



うだ

I LOVE UDA

市内で活躍する市民団体を紹介
(まちづくり活動応援補助金採択団体)

このまちが すき!

人事行政の運営状況	〇〇〇〇8
予算執行状況報告	〇〇〇10
宇陀市の給食が全国へ	〇〇〇11
年末年始の業務のお知らせ	〇〇28

教えて！ まちづくり活動応援補助金のこと



どんな団体が対象？

市内で活動し、3人以上で構成されており、規約等の定めにより活動している団体です。（メンバーの半数以上が市内に在住、在勤または在学の方）

どんな事業が対象？

団体が実施する自主的なまちづくり事業で、観光振興や健康・福祉、芸術・文化などの生涯学習の振興などの事業です。

期間はどれくらい？

原則として1年限りの事業です。複数年にわたる事業は、3年を限度として補助対象になる場合があります。

補助金はどれくらい？

対象となる経費から収入を差し引いた額（上限50万円）です。複数年にわたる事業については、自立・発展性の観点から年々減額となります。

申請したいのですが

毎年3月頃募集を行います。申請方法は広報うだやホームページに掲載します。予算成立が前提のため、内容など変更もあります。ご了承ください。

※詳しくは問へお問い合わせください。



まちづくり支援課 林

活動している団体

新規 うだ子ども能楽教室

団体名：うだ子ども能楽教室



楽しみながら身につく礼儀作法と能楽

スタッフ9人で準備を進め、9月から大宇陀小学校多目的教室で「うだ子ども能楽教室」を開始。現在9人の子どもたちが月2回各1時間程度、プロの能楽師の先生から、謡や仕舞を楽しく元気に学んでいます。伝統文化の「能楽」を能楽師から教わることで、子どもたちは心が豊かになり、また正しい礼儀作法が身に付きます。その成果は毎年6月開催の「あきの螢能」などで発表します。能を通じて郷土に愛着を持ち、伝統行事に関心を持てるよう願っています。

宇陀の魅力のひとつになれば

普段から「あきの螢能」に関わるスタッフが、後世に続けていきたい伝統行事として、子どもの頃から慣れ親しんでもらえるよう立ち上げました。子どもたちだけでなく、保護者同志も交流し、「能」を中心とした輪が広がることを期待します。



宇陀スカイランタン
フェスティバルの様子



宇陀市では平成23年度から、「まちづくり活動応援補助金」の交付事業を行っています。市民が主役のまちづくり・地域の個性を生かしたまちづくりの実現に向けてボランティアや市民グループなど、皆さんのまちづくり活動をバックアップしています。今回の特集では、これらの団体の思いや取り組みについて紹介します。

～市内で活躍する市民団体を紹介（まちづくり活動応援補助金採択団体）～

このまちがすき！

問 まちづくり支援課
(☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

特集

これまでの実績

今年度までにたくさんの団体の方が企画・立案し、宇陀市のために活躍されています。

平成23年度	10団体
同24年度	8団体
同25年度	7団体
同26年度	6団体
同27年度	6団体
同28年度	7団体
同29年度	6団体
同30年度	7団体
今年度	8団体



プレゼンテーションの様子

まちづくり活動応援補助金は、市内で活動していただいている団体が行う新たな取り組みに対して、補助金を交付することで、市民や団体による主体的な地域の個性を生かしたまちづくりを推進し、市の発展に寄与することを目的としています。

補助金をご活用いただくには、事業のプレゼンテーションを行い、審査を受けていただく必要があります。事業が完了すれば成果報告を行っていただきます。

現在、全国多くの自治体では、地域活性化に有効な手段が見いだせていないのが現状で、大きな課題となっています。

す。そのような中で、地域の団体にまちづくり活動応援補助金をご活用いただき、様々な活動を通して、宇陀市の魅力発信や、市外からの誘客による関係人口の創出などに大きな役割を果たしていただいております。

今後も、限られた予算の中ですが、この事業をはじめ、アイデアあふれる地域活動の支援を継続して行きます。



まちづくり支援課長 山口

宇陀市の魅力発信のために

3
年目

宇陀スカイランタンフェスティバル

団体名：宇陀スカイランタンプロジェクト



夜空にきらめくみんなの願いと想い

自然豊かな宇陀市の澄んだ夜空に幻想的な灯りとともに、たくさんの想いや夢が詰まった「スカイランタン」を打ち上げました（P2の写真）。

近隣の市町村や県内外の方に宇陀市の魅力をアピールできるイベントとして開催し、夏祭り・秋祭りに続く宇陀市の新しい観光資源になるよう願いを込めて計画しました。今年は6月23日に開催し、約500人の方の願いを乗せたスカイランタンが夜空いっぱいになりました。



スカイランタン打ち上げ前のオープニングセレモニー



地元の太鼓台の担ぎ出しや、特産物を活かした飲食ブースなども出店

今後も地域づくりを目指して

3年目を迎え、自分たちの団体や活動が少しでも行政と関わることで、より地域の活性化につながると考え申請しました。同じ志をもった者が集まったことで来場者を含むすべての方との強いつながりや絆となりました。今後も様々な手法を試行錯誤し、地域づくりにつなげたいと思います。たくさんの方の協力のもと無事終了できました。ありがとうございました。

新規

芳野城を中核にした地域活性化事業（芳野城夢プラン）

団体名：芳野城を守る会



昔からあるものを知ってもらい、後世に残したい

菟田野芳野地区にある芳野城跡を整備し、観光資源に活用できるように、スタッフ35人と地域住民と共同で、道の整備や草刈り、案内板の設置などを行っています。今年度は、芳野城跡に向かう道の3分の1を整備し、案内看板も設置できました。また、芳野地域の歴史を学ぶことでスタッフや地域住民の連帯意識を高め、地域の活性化につながるよう、学習会や地域を巡るバスツアーを開催しました。



案内看板の設置



地域の方も一緒に整備作業



整備後

地域と一緒に力を合わせ

地元に住んでいる多くの方は、芳野城跡のことをよく知りません。まず自分たちで学ぶ機会を作り、芳野城跡を中心にみんなで地域を盛り上げていきます。整備後は、市民の方にも来訪いただき、悠久の歴史を感じてほしいと思います。

活動している団体

2
年目

室生原山にぎわいの拠点づくり事業

団体名：三郎岳景観石仏群保存会



安全に登山できるよう案内板を設置

先人が作ってくれた石仏を残したい

室生下田口原山地区にある三郎岳には、山つつじ・山桜が自生し、冬には樹氷が見られるなど景観が良く、石仏群などの遺産も残っています。見晴らし台から見える景色（表紙の写真）は絶景で、安心して旅ができるよう、登山道路の整備や案内板の設置などを行いました。また、登山客のための「さあ 行こう原山 登ろう 三郎岳」のパンフレットも作成しています。



登山道に設置した簡易トイレ

皆さんに見てもらいたい景色

子どもの頃、遠足で登った三郎岳から見た景色が忘れられず、地元の協力のもと少しずつ環境整備が実現しています。今後は、市民の方や地元の方との交流ができるようなイベントを計画していきます。ぜひお越しください。



珍しい磨崖仏が多く残っています

2
年目

べんいち 一魂心会による室生活活性化計画！室生寺もみじ祭りに於ける『お客様に対するおもてなし』

団体名：べんいち 一魂心会



私たちがおもてなしします

自分たちも元気になれる“おもてなし”

「観光誘致」「地域活性化」「環境美化」の3つの柱を中心に活動しています。「観光誘致」として室生寺前バス停の待合所をメンバー手作りで建設。「地域活性化」として毎年11月に行われる「室生寺もみじ祭り」でのお出迎えの提灯を設置。また、暖を取れる小休憩スペースや、温かい飲食物の屋台を出店し、おもてなしを行いました。「環境美化」としてあさぎり公園周辺の緑化を行いました。



市民や観光客の笑顔のために

宇陀市を代表する観光スポット「女人高野室生寺」。近年直面している観光客の減少と室生地域の衰退化に歯止めをかけるため、室生寺の若手僧侶と地域住民により発足しました。今後も地域の方や観光客の笑顔を増やして盛り上げていきます。



温かいこんにゃく屋台の出店

3
年目

～町おこしは人おこし～ 魅力発見 ♪うたの手づくりフェスタ♪

団体名：うたの夢街道実行委員会



「何にもない町」から「何でもできる“ええ町”」に

「健康なからだを作ろう、手づくりしよう」を軸に、宇陀市内で活躍する人やものに触れて、人や地域を知り、体験を通じて交流が深められる事業「♪うたの手づくりフェスタ♪」を10月27日に開催しました。見るだけ、聞くだけでなく、経験することで得られる「新しい気づき」。体験を通じて、ひと・こと・もの・地域を知り、「答えは自分の枠の外にある」と気づけば、新しいチャレンジは不安から楽しみになるのではないのでしょうか。



明日への一歩につながる町を目指して

「町おこしは人おこし」のタイトル通り、一緒に参加し体験することで、新しい可能性に気づける場を作りたいと思い申請しました。地域資源である木材・毛皮革を生かした新しい試みを模索し、今後も「気づき」から「行動へ」を目標に継続できるよう、がんばりたいと思います。皆さん一緒に“ええ町”を作しましょう。



2
年目

空き家改修の民家を利用した市民による 市民の為の市民文化講座

団体名：にっこり会



生徒も先生も元気になる楽しい講座

市民の自主性と主体性を引き出し、市民が自ら開催時期や参加費、講師などを考え、ニーズに応じた様々な市民講座を大宇陀下本にある空き家を改修した民家で行っています。

子どもから高齢者まで多世代の交流の場づくりとして、茶道教室や料理教室、和菓子教室、大正琴教室、着付け教室、紙芝居教室、踊りの教室などを定期的に開催しています。



和菓子教室で作った「若鮎」

毎日忙しいが楽しい

町おこしのために何かできないか考え、毎月多くの教室を開催しています。和菓子教室で作ったお菓子を茶道教室のお菓子として利用するなど、それぞれの教室がつながることで、人やまちの活性化になればと願っています。皆さんも新しいアイデアを出して町おこしをしましょう。



活動している団体

2
年目

日本刀の祖「天国（あまくに）」の郷を訪ねて！

団体名：宇陀市の神話と歴史を考える会



刀制作の様子

日本刀発祥の地

社伝によると、『文武天皇の大宝元年（701）、刀匠天国が稲津社境内（菟田野稲戸地区）の霊水によって、日本刀の小烏丸（こがらすまる）を造る』とあり、当地は「日本刀発祥の地」として、発信していきたいと考えています。

7月20日に「日本刀の祖『天国』の郷を訪ねて」とし、天国の井戸（八坂神社）や国宝宇太水分神社、現在名工の河内國平氏の國平鍛刀場での刀制作見学を行い、たくさんの方に参加いただきました。



菟田野稲戸にある天国の井戸

活動の輪を広げていきたい

宇陀市には多くの神話・歴史・文化遺産があります。あまり知られていない文化遺産などを巡り、知ることによって「町おこし」につなげ、市内外に発信していくため申請しました。今後は天国の井戸も整備していきます。宇陀市に伝わる民話や伝説を探究し、活発なまちづくりを一緒にしましょう。



國平鍛刀場で刀の説明を受ける

宇陀市が活性化するための「まちづくり」に、市民一人ひとりができることは、直接活動ができなくても、こんな活動をしている人たちがいることを知ること、その催しに参加すること、そして周りに伝えることも大切なことかもしれません。



■ 期末・勤勉手当の状況（平成 30 年度分）

区 分	期末手当	勤勉手当	1 人当たり 平均支給額
宇陀市	2.60 月分	1.85 月分	1,695 千円
国	2.60 月分	1.85 月分	－

■ その他の手当の状況（平成 30 年度 普通会計決算）

手当の名称	支給実績 (千円)	1 人当たり 平均支給額 (千円)
地域手当	45,030	129
特殊勤務手当	2,537	32
時間外勤務手当	107,038	581
扶養手当	46,274	232
住居手当	15,627	87
通勤手当	24,811	90
管理職手当	47,460	558

※**地域手当**とは、民間賃金の高い地域との給与水準の調整を図るため支給する手当をいいます。

※**特殊勤務手当**とは、著しく不快、不健康または困難な勤務に対して給与上の特別な考慮を行うため、その勤務の特殊性に応じて支給する手当をいいます。

■ 特別職の報酬などの状況（平成 30 年度分）

区 分	給料・報酬月額（円）	期末手当	勤勉手当	退職手当（算定方法）
給料	市 長	697,000（820,000）	3.35 月分	－
	副市長	612,000（680,000）		
	教育長	513,000（570,000）		
報酬	議 長	430,000	3.35 月分	－
	副議長	360,000		
	議 員	330,000		

○市では、平成 26 年 4 月から市長は給料月額の 15％、副市長および教育長は 10％の減額措置を実施しています。（ ）は、給料減額前の額です。

職員

の勤務時間・その他の勤務条件の状況

■ **勤務時間** 月～金曜日（休日・祝日を除く）
午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（うち休憩時間 60 分）
※週休日、祝日に開館している施設については、4 週間で 8 日の週休日を設けています。

■ 年次有給休暇、特別休暇

○年次有給休暇：1 年に 20 日（現年付与分のみ繰り越し可能）。
○病気休暇：負傷または疾病のため療養する場合の休暇（90 日）。
○特別休暇：骨髄提供のための休暇、裁判員等として出廷するための休暇、ボランティアのための休暇、結婚休暇、産前・産後休暇 など

■ 退職手当の状況（平成 31 年 3 月 31 日現在）

区 分	自己都合	勸奨・定年
支給率	勤続 20 年	20.445 月分
	勤続 25 年	29.145 月分
	勤続 35 年	41.325 月分
	最高限度	49.59 月分
その他の加算措置		定年前早期退職特例措置 （定年前 1 年につき 3％）
1 人当たり平均支給額		1,183 千円

○市では、平成 26 年 4 月から市長は給料月額の 15％、副市長および教育長は 10％の減額措置を実施しています。（ ）は、給料減額前の額です。

■ **職員の服務**（地方公務員法第 30 条に基づく）
①法令等及び上司の職務上の命令に従う義務 ②信用失墜行為の禁止 ③秘密を守る義務 ④職務に専念する義務 ⑤政治的行為の制限 ⑥争議行為等の禁止 ⑦営利企業等の従事制限

■ **職員の研修の状況**
○奈良県市町村職員研修センター実施分
各種階層別研修（新規採用 / 中堅）
専門研修（簿記入門 / 地方公会計基礎実務 / 人事評価研修 / 補助事業執行事務適正化研修 / 建築技術系 など）
■ **独自研修**
サポートが必要な方への接し方研修 / メンタルヘルス研修 など

分限・懲戒処分、公平委員会への措置要求、不服申立

■ 分限処分と懲戒処分（平成 30 年度）

処分の種類	処分者数（人）	処分の種類	処分者数（人）
分 限	降 任	—	懲 戒
処 分	免 職	—	戒 減
	休 職	14	処 停
	降 給	—	分 免

※**分限処分**とは、心身の故障等により職務を果たせない場合に公務能率を維持するための処分をいいます。

※**懲戒処分**とは、公務員としてふさわしくない非行があった場合に行う処分をいいます。

■ 公平委員会の状況（平成 30 年度）

区 分	件数
勤務条件に関する措置の要求	0
不利益処分に関する不服申立て	0

※職員は、給与など勤務条件に関し、公平委員会に対し、市の当局より適当な措置をとられるよう要求することができます。また、懲戒処分など不利益な処分を受けたときは、同委員会に対し不服申立てをすることができます。

市職員の給与は、「宇陀市の一般職の職員の給与に関する条例」のほか、関係条例・規則等の規定に基づき支給しています。また、市職員の定員管理等の詳しい内容は、ホームページで来年 5 月頃公表します。

市職員

の給与と職員数など、人事行政の運営状況をお知らせします

地方公務員法第 58 条の 2 の規定に基づき、市の人事行政運営の公正性と透明性を高める目的で、職員の給与や職員数、勤務条件などを公表します。

問 人事課（☎ 82・1303/IP ☎ 88・9069）

給与、職員の任免および職員数に関する状況

○職員数は平成 30 年度から 31 年度において、新規採用者数が 31 人、退職者数が 21 人、全体で 10 人の増数となりました。

■ 職員給与費の状況（普通会計決算）

区 分	職員数 (人) A	給 与 費（千円）					一人当たり給与費 (千円) B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	対前年比較	
H28 年度	365	1,447,424	275,819	604,764	2,328,007	－	6,378
H29 年度	354	1,383,959	276,318	590,017	2,250,294	△ 77,713	6,357
H30 年度	348	1,413,534	294,102	589,799	2,297,435	47,141	6,602

職員数は、各年 4 月 1 日現在における普通会計に属する職員数

○平成 30 年度においては、国家公務員の給与水準が引き上げられたことに伴い、宇陀市においても同様の改定を行いました。
○普通会計とは、市の全部の会計から公営企業などの特別会計（病院、水道、介護老人保健施設、下水道など）を除いたものです。

■ 人件費の状況（普通会計決算）

区 分	住民基本台帳人口（人）	歳出額（千円） A	実質収支（千円）	人件費（千円） B	人件費率 B/A（％）	人件費対前年比較（千円）
H28 年度	31,254	18,508,134	368,337	3,544,338	19.1	－
H29 年度	30,731	18,536,076	366,026	3,404,518	18.4	△ 139,820
H30 年度	30,226	18,248,909	235,377	3,386,719	18.5	△ 17,799

※人件費には、職員給与のほか、議員・委員等報酬、特別職給料、市町村職員共済組合負担金などを含みます。

住民基本台帳人口は、各年 3 月 31 日現在の人口

■ 部局別職員数の状況と増減数

（各年 4 月 1 日現在）

部 局	職 員 数			対前年 増減数	対前々年 増減数
	H29 年	H30 年	H31 年		
(1) 市長の事務部局の職員	500	493	502	9	2
ア 一般事務部局の職員（内訳）	311	303	305	2	△ 6
本庁	291	285	287	2	△ 4
大宇陀地域事務所	7	6	6	0	△ 1
菟田野地域事務所	7	6	6	0	△ 1
室生地域事務所	6	6	6	0	0
イ 宇陀市立病院の職員	189	190	197	7	8
(2) 議会事務局の職員	4	4	4	0	0
(3) 市営水道の事務部局の職員	16	15	15	0	△ 1
(4) 介護老人保健施設さんたびあ榛原の職員	37	37	36	△ 1	△ 1
(5) 教育委員会の事務部局の職員	65	65	67	2	2
合 計 (1) + (2) + (3) + (4) + (5)	622	614	624	10	2

※年齢別職員構成をみるとバランスが悪く特に 40 歳未満の職員が非常に少ないため、30 歳代の職務経験者の採用を行うなど、将来の組織作りを見据えた取り組みを行っています。

■ 職員の初任給および経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（平成 31 年 4 月 1 日現在）

区 分	初任給（円）	宇陀市：経験年数別給料月額（円）			
		宇陀市	国	5 ～ 10 年未満	10 ～ 15 年未満
一般行政職	大学卒	187,200	180,700	246,700	277,700
	高校卒	153,000	148,600	－	－
技能労務職	高校卒	146,000	146,000	－	236,700
					－

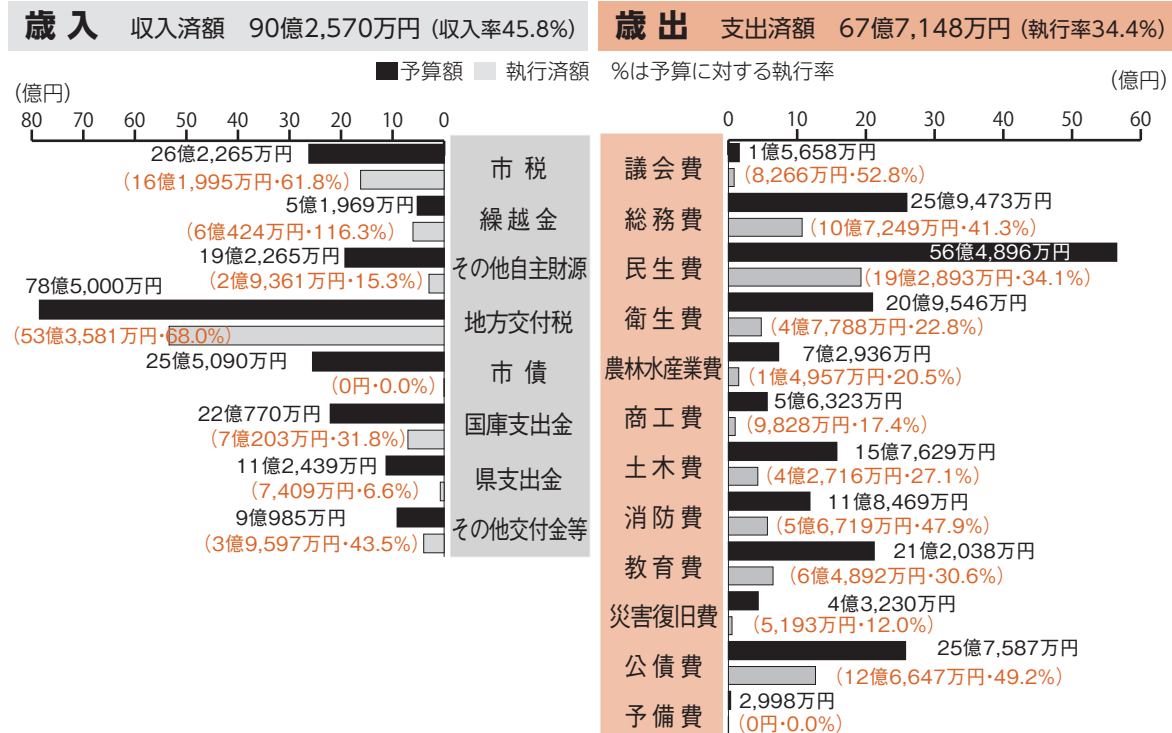
※経験年数とは、学校卒業後直ちに採用され引き続き勤務している年数です。

予算執行状況報告

皆さんに市の財政状況を知っていただくため、各会計の上半期執行状況をお知らせします。

問 財政課 ☎ 82・1305 / IP ☎ 88・9071 ※企業分のお問い合わせは、各企業へ

一般会計 福祉や教育をはじめ、市の行政運営の基本的な経費が計上されている会計です。
今年度の一般会計予算は、当初に 180 億 8,668 万円の予算を計上し、前年度からの繰越予算 11 億 4,732 万円と上半期の補正予算 4 億 7,383 万円を合わせると 9 月末現在の**予算現額は、197 億 783 万円**となっています。これは、昨年度の同時期と比べると、**2 億 693 万円の増**となっています。



特別会計 特定の事業を行う場合に一般会計と区別して経理するための会計です。

特別会計名	予算現額 (9月末現在)	収入済額	支出済額
住宅新築資金等貸付事業	3 億 1,140 万円	1,001 万円 (3.2%)	3 億 74 万円 (96.6%)
霊苑事業	1,610 万円	132 万円 (8.2%)	599 万円 (37.2%)
国民健康保険事業 (事業勘定)	39 億 3,750 万円	17 億 8,109 万円 (45.2%)	15 億 2,473 万円 (38.7%)
国民健康保険事業 (診療施設勘定)	9,710 万円	2,131 万円 (21.9%)	2,893 万円 (29.8%)
介護保険事業	42 億 4,150 万円	17 億 2,698 万円 (40.7%)	16 億 9,296 万円 (39.9%)
下水道事業	8 億 1,470 万円	1 億 590 万円 (13.0%)	3 億 3,593 万円 (41.2%)
土地取得事業	3 億 1,260 万円	2 億 9,052 万円 (92.9%)	2 億 9,052 万円 (92.9%)
後期高齢者医療事業	5 億 730 万円	1 億 6,969 万円 (33.5%)	1 億 7,566 万円 (34.6%)
合計	102 億 3,820 万円	41 億 682 万円 (40.1%)	43 億 5,546 万円 (42.5%)

企業会計 民間企業のように利用料金などの収益で運営している会計で、市では水道局・市立病院・さとびあ榛原・美榛苑を企業運営しています。

水道事業				市立病院事業			
収益	5 億 4,673 万円	費用	5 億 740 万円	収益	16 億 3,892 万円	費用	16 億 3,652 万円
営業収益	2 億 9,741 万円	営業費用	4 億 7,357 万円	医業収益	15 億 4,091 万円	医業費用	16 億 597 万円
給水収益	2 億 9,727 万円	給与費	4,543 万円	入院収益	10 億 2,170 万円	給与費	9 億 3,218 万円
その他	14 万円	県水受水費	9,174 万円	外来収益	4 億 6,164 万円	材料費	2 億 4,409 万円
営業外収益	2 億 4,932 万円	減価償却費	2 億 6,620 万円	その他	5,757 万円	経費	2 億 9,341 万円
		その他	7,020 万円	医業外収益	9,801 万円	減価償却費	1 億 3,208 万円
		営業外費用	3,382 万円			研究研修費	376 万円
		特別損失	1 万円			負担金	45 万円
						医業外費用	3,032 万円
						特別損失	23 万円
介護老人保健施設事業				美榛苑事業			
収益	2 億 3,355 万円	費用	2 億 1,759 万円	収益	3,141 万円	費用	3,040 万円
施設運営事業収益	2 億 3,169 万円	施設運営事業費用	2 億 1,327 万円	営業外収益	3,141 万円	営業費用	2,209 万円
介護報酬収益	1 億 9,963 万円	給与費	1 億 4,053 万円	一般会計補助金	3,036 万円	美榛苑経営費	255 万円
施設利用料収益	3,179 万円	材料費	1,961 万円	雑収益	105 万円	減価償却費	1,954 万円
その他	27 万円	経費	4,266 万円			営業外費用	831 万円
		減価償却費など	1,047 万円			支払利息等	33 万円
施設運営事業外収益	186 万円	施設運営事業外費用	432 万円			雑支出	798 万円

全国学校給食甲子園 全国大会へ出場

宇陀市の給食が全国へ

県内最多
4度目！

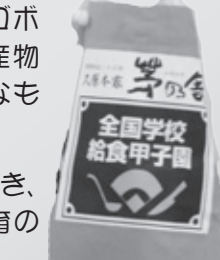
問 学校給食センター ☎ 82・3784

第4次審査では
こんな講評を♪

12月7日・8日に女子栄養大学駒込キャンパス（東京都）で開催される第14回全国学校給食甲子園決勝大会に、中部・近畿ブロックの代表として市学校給食センターの出場が決定。
この大会では、実際に調理し、調理過程・食味審査による調理コンテストのほか、食育授業コンテストも行われます。
今回は、前回の準優勝を超える優勝を狙います！

オーソドックスで食欲をそそる献立である。地域の産物を活かし、減塩に努力しながらもおいしそうに見える献立が出来上がった。食材の工夫が見られる。ハンバーグに調味料を使わず、奈良漬で味付けしており、ゴボウ、黒豆など地場産物を使ったユニークなものだ。

郷土料理に重点を置き、出汁に注目した食育の観点もいい。



12月には、大宇陀小学校で生産者をゲストに迎え、「親子ふれあいクッキング」を開催します♪
これからも、「地元野菜がなぜ良いか？」を伝えていきたいです

パブリックコメントを実施

問 介護福祉課 ☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088

(仮称)障害者コミュニケーション条例案
をみんなで考えましょう

この条例は、障がいの特性に応じた多様なコミュニケーション手段についての基本理念を定め、多様なコミュニケーション手段を利用しやすい生活環境を構築することで、障がいの有無によって分け隔てられることなく、共生できる社会の実現を目指すものです。

この度、本条例の素案がまとまりましたので、これを公表し、広く皆さんからの意見を求めるパブリックコメントを実施します。

なお、寄せられたご意見については、ホームページで公表を予定しています。

【募集期間】 12月20日（金）～令和2年1月19日（日）

【対象】

○市内在住、在勤、在学の方
○市内に事業所を有する個人および法人その他の団体

【閲覧場所】 市役所介護福祉課
※市ホームページにも掲載

【意見の提出方法】 「意見記入用紙」により提出。様式は窓口もしくはホームページで入手できます。



▲市特産品の宇陀金ごぼうを持つ
出場選手の辻調理員（写真：右）
辰己学校栄養職員（同：左）



【調理献立】 さつまいも入り大和茶飯、牛乳、宇陀の牛肉と宇陀金ごぼうのハンバーグ（柿ソース）、きらずのたいたん、黒豆煮麺、大和の柿



土砂災害特別警戒区域 (レッドゾーン) が指定されます

問 奈良県中和土木事務所計画調整課 (☎0744・48・3071)
問 危機管理課 (☎82・1304 / IP ☎88・9070)

奈良県では、12月上旬、土砂災害防止法(土砂災害から地域の皆さんの生命を守るための法律)に基づき、大宇陀地域および榛原地域における土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)の指定がされます。※菟田野地域、室生地域は3月に指定済み

指定状況の公表により、土砂災害のおそれがある区域を事前に周知することで、地域の皆さんには自主避難や防災活動などに役立てていただくことができます。

災害に備えてできることを考えよう!



奈良県ホームページ「土砂災害警戒区域等の指定状況」でもご覧になれます
(<http://sabo-yr-etsuran.pref.nara.jp/>)

指定区域の情報については、危機管理課、大宇陀地域事務所、奈良県中和土木事務所(橿原市常盤町)で閲覧できます。

土砂災害特別警戒区域 (通称:レッドゾーン)とは

土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)の中でも、土砂災害が発生した場合「建築物に損壊が生じ、住民の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域」で「一定の開発行為や居室を有する建築物の構造が規制されている土地の区域」のことです。

政治家の寄附は 禁止です

贈らない・求めない 受け取らない

- 政治家や立候補予定者が、選挙区内の人に寄附することは禁止されています。
- お歳暮、お年賀、また町内会等の催物への寸志、飲食物の差し入れなども、禁止されています。
- これらを受け取ったり、政治家に寄附を求めたりすることも禁止されています。

年賀状などのあいさつ状の 禁止

答礼のために自筆で行う場合を除き、政治家が選挙区内の人に年賀状などのあいさつ状を出すことは禁止されています。



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



安全・安心の年の瀬を!

問 桜井警察署宇陀警察庁舎(☎0745・82・0110)
問 総務課(☎82・1302 / IP ☎88・9068)

昨今、私たちの周囲では様々な形の犯罪が発生しています。市内でも、侵入窃盗や夜間の飲食店を狙った窃盗事件が増加しています。また、特殊詐欺については、毎日のように県下で被害が発生しており、身近な脅威となっています。

日頃から、戸締りをはじめ地域や家族間での声掛け、防犯の視点を持った「ながら見守り」など、不審者を寄せ付けない地域づくりを目指しましょう。

市内でも数か月間で
これだけの
犯罪事件が発生!

- ・住居侵入事件
(11/7深夜:菟田野)
(10/23深夜:榛原)
(9/28日中:大宇陀)
- ・不審者情報
(10/30:大宇陀)
- ・飲食店での窃盗事件
(9/16:榛原) 未遂
(8/18深夜:榛原)
- ・特殊詐欺の予兆電話

◀総務課主幹 島田
(奈良県警から出向)



県警が配信する防犯動画



ユーチューバー
ポリスの神授業

台風19号災害に対する義援金を受付

問 厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)

令和元年台風19号で被災された方々に心からお見舞い申し上げます。

市では、被害を受けた被災者を支援するため、市内9か所に義援金箱を設置し義援金の募集を行っています。

お寄せいただいた義援金は、全額日赤奈良県支部に送金し、この災害で被災された方々の生活再建のために使用されます。

【義援金箱設置場所】

- ・市役所厚生保護課・大宇陀地域事務所
- ・菟田野地域事務所・室生地域事務所
- ・道の駅「宇陀路大宇陀阿騎野宿」
- ・道の駅「宇陀路室生」
- ・市立病院・保養センター美榛苑
- ・大宇陀温泉あきののゆ

※日本赤十字社奈良県支部へは、銀行振込・郵便振替も可能です。

【受付期間】

10月17日(木)
〜令和2年3月31日(火)

【領収書発行手続きについて】

領収書が必要な方は、市役所厚生保護課・各地域事務所の窓口へ義援金をお持ちください。お預かり時に「預かり書」を発行し、後日、日赤奈良県支部より改めて「領収書」を送付させていただきます。

宝くじ助成金で地域を活性化!!

問 まちづくり支援課 (☎82・3910 / IP ☎88・9094)

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業(コミュニティ助成事業)として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などに対して助成を行っています。



■西谷地区まちづくり協議会

まち協活動の活性化のための備品整備として、屋外テント、折りたたみホームベンチ、音響設備機器などを購入。



駅伝の魅力を伝えたい

宇陀市子ども駅伝コーチ

東森 薫さん(榛原萩原)
中川佳也さん(榛原榛見が丘)



宇陀市総合体育館では、毎年3月に開催される奈良県市町村対抗子ども駅伝大会に向けて、11月頃に市内小学校5〜6年生を対象に参加者を募集しています。

そのチームでコーチを務めて8年。元々、私たちは高校時代陸上部の仲間で、自分たちの子どもが参加したのが、きっかけでした。これまで200人近い子どもたちと練習してきましたが、いろんな思い出があります。子どもたちには、鬼コーチと思われるかもしれませんが、(笑)

チーム結成から大会まで3か月しかありませんから、どうしても密度の濃い厳しい練習になっちゃいます。その中で僕たちは『これだけ努力しないと人とは勝負できないんだ』という気持ちを持ってもらいたい」と伝えていきます。もちろん、子どもたちはそれぞれいろんな目



昨年の鳥見山への登山練習
どの練習も厳しいですが、みんな笑顔! 皆さんも応援をお願いします

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子どもたちが「柿の葉ずし」作りを体験！

～榛原地区まち協～

地域で子どもたちを支える活動のひとつとして料理教室を年4回開催しており、今年で6年目になります。10月6日、榛原総合センターで奈良の特産品である柿の葉ずしと豚汁づくりを開催。38人もの参加があり、豚汁チームと柿の葉ずしチームに分かれ、料理を作りました。以前から参加している子どもたちも多く、包丁の使い方が上手になってきました。



▲柿の葉ずしできたよ！

子どもたちは、柿の葉ずしを食べたことはあるけど作るのは初めてのようで、しめサバや鮭を柿の葉にのせ、その上にすし飯をのせ、しっかりと包み上手に形を整えていました。豚汁は、豚肉、ニンジン、サツマイモなどを切った先に炒めてから作りました。料理の手順や出汁の大切さ、野菜からも旨味が出ることもなども学びました。

最後はスタッフも一緒に食事をし、子どもたちは元気な声で、「自分で作った料理はおいしい」とたくさん食べていました。



▲包丁上手に使えるようになったよ

②地域一丸、伝統の「本郷ふれあい体育大会」

～本郷まち協～

10月13日、恒例イベントの「本郷ふれあい体育大会」を開催し、約50人の参加がありました。

「子どもから高齢者まで一緒に、のびのびと、親睦と健康増進を図る」をテーマに、楽しく参加できるように工夫したプログラムにしています。

子どもも大人も大好きな「健康ふれあい・パブリカ体操」を全員が参加して楽しく踊り、「パン食って競争」では、皆さん夢中でパンを取り合ったり、借り物競争では呼び出された人と仲良く手をつなぎゴールを目指します。みんなで楽しめるふれあい体育大会となりました。今後も継続できるように、より良い「ほんごう」を目指して、がんばっていきます。



▲パン食って競争

③実りいっぱい！『うたの夢朝市』

～菟田野まち協～

10月27日、今回初めての試みで「うたの夢朝市(軽トラ朝市)」を開催しました。同日開催の「うたの手づくりフェスタ」に協賛という形で、シャトルバス乗合広場の一面をお借りしての出店になりました。

オープニングでは、和太鼓「奏」の皆さんに会場を盛り上げていただきました。

午前10時から正午までの2時間の出店でしたが、開店前から近所の方々がご覧になり「チラシ見たから」と言って新鮮野菜などを早速買っていたきました。

当まち協では、宇陀市や菟田野のPRとして、出店参加している『枚方宿くらわんか五六市』を参考に、



▲借り物競争で仲良くゴール



ユズはミカン科の耐寒性の強い常緑高木で、その爽やかな酸味と快い独特の香気で、日本人の食生活に親しまれています。ユズの薬用植物としての最初の記載は、九七三年に書かれた「開宝本草」です。その後、ユズの精油成分であるリモネンやリナロールなどに血行促進、毛細血管強化作用があることや、ヘスペリジンには血管壁を丈夫にして血管の老化を防ぎ血行を良くする作用があると報告されています。

冬至のユズ湯は有名で、入浴すると、血行が良くなり、肌荒れ、ひび、あかぎれを治し、疲労回復効果があります。ユズの果汁を塗布するか、果皮をすり下ろして酒に入れたものを顔や肌に塗布すると入浴と同様な効果が得られるとともに、しわを伸ばし、美白効果もあります。



▲果汁にハチミツと熱湯を加えたユズドリンクには、風邪や二日酔いを解消し、消化を助ける働きがあり、のどの渇きを止める作用も。
※当市で「薬草活用講演会」をしていたいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

ユズ

まち協などの催し予定 12月

(11月18日現在)

日	曜日	イベント案内	主催
1	日	認知症勉強会	東榛原まち協
		秋山教室	内牧地域まち協 (共催)
7	土	資源回収、環境美化活動	大宇陀政始まち協
		庄屋川周辺環境整備	室生地区まち協
8	日	地元名産品展示即売会 & 音楽の森ほっこりコンサート	笠間地区まち協
		自主防災訓練	向洲地区まち協
		本郷ふれあいサロン	本郷まち協
		寄せ植え教室	上龍門地域まち協
14	土	こどものつどい「クリスマス会」	東榛原まち協
		イルミネーション (1/13 まで)	田口地区まち協
15	日	「だまされない防犯学習会」と「世代間交流の集い」	伊那佐地区まち協
		龍王ヶ淵草刈り	向洲地区まち協
31	土	除夜の鐘撞き	おおうだ南部地域まち協
		うたの初詣めぐり (1/1 午前1時まで)	菟田野まち協



図書館の職員さんに聞いてみよう!

本のはなし

話題の
新刊本!

互近助の力
山村武彦

災害に強いまちづくりは互近助の力
～隣人と仲良くする勇気～

著：山村武彦
出版：ぎょうせい

チェクポ
～おばあちゃんがくれた
たいせつなつみ～

ぶん：イ チュニ
え：キム ドンソン
やく：おおたけ きよみ
出版：福音館書店

オギはおばあちゃんが縫ってくれたチェクポ（風呂敷のような布）で教科書やお弁当を包んで学校に行きます。オギはお友達の新品のかばんがうらやましくて…。暮らしのささやかな工夫や手仕事の大切さに気づかされる韓国の絵本。（中央図書館所蔵）

図書館からの
まめ知識
Vol.69

もう12月、やっと12月・・・皆さんにとってはどのような1年でしたでしょうか？
12月は、冬の季節の始まりですね。寒い冬は暖かな部屋でじっくり読書を楽しんでください。風邪などひかないように気をつけて・・・。

「粉雪クリスマス」 新沢としひこ

粉雪 粉雪 ファラファラファラ
家も 町も もみの木も
ゆうびんポストも 自転車も

粉雪 粉雪 ファラファラファラ
庭も 道も ひいらぎも
電話ボックスも 自動車も

白く 白く 白い
クリスマス

『空にぐ～んと手をのばせ』より

おはなし会やその他のお知らせは P26

大宇陀小ワークショップ開催！10月8日

子どもたちと地域をアートでつなぐことを目的に、毎年開催しているワークショップ。今年は「奈良・町家の芸術祭はならあと」に参加するアーティスト「アムリタ」が、大宇陀小学校の2年生を対象にワークショップを開催しました。

今回は「演じる」をテーマに、どうすれば大人が小学2年生になれるかを話し合い、「背を低くする」「8本のろうそくを吹き消す」などたくさんの意見が出されそれを演じました。

次に、自分が将来なりたいたいものをグループ毎に演じてみました。様々な「将来の自分」を、チームそれぞれの特色を出しながら、体育館の備品をうまく使って表現していました。

小学2年生になった大人たちと全力で遊んだり、将来なりたいたいものをどうやって表現するかを相談したりと、会場は子どもたちの思いもよらない発想や底なしのエネルギーであふれ、短い時間でしたが、アーティストとのふれあいを満喫できたのではないのでしょうか。



▲小学2年生になるために児童からいろんな意見が



▲アーティストと楽しい時間を過ごせたワークショップ

森林組合を見学しました 10月2日

市女性林業研究グループ主催の見学会が、宇陀市森林組合で一般の参加者も交えて開催されました。

三本木組合長から、「昔は木が安くても消費できましたが、現在は木の需要も少なくなり、時代にあった木の使い道を試行錯誤しながら考えています。皆さん、山を荒らしておくと災害にもつながります。何回か山に行き、山を見ていただきたいです。次世代に森林をつなげていきたい」と、森林の現状と今後についてお話しいただきました。

続いて工場内を見学し、山から伐採後、丸太が製品になるまでの工程を見学しました。

参加者から「参加してよかった。私たちが知らない山林の現状がよくわかりました」と話されました。



スピーチコンテストで日頃の成果を発表 11月7日

市役所大会議室において、令和元年度宇陀市英語スピーチコンテストを開催しました。このコンテストは、市内各中学校で行われている英語学習の成果を発表し、交流することを通して、英語に対する関心をより高め、国際性豊かな生徒を育成することを目的としています。

市内の中学校から15人が参加し、個人でのスピーチ、複数での英語劇などで、日頃の英語学習の成果を発揮しました。

審査員からは、発音や表現力に対して好評をいただき、それぞれの課題や目標を見つけたようです。



▲複数で行う英語劇（榛原中学校）



行政なんでも相談所 開設 10月23日

今年も奈良行政監視行政相談センターによる「登記・税金・年金など行政なんでも相談所」が、サンクシティで開設され、法務局、弁護士、司法書士、税理士、社会保険労務士、人権擁護委員、行政相談委員の方々が相談を受けました。

この日の相談件数は50件あり、多数の相談が寄せられました。主な相談内容は、相続に関すること、保険・年金に関するもののほか、身近な法律に関する相談が寄せられました。



受賞おめでとうございます
保護司活動が認められ
法務大臣表彰

宇陀地区保護司会の泉岡正昭さん（大宇陀小附）が、長年にわたる保護司としての活動が認められ、法務大臣表彰を受賞されました。

泉岡さんは、平成10年12月に保護司を委嘱されて以来、21年の長きにわたって保護観察対象者の改善更生や犯罪予防活動に尽力されたほか、平成30年度からは宇陀地区保護司会の会長として活動するなど地域福祉の向上にも尽力されています。










すくすくフェスティバル開催！

10月17日に「第9回すくすくフェスティバル」を開催しました。当日は232人の参加があり、たくさんの笑顔と歓声に包まれた楽しい時間となりました。

発達の悩みについて 語り合いませんか？

「うちの子の発達が気になる」
「家族が誰も障がいのこと理解してくれへん」
「そういうのどこへ相談したらいいんやろ」
そんな思いをぜひ聞かせてください！
みんなでつながりをつくりましょう！

●みんなでつながりつくろう
井戸端会議

【日時】12月11日（水）
午前10時～正午
【場所】市役所 212会議室

●かるがもくらぶ

【日時】12月16日（月）
午前10時～正午
【場所】市役所 212会議室

問 介護福祉課
（☎82・3675 / IP ☎88・9088）

令和2年度 子育てボランティア

子育てに興味のある方、子育てが一段落された方など、子育て支援センター事業のお手伝いをお願いできませんか。

【募集人数】5人程度
【活動時間】午前中
（活動により変更あり）
【活動内容】支援センター事業のお手伝い
【申し込み】12月20日までに問へ
※登録いただいた方はボランティア保険に加入します。



問 子育て支援センター
（☎84・9925）

募集！

パパと遊ぼう！ 【親子で体操をしよう】 （参加費無料）

日頃なかなか「すくすく」に来てもらえないパパと一緒に遊びましょう。
今回は体操教室の先生に、親子の遊びを教えてくださいます。
体操に申し込まなくても、遊びに来てくださいね。

【日時】12月14日（土）
午前10時～11時
【対象】市内在住の0歳～就学前の乳幼児とその保護者
【講師】インストラクター
中川 純 先生
【定員】先着15組
（定員になり次第締切）
【持ち物】水筒・タオル
【申し込み】12月2日から
子育て支援センターへ



問 ☎84・9925（菟田野松井473の1）

子育て支援センター 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♪♪

12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

日	月	火	水	木	金
2	3	4 保健師 相談日 ★ つどいのひろば （大和富士ホール）	5	6	
9	10	11	12	13	14（土）
1歳児親子教室 （合同）	※家児相談日	2歳児親子教室 （合同）		0歳児 親子教室 （合同）	パパと 遊ぼう
16	17	18	19	20	
なかよしひろば		つどいのひろば （大宇陀こども園）	ミニ誕生会		
23	24	25	26	27	
閉館 （1/5まで）	午後 開放中止				

📖 → 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

なかよしひろば（親子ふれあい事業） ※申込不要

【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者
【日時】12月16日（月）
午後2時30分～3時30分
【内容】「お正月の飾りを作ろう！」
【持ち物】水筒、タオル



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
（毎週水曜日の予定）
【持ち物】水筒、タオル、帽子

～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)

ランとも 2019 RUN 伴を 開催しました！ (10月25日)

RUN 伴（ランとも）とは、認知症になっても安心して暮らしていける地域を目指して、認知症の人や家族、支援者、地域の人が少しずつリレーをしながら日本列島をタスキでつないでいくイベントです。



今年は大宇陀・菟田野地域の介護施設、金融機関、こども園などをランナーが巡り、各地で出会った皆さんとあたたかい交流をさせていただきました。ふりしきる雨の中、沿道での応援を含め、約160人の方が参加しました。来年は榛原・室生地域を巡る予定です。

ロバ隊長



ロバ隊長

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

問 こども未来課 (☎ 82・2236/IP ☎ 88・9080)

～子どもたちの体力向上部会～



子どものころから体を動かし、運動に親しみ、また、望ましい生活習慣を確立するよう、社会全体で取り組む必要があります。

『ウェルネスシティ宇陀市構想』では、次のように子どもの体力の現状を認識し、体力低下の原因を分析するとともに、子どもに求められる体力や体力向上の目標を検討し、今後も子どもたちの体力向上のための施策を実施します。

■重点的に取り組む内容

幼児期

- ①「早寝・早起き・朝ごはん」運動
- ②うだ子ども元気体操事業
- ③うだ子ども元気づくりプロジェクト

学童期

- ①体力向上プランニングシートによる分析
- ②中学生の体育授業改善
- ③生涯スポーツの推進

■今年度「早寝・早起き・朝ごはん」運動の 成果が表彰されました

奈良県立教育研究所長より、今年度「元気なならっ子約束運動」で特色のある取り組みを行った園所として、市内2幼稚園、2保育所、1こども園が表彰されました。



ロバ隊長

宇陀市立病院から

病 院 の 休 診 日 :
土・日・祝日・年末年始

あなたの腎臓だいじょうぶ？ 慢性腎不全について知りましょう

担当医：丸山 直樹（内科）



長期にわたって徐々に腎臓の働きが低下していく状態。正常の1/2以下に落ちているあたりから慢性腎不全といえます

慢性腎臓病（CKD; Chronic kidney disease）は、医療が進んだ現代でも食事療法を中心とした生活習慣の管理が最も大切です。早期から食事療法に取り組めば、腎機能の悪化をかなり遅らせる（生涯血液透析にならない）ことが可能です。

宇陀市立病院の慢性腎臓病（CKD）外来では、蓄尿検査（24時間おしっこを袋にためる検査を自宅で行っていただきます）により、何が腎機能を悪くしているかを診断し、腎臓内科医師、腎不全専任看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師とともに、腎機能を悪くしないためにはどうしたら良いのかを勉強していただきます。

皆さんも慢性腎臓病（CKD）について、私たちと一緒に勉強してみませんか。



■内科からお知らせ

新しく常勤医師となった先生を紹介します！

▶小林 正尚（こばやし ただなお）医師

この度、地域医療部の一員として、赴任しました。医師になってから、ずっと総合診療医として働いてきましたので、特に専門分野はありません。市民の皆さんそれぞれに合った医療・治療の提供と健康増進に努めていきたいと思っています。よろしくお願いします。



▶米今 諒（よねいま りょう）医師

専門は家庭医です。日本ではあまりなじみのない名称ですが、海外では広く認知された医療の専門分野の一つです。臓器別に分かれた診療ではなく、広く総合的な診療を行うもので、「日常病」の相談員とさせていただいて結構です。「病気とは関係ないかな・・・」と思うようなことでも、お気軽にご相談ください。



▶花房 龍太郎（はなふさ りゅうたろう）医師

専門は循環器ですが、幅広く消化器、呼吸器疾患についても診療させていただきます。よろしくお願いします。



■骨粗鬆症教室（完全予約制）

【12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・生活環境：日常生活の注意
- 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
(土・日・祝日を除く午後2時～5時)

■糖尿病教室（申し込み不要・参加費無料）

【12月の予定】

- 2日（月）糖尿病の治療～薬物療法～（第4回）
- 9日（月）糖尿病になっても元気で楽しく過ごすコツ～シックデイ・低血糖・フットケア・オーラルケア～（第5回）
- 16日（月）気をつけよう 年末年始の過ごし方～食事編～（第6回）

【時間】午後2時30分～ 【場所】北館2階栄養指導室

■市立病院職員募集

- 理学療法士（正職員）1人
 - 看護師（正職員/パート）若干名
 - 事務員（パート）・看護助手（パート）若干名
- 問 経営企画課 ☎ 82-0381 (土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

12月28日（土）～1月5日（日）休診します

年末年始の救急診療については、必ず事前に電話でお問い合わせください。なお、小児科については、休診中の対応はできません。また、病状によっては、専門外等の理由から診療が困難な場合もありますので、ご了承ください。

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

体組成（インボディ）測定会

健康ポイント事業

体脂肪・筋肉の量やそのバランスを詳しく計測できる体組成計（インボディ）を使って測定します。
結果を見ながら、ご自身の身体の状態を知り、今後の運動の方向性や生活習慣改善に役立ててみませんか。

姿勢が保てない方、ペースメーカーをつけている方は測定できません。



完全予約制

- 【日時】12月19日（木）午後0時30分～4時30分
- 【場所】総合体育館 トレーニング室
- 【内容】○インボディを使った体組成測定
○結果の説明・市内運動事業の紹介など
- 【対象】宇陀市民
- 【定員】先着 50 人程度（定員になり次第締め切り）
- 【参加費】ひとり 100 円もしくは健康ポイント 50 円
- 【申し込み】12 月 3 日から中央保健センターへ
定員になり次第締切。空きがあれば当日測定可能



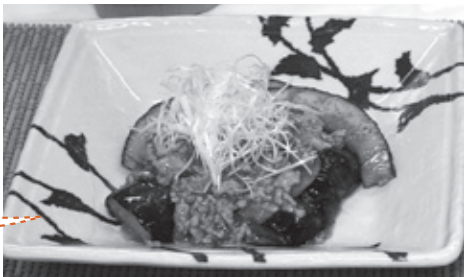
▲インボディ

Cooking

野菜たっぷりクッキング
レシピ

うだちゃん11chで12月1日～10日に放映しています。(再放送)

茄子とかぼちゃの
そぼろあんかけ



今月のレシピは広報うだ 10 月号、またはホームページに掲載しています。そちらをご覧ください。

宇陀市 野菜たっぷりクッキング

「野菜たっぷりクッキング 2」の レシピ集ができました！

うだちゃん 11 で放映中の「野菜たっぷりクッキング」のレシピ集の第 2 弾ができました。今回も平成 25 年度から 4 年間の厳選メニューをギュッと凝縮しました。
このメニュー集は、料理が苦手・料理のレパートリーを増やしたい・放送したあの料理レシピが知りたいと思う方などにおすすめ！

冊子サイズ：B 5 版 全 21 ページ
定 価：200 円（税込）（実費制作分）
冊 数：限定 500 冊
販売場所：健康増進課または中央保健センター



▲販売場所に見本もあります。
手にとってみてくださいね。



保健センター おしらせです！からの

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）	令和元年 10 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	4～5 か月児健康診査	10 日（火）	令和元年 7 月～8 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 31 年 1 月～2 月生まれの児		
榛原・室生	4～5 か月児健康診査	17 日（火）	令和元年 7 月～8 月生まれの児	中央保健センター	

お知らせ

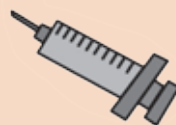
たまひよサロン

子育て中の親子・妊娠中のママが参加できるお楽しみ交流会です。
ぜひご参加ください。
【日時】12 月 6 日（金）午前 10 時～正午
【場所】子育て支援センター
【内容】子育ての情報交換、妊娠中のママと先輩ママの交流会
【対象】令和元年 7 月～9 月生まれの乳児と保護者・妊娠中の方
【持ち物】母子健康手帳
【申し込み】問へ

なかま会のご案内

【日時】12 月 16 日（月）午前 10 時 30 分～午後 2 時
【場所】中央保健センター
【内容】○クリスマスパーティーと干支の絵馬を作ろう！
○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】食事代（1,000 円程度）
【申し込み】問へ

予防接種について お知らせ



以下の予防接種について個別に案内していますが、転入などで問診票がお手元ない場合は問へお問い合わせください。

●MR（麻しん・風疹の混合ワクチン）2 期

幼稚園・保育園年長の時期（小学校就学前の 1 年間）に接種します。接種期限は令和 2 年 3 月 31 日までです。まだの場合は速やかに接種をするようにしましょう。

●DT（ジフテリア・破傷風の 2 種混合）

小学校 6 年生の時期に接種します。接種がお済みでない場合は早めに接種を済ませるようにしましょう。（13 歳未満まで接種は可能）

急な病気やけがで病院？救急車？

迷ったときは

奈良県救急安心センター 相談ダイヤル

#7119 ダイヤル回線
IP電話からは
0744-20-0119



「救急車を呼んだ方がいいの？」
「医療機関を受診した方がいいの？」

こうした医療に関する相談に対して、
相談員、看護師などが24時間体制で
対応しています。

こども救急電話相談

#8000 ダイヤル回線
IP電話からは
0742-20-8119

「子どもが急に発熱した場合、すぐ
に受診した方が良いの？しばらく
様子をみても大丈夫なの？」

こうした小さなお子さんをお持ちの
保護者の方が、夜間や休日の急な子
どもの病気にどう対処したらいいの
か判断に迷った際に、看護師、小児
科医に相談できます。



自宅で適切な対応ができるかもしれないし、
急いで受診する前に、一度相談してみようかな…。

※薬に関する相談は
お受けできません

奈良県・奈良県広域消防組合

家屋を取り壊したときは 年内に届出を

固定資産税の課税対象は毎年
1月1日現在の所有資産です。
家屋の全部（一部）を本年中に
取り壊された場合は、税務課へ
取り壊し届の提出が必要です。
また、5月に納税通知書ととも
に送付している課税明細書の中に
既に取り壊されたものが記載され
ていないかご確認ください。
【届出の際の持参物】印鑑、固
定資産課税明細書
問 税務課
☎82・1306／IP ☎88・9072

野焼きはやめましょう

野外焼却（野焼き）は法律に
よって、禁止されています。
例外として農地での稲わらの焼
却でも、時間帯や風向き、完全
に消火を確認するまで離れない
などの配慮が必要です。
野焼きは、煙など近隣への迷
惑や、環境汚染や火事にもつな
がります。ドラム缶などを使用
しての野焼きも禁止です。
問 環境対策課
☎82・2202／IP ☎88・9078

ごみの分別にご協力を

近頃、分別されていないごみ
が多く出されています。ごみの
処分には多くの費用がかかって
います。また分別していただく
ことで、資源の再利用と、焼却
ごみを減らし、より少ないエネ
ルギーで運搬・焼却することが
でき、CO2削減の効果も高ま
ります。
なお、分別の仕方については、
各家庭に配布している「家庭ご
みの分別と出し方手引き」をご
覧ください。
問 環境対策課
☎82・2202／IP ☎88・9078

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

社会保険料控除証明書を 保管してください

年末調整・確定申告に必要！

国民年金保険料は、所得税・
住民税の申告において社会保険
料控除としてその年の課税所得
から控除され、税額が軽減され
ます。対象は、その年の1月1
日から12月31日までに納付した
保険料の全額です。

この控除を受けるためには、
支払ったことを証明する書類の
添付が必要です。このため、今
年1月1日から9月30日までの
間に国民年金保険料を納付され
た方には、「社会保険料（国民
年金保険料）控除証明書」が11
月上旬に日本年金機構から送ら
れますので、年末調整や確定申
告の際には必ずこの証明書を添
付してください。

また、10月1日から12月31日
までの間に今年をはじめ国民年
金保険料を納められた方へは、
翌年の2月上旬に送られます。
なお、ご家族の国民年金保険
料を納められた場合も、ご本人
の社会保険料控除に加えること
ができますので、ご家族あてに

送られた控除証明書を添付のう
え申告してください。

問 保険年金課

☎82・3672／IP ☎88・9086

問 日本年金機構桜井年金事務所
☎0744・42・0033

市営住宅入居者募集

市では住宅に困窮している所
得の低い人のために、低廉な家
賃で賃貸する住宅の入居者を募
集します。民間の賃貸住宅とは
異なり、公営住宅法に基づいた
条件や制限がありますので、詳
しくはお問い合わせください。

【申込資格】

○住宅に困窮しており、宇陀市
に居住している、または宇陀
市に勤務先があること。

※改良住宅については、団地の
住所地域に居住していること。

○同居親族がいること。（一部
例外あり）

※不自然な世帯分離をしていな
いこと。

○収入基準（月額）に適合する
こと。

一般世帯15万8千円以下／裁
量世帯21万4千円以下

○市税および市に対する納入金
の滞納がないこと。また過去
に市営住宅の不正使用がない
こと。

○申込者または同居予定者が暴
力団の構成員でないこと。

【入居者の決定方法】

くじによる抽選

入居指定日 2月3日（月）

【その他】

○入居資格審査会で申込者の実
態調査と資格審査を行います。

【申し込み】12月2日（月）

13日（金）の期間中に、申込
書とともに必要書類を問へ
（郵送不可）。

【必要書類】入居申込書・誓約書・
市税完納証明書（健康保険税
を含む）・マイナンバーなど

問 公営住宅課

☎82・5642／IP ☎88・9096



▲公営住宅 笠神団地

募集物件一覧

住宅名	号数	所在地	規格	型式	家賃 ※収入に依る	共益費	駐車場	備考
上笠神団地	207	菟田野松井	木造3階建	3LDK	18,900円～	2,000円	2,000円	家族世帯向
笠神団地	204	菟田野松井	R C造4階建	3LDK	19,000円～	2,000円	2,000円	家族世帯向
高倉東団地	2	榛原檜牧	木造2階建	3DK	14,600円～			
大野東団地	207	室生大野	簡易耐火構造2階建	3DK	17,200円～			
第7団地 （改良住宅）	17	大宇陀小附	簡易耐火構造2階建	3DK	7,000円～			

※敷金は家賃の3か月分（各住宅共通）

これからは ますます手放せない！ マイナンバーカード



顔写真入りの公的身分証明書「マイナンバーカード」。裏面のICチップ
には電子証明書が入っています。

総務省では、現在、国策としてマイナンバーカードの普及と利活用を促
進しており、今後ますます活用する機会が増えてくる予定です。

マイナンバーカードで何ができる？

- アルバイトや就職の際に職場に提出する個人番号と本人確認が
1枚でできます。
- 免許証などと同様に、身分証明書として使えます。
- 住民票・印鑑証明書・戸籍・税証明など全国のコンビニで取得
できます。
- 「e-Tax（電子申告）」を、国税庁ホームページより申請できます。

マイナンバーカードの取得や更新手続きは、市役所市民課
または各地域事務所で！代理手続きの場合は事前連絡を！

問 市民課 ☎82・2143／IP ☎88・9076

マイナンバーカードと電子証明書の 有効期限切れに注意！！

来年1月以降にマイナンバーカー
ド、また電子証明書の有効期限を迎え
る方に、地方公共団体情報システム機
構から、「有効期限のお知らせ」が送
付されます。

お誕生日の3か月前より更新手続き
ができます。



文化会館
アロマ小物教室

アロマワックスサシェ
・ ガーランドづくり

【日時】 12月25日(水)
①午前10時～②午後1時30分

【場所】 文化会館(大字陀拾生)

【対象】 市内在住、在勤の方(小・中学生可。ただし、小学低学年は保護者の付添いが必要)

【定員】 各回10人(抽選)

【参加費】 600円(材料代)

【内容】 溶かしたキャンドルにアロマオイルを入れプリザーブドフラワーやドライフラワー

で飾り付け。火を使わない芳香剤を作る。

【講師】 角田優香さん(銀座スタジオエス認定講師)

【申し込み】 12月4日(水)～20日(金)の期間中に問へ

問 文化会館
(☎83・0977/FAX83・0976)



令和2年 成人式を開催

【日時】 1月13日(祝) 成人の日

【場所】 文化会館

【日程】 受付：午前9時～式典：午前10時

【対象】 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方

※転出や転入された方で、参加希望の方は、12月13日(金)までにご連絡ください。

問 生涯学習課
(☎82・3975/IP☎88・9364)



図書館からのお知らせ

(宇陀市立中央図書館)

★おはなし会(約30分)
すくすくひろば(0～3歳)
12月11・18日(水) ①10:00～ ②10:45～
2回内容同じ

おはなしクラブ
12月14日(土) ①10:30～(小さい子) ②11:15～(大きい子)

★クリスマスおはなし会(約60分)
12月21日(土)10:00～
絵本・おはなし・パネルシアターほか

★人形劇(約30分)『3びきのこぶた』ほか
12月7日(土)①13:30～ ②14:30～

★命の教育(約45分)
12月23日(月)10:00～ 講師：アニマルパークの先生

(宇陀市立大字陀図書館)

★おはなしおはなしクリスマス(約90分)
12月7日(土)14:00～ 場所：セミナー室(2F)

★映画会(約30分)『まんが日本昔ばなし』
12月14日(土)10:30～ 場所：研修室(1F)

12月の休館日 3・10・17・24・28～1/4
年末年始と毎週火と祝日

中央図書館 ☎82-4749・IP88-9110
【開館時間】 9:30～17:00

大字陀図書館 ☎83-0976
【開館時間】 9:00～17:00

年末年始もイベント盛りだくさん！

第25回菟田野毛皮革ファッションフェア

菟田野は、奈良県の重要な毛皮産業である毛皮革産業の産地です。市では、産地PRと販路開拓を目的に、県内外の各地で各種毛皮革製品を展示・販売するファッションフェアを定期的に開催しています。

【内容】

○展示即売会

○毛皮革商品大抽選会

○会場産業即売会

【日時】 12月7日(土)
午前10時～午後5時
8日(日)
午前10時～午後4時

【場所】 榎原万葉ホール3F
展示ギャラリー(榎原市小房町)

問 宇陀市菟田野毛皮革産業振興協議会(☎84・4056)

問 商工観光課
(☎82・2457/IP☎88・9008)



第48回かぎろひを観る会

「ひむがしの野にかぎろひの立つ見えてかへり見すれば 月かたぶきぬ」

持続6年(692)の旧暦11月17日に柿本人麻呂が詠んだといわれるこの秀歌を偲ぶ恒例の催し。焚火を囲みながら、かぎろひが現れるのを待ちましょう！

※かぎろひとは厳冬のよく晴れた日の出前、東の空を彩る陽光のことと協会では考えています。

【内容】

○焚き火を囲んでの歴史講話：「軽王子の古墳と藤原京」講師：今尾文昭先生

○壁画「阿騎野の朝」特別公開(中央公民館)

○ミニコンサート：Foresticsによる 音楽



▲かぎろひを観る会

鳥見山で来光祭り

大和盆地や宇陀市を縁どる山々を眼下に眺めることができる鳥見山公園。雲海写真の撮影スポットとしても名高いこの地から、新年のご来光を眺めるイベントを開催。ご来光目指して新年初ハイキング！

新年の気持ち新たに、初日の出登山を楽しみましょう。豚汁の振る舞いも予定しています。

【日時】 令和2年1月1日(祝)
午前5時集合出発 荒天中止



▲鳥見山展望台からのご来光

榎原駅前ライトアップ

毎年恒例の駅前ライトアップを今年も開催します！榎原駅前を彩るイルミネーションのきらめきを楽しんでください。

【日時】 12月7日(土)～令和2年2月上旬 午後5時頃から点灯

【場所】 榎原駅南口前ロータリー

問 宇陀商工会(☎82・2211)



▲ふるさと元気村イルミネーション

宇陀市「スポーツ施設・公民館等のあり方」に関するアンケート調査を実施します

この調査では、市が有するスポーツ施設・公民館等のあり方について、市民の皆さん(無作為抽出2000人)にご意見をいただきます。調査結果については、今後の個別施設計画の策定に向けた基礎資料とさせていただきます。

12月初旬に郵送しますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

問 生涯学習課(☎82・3975/IP☎88・9364)

ふるさと元気村 光のキャンパスイルミネーション

農村風景に囲まれた旧校舎でのイルミネーション。都会の喧騒を離れた空間での幻想的な輝きをぜひご覧ください。

【日時】 12月14日(土) 点灯式(令和2年1月13日(祝))

毎日点灯 午後5時～9時まで

【場所】 ふるさと元気村(室生下田口)

問 ふるさと元気村(☎93・4400)

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】			【公民館】					
議会事務局	88-9082	82-5771	介護福祉課	88-9088	82-3675	市中央公民館	88-9180	83-0551
秘書広報情報課	88-9083	82-3912	こども未来課	88-9080	82-2236	菟田野分館	88-9190	84-3521
管財課	88-9084	82-3632	厚生保護課	88-9079	82-2221	榛原分館	82-3377	82-0374
人事課	88-9069	82-1303	商工観光課	88-9081	82-2457	室生分館	92-2496	92-2496
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	【公共施設】		
危機管理課	88-9070	82-1304	産業企画課	88-9075	82-5874	水道局	88-9067	82-2185
企画課	88-9074	82-1362	地籍調査課	88-9091	82-5608	下水道課[水道局内]	88-9104	82-5627
財政課	88-9071	82-1305	まちづくり推進課	88-9092	82-5624	医療介護あんしんセンター	88-9480	85-2500
徴収対策課	88-9085	82-3643	公園課	88-9093	82-3674	子育て支援センター	84-9925	84-9925
税務課	88-9072	82-1306	建設課	88-9095	82-5638	総合体育館	82-0511	82-6561
まちづくり支援課	88-9094	82-3910	公営住宅課	88-9096	82-5642	【地域事務所】		
市民課	88-9076	82-2143	出納室	88-9098	82-5673	大字陀地域市民課	88-9114	大字陀地域事務所 83-2251
保険年金課	88-9086	82-3672	【教育委員会】			菟田野地域市民課	88-9187	菟田野地域事務所 84-2521
環境対策課	88-9078	82-2202	教育総務課	88-9259	82-3973	室生地域市民課	88-9181	室生地域事務所 92-2001
人権推進課	88-9077	82-2147	生涯学習課	88-9364	82-3975			
健康増進課	88-9087	82-3692	文化財課	88-9365	82-3976			



そうだんのしゅるい	そうだんできる日	時間は？	場所は？	くわしいことが聞きたい
行政相談 〔予約不要〕	12月4日(水)	9：00～12：00	菟田野分館	総務課 (☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)
	12月11日(水)		室生振興センター	
	12月16日(月)		大宇陀地域事務所	
	12月18日(水)		宇陀市役所(212 会議室)	
人権相談	12月4日(水)	9：00～12：00	菟田野分館	人権推進課 (☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)
	12月18日(水)		宇陀市役所(212 会議室)	
消費生活相談窓口 〔予約不要〕	12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〕	12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〕	12月17日(火)	13：30～16：30	宇陀市役所	中央保健センター (☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)
DV相談 〔要予約〕	12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〕	12月4日(水)	9：00～12：00	菟田野分館	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)
	12月11日(水)		室生振興センター	
	11月16日(月)		大宇陀地域事務所	
	11月23日(月)		榛原総合センター	
若者自立のための 無料相談〔要予約〕	12月25日(水)	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 (214 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〕	12月10日(火)	13：00～16：00	宇陀市役所 (213 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〕	12月11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〕	12月5日・19日 (各木曜日)	10：00～16：00	宇陀市役所	【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〕	12月17日(火)	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〕	12月16日(月)	14：00～16：00 (1人60分・1日2人)		

◇はい！こちら消費者相談窓口です◇

●低価格等をうたう広告は、しっかり契約内容の確認を！



「無料お試し」「初回500円」などの広告を見て、「お試し」「1回だけ」のつもりで健康食品などを注文したところ、定期購入契約だったという相談が多数寄せられています。定期購入が条件であることやその期間中に解約できないことは、小さな文字で申込画

面の最後に記載されていることがあり、注文画面は最後まで確認しないとトラブルの原因になります。通信販売では、クーリング・オフ制度がありません。条件等をしっかり確認して契約を検討しましょう。

問 商工観光課 (☎ 82・2457/IP ☎ 88・9081)

宇陀市会計年度任用職員を募集

旧名称：臨時職員

会計年度任用職員とは、地方公務員法改正により、これまで臨時職員として任用されてきた職員のことで、令和2年度から任用されることになります。

そこで市では来年度に向けて、12月より会計年度任用職員の募集を行います。

採用を希望される方は、登録制度に基づき、あらかじめ希望する職種や勤務時間などを登録していただく必要があります。

採用にあたっては、条件に合う方を採用担当課で選考し、面接審査などを経て決定します。

※登録した場合でも必ず採用されるとは限りません。

業務内容は・・・事務職補助・施設管理
保育士・校務員 など

申込書など、詳しくは市ホームページ
をご覧ください (12月上旬掲載)



登録から採用までの流れ

- ①申込書などを希望職種により人事課へ提出
- ②採用する必要が生じた場合、登録者の中から面接試験等の候補者を決定
- ③担当課から候補者に連絡し、業務内容や勤務条件等を説明
- ④面接試験等を実施し、結果を連絡

問 人事課 (☎ 82・1303 / IP ☎ 88・9069)

普通救命講習会開催

私たちは、いつ、どこで、病気やケガにおそわれるかわかりません。もし、あなたの目の前で家人や友人が倒れたら・・・心臓が止まったら、どうしますか？

この講習では『心肺蘇生法』や『AEDの使い方』を学んでいただきます。実技講習が中心で、どなたでも受講可能。動きやすい服装でご参加ください。

【内容】普通救命講習Ⅰ (3時間)

【日時】1月26日(日)午前9時～正午まで

【場所】宇陀消防署 研修室(榛原萩原)

【対象】管内在住、在勤、在学(中学生以上)の方

【定員】20人(先着順)

【申し込み】12月16日(月)

～令和2年1月21日(火)に問へ
申込書はホームページからも入手できます
<http://www.naraksk119.jp/>

問 奈良県広域消防組合 宇陀消防署(救急課)
(☎ 82・3199)



12月の文化会館だより

かざろひホールの催し

(11月18日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象
7	土	宇陀市男女共同参画集会 ひとり芝居 旅立ちの詩	宇陀市 宇陀市教育委員会 共催：桜井宇陀人 権擁護委員協議会	開場 13：00 開演 13：30	一般 (無料)
14	土	文化会館自主公演事業 【万引き家族】上映会	宇陀市文化会館	開場 13：30 開演 14：00	一般 前売 500 円 当日 700 円
15	日	ひがし Piano ワカナバレエスタジオ クリスマス コンサート	東ピアノ教室 ワカナバレエ スタジオ	開場 13：30 開演 14：00	一般 (無料)
22	日	第2回 宇陀市市民吹奏 楽団定期演奏会	宇陀市市民 吹奏楽団	開場 12：30 開演 13：00	一般 (無料)

文化会館自主公演事業 映画上映会

「万引き家族」

料金：前売り 500 円
(当日 700 円)

前売りチケット販売所

文化会館・市役所生涯学習課・うだ観処・総合体育館
各公民館(中央・榛原分館・菟田野分館・室生分館)

12/14

13:30 開場 14:00 開演
会場：かざろひホール

問 宇陀市文化会館 (☎ 83・0977)



時	番組内容
6	まちの話題 ホットニュース
7	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)
8	お知らせ(音声付き静止画) ストレッチ/タオ身体操/お天気カメラ
9	まちの話題 ホットニュース
10	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)
11	お知らせ(音声付き静止画) うきうきダンス/お天気カメラ
0	まちの話題 ホットニュース
1	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)
2	お知らせ(音声付き静止画) すきまエクササイズ
3	お知らせ(静止画)
4	いきいき歯ッピー体操/お天気カメラ
5	お知らせ(静止画) 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	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)
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	まちの話題 ホットニュース
10	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)
11	まちの話題 ホットニュース
0	宇陀市政なう・特別番組 お知らせ(静止画)

番組内容	1日～10日	11日～20日	21日～末日
ホットニュース	○秋季火災予防防火パレード及び出発式 ○第8回宇陀市駅伝チャレンジ大会	○宇陀市選奨式 ○障がい福祉講演会「もしも願いが叶うなら」	○はいばらウォーク ○うだ産フェスタ2019
宇陀市政なう	市の取り組みや行政情報		
特別番組	野菜たっぷりクッキング 茄子とかぼちゃの そばあんかけ (再放送)	○図書館今月のイチオシ	○知る・見る・なるほど Enjoy宇陀
まちの話題	○第15回菩薩と歩む 夢行道 ○令和元年榛原秋祭り	○室生龍口 白山神社 式年御造営式典 ○あかね台秋まつり ○伊那佐「灯」Mate 2019	○天満台東・天満台西 文化祭 ○第14回 宇陀市文 化協会 芸能発表会
はみがきのうた	菟田野保育所	榛原北保育園	榛原幼稚園

Hello! my friends

From: プレット (榛原中・室生中)



美味しいビーバーのしっぽ？

皆さんこんにちは！
この写真の文字が読めますか。「Beaver Tails」と書いています。ビーバーのしっぽです。本当のしっぽじゃないけど、大きくて、薄くて、平たい揚げパンです。ビーバーのしっぽに似ています。揚げパンの上に砂糖パウダーをかけて食べます。チョコソースやメープルシロップなどもかけることができます。パンがサクサクとして、甘くて美味しいです。
でもカナダの食べ物は全部そんなに甘くないんです。特徴は豊かさで深い味だと思います。一番美味しいメープルは砂糖や蜂蜜と違って味が濃いです。ビールみたいにダークやアンバーなどいろんな種類があります。説明だけで分かりにくいと思いますが、カナダの味を皆さんにも紹介したいです。
また、カナダでいろんな国の食べ物を食べることもできます。今食べたいのは、ウクライナのピエロギとソーセージです(^^)！

動きのまち

令和元年11月1日現在
※()内は前月比

総数	29,840人 (-71)
男	14,283人 (-31)
女	15,557人 (-40)
世帯数	12,901世帯 (-18)

ハッピーと〜



ウッピー編集者が、
時どきの想いを綴ります

10月31日未明、沖縄県那覇市の世界遺産である首里城で、主要建物の大半を失う火災が発生しました。▼損傷が激しいため出火原因の特定は非常に困難とされていますが、木造であることと当時の強風が、より火災の威力を強めた、また一説には電気系統のトラブルが火災の原因などといわれています。▼実際過去には市内でも、電気設備の漏電やショートなどによる発熱や火花が、溜まったホコリに着火するなど、コンセントや配線部分が火元となる建物火災が発生しています。エアコンやハロゲンヒーター、充電器、タコ足配線もその原因となり得ます。特に、空気の乾燥するこの季節は十分な注意が必要です。▼日頃からの火の用心はもちろんですが、日常使っている電化製品にもご注意ください！

胃腸薬と目薬

山田安民は、津村重舎の実兄で、彼らの実家は、宇陀市榛原池上にあります。
安民は、明治32年(1899)、31歳の時に大阪市内で「信天堂山田安民薬房」を創業し、胃腸薬「胃活」発売をはじめました。「万病の元は胃にある」と確信し、効き目のある胃腸薬の発売こそ、これからの日本に必要と考えたのでした。「胃活」は、「胃病に胃活、泣く子に乳」などと宣伝されて、大ヒット商品となりました。
日露戦争終結後、トラホームが流行し、目薬の需要が高まっていました。安民は明治42年(1909)には、点眼薬(目薬)の発売をはじめました。ドイツ・ミュンヘン大学のアウグストフォン・ロートムンドに師事していた眼科医が処方した点眼薬を調製し、発売しました。目薬の商品名は、ロートムンドの名前から「ロート目薬」としました。商品名にカタカナの「ロート」を用いることによって、既存の目薬にない斬新さが注目され、この目薬も大ヒット商品となりました。この目薬も順調に売り上げを伸ばし、胃腸薬と並ぶ2本柱となりました。
当時、目薬は、目薬の入った本体容器と点眼器の2点セットで販売されていましたが、山田安民薬房の若主人・山田輝郎(安民の長男)は、これを一体型に改良したいと考えました。輝郎は、上下に口のあるガラス瓶を作り、上の口にゴムキャップをかぶせ、ここを押すと下の口から目薬が出る方式を考案し、昭和6年(1931)には、新容器「滴下式両口点眼瓶」として発売しました。この新容器は、点眼の手間や衛生上の問題を解決し、目薬業界に大革命を起こしました。



文・柳澤一宏(文化財課)

宇陀を駆けた人々

山田安民 篇 1

21

権者コーナー

インターネットの「光」と「影」

インターネットが普及し、非常に便利な世の中になりました。特にスマートフォンなどの急速な普及に伴い、今や生活や仕事などになくてはならない身近なものとなっています。先日、SNSを活用して、被災者の救援情報を発信し、生命を救った事例も報道されています。

「SNS」ソーシャルネットワークワーキング・システムの略で、人と人との交流を助け、促進するためのインターネット上のサービス

その一方で、インターネットを悪用した他人への中傷や誹謗、いじめ、部落差別や外国人・障がい者への差別的な書き込みなど、人権やプライバシーを侵害する内容や無責任な噂が書き込まれる重大な社会問題となっています。

さらに、インターネットを通じた誘い出しにより未成年者が性的被害や暴力行為にあうなど、子どもが犯罪に巻き込まれるという事例も多く発生しています。

インターネット上では、名前や顔を知られずに情報を発信することが可能なため、人権侵害の行為を一層助長していると考えられます。その上、情報はアツという間に大勢の人に伝わってしまい、一度公開された情報は完全には消すことはできないのです。

このようにインターネット社会には光と影が存在します。軽はずみな書き込みが、誰かを一生苦しめることにもなりかねません。

忘れてはならないのは、インターネットの向こう側には人間がいるということです。顔が見えないコミュニケーションだからこそ、相手の人権を尊重することを忘れずに利用することが必要ですね。

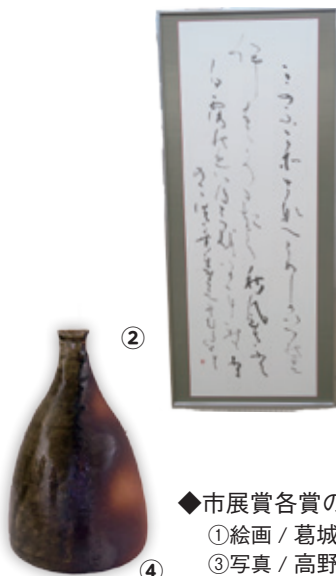


市美術展覧会 開催

今日の
Pick Up

奈良カエデの郷ひららで、第14回市美術展覧会を開催しました。
市内幼稚園・こども園・保育所（園）の5歳児による幼児の絵作品
展も同時開催、また、生涯学習関連施設の事業、教室、講座の成果
も展示され、多くの方が観賞に訪れました。

賞名	部門	作品名	氏名
市展賞	絵画	葛城登山道	美浪 敏明
	書芸	秋風のふく	砂古 里美
	写真	高野山根本大塔	岩本 政都
	彫塑工芸	自然釉舟とっくり	梶岡 俊之
金賞	絵画	御出穂玄照	神野 喜雄
	書芸	小諸なる	森本 寿世
	写真	青春の躍動	平井 喜美江
	彫塑工芸	水無月の頃	出世 八重子
銀賞	絵画	あれ？	福本 忠志
	書芸	空海風信帖	筒井 一
	写真	羽搏きの如く	梶本 佳伸
	彫塑工芸	飾り壺	青山 恵子
銅賞	絵画	5・7・5の路地	松浦 達男
	書芸	夕顔の花	山口 友美子
	写真	Fire rain	藤本 昌宏
	彫塑工芸	あかり「花と竜」	山上 保弘
奨励賞	絵画	晩秋のS邸	来 洋一
	写真	茅の輪くぐり(夏越の祓い)	大塚 美代子



◆市展賞各賞の作品◆

- ①絵画 / 葛城登山道 ②書芸 / 秋風のふく
③写真 / 高野山根本大塔 ④彫塑工芸 / 自然釉舟とっくり

歯と口の健康に関するポスター・標語 入賞作品



市では、「毎食後の歯みがきをする」を目指し、むし歯予防のため取り組みを進めています。
今回、ポスター 398 作品、標語 572 作品の応募がありました。ご応募ありがとうございました。



小学校
(低学年の部)

最優秀賞

榎田佳音さん
(大宇陀小2)



優秀賞 豆川心春さん (榛原小3)



優秀賞 森岡千尋さん (大宇陀小3)



小学校
(高学年の部)

最優秀賞

赤松茉優さん
(榛原小5)



優秀賞 井上芽依さん (榛原小5)



優秀賞
田邊聖来さん
(菟田野小5)



中学校の部

最優秀賞

小久保七緒さん
(室生中2)



優秀賞
高見夕夏さん
(大宇陀中2)

優秀賞
阿片瑛奈さん
(榛原中2)



最優秀賞

「歯磨きで 一生使える 元気な歯！」

優秀賞

「まあいかに 少しのゆだんが 虫歯のもとに・・・」
「保ちましょう 毎日輝く 白い歯を」
「今やれば 未来の自分の歯も変わる」

山中 健太郎さん (榛原中2)

楠本颯人さん (室生中2)
砂濱太一さん (菟田野中3)
小西百恵さん (大宇陀中3)

