 88・9074）

停留所名			時刻（内回り）			停留所名			時刻（外回り）		
あきののゆ	-	10:15	16:25	あきののゆ	8:50	13:22	17:45				
大宇陀（道の駅）	7:35	10:25	16:35	大宇陀（道の駅）	9:00	13:32	17:55				
大蔵寺前	7:41	10:31	16:41	片岡	9:10	13:42	18:05				
下栗野	7:42	10:32	16:42	東平尾	9:12	13:44	18:07				
千本橋	7:43	10:33	16:43	大熊	9:14	13:46	18:09				
田原	7:46	10:36	16:46	東平尾口	9:16	13:48	18:11				
宇陀菅原神社前	7:47	10:37	16:47	上片岡集荷場前	9:17	13:49	18:12				
堺垣内	7:48	10:38	16:48	堺垣内	9:18	13:50	18:13				
上片岡集荷場前	7:49	10:39	16:49	宇陀菅原神社前	9:19	13:51	18:14				
東平尾口	7:50	10:40	16:50	田原	9:20	13:52	18:15				
東平尾	7:52	10:42	16:52	千本橋	9:23	13:55	18:18				
大熊	7:54	10:44	16:54	下栗野	9:24	13:56	18:19				
片岡	7:56	10:46	16:56	大蔵寺前	9:25	13:57	18:20				
白鳥居	7:58	10:48	16:58	栗野	9:26	13:58	18:21				
守道	8:00	10:50	17:00	関戸峠	9:27	13:59	18:22				
上守道	8:01	10:51	17:01	関戸	9:28	14:00	18:23				
高倉口	8:03	10:53	17:03	大東	9:29	14:01	18:24				
万六	8:05	10:55	17:05	万六	9:30	14:02	18:25				
大宇陀（道の駅）	8:15	11:05	17:15	大宇陀（道の駅）	9:40	14:12	18:35				
あきののゆ	8:21	11:11	17:21	あきののゆ	9:46	14:18	18:41				

4便の時刻が
5分遅く
なります！

■らくらくバス（菟田野～大宇陀間）

問 宇陀市社会福祉協議会（☎ 84・4116/IP ☎ 88・9202）

榛原発の菟田野行きバス（奈良交通）が15:48に松井西に到着しますので、15:50の辻村病院駐車場前発のらくらくバスに乗りできるようになります。

4 便（往路）		時刻
子育て支援センター 発		15:35
大澤	野村興産前	15:37
見田	鴻池宅前	15:39
平井	平田宅前	15:40
別所橋		15:44
岩崎橋		15:44
菟田野保育所		15:45
古市場	みくまり大橋	15:47
辻村病院駐車場前		15:50
アグリマート前		15:51
松井橋		15:52
東郷	堀内宅前	15:52
下芳野	入谷口	15:53
上芳野	ほうじ谷橋	15:57
岩端	染田宅前 着	16:03

4 便（復路）		時刻
岩端	染田宅前 発	16:04
上芳野	久保田宅前	16:07
下芳野	梅田銘木店前	16:11
東郷	勝林寺前	16:14
松井橋		16:15
アグリマート前		16:16
辻村病院駐車場前		16:20
子育て支援センター前		16:21
アグリマート前		16:22
松井橋		16:23
駒帰	旧菟田野分校前	16:24
宇賀志	西峯宅前	16:25
宇賀志	的田宅前	16:29
宇賀志	西峯宅前	16:33
駒帰	旧菟田野分校前	16:35
松井橋		16:35
アグリマート前		16:36
子育て支援センター前 着		16:37

5 便		時刻
子育て支援センター 発		16:38
辻村病院駐車場前		16:39
古市場	地蔵の辻	16:40
	みくまり大橋	16:41
岩崎	岩崎東口バス停	16:42
	岩崎バス停	16:43
大宇陀	才が辻バス停	16:44
	岩清水バス停	16:45
	道の駅	16:49
	大宇陀高校前	16:53
	道の駅	16:56
岩崎	岩清水バス停	17:00
	才が辻バス停	17:01
	岩崎バス停	17:02
古市場	岩崎東口バス停	17:03
	みくまり大橋	17:04
古市場	地蔵の辻	17:05
辻村病院駐車場前		17:06
アグリマート前		17:07
松井橋		17:08
菟田野バス停		17:09

市民みんなでもより具体的に考える 宇陀市の未来

総合計画策定

宇陀市みらいの会議開催!

問 企画課 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

まちづくりに興味があり、「宇陀市を持続可能なまちにしたい」という、意欲熱意のある人を募集

【日時】 4月26日(木)

午後7時～(2時間程度)

【場所】 市役所会議室

【対象】 市内在住の18歳以上の人

【内容】

- ① これまでの振り返り
- ② テーマ毎の話し合い
- ③ 全員の話し合い

を行い、宇陀市が目指すべき、望ましい将来の姿を描くのに必要なキーワードを参加者皆さんでお考えいただき、共有し、確認します。

【申し込み】 4月20日(金)ま

でに、住所・氏名・年齢・電話番号を問へ

問 企画課

(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074 /

FAX 82・3600)

メール: kikaku@city.uda.lg.jp



「みらい会議」は3回!

第1弾

キックオフシンポジウム

幅広く未来を考えました

第2弾

テーマを絞って考えました

第3弾

シール投票

話し合い

4/1 大規模改修工事完了

榛原総合センター・中央図書館 再オープン!

当施設は昨年9月より空調等の電気設備の更新や屋上・外壁の防水補修による施設の長寿命化のため改修工事を行い、その間、榛原総合センターは半年間の休館に入り、中央図書館は奈良カエデの郷ひららに一時移転していました。

この度、工事終了に伴い予定どおり4月1日(日)より業務を再開します。利用者の皆さんには、多大なご不便をおかけしました。ぜひ今まで以上のご利用をお願いします。

■榛原総合センター(貸館業務)
中央公民館榛原分館

【貸館時間】 午前9時00分～午後10時

【休館日】 毎週火曜日・祝日

問 ☎ 82・0374

■中央図書館

【開館時間】 午前9時30分～午後5時

【休館日】 毎週火曜日・祝日

問 ☎ 82・4749 / IP ☎ 88・9110



宇陀市水道局 給水車を導入

2月20日、水道局では災害や断水を伴う事故が発生した場合にも安全安心な水を届けるために給水車を導入しました。

これまでの、車載式タンクを積んだトラックによる給水対応のため、活動範囲が限られていましたが、新しい給水車には、1,600ℓの水を積込むことができます。

また、搭載した加圧ポンプにより約30mの高所(建物5階程度)への送水も可能になります。

従来の車載式タンクに加え、給水をはじめ緊急時に防災拠点となる医療施設や避難施設等の高所にある受水槽への飲料水補給、様々な状況での柔軟な対応が可能となり、応急給水能力が拡大しました。



▲「災害発生直後に1日1人当たりに必要な水の量は3ℓ」といわれ、約530人分の水を一度に運ぶことができます

問 水道局総務課 (☎ 82・2185 / IP ☎ 88・9067)

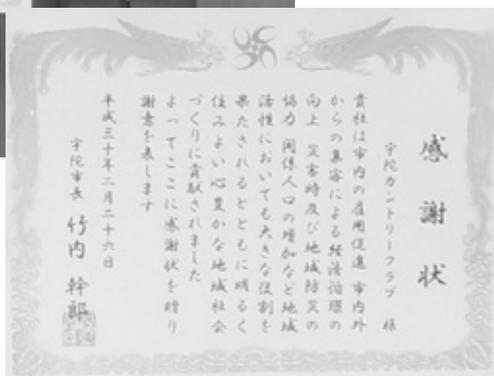
特集 市政トップニュース うだぢから まちのわだい みんなで子育て 病院・ウェルネス お知らせ 掲示板 うだちゃん

観光・雇用・経済・災害対策等、様々な面で市に貢献

地域社会貢献者として

市内ゴルフ場事業者へ感謝状を贈呈！

問 企画課 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)



各ゴルフ場の年間利用者は 39,000 ~ 56,000 人。利用者の半数以上が市外からの方で、市への誘客のほか、市内での経済消費に寄与されています。

また、各事業所の従業員やスタッフにおいても計 100 人以上の市民また市出身者の雇用が創出されています。

2月26日、市役所において市内ゴルフ場事業者（阿騎野ゴルフ倶楽部・宇陀カントリークラブ・ムロウ36ゴルフクラブ）に対し、多年にわたり地域の活性化や市政発展にご尽力いただいていることに感謝の意を表し、市から感謝状を贈呈しました。

昨今、国においてゴルフ場利用税廃止検討の議論がある中、ゴルフ場利用者からいただいた利用税は、年間6200万円を超え、市にとって非常に貴重な財源となっています。

また、市内ゴルフ場事業者におかれは、多年にわたり、地域での雇用促進や市内外からの誘客による経済循環の向上、市民ゴルフ大会などスポーツ振興や生涯教育の面でも協力いただいているほか、平成28年6月には災害発生時における避難所等としての施設利用について協定を締結するなど、市政推進に多大な貢献をいただいています。

市長はあいさつで「宇陀市のまちづくりにおいてゴルフ場は非常に重要な役割を果たしていただいている。今後宇陀市またゴルフ業界の発展に向け相互努力していきたい」と述べました。

市長日記

最終回を迎えて

▼春爛漫の季節を迎えました。高原の文化都市春の風薫る宇陀市が、一段と輝いています。

▼4月の任期満了を迎え、この市長日記も最後となりました。これまで2期8年間にわたり、宇陀市を良くしたい熱い想いで、職を全うできますことに感激しています。皆さんには、これまでご支援ご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

▼これまでこの日記では、月々の公務の一部を報告するとともに、その時々私の考えや想いを記すことで、皆さんに少しでも国政における地方自治の現状や宇陀市のおかれた状況などをお伝えできればと思いついてきました。この日記で皆さんと何か一つでも意識を共有できたことがあれば幸いに思います。

▼宇陀シティマラソンに出席させていただきました。今回が自分が務める最後のレーススタターだと思つと寂しい感じがしました。大会会場では、選手、スタッフ、応援者など皆さんの元気な笑顔があふれていました。市内外問わず多くの方々にご参加くださり、レースだけでなく宇陀市の景色や物産、温泉を楽しまれました。これぞウエルネスシティ、またスポーツツーリズムの目指す姿です。



で、述べた想いをこれまでの3月議会最後の想いを述べていただきました

▼現在、市では主要施策であるウエルネスシティ構想をはじめ、宿泊事業者誘致・公園整備事業、還暦野球をはじめとする様々な事業が着実に進展していることに安堵しています。これからも市民の健康維持をはじめ、市の観光・産業の振興、雇用の増進、市民の福利厚生への寄与など様々な意味で、これらの事業が連動して推進されるのが今後のまちづくりには必要不可欠なことであると思つています。

▼社会経済状況は目まぐるしく変わっていきます。特に本市にあつては、少子高齢、人口減少、地域経済の衰退など困難が予想されますが、引き続き改革改善を先取りして、積極的な行政運営をお願いしたいと思います。

▼宇陀市には明るい風が吹き始めています。市民の皆さんも、心も体も元気にお過ごしください。私自身はこれからは、一市民として、自宅で農業したり、今までできなかったこと、したいことに取り組みとともに宇陀市の応援団でありたい、また元気でウエルネスシティ宇陀市を体現していきたいと思つています。これで日記を閉じさせていただきます。これまで読んでいただきありがとうございました。

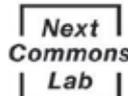
これから 私たちは何を食べ、どんな未来をつくるのか？

Next Commons Lab

ネクストコモンズラボ奥大和

活動開始から1年を迎えます！

企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074



▲プロジェクトのスタートとなった奈良県・ロート製薬・宇陀市による「大和高原の魅力ある仕事づくり連携協定締結式」(H28.12.6)



▲プロジェクトの拠点となる旧伊那佐文化センターでは、ロート製薬社員が中心となって事務局を運営し、隊員の起業に向けてサポートしています。

問 ネクストコモンズラボ奥大和事務局 (旧伊那佐文化センター内)



◀ NCL 公式 Facebook

宇陀市 魅力ある仕事づくり

NCI奥大和は昨年4月より、旧伊那佐文化センターにおいて「食」「農」をテーマに全国から「なりわい」創りを目指す方を誘致し、宇陀の地で未来に繋がる仕事・人・コミュニティづくりに挑戦していきます。

宇陀の地を知り、都会には見えない魅力を発見し、仲間を増やした1年目。2年目からは、地域の皆さんもひとつ一緒に楽しいことを起こしていく事を目標にがんばっていきます！

1年目は、4人の仕事づくり推進隊が移住し、「農家民宿・養蜂・ビール・馬」のプロジェクトが開始しました。それぞれが市内を中心に精力的に活動するとともに、NCIとしては月1回、関係者が一堂に集うオープンラボを開催し、事業の進捗状況の報告や今後の活動展開について情報を共有しています。

今後新たなプロジェクトとともに新メンバーを募集していきます。また、近況報告・イベントのお知らせなど、随時情報発信していきますので、引き続きよろしくお願ひします！



Kirari UDA-Bito



野 球部で2年生、ポジションはレフト。足の速さを生かした走塁や守備が長所かなと思います。この春、選手としてセンバツに出場します。

野 球を始めたのは小学校1年の時、兄の影響で。小さい時から智辯学園と甲子園は夢でした。でもここへ来て、他の選手の体力や意識の高さには本当に驚きました。またこのチームでは何事も「全員で！」という意識があります。きつい練習も勝った喜びもみんなで共有しあうんです。みんな仲が良い、素晴らしいチームです。

今、寮生活をしているのですが、授業・練習・食事・洗濯・自主練習と毎日夜遅くまで野球漬けの日々です。でも野球もチームも大好きです。また、授業では英語が楽しくて熱中しています。練習が忙しい中ですが先生に余分に課題を出してもらって、自分の力にしたいと

不惜身命 (ふしやくしんみょう)

自分に厳しく、やりきる！

智辯学園野球部

南味友祐 さん

(大宇陀大熊)

思っています。いつか自分の語学力を海外旅行などで試せればなあ、というのが目標の一つ。

将 来も野球は続けていきたいと思っています。大学でもプレイしたいですし、そのためにも今がんばって結果を残していきたいし、後々いろんな選択肢が選べるように勉強もその一つとして努めていきます。

こ れまで周りの方には、見えない所でサポートをいただきました。本当に感謝しています。これから僕が甲子園という舞台で見える形で恩を返していきたいです。

宇 陀市には僕と同じように野球少年がたくさんいますが、そんな皆さんには、まず目標を持って、それに向かって進んでほしいです。目標を持つことで、達成するには何が必要か？何をすべきか？を考えた、努力することができそうです。がんばってください。



試合ではプレイで勝てる雰囲気を作っていきたい



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

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。
 問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

① 先進地を視察研修 してきました

（上龍門地域まち協）

1月28日、「伊勢市防災センター」を訪問し、防災体験講習を受講しました。

防災に関する知識と体験を通して様々なことを学ぶと共に、最新設備で整備された施設見学をしました。研修を受講することにより、個々の防災意識を高めていくことの必要性を改めて認識しました。



▲それぞれの町の課題解決に向けて



▲伊勢市防災センターでの研修

（大王地区まち協）

1月30日、三重県伊賀市「花垣地区住民自治協議会」へ視察に行きました。人口は当まち協より少ないのですが、会員数は2倍もあり、宇陀市とは違うまち協の仕組みや会員の集め方など話を聞くことが出来ました。



▲珍布峠（和歌山街道）での観光研修

（内牧地域まち協）

また、当まち協の『次世代部会』の事業に興味を持っていただき、地元のみぬかを利用したお菓子作りで地域の特産に繋げようと努力している姿などを説明し、どこも抱えている少子高齢の課題解決に対し活発な意見交換ができた研修となりました。

2月10日、松阪市飯高町「宮前まち協」へ視察に行きました。

人材確保や育成、連合自治会との関わり・役割分担等について参考となる話や、「飯高道の駅」と提携して行っているボランティアアガイド付きウォーキング事業等の話も聞くことができました。

午後からは、道の駅が行う「珍布峠（めづらしと上げ）」へ向かうウォーキングを体験しました。

（田口地区まち協）

当まち協が取り組みたい事業として、伊勢本街道を中心とした環境資源の開発と、ボランティアアガイド養成事業の参考になる研修となりました。

2月20日、京都市東山区「六原自治連合会」を視察しました。

今回の研修テーマは『空き家対策』とし、まちづくりの目標や空き家対策に取り組む契機となったことなどの説明を受けた後、一級建築士の委員から、空き家の改修や貸し借り、相続のあり方などのアドバイスを受けました。



▲研修場所の六原学舎

六原は、京都の伝統的な町家が残る地区で、独居高齢者も多く空き家対策はまちづくりを進めるうえで避けては通れないことや、子や孫などの次世代のために取り組んでいるなどの話が印象的でした。

② いつまでも いきいきと暮らそうぞい！

「北辰地域まち協」

2月7日、のよりふれあいの館で「北辰合同いきいきサロン」を開催しました。

第一部は、茶話会で軽食を食べながらおしゃべりの後、いきいき百歳体操を楽しみました。第二部では、演芸、腹話術等のイベントがあり、思いつきり笑いました。

このように、当まち協では地域にお住いの高齢者の方がいきいきと生活を送ることを目的として、気軽に集い、地域の仲間づくり、健康づくりができて

るよう、皆さんと共に手を取り合っており、取り組んでいきます。



「おおくだ南部地域まち協」

2月9日、12日、関戸ふれあい会館において地元ブランド米、おいしい「清流米」を使った「かき餅づくり」を開催しました。

昔は、どこでも見られたかき餅を、

家の中に吊るして乾燥する風景が、時代と共になくなってきました。

当まち協では、「かき餅づくり」を通じて、お年寄りの知恵と技術を次の世代につなぐ活動、お年寄りから子どもへ、ふるさとの味や素晴らしさを再発見する機会づくりとして、地域の伝統行事の継承に取り組んでいきます。



▲吊るしたかき餅



まち協などの催し予定 4月 (3月13日現在)

日	曜日	イベント案内	主催
8	日	室生西光寺しだれ桜まつり	室生地区まち協
14	土	第5回桜まつり	大宇陀政始まち協
14	土	濡れ地藏桜まつり	東榛原まち協
30	月・祝	右近こども祭り	伊那佐地区まち協



薬 草

「サンシヨウ」

サンシヨウの新芽の季節。木の芽を摘み取って、熱々のご飯の上に載せ、カツオ節をたくさん掛け、しょうゆを垂らし、かき混ぜながら食べると、刺激の強い香りが、野性的な一膳を作ってくれます。

数枚の葉に包まれたように、つばみがまだ開かず、しっかりと固まっているうちに、周りの葉とともに採集します。少し乾燥してから、塩を入れた熱湯でゆでて、強い香りと辛みを和らげて乾燥しておけば、緑も変わらず、長く保存でき、必要なときに年中使えるので重宝するでしょう。

サンシヨウは「山椒」と書き、縄文時代か

らあるとされている日本最古の香辛料の一つです。中国最古の薬物書「神農本草経」には、蜀椒(しょくしょう)の名で記載された生薬で、下品の一つ(専ら治療薬として使う品物)として収録され、古くから使われている薬。

サンシヨウに含まれるサンシヨール、サンシヨウアミドなどの辛み成分は、大脳を刺激して内臓器官の働きを活発にする作用があります。ただ、刺激が強いため、炎症性、潰瘍(かいよう)性のような病気への使用は避けられた方がよいでしょう。



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

▲「辛み」が健胃整腸に効果
※当市で「薬草活用講演会」をして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

みんな子育て

病院・ウエルネス

お知らせ

掲示板

うだチャンネル

消防功労者消防庁長官表彰 「竿頭綬」を受賞

3月7日

東京都国技館において自治体消防制度70周年記念式典が行われました。その式典において、宇陀市消防団が平成29年度消防功労者消防庁長官表彰「竿頭綬」を受賞しました。

これは、防災思想の普及、消防施設の整備、その他の災害の防御に関する対策の実施について、その成績が特に優秀で、かつ他の模範と認められる消防機関が表彰されるものです。

日々の点検や訓練だけでなく地域住民と連携した取組を行うなど、災害の発生に備えたこれまでの宇陀市消防団の活動が認められたもので、式典には宇陀市消防団田尻茂一団長が参列されました。



「きのこ栽培技術研修会」開催

2月17日

～きのこ栽培で森と木を活用～

食用きのこの知識や栽培技術について理解を深めていただくとう「きのこ栽培技術研修会」（奈良県東部農林振興事務所主催）が農林会館で行われ、約70人が参加しました。

参加者は、シイタケ、ナメコ、クリタケの栽培や原木の管理方法について学習した後、午後から準備された原木に菌を植えました。原木は各自持ち帰り、学んだことを思い出しながら育てていただきます。

昼食には、奈良県女性林業研究グループ連絡協議会会員による、きのこ汁の振る舞いがあり、参加者はきのこづくしの一日となりました。



▲原木に植え穴を開けて



▲植菌の作業



元気な ならっ子 約束運動 5年連続受賞!

奈良県教育委員会の「元気なならっ子約束運動」は、基本的な生活習慣の定着と規範意識や社会性の醸成を図り、保護者においては、子育ての意識と知識を高める機会を設け、家庭教育の充実を図ることを目的とした事業です。

今年度は県内28園所が優秀賞に選ばれ、市では室生こども園と大宇陀こども園が受賞し、県教育委員会から表彰状が送られました。

室生こども園では、「あいさつは大きな声で自分から!」をキャッチフレーズに、「あいさつ・早寝・早起き・朝ご飯・朝ウランチ・お手伝い」が、定着するよう取り組みました。

大宇陀こども園では、幼児（3歳児～5歳児 7クラス）があいさつや早寝・早起き・朝ご飯を家庭と一緒に楽しみながら取り組みました。



▲5年連続受賞の室生こども園『がんばって取り組んだでしょう』



▲大宇陀こども園『がんばって広めたでしょう』



話題の
新刊本!



広辞苑
新村 出編
出版：岩波書店

総項目数 25 万の日本語辞典。各界第一線で活躍する専門家が、正確かつ簡明に解説する。言葉や社会の変化、学術研究の進展を反映し、基礎的な言葉の意味説明を刷新、古典用例を大幅に見直した第 7 版。これとともに、『広辞苑をつくるひと』三浦しをん著をお勧めします。(中央図書館所蔵)



えがないえほん
B.J. ノヴァク さく
おおともたけし やく
出版：早川書房

「ばふっ」「ぶりぶりぶ〜!!」シンプルな仕掛けで、子どもが大喜びし、本好きになって、表現力も豊かになる!「ねこのピート」シリーズの犬友剛が翻訳した、米国で人気の“絵がない”読み聞かせ本。(中央図書館所蔵)

図書館からの まとめ知識 Vol.49

今月の紹介本『広辞苑 第 7 版』は 1955 年に初版が刊行され、以来改訂を重ね今回十年ぶりの改訂新版が出版されました。刊行記念として『舟を編む』の三浦しをん氏作の『広辞苑をつくるひと』が付いていました。

この本の中で紹介されている人たちの仕事に対する熱意と努力に頭が下がりました。あの膨大な量の言葉を一つひとつ吟味検討するだけでも大変な作業ですが、広辞苑の中のイラストにもこだわり抜いていました。本の内容だけでなく、印刷する紙の素材やカバー、函(はこ)など様々な分野の職人さんたちが良いものを作ろうと力を尽くす姿を、三浦しをん氏が実際足を運んでインタビューしているのです。

自分たちの仕事に対する真摯な態度や妥協せずより良いものをと努力する姿にわが身を反省し、完成して終わりではなく、次はもっと良いものをと後輩たちを鼓舞する姿に日本の職人芸の凄さを垣間見ました。

おはなし会やその他のお知らせは P29

市観光ボランティアガイドと歩く・なら

2月24日

～豊臣大阪城を守る大和三城のひとつ
宇陀松山城と重伝建の城下町～

一足早く春の陽気が感じられる好天の下、市観光ボランティアガイドの会によるウォーキングイベントを開催しました。

今回のテーマは続・日本の百名城にも選ばれた宇陀松山城。



県内外から 57 人が参加し、近年ますます注目度が増している松山城に登って在りし日の城の姿や城下町の風情を楽しみました。天気も良く城からは山々が一望でき、参加者の皆さんからは「また季節を変えて訪れたい」との声が多く聞かれました。



第 11 回宇陀シティマラソン 市民参加者 優秀成績者

3月11日

各レースのタイムなど詳しい内容は市ホームページをご覧ください。また、当日の様子は裏表紙や市フェイスブックをご覧ください。

- 【1km ファミリー(園児以下と保護者)】村田大昇・眞乃歩(7) 磯橋悠愛・瑠愛(8) 生駒勇希・一颯(9) 竹内大輔・咲希(10) 山口公佑・叶恵(11) 山城直也・詩花(12)
- 【1km ファミリー(小学1・2年と保護者)】上田泰寛・康誠(1) 久本拓哉・隼翔(3) 阿片学・茉瑚人(8) 中川泰介・愛(9) 大塚哲平・侑(11)
- 【2km 小学3・4年男子】津田來輝(1) 萬谷俳士(2) 木原潤(5)
- 【2km 小学3・4年女子】立道天望(4) 森岡海帆(5) 田中美聡(7)
- 【2km 小学5・6年男子】村田幹透(1) 日樫聖(2) 山口未來(5)
- 【2km 小学5・6年女子】古波津あす乃(1) 阿片瑛奈(2) 川上涼花(3)
- 【3km 中学男子】浦田健吾(4) 一松朗生(9) 田中周良(11)
- 【3km 高校以上男子】岡本日出幸(14) 前田晃一(17) 大浦隆秀(24)
- 【3km 高校以上女子】太井聖子(6) 立道由紀子(22) エテルスマロ(23)
- 【10km 高校～29歳男子】奥田一星(1) 藤井修平(11) 生駒勇二(19)
- 【10km 高校～29歳女子】横山綾佳(16) 西川久美子(17)
- 【10km 30歳～49歳男子】前中孝夫(9) 澤田博志(38) 片野雄介(43)
- 【10km 30歳～49歳女子】九富ナミ(6) 今西明美(13) 松井理恵(43)
- 【10km 50歳以上男子】稲葉浩幸(71) 松尾良信(80) 巽憲文(81)
- 【10km 50歳以上女子】太田順子(11) 岡本久代(21) 中村苗子(27)

※表中()内は各部門別順位です。

なかよしひろば (親子ふれあい事業)

- 【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】 4月23日(月)
午後2時30分～3時30分
- 【内容】 体を動かして遊ぼう!
- 【持ち物】 水筒、タオル
- 【申し込み】 不要

2月26日「回して遊ぼう!」

親子で“コマ”を作って、クルクル回して遊びました。牛乳パックにペットボトルのキャップを付けてただけなのによく回って、子どもたちも大喜び!



☎ 84・9925 (住所: 菟田野松井473の1)

子育て支援センター
からのお知らせ

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

♪♪ みんなで楽しく子育てしませんか♪♪

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

「すこやかルーム」開放 (申込不要)

子育て家族が、自由に遊べるように施設を開放。親子やみんなで過ごして気分転換!

【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(祝日は除く)
午前9時～午後4時

★ 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。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

4月 すくすく カレンダー

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

月	火	水	木	金
2 開放中止	3 すこやかルーム 開放開始	4 親子教室 受付開始 13日まで	5	6
9 	10 家児相談日	11 ★ つどいのひろば (めく森の郷) 保健師相談日	12 🎵	13 親子教室 受付終了
16 	17 📖	18 ★ つどいのひろば (フレンドパーク)	19 🎵	20
23 なかよしひろば	24 家児相談日	25 ★ つどいのひろば (たかぎふるさと館)	26 🎵 ミニ誕生会	27
30 振替休日				

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

「子育て相談」 してみませんか?



子育てで気になることや、誰かに話を聞いてほしい…。そんなことはありませんか? 子育て支援センターでは、家庭児童相談員や保健師による相談日があります。また、センター職員にも電話や来館時にお気軽にご相談ください。(午前9時～午後4時)

「おはなしらんどカンブリア」がやって来たよ!!

3月6日、お話の日に合わせて「カンブリア」の公演がありました。



手遊び・大型絵本・人形劇など、0歳児の子どもたちもママの腕の中で一生懸命見ていました。この日は、菟田野保育所の3～5歳児のお友達も招待して、一緒に楽しみました。みんなでお話の楽しさを感じた1日になりました。



親子教室（すくすく教室）に参加しませんか！（年間登録制）

子育て支援センターでは、毎月のテーマにそった活動を、年齢に応じた内容で計画したり、子育ての情報を提供したりしながら、親子で楽しい遊びを体験していただきます。

【対象】 市内在住の平成 27 年 4 月 2 日～平成 29 年 11 月 30 日の間に生まれたお子さんとその保護者

（保育園等に在籍されているお子さんは登録できません）

【実施日】 5 月～平成 31 年 3 月（月 1 回程度）

【場所】 子育て支援センター（2 階）

【参加費】 登録料年間 500 円（その他実費徴収あり）

【申し込み】 4 月 4 日（水）～13 日（金）午前 9 時～午後 4 時（土日を除く）までに子育て支援センターへ

※お子さんの月齢によって、15～20 人程度のクラス分けを行います。

※詳細については、登録終了後連絡します。

※平成 29 年 12 月 1 日～平成 30 年 4 月 1 日生まれのお子さんは、9 月に二次募集をします。



★子育てサークル★募集



【対象】 市内在住の就園前の乳幼児とその保護者

※今年度より対象が変更になっています。

【場所】 子育て支援センター 2 階

【費用】 年間登録料
お子さん 1 人 200 円

【その他】

- ・親子 3 組以上からサークルをつくることができます。
 - ・活動内容についての相談も受けています。
- 詳しくは、子育て支援センターへ

子育て講座を開催！ 「プリザーブドフラワーアレンジ」

3 月 8 日、講師にフラワーデザイナーの中野真弓さんに来ていただき、素敵なひと時を過ごしました。



参加者は 10 人。子どもと過ごす時間が中心の生活で、自分だけの時間を作ることは、とても難しい毎日。そんな中、子どもたちを預けて、花と向き合う癒しの時間になったようです。

お花選びも個性が出ていて、「世界に一つだけの花」となりました。

来年度も実施予定ですので、お楽しみに！！



発達のお悩みについて 語り合いませんか？

●かるがもくらぶ（申込不要）

【日時】 4 月 20 日（金）
午前 10 時～正午

【場所】 市役所 213 会議室

【内容】 日々の子育ての中で、
「こんな時どうしたらいいの？」
「怒ってはいけないと言われたが…」
など悩んでいる方はぜひ一度お越しください。

保護者同士の交流の中で、子育てのヒントが見つかるかも（^^）！

まずは、みんなの話を聞いてみませんか？

問 介護福祉課

（☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088）



ペインクリニック外来を開設！

4月から毎週火曜日（午前9時～午後4時）

担当医：渡邊恵介医師（奈良医大麻酔・ペインクリニック科 病院教授）



ペインクリニックとは？

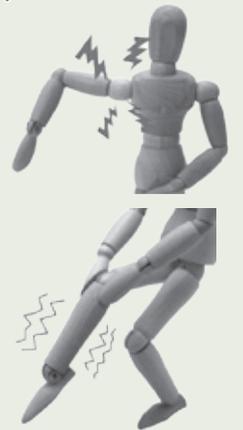
ペインクリニックとは「痛み専門の診療所」のこと。「痛み」は人間が生活していく上でなくてはならない非常に重要な危険信号です。もし痛みを感じることができなかつたら体が傷ついても分からなかったり、お腹の調子が悪くなくても気付かなかつたりして、放っておくと大変なことになるでしょう。しかしこの「痛み」は警告であると同時に非常に有害なストレスにもなります。「痛み」のストレスをためていくことで心身ともに悪循環が起これりなかなか治らない、時には生活に支障をきたすようなことにも繋がっていきます。

ペインクリニックでは神経ブロックという注射療法を中心に薬物療法を併用しながら痛みをコントロールし、平穏な日常を送ることを目標とした治療を行います。



こんなときはご利用ください

- ・急性期の带状疱疹、带状疱疹後の神経痛
- ・頭痛、三叉神経痛、脊椎由来、四肢関節由来の疼痛、しびれ（肩こり、腰痛、手足の痛み・しびれ）など



【電話予約】

開業医さんからの紹介患者さんのみです。患者さん自身からの直接電話予約はできません。

受診予約を希望される場合は、かかりつけ医にご相談ください。

【予約なく当日、受診される場合】

火曜日、午前8時～11時までに総合受付でペインクリニックの診察受付をしてください。保険証、お薬手帳は必ずご持参ください。紹介状をお持ちの場合は総合受付でご提示ください。

■糖尿病教室

【4月の予定】

- 2日（月）糖尿病について（第1回）
- 9日（月）糖尿病の治療～食事療法～（第2回）
- 16日（月）糖尿病の治療～運動療法～（第3回）
- 23日（月）糖尿病の治療～薬物療法～（第4回）

【時間】午後2時30分～【場所】北館2階栄養指導室

■骨粗鬆症教室（完全予約制・病院Aブロック）

【4月の予定】

- 3日（火）骨粗鬆症とは：病態・検査・治療について
- 10日（火）薬物療法：薬の種類・薬の飲み方
生活環境：日常生活の注意・骨粗鬆症外来について
- 17日（火）食事療法：栄養の基本と簡単なレシピ
- 24日（火）運動療法：転倒予防体操について

【時間】午後2時30分～1時間【定員】毎回10人

【場所】北館2階栄養指導室【参加費】無料

問 宇陀市立病院 Aブロック ☎ 82-0381
（平日の午後2時～5時）

■市立病院職員募集（随時採用）

○診療放射線技師（パート）若干名

業務内容：主にマンモグラフィ撮影およびX線一般撮影
採用試験：小論文、面接 提出書類：履歴書、資格証明書写し

○事務員（パート）若干名

対象者：昭和43年4月2日以降生まれの人
採用試験：小論文、面接 提出書類：履歴書

○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、資格証明書写し

○看護助手（パート）若干名

対象者：病棟、外来での掃除・ベットメイキング・移動介助・食事介助など
採用試験：小論文・面接
提出書類：履歴書

※全てにおいて勤務日、時間は相談に応じます。
試験日は後日連絡

○非常勤医師（消化器内科・呼吸器内科・一般内科）も募集中です

問 経営企画課 ☎ 82-0381（平日の午前9時～午後5時）

～在宅医療・介護の連携拠点～

電話番号の
間違い注意!

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)

平成 29 年度

地域包括ケアシステム推進講演会 を開催しました

2月18日文化会館において、講演会を開催し230人の参加がありました。

講演会では、高齢者が交流することで元気にいきいき過ごす場を、市内に広めていくことを目指して、宇陀地区医師会 吉井次郎医師から、介護予防の必要性について、体操の実演を交えて講演していただきました。

また、淡路島で「いきいき百歳体操」を広げられた兵庫県豊岡保健所 柳所長からは、市民が介護予防に取り組む意義について、全国の実践事例を基に講演していただきました。



参加された方からは、自分の地域でも取り組んでみたいので、説明にきてほしい。教えてもらった体操を早速してみますという声が聞かれました。

いきいき百歳体操についての説明会を希望される方は、問まで。

◀吉井医師
体操の実演を交えて講演

いきいき百歳体操を広げられた
豊岡保健所 柳所長▶



教えて!!

● 地域包括ケアシステムとは？



高齢者の方ができる限り住み慣れたわが家で暮らしていくことができるように医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供されること。

● 地域包括ケアを推進するためには？



介護予防がとても重要。

● 市ではどのような取り組みをしているの？



ラジオ体操 (37 か所)、いきいき百歳体操 (33 か所) で、健康づくりだけでなく、お互いの見守りや交流、支え合いの場となっている地域が増えています

市では!!

これからの介護予防は、高齢者を年齢や心身の状況等により分け隔てすることなく、人と人とのつながりを通じて参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを目指しています。

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

ウェルネス・コラム
スローランニングで
身体の調子を整えよう!



適度な運動量は女性ホルモンや男性ホルモンの分泌を促し、更年期症状の緩和やこころの健康・生活習慣病予防に効果があると言われています。適度な運動とは、スローランニング(1km 8分～10分)の速度) 1日 8000歩程度。ゆっくりしたスクワット 1日 15回 3セット程度。下半身や身体の体幹(コア)を鍛えることでおなかのぜい肉もとれてすっきりになります。ぜひチャレンジしてみてください。

◀ 4月のウェルネスイベント ▶



● 春のウェルネスウォーク
～春風に誘われて桜並木を
一緒に歩きましょう～

【日時】 4月8日(日) 9:00～受付

【場所】 市役所前スタート

宇陀万葉の桜並木★
満喫コース 7.5km



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	3日(火)	平成30年2月生まれの児の保護者	中央保健センター	午前10時

乳幼児健康診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
大宇陀 菟田野	4～5か月児健康診査	26日(木)	平成29年11月～12月生まれの児	大宇陀保健センター	午後1時～1時50分
	10～11か月児健康診査		平成29年5月～6月生まれの児		
榛原・室生	3歳児健康診査	17日(火)	平成26年8月～10月生まれの児	中央保健センター	
	1歳6か月児健康診査	24日(火)	平成28年8月～10月生まれの児		
	4～5か月児健康診査	27日(金)	平成29年11月～12月生まれの児		

お知らせ

なかま会のご案内

【日時】 4月16日(月)
午後1時～3時頃
【場所】 フレンドパーク集合
(雨天時：榛原保健センター)

- 【内容】 ○春の榛原を満喫しよう
○情報交換
- 【対象】 精神保健福祉手帳を持っている
統合失調症の方
- 【持ち物】 飲み物
- 【申し込み】 問へ

妊娠・出産・育児について 「中央保健センター」へご相談ください



中央保健センターでは、妊娠・出産・育児というかけがえのない時間を健やかに過ごすことができるよう、「子育て世代包括支援センター」の機能を持った窓口として、母子保健事業を実施します。



- ・妊娠したけど、出産・子育てが不安…
- ・子育て支援サービスって何があるの？
- ・上の子どもの赤ちゃん返りが大変！
- ・母乳・ミルクは足りてる？
- ・赤ちゃんが泣いてばかり…
- ・子どもの成長、発達が不安…



妊娠

- ・母子健康手帳の交付
- 子育てプランシートの作成
- ・妊婦健康診査の補助
- ・妊婦歯科健康診査
- 妊婦全戸電話相談
- ・妊産婦交流会 (たまひよサロン)
- ・妊婦相談 (電話、訪問、面接)



出産

- 産後全戸電話相談
- ・こんにちは赤ちゃん訪問
- ・保健相談 (電話、訪問、面接)



● 今年度より新事業

子育て

- ・予防接種説明会
- ・育児教室 (ひよこクラス)
- ・妊産婦交流会 (たまひよサロン)
- ・各種健康診査
- ・保健相談 (電話、訪問、面接)



妊娠届出時（母子健康手帳交付時）のお知らせ



母子保健法施行規則改正に伴い、母子健康手帳の交付時に、妊婦本人の個人番号（マイナンバー）の記載と、身元確認が必要です。持ち物をご確認のうえ、交付申請場所にお越しください。

申請方法

母子手帳の交付と妊婦健康診査の補助についての手続きをします。30分ほどお時間をいただきますので、時間の余裕をもってお越しください。

申請場所

中央保健センター

※中央保健センターの来所が難しい場合はご連絡ください。

申請時の持ち物

【妊婦本人が届出をする場合】

- 個人番号の確認書類（1点） マイナンバーカード、通知カード、個人番号が記載されている住民票の写し、または住民票記載事項証明書
- 身元確認書類 ●顔写真付き身分証明書の場合は1点
（※） マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど
- 顔写真なし身分証明書の場合は2点
通知カード、健康保険証、学生証、年金手帳など

【代理人が届出をする場合】

- 委任状
- 代理人の身元証明書類 …上記（※）に同じ。

妊娠・出産・育児などお気軽にご相談ください。



Cooking

うだちゃん11chで3月放映したレシピです。

野菜たっぷりクッキング*レシピ*

カレーの野菜あんかけ (4人分)



カレーの野菜あんかけ

【材料】

カレー…4切、小麦粉・サラダ油…各適量、干し椎茸…3枚、人参…50g、ほうれん草…60g、塩…少々、だし汁…2カップ、砂糖…大さじ1、薄口しょう油…大さじ2、酒…大さじ1、[片栗粉…大さじ1.5、水…大さじ3]

【作り方】

①干し椎茸はぬるま湯に20分ほどつけて戻し、石づきを取って薄切りにする。人参は3cm長さの短冊切りにする。

- ②ほうれん草は塩を入れた熱湯で色よく茹でて水に取り、水気を絞って3cm長さに切る。
- ③カレーに小麦粉を薄くまぶす。
- ④フライパンにサラダ油を入れて180℃に熱し、カレーを揚げ、器に盛る。
- ⑤鍋にだし汁を入れて煮立て、椎茸、人参を加え、火が通ったら砂糖、薄口しょう油、酒を加えて味をつける。
- ⑥ほうれん草を加え、味をからめる。ひと煮立ちすれば火を弱め混ぜながら水溶性片栗粉を加えてとろみを付ける。
- ⑦カレーに野菜あんをかける。

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](#)

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。

お知らせ information

掲載の情報についての詳細は市のホームページをご覧ください

市役所の開庁時間

午前 8 時 30 分～
午後 5 時 15 分
(土・日曜日、祝日、
年末年始は閉庁)
☎0745-82-8000(代)

平成30年度国民年金
保険料の納付について

今年4月分から平成31年3月までの国民年金保険料は月額1万6340円です。

保険料は、金融機関・郵便局・コンビニでの納付、またクレジットカードやインターネットを利用しての納付、便利でお得な口座振替もあります。

保険料は、納付期限(翌月末日)までに納めましょう

■保険料の納付が困難な時は

国民年金には、保険料納付が免除される制度や猶予される制度があります。申請時点から2年1か月前までの期間について、さかのぼって申請できます。納付が困難だからといってそのままにせず、必ず年金事務所、市役所また各地域事務所でお手続してください。

【申込み・問合せ先】

- 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)

国民健康保険加入者のみなさんへお知らせします

問 保険年金課 (☎82・3672/IP ☎88・9086)

■人間ドック・脳ドックの受診
申し込みについて

対象者には、4月上旬に特定健診等の案内とともに、人間ドック・脳ドックの受診案内と申請書を同封します。受診希望の方はお申し込みください。
【申し込み】4月20日(金)までに郵送にて

※当日消印有効

■国民健康保険の届け出をお忘れなく

新社会人の方や、市内外への転出入など、4月は異動の多い時期です。世帯内で次の異動があった場合は必ず14日以内に国保担当窓口へ届け出をしてください。

- ほかの市町村から転入したとき
(職場の健康保険に加入していない場合)
- 職場の健康保険をやめたとき
- 生活保護を受けなくなったとき
- 子どもが生まれたとき など

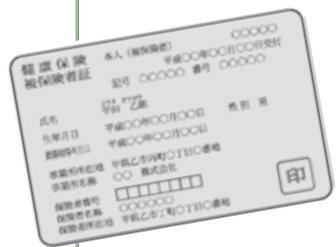
※届け出が遅れると、資格を得た時点までさかのぼって保険税を納めていただくこととなります。

- ほかの市町村に転出するとき
- 職場の健康保険に加入したとき
(職場では国保の喪失手続きはされません。ご注意ください)
- 生活保護を受け始めたとき
- 死亡したとき など

※喪失の届け出と同時に保険証を返却してください。国保資格喪失後に国民健康保険証で医療機関を受診された場合、後日、国保が負担した医療費相当額を返金していただくこととなります。

■保険証は正しく使しましょう

保険証は、国保に加入していることを証明するもので一人一枚交付されます。医療機関受診の際には必ず窓口へ提示してください。また、他人との貸し借りは絶対にしないでください。法律により罰せられます。



保険証が使えない場合があります

- 病気とみなされないもの
健康診断・予防注射・美容整形など
- ほかの保険が使えるとき
仕事上での病気やけが(労災保険の対象になります)

交通事故にあつたときは？

交通事故など、第三者から傷病を受けた場合、その治療費は加害者が負担しなければなりません。国保で治療をうけることができます。

その際には、「第三者行為による傷病届」が必要となりますので、必ず届け出てください。加害者から治療費を受け取ったり、示談の前に必ず保険年金課にご連絡ください。

- 届け出に必要なもの
事故証明書(後日でも可)
国民健康保険証・印鑑

身体に障がいのある方などに對する軽自動車税の減免制度があります

身体障がい、また知的障がい、精神障がいのある方が所有する軽自動車などで、障がいのある方の通学、通院、通所、生業のために運転する場合は、申請に基づき軽自動車税の減免を受けることができます。

障がいの種類・等級等により減免できる範囲が異なります。

減免申請は5月1日までに

【減免申請対象】障がい者本人

が所有する自家用軽自動車※減免できる車両は、普通自動車等を含め1人1台限り。なお、年齢18歳未満の障がいのある方と生計同一の方は運転者所有でも可。

※自動車検査証に「自家用」と記載があるものに限りです。

※軽自動車を所有する障がいのある方と運転者の住所が違う場合、「生計同一証明書」もしくは「常時介護証明書」が必要になることがあります。

【持ち物】○身体障害者手帳・

戦傷病者手帳・療育手帳または精神障害者保健福祉手帳

○運転者の運転免許証 ○車検証 ○印鑑(スタンプ印不可)

○減免を受ける方のマ

イナンバーカードもしくは通知カード等

【申し込み】5月1日(火)まで、

税務課または各地域事務所へ

税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)

平成30年度固定資産税の縦覧・閲覧について

固定資産税の納税者の方は、土地または家屋価格等縦覧簿を期間中無料で縦覧できます。

【期間】4月2日(月)～5月31日(木)の開庁時間中

【場所】税務課

【対象】市内に土地または家屋を所有する固定資産所有者本人・納税義務者本人、同居親族、納税管理人(市内に土地などをお持ちでも、固定資産税が課税されていない人は対象外)、納税者からの委任状持参の方

【持ち物】印鑑、運転免許証等本人確認のできるもの

※なお、同期間中は無料で自己の固定資産課税台帳の閲覧(借地・借家人は対象物件のみ)を税務課または各地域事務所で行っています。

税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)

環境を守るための補助・助成します

■ 集団資源回収活動

資源の循環を図り、ごみの減量化を推進するため、新聞やダンボール等を回収する団体の活動を助成します。登録団体が新聞や雑誌、ダンボール、古着、ボロ等を回収し、左表の登録業者に持ち込むと、1kgにつき3円以内の助成金を交付します。

■ 平成30年度集団資源回収登録業者

麻田商店	吉野郡大淀町大字北野 45 番地の 8	0746-32-2577
エイチエムリユース 有限会社	名張市東田原 601 番地 29	0595-65-5430
柏田商店	吉野郡大淀町大字下淵 1114 番地	0747-52-4056
株谷商店	御所市大字蛇穴 406 番地の 1	0745-64-0002
株吉田稔商店	大和高田市大字池尻 87 番 3	0745-52-5824
関西リサイクル(株)	名張市瀬古口 623 番地の 1	0595-63-0901
木下紙業(株)	京都市南区吉祥院嶋榎山町 46 番地	075-661-6066
摂津商事(株)	伊賀市治田 3547 - 7	0595-20-1011
大和環境リサイクル(株)	菟田野宇賀志 5 番地の 5	0745-84-4111

助成を受けるには団体の事前登録が必要です。なお、前年度で登録されている団体も再度、申請書を提出してください。

【対象】

- 市民で組織し、営業を目的としない団体
- 1年に2回以上の回収活動を行う団体

環境対策課 (☎82・2202 / IP ☎88・9078)

平成30年度水質検査計画を公表します

【閲覧期間】

4月2日(月)～9日(月) ※土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分

【閲覧場所】水道局(榛原検収

146番地の2)

水道局施設課

(☎82・2185 / IP ☎88・9067)



★市役所・地域事務所で配布しています(土・日曜日、祝日も可)★

- ◎道の駅宇陀路大宇陀
- ◎市文化会館 (火曜日、祝日)
- ◎菟田野人權交流センター (日曜日、祝日)
- ◎菟田野分館(月曜日、祝日)
- ◎ひのき坂公民館
- ◎大和富士ホール(月曜日)
- ◎市立中央図書館(火曜日・祝日)
- ◎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)
- ◎天満台東交流センター
- ◎榛見が丘集会所 [ひまわり会館]
- ◎市観光案内所「うだ観処」(年末年始)
- ◎室生福祉保健交流センター(土・日祝日)
- ◎榛原ゲートボール場
- ◎市役所 [1階ふるさとテラス]
- ◎各地域事務所

※()内は休館日です。

飼い犬登録と狂犬病予防注射をしてください

狂犬病は人間にも動物にも感染し、発病後ほぼ100%の割合で死に至る感染症です。狂犬病を防ぐには現代医学でも予防注射しか方法がありません。

飼い主の方は、社会や飼い犬に対する責務として必ず犬の登録と予防注射をしてください。予防注射の有効期間は概ね1年のため、毎年予防注射を受けてください。

【料金】

○登録手数料 3000円

○予防注射代金 3200円

(内訳：注射代 2650円)

注射済票交付手数料550円)

【登録できる飼い犬】

○生後90日を経過した犬

※飼い犬の登録は、生涯一回登録です。登録は随時受付いたしますので未登録の方は、必ずお手続きください。

※飼い犬が死亡したり、所有者の変更、転出した場合は、必ず届け出してください。

なお、市外の会場で注射を受けた場合は、注射済票の交付を受けることができません。ご注意ください。

【環境対策課】

(☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

【飼い犬登録と狂犬病予防注射の場所】

■注射場所（室生地域）

月日	時間	実施場所
4/9 (月)	10:00～10:10	弁財天公民館前
	10:20～10:30	上田口（旧奈良交通宿泊所前）
	10:40～10:50	田口診療所前
	11:00～11:10	胎中集会所前
	11:20～11:30	下田口会館前
	13:10～13:20	室生生活改善センター
	13:40～13:55	大野西垣内集会所
	14:00～14:20	大野中山台公園前
	14:30～14:50	室生地域事務所
4/10 (火)	10:00～10:15	向洩山（唐澤様宅前）
	10:25～10:35	染田公民館
	10:45～10:55	多田バス停前
	11:05～11:25	室生人権交流センター
	13:10～13:20	深野会議所前
	13:35～13:45	下笠間会議所前
	13:55～14:05	奈良県農協宇陀東里経済店舗
14:15～14:30	小原公民館	
4/11 (水)	10:00～10:20	向洩消防機庫前
	10:40～10:50	古大野公民館前
	11:00～11:10	琴引消防機庫前
	11:20～11:40	道の駅室生第2駐車場
	13:00～13:10	砥取消防機庫前
	13:20～13:30	滝谷公民館前
	13:40～13:50	龍口公民館前
	14:00～14:10	西谷生活改善センター
	14:20～14:30	蕨集会所

■注射場所（大宇陀地域）

月日	時間	実施場所
4/12 (木)	10:00～10:20	とさわ老人憩の家
	10:30～10:45	奈良県農協育苗センター
	10:55～11:10	本郷老人憩の家
	13:00～13:20	岩清水地区多目的研修センター
	13:30～13:50	後出集会所
	14:00～14:20	田原消防機庫前
4/13 (金)	10:00～10:40	のよりふれあいの館
	10:50～11:10	大宇陀人権交流センター
	11:20～11:40	大宇陀商工会前
	13:10～13:40	大宇陀地域事務所

■注射場所（菟田野地域）

月日	時間	実施場所
4/16 (月)	9:30～9:50	佐倉創作館
	9:55～10:15	旧宇賀志小学校前
	10:25～10:35	上芳野消防会館
	10:45～11:00	芳野地区体育館前
	11:05～11:20	東郷地区集会所
	13:00～13:20	岩崎消防会館
	13:30～13:40	平井青年会館
	13:50～14:00	見田地区集会所
	14:10～14:30	松井消防会館
	14:40～15:00	宇太地区公民館（西部公民館）

■注射場所（榛原地域）

月日	時間	実施場所
4/17 (火)	9:30～11:30	大和富士ホール
	13:00～14:00	天満台東交流センター
4/18 (水)	9:30～9:45	内牧公民館
	9:55～10:15	たかぎふるさと館
	10:20～10:35	旧奈良県農協内牧支店
	10:45～11:00	榛原ゲートボール場駐車場
	11:15～11:40	榛原総合センター前
	13:00～13:15	福地公民館
	13:25～13:40	山辺三公民館
4/19 (木)	9:00～10:00	あかね台コミュニティセンター
	10:15～11:00	ひのき坂古墳公園
	11:15～12:00	農林会館駐車場
	13:30～14:00	大貝研修所前
	14:15～14:45	旧伊那佐文化センター前
4/20 (金)	9:30～9:50	笠間公民館
	10:00～10:20	奈良県農協宇陀営農経済センター
	10:30～10:40	柳ガード下
10:50～11:20	商工会館前（旧役場前から変更）	

飼い主の責任です！

散歩中の犬のフンは飼い主が後始末を！

散歩中の犬のフンについて多くの苦情が来ています。

放置したままにすると近隣住民に大変な迷惑になります。

飼い主は、必ず持ち帰ってください。



【環境対策課】

(☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

市営住宅空き家入居者を 随時募集します

募集において辞退のあった住宅を限定で入居者の募集を行います。

【募集期間】 4月2日(月)～5月31日(木)の開庁日

※入居決まり次第、募集を終了

※受付期間は月単位で、同月内に複数の申込があった場合、抽選とします。

【申し込み】 申込書により問へ(郵送不可)※1世帯1戸のみ。

【必要書類】 入居申込書、誓約書、市税完納証明書、マイナンバー等

【申込資格】

○申込日時時点で市内在住、在勤の人(持ち家がある人は原則的に不可)。

○同居親族がいる人。婚約中に入居指定日までに婚姻できる人、事実上婚姻(内縁)関係にある人(住民票により確認できる人)。

○世帯全員の基準月収額が15万8千円以下であること。ただし、裁量世帯に該当する人は21万4千円以下のこと。

↓基準月収額とは「年間総収入額」から「年間所得金額」を計算し、「世帯の年間所得金額」を求め、「世帯の控除合計額」の差引額を12か月で割戻した額です。

○市税その他市に対する納入金の滞納がないこと。

○申込者または同居親族が暴力団の構成員でないこと。

↓入居資格審査会で入居申込者の実態調査と資格審査を行います、資格の有無を審査します。

※単身入居、裁量世帯など、詳細はお問い合わせください。

【その他】 市営住宅は建築年数も経過し、壁等に傷や汚れなどがありますが、修繕できかねるところがあります。予めご了承ください。

問 公営住宅課

(☎82・5642 / IP ☎88・9069)

Welfare 福祉

福祉タクシー利用料金の一部を助成します

4月2日から申請受付開始

重度の障がいのある方を対象にタクシー利用券をお渡しします。

タクシー運賃を支払う際、利用券を使うと運賃から基本料金(初乗料金)が割り引かれます。
※宇陀市デマンド型乗合タクシーは使用不可。

【対象】

○身体障害者手帳の総合等級が1級か2級で、かつ次の部位に障がいのある方
視覚・下肢・体幹・移動・心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・免疫・肝臓

○療育手帳「A1」「A2」の方

○精神保健福祉手帳1級の方

【利用できるタクシー事業者】

市と協定しているタクシー事業者に限る。
※年度途中に追加・抹消される場合があります。

【申し込み】 介護福祉課または各地域事務所まで

※代理の方での手続きも可

【持ち物】

○身体障害者手帳、療育手帳、または精神保健福祉手帳

○印鑑

○代理者による手続きの場合は、代理の方本人の確認できるもの(運転免許証、保険証等)

問 介護福祉課

(☎82・3675 / IP ☎88・9008)

■募集物件

■つつじ団地 7号 (公営住宅)

団地の住所	榛原萩原 1772-1
構造 / 建設年度	簡易耐火構造 2階建 / 昭和 48年
間取り / 面積	2DK/42.74㎡
家賃	9,500円～(収入に応じて算出)
敷金	入居時の家賃 3か月分

宇陀市国民健康保険直営診療所から

4月1日より、宇陀市国民健康保険直営診療所の診療時間に変更になります。

■田口診療所 (☎93・2101 / IP ☎88・9178)

	午前	午後	医師名
月		休診	
火	8:30～12:30 (整形外科)	休診	仲川 (宇陀市立病院)
水	9:00～正午	休診	中村(南奈良総合 医療センター)
木	休診	13:30～16:30	林 (宇陀市立病院)
金		休診	
土	【隔週】9:00～13:00 (ペインクリニック)	休診	渡邊

■東里診療所 (☎92・3741 / IP ☎88・9177)

	午前	午後	医師名
月	休診	15:30～19:00	山下(辻村病院)
火		休診	
水	休診	13:30～16:30	相良(市立奈良病院)
木		休診	
金	休診	13:30～16:30	丸山(宇陀市立病院)
土		休診	

※受付は、診療終了時間の30分前まで。
※都合により診療日・時間に変更になることがありますので、診療所にご確認ください。
※火曜日の整形外科、土曜日のペインクリニックは予約制となります。

問 健康増進課 (☎82・3692 / IP ☎88・9087)

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 環境・福祉 掲示板 うだちゃん

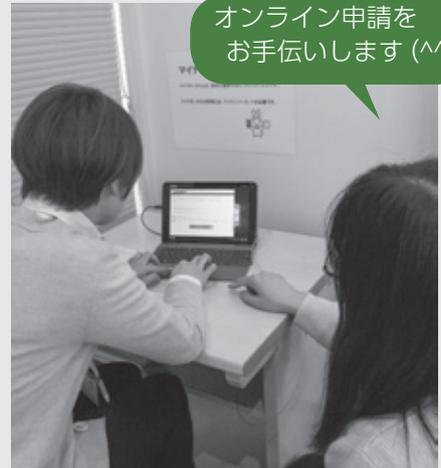


取得手続きが簡単になったよ♪

マイナンバーカード！

問 市民課 (☎ 82・2143 / IP ☎ 88・9076)

市役所設置のマイナポータル公共端末で、
マイナンバーカードの申請に必要な顔写真を
撮影 → その場で申請手続き♪



オンライン申請をお手伝いします(^^)

■マイナポータル公共端末設置箇所

場所：市役所市民課または各地域事務所

受付時間：水曜日の午前9時00分～10時30分まで
木曜日の午後2時00分～3時30分まで

※端末が各施設1台ですので、お待ちいただく場合もあります。

■申請時に必要なもの

- ①本人確認書類：顔写真付の公的な身分証明書の場合は1点
(運転免許証、住基カード、パスポート、障害者手帳等)
または顔写真のない公的機関等発行の証明書の場合は2点
(健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証、預金通帳等)
- ②通知カードおよび通知カードと一緒に届けられた「個人番号
カード交付申請書」
(紛失した場合などは、窓口で申請書を作成します)
- ③印鑑
- ④住民基本台帳カード (お持ちの方のみ)

※15歳未満・成年被後見人の方が申請に来庁される場合は、必ず
法定代理人が同行してください。申請に必要なものは、上記以外に
法定代理人の本人確認書類も併せてご持参ください。

■申請したマイナンバーカードをどう受け取る？

A：市役所または地域事務所で受け取り

申請後、カード交付の準備が整いましたら、交付ハガキを
発送します。そのハガキと本人確認書類および通知カードを
持って、ご本人が市民課または地域事務所までお越しください。

B：自宅で受け取り

申請時に、電子証明書の暗証番号設定依頼書をご記入いた
だきますと、後日、**本人限定郵便**で受け取れます。

※いずれも、申請から受け取りまで1か月程度かかります。

■申請手続き中のご注意！

(B：自宅で受け取りを選んだ場合)

- ・申請時に通知カードを回収させていただきますので、
マイナンバーカード受け取りまでの間、
マイナンバーの確認書類が手元からなくなります。
- ・申請時に住民基本台帳カード (お持ちの方のみ)
を回収させていただきますので、本人確認書類
としてご利用の場合はご注意ください。



マイナンバーカードで

住民票の写し・印鑑登録証明書・所得証明書等

**コンビニ交付サービス
始まっています！**

土・日・祝日を問わず、午前6時30分～
午後11時まで
※年末年始、システムメンテナンス日を除く

コンビニ交付サービスに開始に伴い、
毎月第2・第4土曜日の市民課窓口は
4月より終了させていただきます。
ご了承ください。



A・Bどちらの方法でも
受け取りできるよ♪



第12回宇陀市民スポーツ
大会参加者募集

【開催期間】 4月～平成31年3月

【競技種目】 22競技

【参加資格】 市内在住・在勤・在学の人

【申し込み】 所定の参加申込書により申し込むこと

※メール・FAX申し込み可

【申込用紙設置場所】 市役所1階ふるさとテラス、各地域事務所、中央公民館各分館、市内体育施設

問 市体育協会事務局（生涯学習課内）

（☎82・3675 / IP ☎88・6994 / FAX 82・3600）

（e-gakusyuu@city.uda.lg.jp）



各競技種目および開催日

競技名	対象（市内在住・在勤・在学）	日程	会場
バレーボール	一般女子	4月15日（日）	大宇陀体育館
軟式野球	一般の部（高校生以上） 還暦の部（50歳以上）	4/22（日）（予備 4/29（日））	大宇陀運動場
ゲートボール	高校生以上男女	4月27日（金）	室生屋内山村広場（やまなみドーム）
アーチェリー	中校生以上男女	4月29日（日）	桜井浅古アーチェリー場
ソフトテニス	中学生以上男女	5月13日（日）	大宇陀ふれあい交流ドーム
バスケットボール	小学生以上男女	5月13日（日）	大宇陀体育館
ソフトボール	一般男女	5/13（日）（予備 5/20（日））	総合運動場
ゴルフ	一般男女	5月16日（水）17日（木）	宇陀カントリークラブ
グラウンド・ゴルフ	一般男女	5/17（木）（予備 5/21（月））	総合運動場
バドミントン	小学生男女・ 中学生以上男女	5月19日（土）20日（日）	総合体育館
硬式テニス	中学生以上男女	5月20日（日）	大宇陀ふれあい交流ドーム
卓球	一般男女	5月20日（日）	榛原体育センター
ボウリング	一般男女	5月26日（土）	エムボウル（榛原サンクシティ内）
少林寺拳法	小学生以上男女	5月27日（日）	総合体育館
ソフトバレーボール	一般男女	6月10日（日）	大宇陀体育館
サッカー（フットサル）	小学生男女	6月17日（日）	総合体育館
バウンドテニス	中学生以上男女	9月15日（土）	伊那佐体育館
合気道	幼児以上男女	9月16日（日）	総合体育館格技室
剣道	小学生以上男女	12月9日（日）	榛原体育センター
自転車	小学校以上男女	12月9日（日）	総合体育館
綱引き	小学生以上男女	平成31年1月27日（日）	総合体育館
ホッケー	高校生以上男女	平成31年3月2日（土）	室生屋内山村広場（やまなみドーム）

自分・家族・大切な人を守るためにも、まず登録を！

緊急情報・行政情報メール配信システム

宇陀市安全・安心メール

暮らしに関する行政情報も
配信してるのが・・・

【配信している情報】

- ・火災情報・気象情報
- ・防犯・安心情報
- ・暮らしの情報
- ・イベント情報



それぞれ受信する情報は
選択することができます



問 危機管理課（☎82・1304 / IP ☎88・9070）



人権文化講座の受講生募集

人権交流センターでは、「福祉と人権のまちづくりの拠点施設」として、より豊かな人権文化の創造を目指した講座を開催しています。

【対象】 市民（継続して受講できる方）

【申し込み】 4月5日（木）～13日（金）午前8時30分～午後5時に☎もしくは各人権交流センター窓口にて（定員を超過した場合は抽選）

※締め切り後、抽選日を通知します。

■大宇陀人権交流センター（☎FAX83・0572/IP ☎88・9115）

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
ふれあい教室（デイサービス） 対象年齢：60歳以上	要介護にならないための健康管理や運動の指導	21	第2・4木曜日 13：00～	20
あさあけ料理教室	成人病予防や、健康管理に役立つ料理教室	11	第3金曜日 9：00～	20
大宇陀ひまわり学級	軽スポーツで軽く汗をかいたり、毎日の生活に必要な知識と教養を学ぶ教室	22	第1・3金曜日 13：00～	なし

■菟田野人権交流センター（☎84・2031/IP ☎88・9179/FAX84・3843）

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
チャレンジ講座	色んなことに挑戦！ 書道基礎（漢字・かな） パステル画・山椒みそ こんにゃく造り	12	第1・3水曜日 13：00～	15
絵手紙講座	心のこもった一枚で、心の交流はじめてみませんか！	12	第1・3火曜日 13：30～	15
パン倶楽部第1班 ※受講経験通算3年未満限定	ふっくら香ばしい焼きたて 手作りパンを食卓に！	8	第2木曜日 13：00～	15
パン倶楽部第2班	同上	8	第3木曜日 13：00～	15
健康教室「運動療法」	身体の改善に向けて軽い ストレッチで体づくり	12	第2・4土曜日 13：30～	15
手話講座	簡単な手話を学び、手話 を使って会話しましょう	12	第2・4土曜日 10：00～	15

■室生人権交流センター（☎0743・82・0697 / IP ☎0743・89・0030 / FAX0743・82・0876）

講座・教室	内 容	回数	開催日時	定員
生け花教室 室生人権交流センター	生け方の基礎を学ぶ	12	第1・3火曜日 14：00～	15
室生ひまわり学級（識字学級） 無山老人憩いの家	基本学習（ひらがな・カタ カナ・漢字）・絵手紙 ちぎり絵・習字	24	第2・4水曜日 19：00～	15
室生たんぼぼ学級（識字学級） 蕨集会所	同上	24	第2・4水曜日 9：00～	15

○募集人数が半数未満には、開講しない場合があります。

○開講日が祝日にあたる場合や講師の都合により、やむを得ず変更する場合があります。

○教材費等が別途必要な講座・教室がありますので、お申し込みの際にご確認ください。

※なお、室生人権交流センターについては、職員不在の場合は、菟田野人権交流センターにお問い合わせください。

毎月11日は『人権を確かめあう日』

『人権を確かめあう日』市民の集いを開催

問 人権推進課（☎82・2147/IP ☎88・9077）
（FAX82・7234）

今回お招きする講師の島田妙子さんは、4歳の頃、両親の離婚で兄2人と児童養護施設に入所。7歳の時、父の再婚で家庭に復帰しましたが、継母と実父による壮絶な虐待が始まり、何度も命を落としかけました。心の支えであった亡き兄の想いを引き継ぎ、本当の意味での「児童虐待の予防」にむけた自叙伝や著書「虐待の淵を生き抜いて」等を執筆、彼女自身のこれまでの体験を元に幅広い内容で「大人の心を助ける」講演活動を積極的に行われています。

また、島田さんは、日本アンガーマネジメント協会認定のアンガーマネジメントファシリテーターでもあります。アンガーマネジメントとは、怒る必要のあることを上手に怒り、怒りをコントロールするための心理トレーニングのことです。

自身が受けた虐待や怒りの連鎖を断ち切るアンガーマネジメント、そして、命や愛、子育て、障がい、介護など幅広い内容について熱く語る、島田妙子さんのお話を

一人でも多くの市民に聞いていただき、人と人とのつながりや支え合うことの大切さ、命の尊さについて考えてもらう機会になれば幸いです。

皆様のご参加をお待ちしています。

【日時】 4月11日（水）午後1時30分～

【場所】 榛原総合センター（榛原萩原）

【内容】 講師：（一財）児童虐待防止機構
理事長 島田妙子さん

講演「幸せって何だっけ？

～人にも自分にも当たらない
社会をめざして～」

【その他】

参加無料・申込不要・手話通訳

要約筆記・無料託児（生後6か月～）

※託児希望の方は、4月4日までに
申し込み（FAX可）



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**
4月11・25日(水) ①10:00~ ②10:45~
おはなしクラブ
4月14日(土)①10:30~ ②14:30~
28日(土)①10:30~(小さい子) ②11:15~(大きい子)

- ★図書館のおしごと体験 (約60分) 要申し込み
4月21日(土) ①10:00~ ②14:00~
- ★映画会 (約30分)
4月21日(土)11:00~ 場所:おはなしのへや

(宇陀市立大宇陀図書館)

- ★おはなし会 (約60分)
4月21日(土)10:30~ 場所:和室(2F)
- ★映画会 (約30分)『どろんこハリー』
4月14日(土)10:30~ 場所:研修室(1F)

4月の休館日 3・10・17・24・29 **毎週火と祝日**

■中央図書館 ☎82・4749/IP 88・9110 (9:30~17:00)
■大宇陀図書館 ☎83・0976 (9:00~17:00)

玩槭文庫(がんしやくぶんこ)だより

第17回特集『日本の文様』

古くから、自然にあるものはデザイン化され、あらゆる物に装飾されてきました。今回は、文様に関する様々な資料を展示。大変参考になる資料です。

奈良カエデの郷ひらら 内☎84・2888

4月の文化会館だより

かぎろびホールの催し (3月3日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	開演時間	対象
8	日	ワカナバレエスタジオ 発表会	ワカナバレエ スタジオ	開場 13:30 開演 14:00	一般 (無料)
30	月	宇陀市吹奏楽 フェスティバル	同実行委員会	開場 13:30 開演 14:00	一般 (無料)

4月の休館日 (3・10・17・24・29日)

問 宇陀市文化会館 (☎83・0977)

春の全国交通安全運動

4月6日(金)~15日(日)

「交通事故のない やすらぎの 大和路づくり」

~大和の交通マナーを高めよう~

「子どもと高齢者の安全な通行の確保と
高齢運転者の交通事故防止」

「自転車の安全利用の推進」

「全ての座席のシートベルトと
チャイルドシートの正しい着用の徹底」

「飲酒運転の根絶」

「横断歩行者の保護と正しい横断」



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

みんなが笑顔になるために

障がいのある人について知ろう!

聴覚障がいを知ろう

聴覚障がいとは・・・

耳が聞こえない、または聞こえにくいといったことから、人と会話をしたり、耳からの情報を得たりするときなどに困ってしまう場合がある状態です。

■聴覚障がいの特性は?

○手話や文字、図等から必要な情報を得ています。

○話している相手の表情や口の動きなどを読みとって、話の内容を補っている人もいます。

○耳に補聴器などをつけていることがあります。外見からはわからない人もいます。

■こんなこと困っています

○まちを歩いている時などに、後ろから声をかけられてもわからなかったり、車のクラクションなどが聞こえません。

○駅の構内や電車内などでのアナウンスや、災害時の緊急警報などが聞こえません。

○緊急時でも、電話ができません。○手話ができない人もいます。

問 介護福祉課 (☎82・3675/IP ☎88・90088)

○大声で話しかけられて、逆に聞き取りにくくなる場合があります。

■自然な気持ちで助け合う

障がいのあるなしに関わらず、困っている人を助けるのは当然のことです。「おたがいさま」という自然な気持ちで助け合いましょう。

■一人ひとりの違いを理解する

障がいには、様々な種類や症状の違いがあります。障がいのある人の個性や特徴も一人ひとり違います。

■相手の立場になって考える

親切のつもりが、かえって迷惑なこともあります。障がいのある人が、どんなことをしてほしいかを確かめてから手助けしましょう。



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

職員募集

■さんとぴあ榛原

介護職員（臨時職員）

【募集人員】若干名

【要件】60歳未満

【時給】850円

介護福祉士資格取得者には優遇措置あり

【勤務体制】日勤・夜勤など相談に応じます

【申し込み】履歴書・資格証明書の写しを提出

※随時募集中

問さんとぴあ榛原

☎85・25025 / IP ☎88・90965

■医療介護あんしんセンター

①事務員（臨時職員）

【募集人員】1人

【職務内容】介護予防支援に関する事務（パソコン入力、書類整理等）

【要件】63歳未満でワード・エクセル（初級程度）が使える人

【時給】860円

②専門員（臨時職員）

【募集人員】2人

【職務内容】介護予防ケアマネジメントおよび地域包括支援センターに関わる業務

【勤務場所】医療介護あんしんセンター（榛原福地）

【要件】以下の要件のいずれかに該当する65歳未満の人

①社会福祉士
②介護支援専門員

【時給】①1540円
②1390円

①②とも

【勤務場所】医療介護あんしんセンター（榛原福地）

【雇用期間】4月下旬（予定）

平成31年3月31日（日）

【勤務時間】午前8時30分～午後5時15分（休憩1時間）

【休日】土・日・祝日

【申し込み】4月13日（金）までに履歴書を持参

問医療介護あんしんセンター

☎85・25000

宇陀市農地賃借料情報

下記の賃借料情報は、平成29年1月1日～12月31日までの賃貸借契約における賃借料の状況です。

賃貸借契約の目安としてご利用ください。

※全国農業会議所のサイトで全国の状況を確認することができます。(https://www.nca.or.jp)

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	28
		最低額	1,600	
		平均額	9,529	
市街化区域除く	畑 普通畑	最高額	20,000	75
		最低額	1,000	
		平均額	8,763	

問農業委員会 ☎82・5781/IP ☎88・9089

ご利用ください 高萩台自転車駐車場

【場所】近鉄榛原駅北側
（駅から徒歩約1分）
【利用時間】5:00～24:30
【料金】自転車 150円/日

原付・90cc以下のバイク 230円/日
90cc超～250cc以下のバイク 250円/日

※定期利用もできます。詳しくはお問い合わせください

問まちづくり推進課 ☎82・5624 / IP ☎88・9092

公共施設IP電話番号・ダイヤルイン番号

課名	IP電話	ダイヤルイン	課名	IP電話	ダイヤルイン	施設名	IP電話	ダイヤルイン
【市役所】						【教育委員会】		
議会事務局	88-9082	82-5771	介護福祉課	88-9088	82-3675	教育総務課	88-9259	82-3973
秘書広報情報課	88-9083	82-3912	こども未来課	88-9080	82-2236	生涯学習課	88-9364	82-3975
管財課	88-9084	82-3632	厚生保護課	88-9079	82-2221	文化財課	88-9365	82-3976
人事課	88-9069	82-1303	商工観光課	88-9081	82-2457	【公共施設】		
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	水道局	88-9067 88-9104	(代) 82-2185
	88-9099	82-1301	産業企画課	88-9075	82-5874			下水道課(水道局内)
危機管理課	88-9070	82-1304	地籍調査課	88-9091	82-5608	医療介護あんしんセンター	88-9480	85-2500
企画課	88-9074	82-1362	まちづくり推進課	88-9092	82-5624	子育て支援センター	84-9925	84-9925
財政課	88-9071	82-1305	公園課	88-9093	82-3674	総合体育館	82-0511	82-6561
徴収対策課	88-9085	82-3643	建設課	88-9095	82-5638	【地域事務所】		
税務課	88-9072	82-1306	公営住宅課	88-9096	82-5642	大宇陀地域市民課	88-9114 88-9195	大宇陀地域事務所 83-2251
まちづくり支援課	88-9094	82-3910	出納室	88-9098	82-5673	菟田野地域市民課	88-9187 88-9188	菟田野地域事務所 84-2521
市民課	88-9076	82-2143	【公民館】			室生地域市民課	88-9181 88-9182	室生地域事務所 92-2001
保険年金課	88-9086	82-3672	市中央公民館	88-9180	83-0551			
環境対策課	88-9078	82-2202	菟田野分館	88-9190	84-3521			
人権推進課	88-9077	82-2147	榛原分館	82-3377	82-0374			
健康増進課	88-9087	82-3692	室生分館	92-2496	92-2496			



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・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだちちゃん

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]	4月4日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀地域事務所 宇陀市役所(212会議室)	総務課 (☎82・1302 / IP ☎88・9068)
	4月11日(水)			
	4月16日(月)			
	4月18日(水)			
人権相談	4月4日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター 宇陀市役所(212会議室)	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	4月18日(水)			
消費生活相談窓口 [予約不要]	4月2日・5日・9日・12日・16日・19日・23日・26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]	4月18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(213会議室)	税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)
こころの健康相談 [要予約]	4月17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]	4月25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]	4月4日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀地域事務所 榛原総合センター	菟田野地域事務所 (☎84・2521 / IP ☎88・9188) 室生地域事務所 (☎92・2001 / IP ☎88・9182) 大宇陀地域事務所 (☎83・2251 / IP ☎88・9195) 厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
	4月11日(水)			
	4月16日(月)			
	4月23日(月)			
若者自立のための 無料相談[要予約]	4月10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)	【予約先】 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]	4月20日(金)	13:00~16:00	宇陀市役所(211会議室)	【予約先】奈良弁護士会 (☎0742・22・2035) (相談日の2週間前より受付)
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]	4月11日(水)	9:00~12:00 13:00~15:00	宇陀市役所(211会議室)	
ひとり親福祉資金 貸付相談[要予約]	4月5日・19日(各木曜日)	10:00~16:00	宇陀市役所(301会議室)	【予約先】こども未来課 (☎82・2236 / IP ☎88・9080) (相談日の2日前の11時までに)
弁護士による福祉 専門相談[要予約]	4月16日(月)	10:00~12:00 (1人60分・1日2人)	宇陀市社会福祉協議会	宇陀市社会福祉協議会 (☎84・4116 / IP ☎88・9202)
精神科医による専門 相談[要予約]	4月23日(月)	14:00~16:00 (1人60分・1日2人)		

～「憲法週間」記念無料法律相談～

【日時】5月9日(水) 9:30~15:30 昼休憩あり
 【場所】奈良弁護士会(奈良市中筋町22-1)
 経済会館(大和高田市大中106-2)
 【相談時間等】1人30分 各相談所 先着20人
 【申し込み】4月9日~27日(9:30~17:00)までに問へ
 問 奈良弁護士会 (☎0742・22・2035)

～労働委員会委員による労働相談会～

【日時】原則として毎月第2木曜日 15:00~16:00
 ※4月は12日に実施(相談時間は1人30分)
 【場所】奈良総合庁舎内会議室(奈良市法連町757)
 【対象】①県内在住・在勤の労働者
 ②県内に事業所のある事業主
 【申し込み】要予約(前日の16:30まで)
 問 奈良労働委員会事務局 (☎0742・20・4431)

催し

■さくらのコンサート

桜の下で今回も楽しいコンサートを開催します。フォークから演歌、流行りの歌までいろんなジャンルをみんなで楽しみましょう。

▶日時 4月7日(土)

午前11時～午後3時

▶場所 うだ夢創の里(室生大野)

▶内容 【第1部】室生中学吹奏楽部の演奏【第2部】音楽グループ「介演隊」や「イマムロ」の演奏。軽食やデザート等の販売

▶参加費 無料

問 うだ夢創の里 (☎88・9367)

■親子リトミック体験会&さわ～るコンサート

手をたたいたり、ステップをふんだりの親子リトミック。その後は「さわ～るコンサート」で親子一緒に楽しみませんか。

▶日時 4月8日(日)

午後2時30分～3時30分

▶場所 大和富士ホール

▶対象 未就学児、小学1・2年生とその保護者

▶参加費 無料

問 レインボー宇陀

杉本方 (☎090・1244・4371)

■第15回フラワーバンクのご案内

花と緑に囲まれた潤いのある住みよい街づくりを目指した運動に

取り組んでいます。先着100人にさくらんぼの苗木をプレゼント。

▶日時 4月21日(土)

午前10時～午後3時

▶場所 植平工業(株)内フラワーバンク事務局(大宇陀大東203-1)

問 フラワーバンク事務局 (☎83・3011)

■第2回宇陀市吹奏楽フェスティバルを開催します

市内中学校と高校の吹奏楽部および昨年12月に発足した「宇陀市市民吹奏楽団」、さらに特別ゲストとして「奈良県警察音楽隊」と「曾爾中学校音楽部+ほら吹き隊」の演奏。最後に全員による合同演奏と盛りだくさんのプログラムです。多数のご来場をお待ちしています。

▶日時 4月30日(月・振休)

午後2時～5時(1時30分開場)

▶場所 文化会館

▶入場料 無料

問 フェスティバル実行委員長

山瀬方 (☎090・3056・4010)

■第12回宇陀市民ゴルフ大会

▶開催日 5月16日(水)・17日(木)

▶場所 宇陀カントリークラブ

▶対象 市内在住・在勤の方(小・中学生・高校生を除く)

▶申し込み 4月20日までに、市役所1階ふるさとテラスに設置の申込用紙に必要事項を記入のうえ提出。人数制限あり。

問 太田方 (☎83・0095)

その他

■優良運転者の表彰申請について

▶申請期間 5月1日(火)～31日(木) 午前9時～午後4時

※正午～午後1時/土・日・祝除く

▶表彰を受けられる資格

・桜井警察署宇陀警察庁舎管内在住の運転免許保持者

・自動車および原動機付自転車の運転を継続して行っている

▶表彰の種別 種別ごとに条件を満たしていることが必要

・ベストドライバー顕彰

・緑十字銅章・近畿交通栄誉章

※条件の詳細は問まで。

問 桜井警察署宇陀警察庁舎内

一般財団法人奈良県交通安全協会宇陀地区協会 (☎82・0110)

■警察官(第1回)採用試験

▶第1次試験日

体力試験…4月28日(土)、29日(日)のうち指定する1日

教養・論文試験…5月13日(日)

▶採用人員 大卒区分…男性34人程度、女性4人程度

▶受験資格 昭和63年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方または平成31年3月末までに卒業見込みの方

▶受付期間 郵送・持参…4月20日(金)まで ※詳しくは問まで。

問 県警察本部警務課採用係

(☎0120・351・204)

春うらら♪ 畳はおもて替え!

一級畳技能士 田中

TANAKA

畳・内装すべておまかせ!

たたみ工房 0120-36-2960

インテリア 奈良県宇陀市室生龍口138(本店 香芝 名張)

http://www.tatamikobotanaka.com/

税 金

軽自動車税の納期限は

5月1日(火)です。

税金は納期限内に納めましょう。

毎月19日は「うだ育児の日」

「ありがとう」のこころで 家庭・地域・そしてみんなをつなぎましょう!

問 こども未来課 (☎82・2236 / IP☎88・9080)

NAGASAWA 株式会社 永澤住宅設備

0745-83-2266 営業時間 / 8:00~18:00 定休日 / 日・祝日

草引き 蛍光灯交換 荷物運び 整理整頓 など

生活応援隊

身近な方に頼みづらいちょっとしたことをお手伝いします。

住宅設備 リフォーム 介護リフォーム 福祉用具

日常のお困り事 15分程度 500円

私たちができることはなんでも「15分500円」で引き受けます。

みんなの掲示板

このコーナーは、市民の自主的な活動を支援することを目的に設けています。

- 掲載記事は100文字程度
 - 営利目的、政治・宗教に関するもの、金銭的トラブルが生じるおそれがあるもの、不特定多数の市民を対象としないものは掲載不可
 - 紙面の都合で掲載できない場合があります
 - 原稿は掲載月の前月5日までに秘書広報情報課まで
- 問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083 / FAX82・3900)

募集

- 硬式テニス教室・市民交流大会 参加者募集! (参加費無料)
 - ▶日時 4月22日(日)
 - 【午前の部】10時～【午後の部】正午～
 - ▶場所 大宇陀ふれあい交流ドーム
 - ▶内容 【午前の部】ジュニア・初心者講習会…小学生を含むジュニア・初心者・初級の方対象
 - 【午後の部】テニス市民交流大会…腕に覚えのある方、ぜひ参加してください
 - ▶持ち物 硬式用テニスラケット、テニスシューズ、飲み物等
 - ▶申し込み 午前の部は事前に問へ
- 問 野村方 (☎ 82・7702)

- 市民春季軟式野球大会 参加者募集
- ▶日時 4月22日(日) 午前9時

- ～午後5時(予備日4月29日)
- ▶場所 大宇陀運動場
- ▶対象 一般の部…高校生以上のチーム、還暦の部…50歳以上のチーム
- ▶参加費 1チーム 1,000円
- ▶申し込み 4月15日までに問へ
- ▶その他 野球のできる服装・道具等は各自持参。

- 問 県軟式野球連盟宇陀支部
- 瀬田方 (☎ 090・6733・1816)
- 内門方 (☎ 090・3973・1750)

ソフトテニス市民大会 参加者募集

- ▶日時 5月13日(日)
- 午前9時～午後6時
- ▶場所 大宇陀ふれあい交流ドーム
- ▶対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方
- ▶内容 【一般男子の部】【一般女子・スーパー壮年(65歳以上男子)の部】
- ▶申し込み 4月28日までに問へ

- 問 市ソフトテニス協会
- 清家方 (☎ 090・3948・0546)

「華かがやきコンサート」参加団体募集!

幼児からシニアまで、音楽・ダンスなど様々なジャンルの団体の交流を図るコンサートです。

- ▶日時 6月3日(日)
 - 午後1時30分開演予定
 - ▶場所 文化会館
 - ▶その他 会場費の負担有り
 - ▶申し込み 4月20日までに問へ
- 問 植平方 (☎ 090・6058・6347)
- 杉本方 (☎ 090・1244・4371)

英会話クラス仲間春の募集 (公民館自主グループ)

- ▶日時 毎月3回 水曜日
- 初級:午後6時～7時
- 中級:午後7時15分～8時15分
- ▶場所 榛原総合センター 2階
- ▶対象 市内在住の大学生を含む社会人(年齢・男女問わず)

- ▶参加費 月2,500円(教室使用料込)
 - ▶講師 Frederic Plante 先生 (講師経験豊かなカナダ人、日本語少し話せます)
 - ▶その他 1回無料体験できます
- 問 栗嶋方 (☎ 090・7112・6848)
- 沖中方 (☎ 090・3279・8657)

合気道三錬会 稽古生募集

私たちと稽古しませんか。個々の目標に向かって日々稽古していきます。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
- 問 上田方 (☎ 82・8770)
- 寺地方 (☎ 82・5164)

韓国語講座マンナム仲間募集 (公民館自主グループ)

- ▶日時 毎月2回 第2・4金曜日
 - 午前9時～正午
 - ▶場所 榛原総合センター
 - ▶対象 初めての方も大歓迎
 - ▶参加費 会場使用料・講師料等必要。詳しくは問へ
- 問 高奥方 (☎ 090・7355・5034)

3色パステルアート教室受講生募集 「絵」「心」「脳」から開発されたアートセラピー

- ▶日時 5月～第2・4日曜日
 - 午前または午後
 - ▶場所 大和富士ホール
 - ▶対象 小学生から大人まで
 - ▶参加費 1回800円 (会場料・材料費等)
 - ▶定員 各教室15人
 - ▶申し込み 4月15日までに問へ
- 問 松森方 (☎ 090・7349・0706)

月 ビールと温泉セットで¥1,000

火 ポイント2倍デー

水 65歳以上¥500入浴デー

金 お子様(小学生以下)無料入浴デー

4月中は無休営業

楽しいイベントもやってるよ!

TEL 0745-83-4126

左下のクーポン券が市民特典! 癒されたい日は、あきののゆへ

あきののゆへ 大宇陀温泉 自然温泉 極楽の湯

ほぐし処 ビッグサム

営業時間 9:30～18:00

★もみほぐし 60分 ¥3,120(税込)

「広報うだを見た!」で、もみほぐし料金を ¥200 off! (平成30年5月末まで)

★リンパオイルマッサージ導入!! (男性もOK!) 60分 ¥4,500(税込)～

☎0744-35-6719

桜井市外山747 桜井ゴルフセンター内

相続 遺言 贈与 契約 財産管理 成年後見 裁判 会社法人登記 債務整理 過払請求 自己破産

五味総合法務事務所

お気軽にご相談ください 誠実な対応でお役に立ちます

司法書士・行政書士 五味 愛直 (簡裁代理認定No.115031)

桜井市朝倉台西8丁目108-71

☎0744-46-3951

Mail:dusty@iris.eonet.ne.jp

500円入浴券 平成30年4月末日まで有効 (1枚で2名様ご利用可)

宇陀を駆けた人々

「伊能忠敬」
いのうただたか

悠久の歴史を刻んできた宇陀。古代から現代まで多くの人々が宇陀を駆けぬけていきました。神話や伝説の世界の人々、実在の人々、宇陀の歴史に欠くことのできない人々をご紹介します。

伊能忠敬と日本地図

今、私たちが普通に使っている地図。最初に科学的な測量によって地図がつけられたのは、いつ頃かご存じですか。

江戸時代、寛政12年（1800）から文化13年（1816）まで、17年をかけて全国を測量し、『大日本沿海輿地全図（だいにほんえんかいよちぜんず）』という地図の完成によって、日本の正確な姿が明らかとなりました。これが、日本最初の科学的な地図です。

この地形測量を行ったのが、伊能忠敬。彼のプロフィールをご紹介します。忠敬は、延享2年（1745）、現在の千葉県九十九里町で生まれました。17歳で伊能家の当主となり、佐原（現在の千葉県香取市）で実業家として活躍しました。その後、家督を譲り、隠居し、50歳で江戸に出ました。江戸では、天文・暦学を学び、自宅に観測所を作って太陽や恒星の高度などを熱心に観測しました。師匠が地球の大きさを知っていたことがわかり、「地球の大きさは計算できる」そう思

1



いつくと、すぐ実行にとりかかりました。

「日本列島測量の旅」のはじまりです。

寛政12年の蝦夷地（現在の北海道）の測量にはじまり、10回にわたって、全国を測量しました。忠敬は第9次の伊豆七島測量を除いて全測量に従事しました。その測量距離は約4万キロ、忠敬自身の旅行距離は3万5千キロに達しました。

文政元年（1818）、忠敬は73歳で亡くなりましたが、地図の編集作業は続けられ、文政4年（1821）、『大日本沿海輿地全図』が完成しました。この地図は、極めて精度の高いもので、ヨーロッパにおいて高く評価され、近代日本の基本的な地図として、活用されました。

文化5年（1808）の第6次の測量では、忠敬ら一行は宇陀を訪れています。さて、どの辺りを訪れたのでしょうか。

文・柳澤一宏（文化財課）



さまざまなリボン運動

右下のようなリボンを見かけます。

その色はひとつだけではなく、現在世界中でさまざまな色のリボン運動があり、レッドリボンやピンクリボンなどは、よく知られています。

このリボンのそれぞれの意味をご存知でしょうか？

リボンの色は、国によっては異なった運動のシンボルマークに使われているものもあり、日本では始められた運動として、オレンジリボンは、「児童虐待防止の活動」の象徴で、栃木県で亡くなった幼い兄弟の虐待死をきっかけに活動が広がっています。

今回は、さまざまな種類のリボンに願いを込めた「キャンペーンリボン」の主な種類・趣旨についてご紹介します。

▲「ブルーリボン」

「北朝鮮による拉致被害者の救出」と「リボンは核兵器より強し」という理念のもと、北朝鮮と祖国日本を隔てる「日本海の青」をイメージしたものです。



1997年、北朝鮮による拉致被害者家族連絡会が結成され、その家族会への支援が広がるとともに、リボン運動も活発になりました。

▲「パープルリボン」

1994年、アメリカ・ニューヨークハンプシャー州の小さな町で、性暴力被害の生存者によって作られました。暴力被害者にとってより安全な社会になることを目的に取り組まれています。

▲「ピンクリボン」

アメリカで、乳がんを娘で亡くした母親が、孫にも同じ悲しみを繰り返さないようにという願いを込めて手渡したのがピンクのリボンといわれています。乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進するための世界規模のキャンペーンが行われています。

▲「イエローリボン」

障がいのある人々の社会参加の推進をめざすシンボルマークです。障がいがあっても、住み慣れたまちで、心豊かにその人らしく暮らし、学び、働くことができる社会をめざして、取り組まれています。

4月 番組表

時	1日~20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	○卒園式・卒業式 (室生こども園・大宇 陀中学校・菟田野小 学校)	○伊賀一之井松明講サ ポート事業 (笠間地区まち協)	○宇陀市消防団 入退団式
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				○ふれあいアマゴ釣り 大会(田口地区まち協)	○春のウェルネス ウォーク
8	ストレッチ/タオル体操 お知らせ(音声付き静止画)		(野菜たっぷり) クッキング	-	-	・鯖のおろしソースがけ ・キャベツのサラダ
9	まちの話題 ホットニュース		まちの話題	○第2回文化遺産 セミナー	○第11回宇陀シティ マラソン	○第12回マーガレット コンサート
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)			○北辰合同いきいきサ ロン(北辰地域まち協)	○宇陀市市民吹奏楽団 の練習	○宇陀市西国三十三所 巡り(第6回)
11	サイエンスチャンネル お天気カメラ		サイエンス	ザ・メイキング: 学生服	U.H.O. ヒューチャー・ レスキュー: 忘却の砦	スポサイ: サッカー
0	まちの話題 ホットニュース			エコ・フロンティア: ヘビの動きに学ぶ実用 ロボット	日本再生への道:スマー トグリッドへの挑戦	
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)		はみがきのうた	菟田野保育所	しらゆり保育園	榛原東幼稚園
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					
3						
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					
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/フジキ

From: プレット
(榛原中・室生中)



皆さんこんにちは！
 この間素敵な体験をしてきました(^^) v
 ALT (外国語指導助手) のみんなで
 “カエデの郷ひらら” で研修会をしました。ひららは奈良県または日
 本に一つだけのワールドメイプルパークですが、カエデを見に行っ
 たのではなかったんです。その日は着物を着て、茶道や折り紙をし
 たり、書道では「挑戦」と書きました。お昼ごはんは昔の給食を味
 わいました。普段なかなか経験できない事ばかりで、とても楽しかつ
 たです。
 宇陀市にはこのような、観光スポットがたくさんあります。宇陀
 には、文化がある！歴史がある！魅力がある！でも、世界中にあまり
 知られていません。これからは、私もこの町の事を世界中で紹介
 していきたいです。

着物姿、似合ってますか？



平成 30 年 3 月 1 日現在
 ※ () 内は前月比

総数	31,021人 (-46)
男	14,840人 (-17)
女	16,181人 (-29)
世帯数	13,026世帯 (2)

今月号から、学校で歴史を学ぶ
 学生の皆さんをターゲットに歴
 史コーナー「古事記・白本書紀・
 万葉集と宇陀市」のリニューアル
 を行いました。▼これまでは
 宇陀にまつわるエピソードを交
 えながら「記紀・万葉」の紹介
 を行ってきましたが、今月号か
 らは宇陀に関係した歴史上の人
 物、主に教科書に登場する人物
 を紹介することにしました。▼
 ご存知のとおり、宇陀は歴史文
 化財の宝庫で、古くから交通の
 要衝。多くの歴史上の人物が往
 来、また滞在されています。皆
 さんには「自分たちの身近な場
 所に、こんな有名な人物が関係
 してるんだ」と身近なところで
 関心を持ってもらいながら、楽
 しんで歴史を学んでもらいたい
 と思います。▼これからも本紙
 では学生の皆さんのお役に立
 てよう紙面づくりを進めてい
 きます。



ウッピー編集員が、
時どきの想いを綴ります

第11回宇陀シティマラソン (3月11日)

当日は、今年も晴天。約 1450 人のランナーが完走しました。
今回もボランティアスタッフをはじめ選手、応援者など市内外から多くの方々にご参加いただき、大きな事故無く楽しい一日を過ごすことができました。
前日の 10 日には、プレイイベントとしてゲストランナー岩橋優さんによるランニング教室を開催。約 60 人のキッズが元気に走ってくれました。来年も皆さんのご参加をお待ちしています！



各レースの結果は P15 を
ご覧ください



△今回初めて出演いただいた
大宇陀中吹奏楽部の皆さん



この模様は、うだチャン 11 で紹介するほか、当日多くの方々に映っていただいた写真は市 Facebook でアルバムとして掲載しています。ぜひご覧ください。



宇陀市の代表として今年も激走！ ～県市町村対抗子ども駅伝大会 (3月3日)～



檀原運動公園で行われた本大会。市では昨年 12 月から小学 5～6 年生を対象に選手団を結成し、約 3 か月間にわたって厳しい練習を行ってきました。結果は駅伝の部で 11 位、個人では駅伝の部・タイムトライアルの部で計 3 人が入賞。今回は宇陀市で過去最多入賞の大会となりました。参加してくれた皆さんありがとう。次回もたくさんの参加を待っています！

【出場選手】

(出走順・敬称略)

※学校学年は大会当時

- 前田心瑠 (室 生 6)
- 古谷日和 (大宇陀 6)
- 生駒大智 (榛原西 6)
- 阿片瑛奈 (榛原東 6)
- 山田陽穂 (榛原東 6)
- 植松和音 (榛 原 6)
- 村田幹透 (榛 原 6)
- 古波津あす乃 (榛原東 5)
- 日桴 聖 (室 生 5)
- 森田偉月 (榛原西 6)
- 植田 葵 (大宇陀 5)
- 川上涼花 (榛原東 6)

【個人入賞者】

- 駅伝の部
阿片瑛奈 (区間 2 位)
- タイムトライアルの部
川上涼花 (6 位)
日桴 聖 (8 位)