



うだ



スポーツの ススメ

- 気になる宇陀市の財政 6
- 市長とまちかどトーク 10
- 令和3年度学童保育児童募集 17
- 健康ポイント事業再開のお知らせ 21



私たち「スポーツ推進委員」です！

スポーツの楽しさを皆さんに伝えるために活動しています。いつでもどこでも、だれでも手軽にできるスポーツ、「ニュースポーツ」の普及にも取り組んでいます。体力に自信のない方も、運動が苦手な方も、どんな方でも楽しんでいただけます。興味のある方は、私たちにお声かけ下さい！

委員の皆さんに聞いてみました

スポーツ推進委員の活動を、市民の皆さんにご理解していただければと思っています。



広報部長 米田 友厚

スポーツを通じて交流をはかっていただきたいです。誰でも簡単にできる「ニュースポーツ」の紹介もしていますので、機会があれば気軽に参加してください。皆さんに健康な毎日を送っていただければと思っています。

昨年度より活動に参加しています。子育て中で、不安がりましたが、どんな人でも参加できるスポーツを推進していくなら、子どもと一緒に参加しようと思い、親子で研修会に参加しています。



広報部 里中 千恵 (娘の詞音さん)

ニュースポーツの良さを知るとともに、多くの方に知ってもらえるよう、積極的に活動に参加できればと思います。



音の出るピンポン玉を使った「卓球パレ」の研修

スポーツ推進委員の活動
各種研修会の受講や、様々なイベントにおいてニュースポーツの紹介等を行っています。今年度は、新型コロナウイルスの影響もあり、ほとんど活動ができていませんでしたが、10月3日に、パリンピック種目でもある「卓球パレ」と、ニュースポーツの「卓球パレ」の研修を行いました。従来のルールだけでなく、誰でも楽しめるように工夫することで、より多くの方にスポーツの魅力が伝わるようになります。委員一丸で活動しています。また、市のスポーツイベントの企画・運営を行うなど、市民の皆さんがスポーツを通して健康になれるよう、重要な役割を担っています。

宇陀市スポーツ推進委員 (令和2年度)

役職	氏名	地域
委員長	高見 喬宏	榛原
副委員長	小泉 眞吾	菟田野
〃	井上 雅世	室生
広報部長	米田 友厚	榛原
広報副部長	奥田 勝寛	菟田野
広報部	吉村 忠郎	榛原
〃	豊岡 仁	榛原
〃	里中 千恵	榛原
〃	門脇 慎治	榛原

役職	氏名	地域
広報部	林 英實	室生
研修部長	仲村 宏生	大宇陀
研修副部長	蛭原 浩行	菟田野
研修部	小松原 明男	大宇陀
〃	林 みさ子	大宇陀
〃	向井 浩	榛原
〃	牧野 仁美	榛原
〃	東森 加代子	榛原
〃	三浦 千明	榛原
〃	堀本 克彦	室生



スポーツのススメ

問 生涯学習課 (☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364)

スポーツの秋です。今年は新型コロナウイルスの影響で、外出も制限され、様々なイベントが中止になりました。今まで、日頃スポーツを楽しんでいたのに運動不足になっている方も多いのではないでしょうか。

また、スポーツが苦手な方で体を動かす機会がないという方もおられると思います。

しかし、生涯を通して心身ともに健康な生活を送るためには体を動かすことは大切なことです。

最近は障がいのある方も楽しむことができる「ニュースポーツ」も普及して来ており、誰もが気軽に楽しめるようになってきています。

今回の特集では、市スポーツ推進委員の皆さんにスポーツの楽しさを伝えていただきます。

スポーツ推進委員
委員長 高見 喬宏



「スポーツ推進委員」ご存知ですか？
皆さんは、「スポーツ推進委員」をご存知でしょうか。以前は「体育指導委員」という名称でしたが、2011年に制定された「スポーツ基本法」において、「スポーツ推進委員」の名称に変更されました。体育協会との違いは、教育長から委嘱された非常勤職員として、その役割を果たさなければならぬことです。現在までの活動としては、ノルデック・ウォークの普及、ラジオ体操の地域ごとでの実施、ファミリー体カテスト、ニュースポーツの紹介等です。主な活動の他にも、子どもフェスタや宇陀シティ馬拉ソン等、体育協会の事業に積極的に協力しています。推進委員は4地域から選出された19人で、市の重点施策「健康都市「ウェルネスシティ宇陀市」構想の担い手の一つとして、「すべての市民が心身ともに豊かに生きられる」ように、スポーツの普及とともに、行政・地域各団体をつなぐコーディネーターとして努力しています。

ジョギングよりも負担が少なく、普通に歩くより高い運動効果

ノルディック・ウォーク 始めませんか？



研修部長 仲村宏生

こんな方におすすめ

高齢で体力に自信のない方、腰痛、膝痛、股関節痛があり、歩くのがつらい方

高血圧、脂質異常、糖尿病を指摘されている方

シェイプアップや姿勢矯正、美しい歩き方をしたい方

なぜ、運動効果が高い？
秘密は2本のポールにあります。両手で交互に地面を突きながら歩くと、体の約9割を使う全身運動になります。ポールの助けで歩幅が広くなり、歩行速度が上がるため、有酸素運動としての高い効果をもたらします。普通のウォーキングより消費カロリーが約20%アップし、ダイエットにも効果があります。

長時間歩いても疲れない？
人は二本足で歩くと、膝や腰に力が加わります。ポールを突くことでその力が分散されます。ポールを使えば約4キロ体重が軽くなるのと同じ効果があり、疲れが2割程度減ると言われています。

グリップの握り方

ストラップに手を通してグリップを握る。強く握り過ぎず、親指をグリップ上部に乗せる。



かかとからしっかりと踏み出し、つま先を上げて地面を蹴り出すように歩く。



難しく考えずに歩いてみよう
背筋を伸ばし、視線は歩く方向へ。体の重心をまっすぐそろえて姿勢を正す。右足を踏み出すと同時にポールを持った左手も前に出し、右足とおなじくらいの位置に軽く突く。

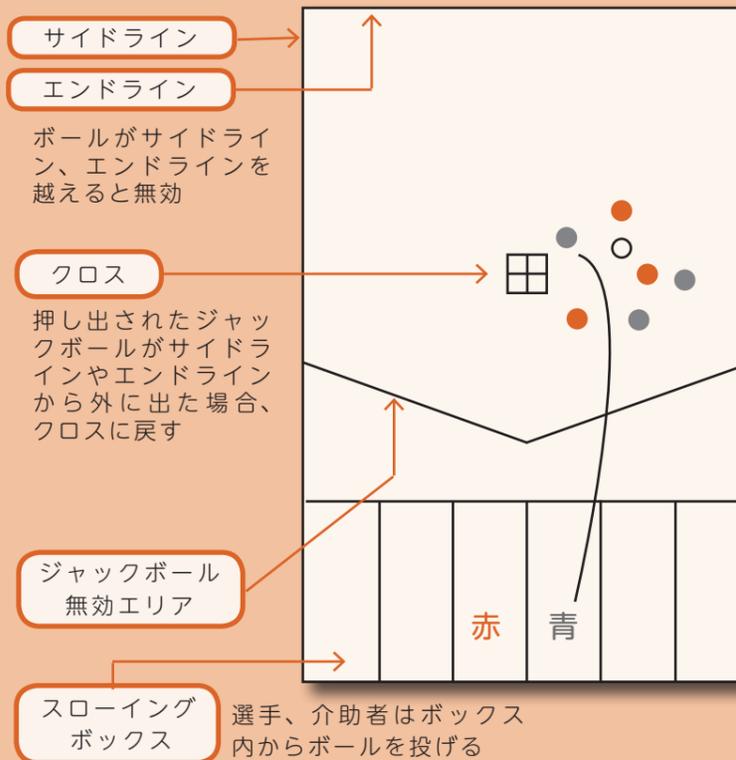


パラリンピック種目

ボッチャに チャレンジ！

ボッチャはヨーロッパで生まれたパラリンピックの正式種目です。身体に障がいがあってもなくても、子どもから高齢者まで楽しむことができます。ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかにジャックボールに近づけるかを競います。

ボッチャのルール

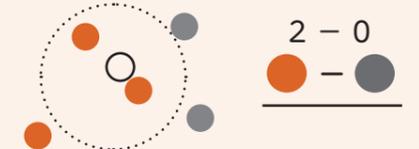


試合の流れ

- ①両選手(ペア・チーム(3人))が6個ずつのボールを使用
- ②先攻側が的となるジャックボールを投げ、続けて1投目を投球
- ③後攻側が最初の投球
- ④ジャックボールからより遠い位置にボールがある側の選手が次の投球
- ⑤先攻側・後攻側ともに6球ずつを投げた時点で得点を計算
※この一連の流れを1エンドとし、個人戦とペア戦は4エンド、チーム戦は6エンド行う。
- ⑥各エンドを行い、点数を付ける。総得点の多い方が勝利

得点の計算方法

ジャックボールに最も近いボールを投げた側のみ得点が入る。相手側の一番近いボールよりも近いボール1個につき1点。



ご参加ください ボッチャ体験

障害者週間(12月3日~9日)に合わせ、下記日程で、ボッチャの体験コーナーを設置します。ご来庁の際は、ぜひ気軽にお立ち寄りください。

【日時】 12月3日(木)~4日(金)

午前10時~午後1時

【場所】 市役所1階ふるさとテラス

【内容】 ボッチャのルール説明、体験等



ターゲットボッチャの得点シート

誰もが楽しめるターゲットボッチャもあります。ボッチャの楽しみ方は様々で、「ターゲットボッチャ」というゲームがあります。得点シートの真ん中に自分のボールをいかにたくさん集めるかを競います。従来のボッチャよりもルールも準備も簡単に、目標までの距離もレベルに合わせて変えることができるため、手軽に誰でも楽しめます。

地域の高齢者サロンや、子供会でも十分に楽しめるので興味ある方は、ぜひお近くの推進委員にお声かけください。

副委員長 井上雅世



ニユースポーツ用具 貸し出します！

子どもから高齢者まで、誰でも用具さえあれば簡単に楽しめるスポーツです。ぜひ、地域や各団体の催しの際にご利用ください。

【用具の種類】

- 囲碁ボール
- グラウンドゴルフ
- ガラッキー
- シャッフルボードS
- キンボール
- ストラックアウト
- わなげ
- ビーンボウリング
- ダーツ
- バウンドテニス
- クロリティ
- ペタンク(室内用・室外用)
- ボッチャ
- タルコボール
- フリープロー
- その他

【申込場所】 生涯学習課または市総合体育館(休日、休館日には用具の貸出・返却は行っていません)

【申込方法】 備品借用申請書に備品名を記入(印鑑必要)

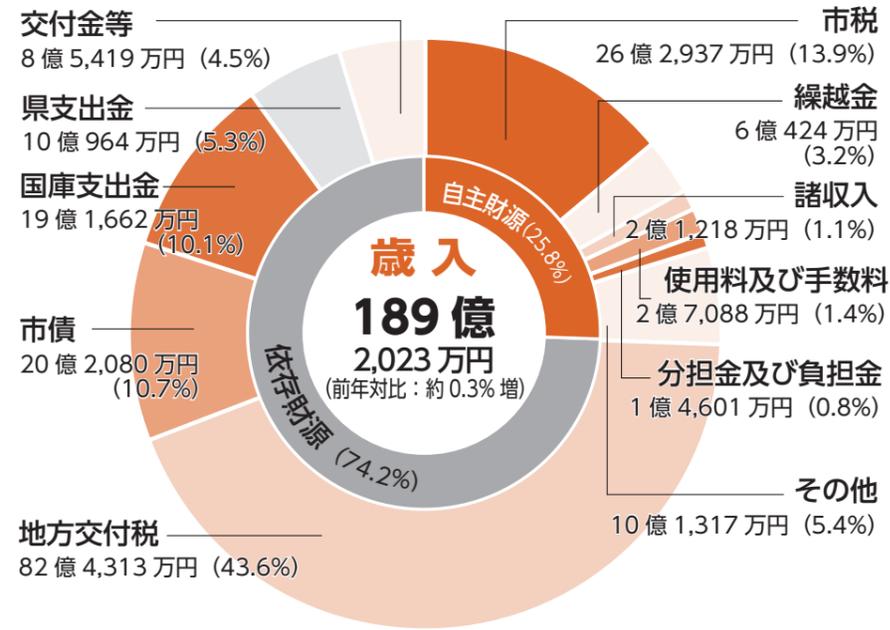
【費用】 無料

問 生涯学習課
☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364

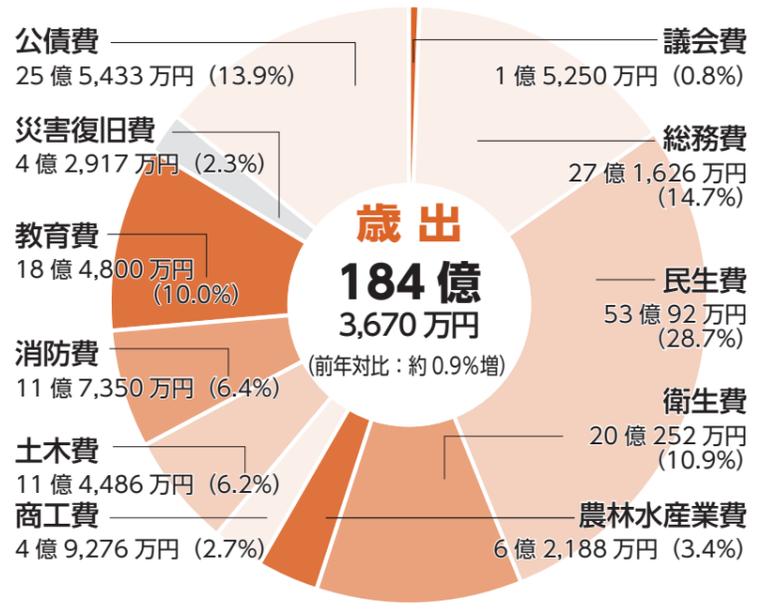


令和元年度
決算報告

令和元年度の各会計の決算が市議会でご承認されました。皆さんから納めていただいた税金や負担金、国県からの補助金などの程度で、どのように使われたのかをお知らせします。



*金額の記載は全て表示単位未満で端数処理しています
※()内は構成比



歳入と歳出を差し引いた結果、4億8,353万円の黒字となり、次年度予算へ繰り越ししました。

一般会計 歳入
繰越金や市税等が減少したものの、繰入金や地方交付税等の増加により、前年度決算額に比べて約0.3%の増となりました。また、繰入金が増加以上に繰越金の減少が大きく、前年度と比べて自主財源の割合が0.9ポイント減り、自主財源の割合は25.8%、依存財源の割合は74.2%となりました。

一般会計 歳出
災害復旧費は減少したものの民生費、教育費等が増加したことにより、前年度決算額に比べ0.9%の増となりました。

特別会計

特定の事業を行う場合、また特定の歳入をもって特定の歳出に充て、一般の歳入歳出と区分して経理するために条例により設置している会計です。

住宅新築資金等貸付事業を除く会計は黒字でした。なお、下水道事業特別会計は令和2年度から企業会計へ移行します。

会計名	歳入	歳出	差引額
住宅新築資金等貸付事業	2,514万円	3億545万円	△2億8,031万円
霊苑事業	1,439万円	1,220万円	219万円
国民健康保険事業(事業勘定)	40億1,084万円	39億2,193万円	8,891万円
国民健康保険事業(診療施設勘定)	7,538万円	6,378万円	1,160万円
介護保険事業	42億839万円	40億9,785万円	1億1,054万円
下水道事業	7億7,704万円	7億7,035万円	669万円
土地取得事業	3億1,252万円	3億1,252万円	0円
後期高齢者医療事業	5億326万円	5億240万円	86万円
特別会計合計()は前年度決算額	99億2,696万円(97億6,108万円)	99億8,648万円(98億4,821万円)	△5,952万円(△8,713万円)

企業会計

公営企業は、民間企業のように利用料金等を財源に、公共の利益を目的に経営する事業で、市では次の4つの公営企業会計を運営しています。



収益 10億5,654万円		費用 10億5,173万円	
営業収益	5億8,922万円	営業費用	9億7,714万円
給水収益	5億8,892万円	給与費	9,547万円
その他	30万円	県水受水費	1億8,850万円
営業外収益	4億6,732万円	減価償却費	5億2,756万円
特別利益	0円	その他	1億6,561万円
		営業外費用	7,458万円
		特別損失	1万円

収益 1億6,996万円		費用 5,252万円	
営業外収益	1億6,996万円	営業費用	4,299万円
一般会計補助金	1億4,800万円	経営費	255万円
指定管理者納付金	2,000万円	減価償却費	3,886万円
雑収益	196万円	資産減耗費	158万円
		営業外費用	953万円
		支払利息等	117万円
		雑支出	836万円

収益 35億1,522万円		費用 36億5,800万円	
医業収益	31億3,797万円	医業費用	35億18万円
入院収益	20億6,738万円	給与費	21億5,672万円
外来収益	9億287万円	材料費	4億9,469万円
その他	1億6,772万円	経費	5億5,893万円
医業外収益	3億3,425万円	減価償却費	2億6,332万円
特別利益	4,300万円	資産減耗費	1,640万円
		研究研修費等	1,012万円
		医業外費用	1億5,759万円
		特別損失	23万円

収益 4億7,970万円		費用 5億361万円	
事業収益	4億6,341万円	事業費用	4億8,358万円
介護報酬収益	3億9,841万円	給与費	3億3,838万円
施設利用料収益	6,443万円	材料費	3,688万円
その他	57万円	経費等	8,776万円
事業外収益	1,629万円	減価償却費	2,054万円
特別利益	0円	資産減耗費	2万円
		事業外費用	2,003万円
		特別損失	0円

水道事業

令和元年度の給水件数は10,742件で、年間有収水量は2,388,875m³でした。給水区域内において水道未普及地域解消事業として給配水管の布設工事を行っています。また、収支差引は481万円の黒字決算となりました。

美榛苑事業

平成22年10月1日より指定管理者による経営に移行し、令和元年度中も指定管理による経営となりました。また、収支差引は、指定管理者からの納付金と一般会計からの補助金を受け、1億1,744万円の黒字決算となり、その一部を一時借入金の返済に充当しました。

市立病院事業

令和元年度の入院患者数は、延べ52,417人(1日平均143人)、外来患者数は、延べ90,647人(1日平均375人)でした。また、収支差引は1億4,278万円の純損失となりました。

介護老人保健施設事業

令和元年度の入所者数(短期入所者を含む)は延べ32,851人(1日平均89.8人)、通所者数は延べ3,456人(1日平均14.3人)となりました。また、収支差引は2,391万円の純損失となりました。

宇陀市の家計の状況は？



財政状況は、様々な指標から見ることで初めて分かります。家計と同じで収支（資金繰り）と借入に注目することが重要です。

宇陀市の財政状況

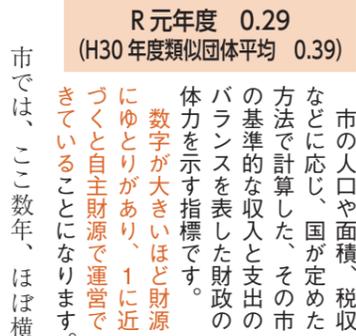
経常収支比率

財政にゆとりがあり、様々な状況に柔軟に対応できるか？



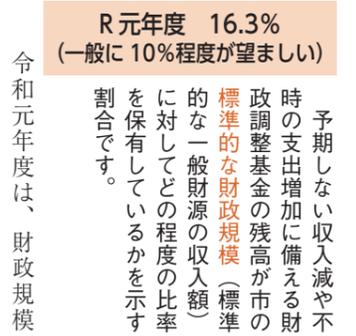
財政力指数

自主的な収入だけで、どれだけ賄えるか？



財政調整基金対標準財政規模比率

急な事態等に備える基金（貯金）はあるか？



令和元年度は、収入では、普通交付税は増加したものの、地方税、地方消費税交付金、臨時財政対策債の減少による影響が大きく、支出においては、公債費が増加したことから前年度に比べて2.7ポイント増加しました。

宇陀市の市債（借金）残高はどれくらい？

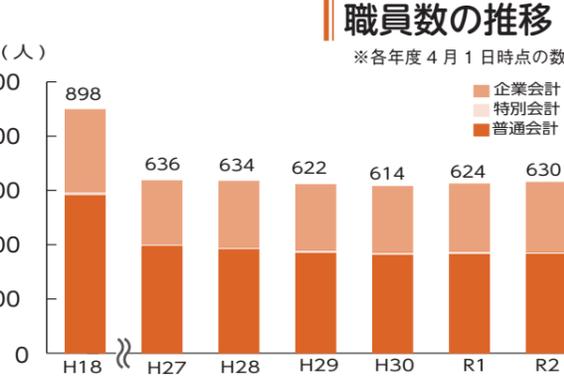
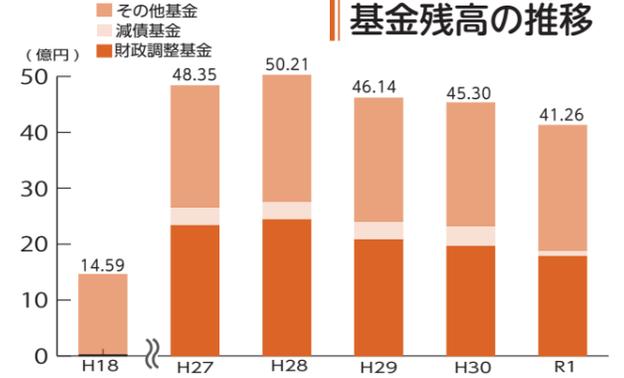
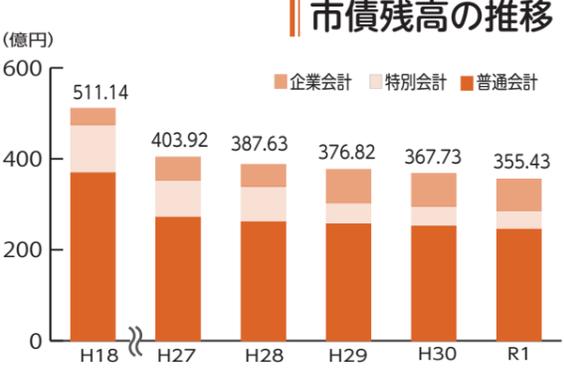
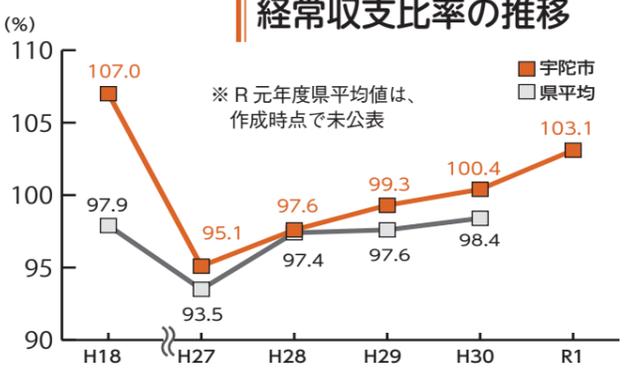
合計 355億 4,296万円
前年度より約12億円減少

主な内訳

- ▶一般会計…… 244億 7,759万円
- ▶下水道事業…… 40億 8,154万円
- ▶水道事業…… 34億 6,700万円
- ▶市立病院事業… 29億 7,859万円
- ▶介護老人保健施設事業…… 4億 9,360万円

標準財政規模とは、市が標準的な状態で通常収入が見込まれる一般財源の規模のこと

令和元年度は、財政規模が縮小され、かつ繰入により基金残高が減ったため、前年度に比べて1.5ポイント減少しました。



大宇陀福祉会館改修事業

決算額 **9,205万円**

創建から110年が経過した大宇陀福祉会館について、松山地区の地域づくりの拠点施設として活用するための改修を行いました。(写真：宇陀松山会館)

小中学校・幼稚園空調設備整備事業

決算額 **3億 5,478万円**

児童生徒の体調管理や熱中症予防のため、市内の小中学校、幼稚園の普通教室等に空調設備の整備を行いました。(写真：室生小学校)

元年度の主な事業

主にこんな事業に取り組んだよ

地方創生事業の総仕上げ

第1期宇陀市まち・ひと・しごと創生総合戦略（平成27年度～令和元年度）の総仕上げに向けて、市民の皆さんをはじめ、産官学・地域が一体となって、人口減少問題を是れとす少子高齢化、過疎化、地域経済の低迷に打ち克つべく、取り組みを進めました。なお、令和2年度以降に予定している課題や、地域活性化に取組む方向性を実現するためにも、総合計画の中で取り組みを展開していきます。

便利な田舎～宇陀のレシピ事業～

決算額 **644万円**

「ファーストバースデー祝い品事業、ベビーシート貸出事業、ぴかぴか1年生応援事業・トリプルチルドレン事業」等により結婚・出産・子育て支援の充実を図った。

薬草プロジェクト事業

決算額 **1,436万円**

薬草の生産拡大から関連する商品・サービスの創出などを総合的にを行い、「薬草発祥の地宇陀」から全国に薬草の魅力を発信。

まちづくり協議会支援事業

決算額 **2,651万円**

地域の連携と課題解決を図るとともに、地域の中での経済循環の仕組みを形成することにより、市民主導でまちのにぎわいを創出した。

アントレプレナー（起業家）育成循環事業

決算額 **4,543万円**

奈良県、宇陀市、ルート製薬（株）による「大和高原の魅力ある仕事づくり」により、地域おこし協力隊制度を活用し、起業家を全国から募集し、育成・支援を実施するとともに、起業支援メニューの充実を図った。

地方創生事業

決算額 **2億 1,477万円**

財政健全化判断比率

財政健全化判断比率とは、住民に向けて財政状況を公表するために設定された全国統一の指標で、市議会への報告も義務付けられており、指標の内容によっては財政上の制約や健全化計画を策定、実行する必要があります。各指標の「早期健全化基準」、「財政再生基準」については、いずれの数値についても、より小さいほうが財政的に良好であると言えます。「実質赤字比率」、「連結実質赤字比率」については、黒字の場合は「▲」で表示されます。公営企業については、「資金不足」が生じていないことが最良です。

種類	指標名	指標の概要	令和元年度の宇陀市の決算数値	
			※宇陀市における早期健全化基準（イエローカード）	財政再生基準（レッドカード）
健全化判断比率	実質赤字比率	標準財政規模に対する一般会計、特別会計（住宅新築資金等貸付事業・霊苑事業・土地取得事業）の赤字額の比率	▲ 1.64%【黒字】（黒字額は、対前年度比 0.49ポイント減少） ※（イエローカード）13.19%、（レッドカード）20.0%	
	連結実質赤字比率	標準財政規模に対する全会計（一般会計・特別会計・企業会計）の赤字額の比率	▲ 19.04%【黒字】（黒字額は、対前年度比 0.74ポイント減少） ※（イエローカード）18.19%、（レッドカード）30.0%	
	実質公債費比率	標準財政規模に対する当該年度の借入金（借金の返済額等）の比率で3か年平均	14.4%で健全化基準をクリア。（対前年度比 0.3ポイント悪化） ※（イエローカード）25.0%、（レッドカード）35.0%	
	将来負担比率	標準財政規模に対する負担すべき将来の債務（全会計・一部事務組合の負担義務のある残債、土地開発公社の債務保証、負担義務のある職員退職金等）の比率	124.7%で健全化基準をクリア。（対前年度比 1.6ポイント悪化） ※（イエローカード）350.0%	
公営企業	資金不足比率	各会計における事業の規模に対する資金の不足額の比率	■ 保養センター事業（美穂苑）会計 0.0%（対前年度比 24.7ポイント改善） ※（イエローカード）20.0% 経営健全化計画を策定し、経営改善に取り組んだ結果、資金不足は解消しました。 ■ その他の下水道事業、市立病院事業、介護老人保健施設事業、水道事業会計についても、資金不足は生じていません。	

市長とまちかどトーク

開催期間：11月1日(日)～令和3年2月28日(日)

※日時は希望に沿えない場合があります

問 秘書広報情報課 (☎82・3912 / IP ☎88・9083)

市長が皆さまのもとへ伺い意見交換を行います

市では、開かれた行政、市民参加型行政の推進に努めています。そのため、市長と市民が直接意見交換を行う機会として、市長と市民の意見交換会「市長とまちかどトーク」を開催します。

市長が現場などにお伺いし、まちづくりの話題や提案など、自由な意見交換を行います。

今後の地域の課題などを中心に、未来に向けた夢のある意見交換ができるよう進めて参ります。

■申し込み等

【対象】自治会、まちづくり協議会、市内の各種団体、市内の職場の方々（政治的・宗教的集まりは除く）

【人数・時間】10人以上20人程度・60分以内

【テーマ】市政に関すること（個人的な要望や団体交渉、苦情、特定の個人・団体に対する誹謗・中傷、政治的活動や宗教の布教等を目的とした内容は受けできません。）

詳しくは問へお問い合わせください。



一緒に宇陀市を創りましょう！



伸びしろいっぱいの宇陀市

関西の高原都市

【新型コロナウイルス対策へのご協力をお願い】

- ・参加者の皆さまにはマスクの着用をお願いします。
- ・消毒液をご用意しますので、会場入室前に手指の消毒をお願いします。
- ・受付前に非接触型体温計による検温を実施します。

宇陀市のPRに一役！ラッピングトラックを支援します

問 企画課 (☎82・1362 / IP ☎88・9074)

「宇陀市」のイメージアップにつながるラッピング広告を掲出するトラック事業者に対し、その費用の一部を補助します。

【対象】主に関東・関西方面へ輸送するトラックに広告を掲出する事業者

【要件】

◆フルラッピング広告またはハーフラッピング広告で、市のPRデザインがおおむね2分の1程度含まれるもの

◆市の農産物・畜産物・加工品などの商品や観光名所などを題材とし、それが容易に認識できるデザインであること

【補助対象費用】

- ◆ラッピング施工費用
- ◆デザイン費用

◆補助金は予算の範囲内で交付します。（申請者多数の場合は、運行する場所、頻度、耐用年数を総合的に考慮して判断）

- ◆補助金限度額
1台あたり100万円
（総事業費の2分の1）
【事前協議書提出期限】
11月30日(月)まで



過去の実施事例▶▶

応援します！うだぢから！

市ホームページで公開中

地域づくり支援メニュー

問 企画課 (☎82・1362 / IP ☎88・9074)

市では、「みんなが生きがいをもって暮らせる魅力ある健康なまち 宇陀市」を輝く歴史と文化の息づく「まち」として将来像を定め、様々な分野でのまちづくりを市民の皆さんとともに取り組んでいます。生活に関係の深い本市の団体向け支援メニューをとりまとめた「地域づくり支援メニュー」を作成し、市ホームページで公開しています。



紙媒体での提供をご希望の方は、問へ。

こちらからアクセス▶▶



宇陀市 地域づくり支援 検索

あなたのまちの身近な相談パートナー 人権擁護委員を紹介！

問 人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱した民間の方々です。

各委員は、地域の皆さんからの人権相談を受け、問題解決のお手伝いをします。

また、法務局の職員と協力し、人権侵害による被害者の救済や、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。

市では、10月1日現在で、8人の委員が活動をしています。

毎月、委員による人権相談も実施しています。（相談口はP27をご覧ください）

【各地区の人権擁護委員】（敬称略）

- 大宇陀 中井陽子・柳本豊一
- 菟田野 峯畑忠郎・堀山容志子
- 榛原 諏訪江津子・田中三彦
- 室生 酒井靖志・井上恭子（新人）

副市長退任の挨拶

私は、この度、9月末日をもちまして、副市長を退任いたしました。平成31年4月1日の就任から、1年6か月という期間ではありましたが、就任時に申し上げた「宇陀市民のために尽くす」を第一に、今自分に何ができるのかを意識し、宇陀市行政に携わり、勤めてまいりました。

市長の補佐役としての役割、市職員の相談相手としての役割、市議会における役割等をはじめ、前市長失職時における新型コロナウイルス感染症対応などを含めた、市長職務代理者としての役割等を通じて、これまで全く宇陀市にご縁のなかった自分が、副市長という重責を勤めることができたのは、市民の皆様、議員の皆様をはじめ、多くの皆様のご理解、ご協力のお陰と深く感謝を申し上げます。

最後にになりますが、宇陀市の益々の発展と市民皆様方のご健勝、ご多幸を祈念申し上げまして、退任のご挨拶とさせていただきます。

宇陀市副市長 前田 栄司



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「取り組み」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



▲新型コロナウイルス感染終息祈願灯回廊

1 伊那佐『灯』Mate で、新型コロナウイルス終息祈願!

伊那佐地区まち協

今年、新型コロナウイルスの感染拡大を考慮し、伊那佐『灯』Mate 2020も芳野川に灯籠を浮かべず八咫鳥神社で実施しました。昨年は地域の子どもたちや市内外の参加者の灯籠など数百の灯りが川面を照らしていましたが、八咫鳥神社では新型コロナウイルスの感染終息を祈願した約500個の灯りが、夕方になるとほんのりと神社の境内と参道をやわらかく照らしていました。



▲芳野川沿いの打上げ花火

今年、密集を避けるため8日間(9月19日~26日)にわたり開催したことで、家族連れや友人など多くの方が訪れました。最終日は芳野川沿いで大きな打上げ花火が10分間ほど打上げられ、近隣の方々があちらこちらで夜空を見上げて秋の花火を楽しんでいました。

2 マスクケース作り

神戸まち協

9月26日西山川向ふれあいセンターで、神戸まち協のフレンドサロンを開催しました。マスクが日々の必需品になっている昨今、食事などでは、マスクを外さなくてはいけないのですが、マスクの置き場に困っているという話を聞いて、そんな時に便利な、サツとしまえる「2つ折りマスクケース」を作ることにしました。食事などで外した時、置いた場所も汚さず、感染防止にもつながる便利なケースです。



▲普段の生活からアイデア作品

ビニール素材でケースの型を切り取り、折りたたみ用のフックをつけて、できあがりとなります。フック留めは、小さいボタンを留める細かい作業となり、お互いに協力しながら仕上げていきました。どれもシンプルなもの、これをビニール袋に入れて、紐で留めて完成です。



▲心を込めて作ったマスクケース

できあがった作品は、9月30日当まち協地内にある大宇陀こども園を訪問し、職員の皆さんに使ってもらうため、マスクケースを進呈しました。園児たちと触れ合うなかで、マスクの持ち歩きや保管のときに、収納と衛生面で安全なケースを、おしゃべりに使ってもらえれば幸いです。

3 榛原駅前『かなえば』冬時間に変更

榛原地区まち協

8月から始まった駅前活性化応援プロジェクト『かなえば』は、榛原駅前をにぎやかな市民の憩いの場にしたという思いでスタートし、現在4か月目となりました。

新型コロナウイルスの影響で「3密」にも注意して、現在はテイクアウトのみの営業です。毎週金曜日に開催していますが、日暮れが早くなりましたので、11月から冬時間の午後2時~6時に営業時間を変更します。焼きピザや鶏料理、揚げたてのほ

くほくクロッケ、手作りスイーツ、クレープ、クラフトビールほか、週替りで異なる店舗が出店しています。お子さま連れの方や学生の方など多くの方に来店いただいています。また、リピーターの方も少しずつ多くなってきました。いづいどんな店が出店するかは、うだちチャン11のお知らせやフェイスブックでも案内していきます。「Udaかなえば」で検索してくださいね。



▲熱々のピザが楽しみ~

販売など、多くの店が参加できる UDA OPEN STYLE「かなえば」にご来店をお待ちしています。また、出店希望の方は当まち協へ問い合わせください。フェイスブックで案内しています。

空き家セミナーと相談会

11月21日(土)

○セミナー 午後1時~2時
○相談会 (前日までに要予約) 午後2時15分~4時15分

【場所】 市役所会議室

【主催】 宇陀市・NPO法人 空き家コンシェルジュ

※相談会の日以外は、常設の相談員が相談を受けています。お気軽にご連絡ください。

【連絡先・受付時間】

NPO法人 空き家コンシェルジュ
☎/FAX: 0744-356211
月~土曜日 午前9時~午後5時



ザクロ

ザクロは、ペルシャでは紀元前から果樹として栽培され、観賞用にも植えられていたそうです。日本には平安時代に中国から伝来したといわれています。

ザクロは、502年に書かれた「名医別録」という書物に「石榴皮」として記載されて以来、条虫(サナダムシ)や、かい虫、十二指腸虫などの寄生虫駆除薬として名をはせました。これは樹皮、根皮、果皮などに含まれるペレタイエリンの作用で、この成分に駆除作用があったからです。このため、糞尿を肥

料として利用していた時代は、誰にでも必要な生薬だったのです。ところが、農業改革が進み、それらへの感染の恐れが無くなると、忘れ去られた生薬となりました。

ザクロの皮であるザクロ皮には、色覚異常をおこし、目の前が真っ黄色に見えるという副作用があることなども、ザクロが身近な薬草でなくなった理由でした。

果汁を発酵させると、シャルバットというワインを作ることができます。とてもおいしいので、もう一度見直してはどうでしょうか。



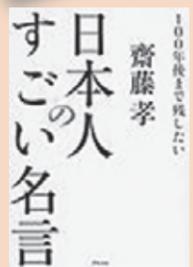
▲皮や花には、止瀉、整腸剤として、下痢止め、各種出血、おりもの、乗り物酔いなどの不快症状にも効果があります。

※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

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

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!



(一般書)
100年後まで残したい日本人のすごい名言
著: 齋藤 孝
出版: アスコム

フラフラと動きやすく折れやすい心を支えてくれるのが名言。時代を越えて残したい、普遍的な価値を持つ名言を紹介。言葉の持つストーリーや、込められた思い、「使い方」なども掲載する。(大宇陀図書館所蔵)



(児童書)
よこいしょういちさん
文・絵: かもやま えいこ
出版: ゆいぽおと
KTC中央出版(発売)

はずかしながら、生きながらえて帰ってまいりました。日本の敗戦後28年間もグアム島で生活していた、元陸軍軍曹・横井庄一さん。その生涯を、横井さんが残した著作、美保子夫人との交流をもとにまとめた切り絵本。(大宇陀図書館所蔵)

図書館からの
まめ知識

Vol.80

「ベストリーダー」を発表!

今年度上半期に宇陀市図書館で貸出が多かった本(ベストリーダー)を紹介します。
一般書の1位は『クスノキの番人』(東野圭吾:著)、2位『希望の糸』(東野圭吾:著)、3位『流浪の月』(凧良ゆう:著)でした。東野圭吾は、根強い人気を感じます。
児童書では、1位が『三びきのやぎのらがらどん』、2位『どんねんないきもの事典』、3位『山のちょうじょうの木のとっぺん』でした。このほか、かいつぞろりシリーズもよく読まれていました。秋の夜長に、お気に入りの一冊を見つけて読書を楽しんでいただければと思います。

図書館からのお知らせはP26

交通安全キャラバン隊が来庁

9月23日

桜井・宇陀・東吉野地区交通対策協議会と桜井警察署が協働して結成した「交通安全キャラバン隊」が、キャラバン隊長に任命された奈良県警のマスコットキャラクター「ナポくん・ナピちゃん」とともに桜井市、宇陀市、曾爾村、御杖村、東吉野村の主要道路を啓発走行し、各市村役場において「交通安全メッセージ」の伝達および啓発物品を届けました。

各市村は、一丸となって交通安全を図っていくことを確認するとともに、住民および通行車両の運転者等に、交通安全運動の周知および安全運転の意識づけを図られました。

日頃から交通ルール、マナーに気をつけて事故のない安全な宇陀路を目指しましょう。



**薬草の魅力発信!
奈良いどりマルシェに出展**

9月11日~13日

イオンモール高の原において開催された「奈良いどりマルシェ」に宇陀市薬草協議会(事務局 商工産業課)が出展しました。

奈良いどりマルシェは、奈良県とイオンが協力して販路拡大を目指す事業者を応援する事業で、9月は奥大和の魅力をテーマに開催されました。

当協議会では、現在宇陀市で生産している大和当帰の葉を使用した、入浴剤、お茶などの商品販売のほか、日本最初の薬狩りの郷 宇陀のPRを行いました。



大和信用金庫と包括連携協定を締結

9月18日

市役所において、市と大和信用金庫が、双方の持つ資源の有効活用と綿密な相互連携によって、まち・ひと・しごとを創出し、市の発展に寄与することを目的に、包括連携協定を結びました。

具体的には、宇陀市総合計画の6つの目指すまちの姿の実現に向けて、地域経済の活性化、観光産業の活性化、地元企業の育成と企業誘致、農業・林業・畜産等の宇陀で誇れる大和高原宇陀ブランドの戦略など、地方創生に関わることに相互に連携・協力し、住みやすい、住みたい宇陀市を目指してまいります。また、定住の促進、まちの魅力向上などの取り組みを通じて継続的な好循環を生み出すための取り組みを進めてまいります。



日本郵便株式会社との包括的連携に関する協定を締結

9月30日

市役所において、市と日本郵便(株)が、住民の利便性の向上、安心・安全の確保等を実現することを目的に、包括的連携協定を結びました。

- 具体的には、
- (1) 安心・安全な暮らしの実現に関すること
 - (2) 地域の活性化に関すること
 - (3) 未来を担う子どもの育成に関すること
 - (4) 女性の活躍推進に関すること
 - (5) 市民サービスの向上に関すること
 - (6) その他、本協定の目的を達成するために必要な事項に関すること。

以上6つの事項に取り組むことで、住民の利便性の向上、安心・安全の確保等を実現してまいります。



「令和2年度老人福祉施設功労者表彰」知事表彰を受賞

9月10日

この表彰は、多年にわたり高齢者福祉の向上に寄与され、特にその功績が顕著であると認められた個人または団体に贈られます。

今年度は、長年、さんとぴあ榛原でボランティア活動をされてこられました「豊か会」(代表 葛本郁子氏)の団体が受賞されました。

同団体は、平成11年から月2回程度当施設を訪問し、入所されている方との触れ合いを大切に、共に元気になるよう、現在8人で活動されています。

今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、奈良県主催の表彰式が中止となったため、奈良県知事に代わり、さんとぴあ榛原越智管理者より「表彰状」が授与されました。



令和3年度 学童保育児童 募集!

学童保育は、労働などで放課後帰宅しても保護者が家庭にいない児童を対象に、学校の空き教室等を利用して、授業の終了後に遊びを中心とした、健全な育成を行っています。
 なお、ひと月あたりの開室日に対し半分以上出席できない方や、夏休み中だけの利用を目的とされる方の申し込みはご遠慮ください。



【定員】 榛原小学校学童保育室 70人 榛原東小学校学童保育室 80人
 大宇陀小学校学童保育室 40人 菟田野小学校学童保育室 35人
 室生小学校学童保育室 30人 ※榛原西小の児童は榛原小学童へタクシーで送ります。

【申し込み】 12月1日(火)から18日(金)までに問へ
 ※申請用紙は、問または、市ホームページよりダウンロードできます。

【開室時間】 ○授業のある日 ・放課後～午後5時(延長保育は午後7時まで)
 ○授業のない日 ・午前9時～午後5時(延長保育は午後7時まで。早朝保育は午前7時30分から)

【休室日】 ○土・日曜日、祝日(毎月第2土曜日は開室)
 ○8月13日～15日・12月29日～翌年1月3日

【費用】 月額4,500円 ※延長保育、早朝保育、振替休日の早朝保育は別途費用負担が必要

【保険料】 月額2,000円

問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080) 榛原小学校学童保育室 (☎ 82・7002)
 榛原東小学校学童保育室 (☎ 82・8059) 大宇陀小学校学童保育室 (IP ☎ 88・9452)
 菟田野小学校学童保育室 (IP ☎ 88・9453) 室生小学校学童保育室 (IP ☎ 88・9010)

11月は児童虐待防止月間です



子どもを健やかに育てるために
 ～愛のしつけ ゼロ作戦～

子育てにおいて、しつけと称して叩いたり、怒鳴ったりすることは子どもの成長にはつながりません。
 以下のポイントに気をつけて、子どもと向き合ってみてください。

- ①子育てに体罰や暴言を使わない。
- ②子どもが親に恐怖をもつと、SOSを伝えられない。
- ③爆発寸前のイライラをクールダウン。
- ④親自身がSOSを出そう。
- ⑤子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援。

宇陀市 子育て 児童虐待

いちはやく

189

地域の児童相談所に
 つながります。

問 こども未来課
 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)

発達の悩みについて 語り合いませんか?

●発達についての個別相談

【相談日】 11月16日(月)
 【場所】 市役所 2階 212会議室
 【相談時間】 1人約50分
 10時・11時・13時・14時・15時～
 【定員】 5人(先着順)
 【申し込み】 11月13日(金)までに問へ

●かるがもくらぶ

【日時】 11月26日(木)
 午前10時～正午
 【場所】 市役所 2階 212会議室

問 介護福祉課
 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

～子育て講座～ 参加費無料 親子リトミック

※申込必要

「0歳児からのリトミック」
 リズムに合わせて、身体でいろいろ表現する楽しさを味わってみませんか?

【対象】 市内在住の就園前の、
 0歳から3歳の乳幼児
 とその保護者

【日時】 11月30日(月)
 午前10時～11時
 受付：9時30分～

【講師】 西俣 佳美さん
 【定員】 先着12組
 (定員になり次第締切)

【持ち物】 水筒、タオル、親子
 と動きやすい服装で

【申し込み】
 11月2日から問へ



▲昨年の様子

おはなしなあに

【日時】 11月19日(木)
 午前11時～
 【内容】 図書館からお話に来て
 くれます

「すこやかルーム」開放

※申込不要

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放しています。
 親子でゆったり遊び、みんなでおしゃべりをして気分転換をしましょう。

【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
 ※しばらくの間、お弁当やおやつは食べることができません。

📖 お話の日(毎週火曜日)

🎵 リズムの日(毎週木曜日)

子育て支援センター お知らせ

☎ 84・9925 (菟田野松井473の1)

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 ♪♪

11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	3 文化の日	4 保健師 相談日 1歳児親子教室 (合同)	5 ALT 「英語であそぼう」	6
9 0歳児親子教室 (合同)	10 ※家児相談日	11 2歳児親子教室 (合同)	12 🎵	13
16	17 📖	18 ★ つどいのひろば (榛原総合センター)	19 🎵 おはなしなあに	20
23 勤労感謝の日	24 📖	25 ★ つどいのひろば (ぬく森の郷)	26 🎵 ミニ誕生会 ※家児相談日	27
30 子育て講座 (親子リトミック) なかよしひろば				

※保健師相談日に来られる方は、📖 → お話の日 🎵 → リズムの日(健康ポイント事業)
 タオルをご持参ください。 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) ※申込必要

【対象】 市内在住の就学前の乳幼児と
 その保護者

【日時】 11月30日(月)
 午後2時30分～3時30分

【定員】 12組(定員になり次第締切)

【内容】 クリスマスの飾りを作ろう!
 【持ち物】 水筒、タオル
 【申し込み】 11月2日から問へ

★つどいのひろば

(健康ポイント事業) ※申込不要

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

～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

電話番号の間違い注意!

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

～認知症支援への取り組み～



オレンジカフェ

認知症の人やその家族が、ホッとひと息ついて日頃の溜まった思いを語れる場所です。認知症の人や介護されている人同士の交流の機会や、認知症についての個別の相談の場となっています。認知症の人、その家族、認知症についてご相談がある人、ぜひご参加ください。医療・介護の専門家がスタッフですので、お茶を飲みながら気軽に相談いただけます。

【日時】 11月20日(金)
午後2時30分～4時

【場所】 医療介護あんしんセンター

【参加費】 100円(飲み物・お菓子付)

【その他】 申し込みが必要です。
(上記問へ)

※コロナウイルス感染症対策を行って
お待ちしております。



「見守り」と「気づき」で 高齢者の消費者トラブルを防ごう

高齢者を狙った悪質商法や特殊詐欺による被害は大きな社会問題になっています。トラブルを防ぐための注意が盛んに呼びかけられても、次々と新しい手口が出現し、多くの被害が報告されているのが実情です。

高齢者の消費者トラブルを防ぐためのポイントは、家族や周囲による「見守り」と「気づき」が大切です。

見守りと気づきのポイント

～本人の生活の様子に変化がないか～

【身のまわり】

- 短期間に物が増えた
- 自宅の修理を頻繁に行っている
- 不審な見積書や請求書がある

【出入り】

- 見慣れない人や車が来ている
- 親しい人が急にできたようだ

【本人の言動や態度】

- 外出が急に増えた
- 怪しげな店や会場に出入りしている
- 生活費が不足しお金に困っている
- 開運・靈感に関心をもち始めた
- 不審な電話のやり取りや、電話におびえている

もしかして消費者トラブル?

～本人に事情を確認し、相談を進めましょう～

- 被害に遭っていることに気付いていない、相手から言わないように脅されている場合があります。
- 高齢者から話を聞く際には、ゆっくり丁寧に聞きましょう。
- 本人やその家族にも協力を求め、矛盾や不審点を丁寧に説明しましょう。
- 少しでも変化を見つけたら、家族、関係者による見守りを続け、相談窓口への相談を。

ご相談はこちら

- ・医療介護あんしんセンター
☎ 85-2500 / IP 88-9480
- ・消費生活相談窓口(商工産業課)
☎ 82-5874 / IP 88-9075
※毎週：月・木曜日 13時～16時 市役所 213 会議室にて無料相談を行っています(P27参照)
- ・消費者ホットライン ☎ 188(イヤヤ)
(最寄りの消費生活相談窓口につながります)
- ・警察総合相談電話 ☎ # 9110
少しでも不安に思った時は、ご相談ください。

宇陀市立病院から

病院の休診日：
土・日・祝日・年末年始

正面玄関でサーモグラフィーによる検温を実施しています

当院では新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来院される全ての方に対して正面玄関で検温を実施していますが、10月より非接触型のサーモグラフィーカメラによる検温を実施しておりますのでご協力をお願いします。



37.5℃以上の発熱を感知した場合



再度、体温計にて体温を測定させていただきます。



発熱が感知されない場合

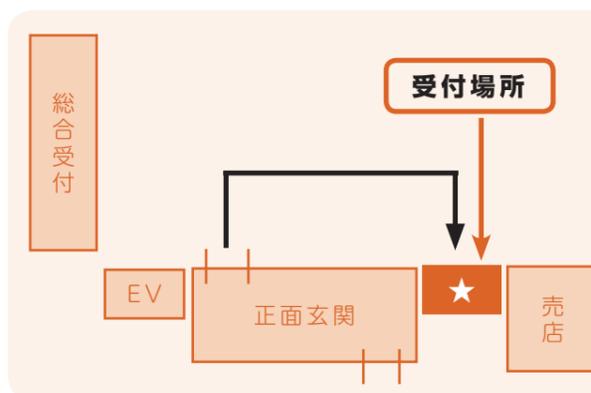


マスクの着用と手指消毒のうえ、院内に入ることができます。

正面玄関風除室でサーモグラフィーカメラで検温します

健康診断・人間ドック受付場所の変更について

健康診断や人間ドックの受付場所が従来の救急外来受付から正面玄関に入って右側に変更となりました。



担当医変更のお知らせ

	月	火	水	木	金	
内科	1診	久保	築瀬	築瀬	中上	福智
	2診	小林	松倉	丸山	丸山	松倉
	3診	松島	松島	奥	前川	前川
	4診	経堂		林	林	林
	初診	中村	阪本	中川	奥田	藤原

糖尿病教室

糖尿病の治療を受けている方だけでなく、関心のある方のために、糖尿病について学ぶための糖尿病教室を開催しています。

参加費は無料で、事前の予約も必要ありません。

【11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)
- 30日(月) 糖尿病の治療～薬物療法～ (第4回)

※第4回に参加される方で、使用中の糖尿病の薬の種類や効き方について興味がある方は、薬の名前がわかるお薬手帳等をお持ちください。

【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

11月の骨粗鬆症教室は中止します

職員募集(随時採用)

- ・薬剤師(正職員) 1人
- ・看護師(パート) 若干名
- ・看護助手(パート) 若干名
- ・事務員(パート) 若干名

詳細はこちら➡

問 経営企画課(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)



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

健康ポイント事業再開のお知らせ



健康増進課
☎ 82・3692 / IP ☎ 88・9087



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止しておりました健康ポイント事業の特別参加賞（毎月先着 30 人にウッピー商品券）の進呈を下記の日程より再開致します。

再開日 11月10日（火）午前10時から

◆市役所に来庁される皆さまへのお願い◆

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、下記の点にご協力いただきますようお願いいたします。

- ①発熱や体調がすぐれない方は来庁をご遠慮ください。
- ②出入口にて手指の消毒にご協力ください。
- ③マスクの着用や咳エチケットにご協力ください。
- ④庁舎内でのソーシャルディスタンスの確保にご協力ください。

Cooking

うだちゃん11chで11月1日～10日に放映しています。

野菜たっぷり
クッキング
レシピ



豚肉とキャベツのごまだれ炒め

豚肉とキャベツのごまだれ炒め

【材料】（4人分）

豚肉もも薄切り…240g、酒・サラダ油…各大さじ1、塩・こしょう…各少々、玉ねぎ・キャベツ…各200g、にんじん・ピーマン…各40g、☆[砂糖…大さじ4、こいくちしょう油…大さじ1、みそ…大さじ2強、白ねりごま…30g、おろししょうが…8g]白いりごま…大さじ1、青ねぎ…16g

【作り方】

- ①豚肉は食べやすい大きさに切っておく。玉ねぎは5mmのスライス、にんじんは短冊切り、ピーマンは3mm幅に切る。キャベツは3cm角に切る。青ねぎは小口切りにする。
- ②☆の調味料を混ぜ合わせる。
- ③フライパンに油を引き、豚肉を炒める。お酒を回し入れ塩、こしょうをする。

- ④③に玉ねぎを加え炒める。
- ⑤④がしんなりしてきたら、にんじん・ピーマンを加える。
- ⑥⑤にキャベツを加える。
- ⑦⑥に②のたれを回し入れ、炒め合わせる。
- ⑧器に盛り付け、上から白いりごまをふりかけ、青ねぎを散らす。

ホームページでレシピを紹介しています。ぜひご覧ください！

宇陀市 野菜たっぷりクッキング 検索

保健センターからの おしらせです！



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

予防接種

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
全地域	予防接種説明会	2日（月）	令和2年9月生まれの児の保護者	中央保健センター	午前10時

※来所は保護者1人でお願いします。（検温、マスク着用をお願いします。）

乳幼児健診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
大宇陀 菟田野	3歳児健康診査	18日（水）	平成29年3月～5月生まれの児	大宇陀保健センター	時間を分けて実施 ※個別に案内します
榛原・室生	10～11か月児健康診査	24日（火）	令和元年12月～令和2年1月生まれの児	中央保健センター	
	2歳児歯科健康診査	26日（木）	平成30年8月～10月生まれの児		

お知らせ

家族教室に来ませんか

統合失調症の方と暮らすご家族の皆さん、本人との接し方でお困りのことはありませんか？ご家族の思いを聞かせてください。家族だけで抱え込まず一緒に考えましょう。

【日時】11月12日（木）
午後1時30分～3時30分

【場所】榛原保健センター
【内容】お話と情報交換
テーマ：当事者支援を通して思うこと
臨床心理士 圓山一俊 氏

【申し込み】☎へ

ひよこクラス （育児教室）

“子育て”について、ママ同士楽しく学びながら交流や情報交換しませんか。

【日程・内容】※新型コロナウイルス感染予防のため、内容を一部変更し実施します。

- ①11月9日（月）赤ちゃんの生活・病気の予防
- ②11月16日（月）絵本・歯のケア・けがの予防
- ③11月27日（金）離乳食について（調理実習は中止）

【時間】午後1時30分～3時30分
【場所】中央保健センター
【対象】令和2年7月～9月生まれの乳児の保護者
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

【託児】新型コロナ感染拡大予防のため中止

（やむを得ずお子さんを連れて来られる場合はご相談ください）

【申し込み】☎へ



忘れていませんか？

がん検診 特定健診 ①の申し込み

がんを早期に発見するため、乳がん・子宮がん検診は2年に一度、胃がん・肺がん・大腸がん検診は毎年受診しましょう。また、日頃の生活習慣を見直すために、年に一度は特定健康診査（国民健康保険の方）を受けましょう。

市では、「集団検診」のほか、ご自身の都合の良い日程と合わせやすい「医療機関で受診する個別検診」も実施しています。

・胃がん検診：昨年度に胃カメラ検診の受診者は今年度胃がん検診は受診できません。

※新型コロナ感染拡大状況により健診の規模や日程等の大幅な変更や中止の場合がありますのでご了承ください。

検診の申し込み、対象・料金等は☎へ

☎ 中央保健センター
☎ 92・5222（検診専用ダイヤル）



防犯電話で
詐欺防止！

問 総務課
☎82・1302 / IP ☎88・9098

※公益財団法人全国防犯協会連合会推奨の「優良迷惑電話防止機器」などが対象となります。
【交付額】 補助対象機器の購入および設置に要する費用の2分の1(上限1万円)

○自動応答録音機能
○特殊詐欺や悪徳商法等に関する着信を自動で拒否する機能

【対象機器】次に該当する機能を備えた電話機または外部接続機器

○特殊詐欺や悪徳商法等に関する着信を自動で拒否する機能

【対象者】市内在住で同一世帯に満65歳以上の世帯員が含まれるなどの条件を満たす方

【実施期間】 11月15日～30日
【施工業者】 市上下水道協同組合
【費用】 無料
【11月の対象地域】

ご協力をお願いします。

検定有効期限を迎えるメーターの取替えをします。屋外作業ですので、お留守でも実施させていただきますことがあります。取替え作業終了時には、お知らせの文書で通知させていただきます。

なお、水道メーターボックスの上や周囲に物を置かないよう、ご協力をお願いします。

水道メーター取替えのお知らせ

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

例年11月に開催しております「年末調整説明会」について、本年は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から開催を見合わせていただくこととなりました。

年末調整に関するご質問のある方は、個別に税務署に問合せいただくようお願いいたします。

なお、来署による「相談は電話での事前予約が必要となります。」

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

問 税務課
☎82・1306 / IP ☎88・9072

問 桜井税務署
☎0744・42・3505

機能改善体操は、ドイツやスイスの運動療法をベースに、NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会会長である尾陰由美子先生が考案された関節の不調改善のための体操です。

膝・腰・肩のための機能改善体操

問 介護福祉課
☎82・3675 / IP ☎88・9088

市税・県税の一斉滞納整理強化実施中！

問 徴収対策課
☎82・3643 / IP ☎88・9085

Life&Environment
産業・まちづくり

令和3年度競争入札参加資格審査申請を受付します

市では、物品関係などの競争入札参加資格審査申請書（指名願）の追加受付を行います。
（市内・市外業者、ともに郵送による受付のみ）
※既に令和2、3年度の登録をされている業者は不要です。
【受付対象業者】
次の物品を取り扱う納入業者（学校給食センターへの食材納入業者は除く）
印刷、図書、事務用品、家具、遊具用品、スポーツ用品、教材、日用品、衣料品、医薬品、広告、装飾品、電気・通信機器、精密機器、機械器具、輸送機器、燃料、農水産物、消防防災用品、賃貸業務、役務の提供、小規模な修繕（市内業者に限る）など

【受付期間】 11月2日（月）～30日（月）の期間中に開へ
※必着のこと。この期間しか受付しません。
【提出書類】 関係書類は、市ホームページからダウンロード
【管財課】 ☎82・39632 / IP ☎88・9084

東奈良名張ツーリズム
マーケティングが広域
パートナー登録者を募集

東奈良名張ツーリズムマーケティング（ENN）では、コロナ収束後を見据えて、地域への訪日外国人旅行者の誘客・消費拡大の推進と、持続可能な観光事業の推進、地域経済の活性化を目指しており、今回、ENNの事業に対する協力、助言などをしてくださる民間事業者、関係団体様を「パートナー」として募集します。
パートナー登録していただいた事業者、団体様には、ENNの実施する研修会および情報交換会の案内や、ENNが作成するパンフレット、広域マップへの情報の掲載以外にも、ENN公式ホームページやSNS上の情報発信が可能となります。
ぜひご登録ください！（登録料無料）

【管財課】 ☎82・2457 / IP ☎88・9081
【管財課】 ☎82・2457 / IP ☎88・9081

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

中央公民館講座
受講生募集

1 市民教養講座
「味噌作り教室」
【日時】 12月4日（金）
午後1時30分～3時30分
【場所】 榎原分館（榎原総合センター）
【対象】 市内在住、在勤の方
【定員】 20人（抽選）
【参加費】 材料代として4000円（仕上がり7kg）
2000円（仕上がり3.5kg）
【内容】 無添加の味噌作り体験
【講師】 鎌房美子さん
【持ち物】 お持ち帰り用ケース、エプロン、三角巾、タオル
2 市民教養講座
「ロックde人権講座」
【日時】 12月5日（土）
午後2時～3時30分
【場所】 榎原分館（榎原総合センター）
【対象】 市内在住、在勤の方
【定員】 60人（抽選）

【受講料】 無料
【講師】 脇本翔太一座（テリーポール氏 主宰）
【その他】 コンサート形式の講座になりますが、コロナウイルス感染拡大予防対策に取り組みますので、ご協力をお願いします。

【申し込み】 11月1日（日）から15日（日）の期間中に、☎もしくは中央公民館窓口にて
【休館日】 木曜日・祝日
【問】 中央公民館 ☎83・0551 / IP ☎88・9180

成年年齢引き下げに伴う
令和5年からの成人式 開催
民法の一部改正に伴い、令和4年4月1日から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。市では、従来どおり令和4年度（令和5年1月開催）以降も20歳に達する人を対象に「成人式」を実施します。※「成人式」の名称は、検討中です。また、開催日については、一人でも多くの方が参加していただけるよう、令和5年1月開催の成人式から「成人の日」の前日の日曜日の開催とします。



対象者	成人式開催日
平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ	令和3年1月11日（月）成人の日
平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ	令和4年1月10日（月）成人の日
平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ	令和5年1月8日（日）
以降	「成人の日」の前日の日曜日

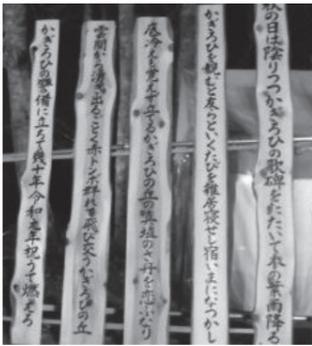
【問】生涯学習課 ☎82・3975 / IP ☎88・9364

Event&Others
イベント・その他

31文字に思いを込めて
第14回「かぎろひ」
短歌募集

第49回かぎろひを観る会（12月31日（木）開催に伴い、「かぎろひ」や「大宇陀」にちなんだ短歌を募集します。
【概要】 かぎろひ短歌実行委員会が厳正な審査のうえ入賞作品を決定し、かぎろひを観る会当日に発表します。
【申し込み】 11月19日（木）までにハガキに、住所、氏名、電話番号、短歌作品（一人一首まで）を記入のうえ左記へ
〒633・0292
榎原下井足17番地の3
かぎろひを観る会 短歌係

宇陀市観光協会「観光課内」
☎82・2457 / IP ☎88・9081



人事異動を行いました

今回の人事異動は、4月24日付けで国の特別定額給付金（新型コロナウイルス感染症緊急経済対策関連）の支給に対応するための特別定額給付金室の設置解除に伴う人事異動と、主に長期在席職員との人事異動となっております。
【管財課】 ☎82・13303 / IP ☎88・9069

《10月1日付人事異動》

■部長級 企画財政部参事（税務・徴収対策担当） 山口浩次郎
■課長補佐級 環境対策課長 補佐 上村雅博 ▼厚生保護課長 補佐 鍛冶本潤 ▼観光課長補佐 河野昌幸 ▼生涯学習課長補佐 桶谷幸子
■主任級 菟田野地域事務所地域市民課 近江伸介 ▼徴収対策課 中弘和 ▼健康増進課・中央保健センター・室生福祉保健交流センター 笹岡俊彦 ▼農林課 植田会津子 ▼出納室 山根千賀子 ▼生涯学習課 井上好郎 ▼中央公民館 山田誠
■一般 介護福祉課 立花理駆 ▼観光課 小林優也 ▼地籍調査課 八木恒和 ▼国民健康保険直営診療所（医師） 佐和明裕

《兼務解除》

■課長補佐級 秘書広報情報課長 補佐 北川雄一 ▼大宇陀地域事務所地域市民課長補佐 川本和也 ▼菟田野地域事務所地域市民課長補佐 加藤光晴 ▼室生地域事務所地域市民課長補佐 松本満恵 ▼こども未来課長補佐 山本裕平 ▼医療介護あんしんセンター所長 補佐 上高垣内佳子
■主任級 財政課 大向宏和 ▼市民課 松本有子 ▼人権推進課 小野綾子 ▼介護福祉課 隅田博樹
■一般 企画課 東條有紀

11月12日～25日は
**女性に対する暴力を
なくす運動期間です！**

パープルリボンとは、女性に対する暴力根絶運動のシンボルであり、被害者に対して「あなたは一人ではないよ！」と励ますメッセージでもあります。パープルリボンを身につけることで、女性に対する暴力をなくすことを呼びかけます。

令和2年度 青少年健全育成啓発標語
最優秀作品・優秀作品 決定

令和2年度、中学生561点、高校生133点の応募作品の中から、最優秀作品および優秀作品が決定しました。今回選考した作品は、広報紙や各種啓発活動に幅広く活用させていただきます。

テーマ	最優秀作品	優秀作品
「青少年の健全育成・非行防止・明るい社会づくり・未来の希望・いのちの大切さ・友達や社会へのメッセージ」	中学生の部 「気づいてる？ あの子が出した SOS」 榎原中学校 2年 松本 明音	中学生の部 「あいさつは 心をつなぐ 橋になる」 大宇陀中学校 2年 子守 葵 「笑い声 笑顔あふれる 世の中に」 菟田野中学校 3年 谷口 夢結 「あいさつで みんなの心と つながろう」 室生中学校 2年 上村 怜佳
	高校生の部 「一人じゃない あなたは誰かの 大切な人」 榎生昇陽高等学校 2年 生徒	高校生の部 「だいじょうぶ あなたのそばに みんながいる」 大宇陀高等学校 3年 高野 瑞樹

宇陀市青少年健全育成協議会



そうだんのしゅるい	そうだんできる日	場所は？	時間は？	くわしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	11月4日(水)	菟田野分館	9:00~12:00	総務課 (☎82・1302 / IP ☎88・9068)
	11月11日(水)	室生振興センター		
	11月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
	11月18日(水)	宇陀市役所(212会議室)		
人権相談	11月11日(水)	室生振興センター	9:00~12:00	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	11月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
消費生活相談窓口 [予約不要]	11月2日・5日・9日・12日・16日・19日・26日・30日 (各月・木曜日)	宇陀市役所 (213会議室)	13:00~16:00	商工産業課 (☎82・5874 / IP ☎88・9075)
税務相談センター [要予約]	11月18日(水)	宇陀市役所 (213会議室)	13:00~16:00 (1人約30分以内) ※受付は午後3時30分まで	税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)
こころの健康相談 [要予約]	11月17日(火)	予約の際にお知らせします	13:30~16:30	中央保健センター (☎92・5220 / IP ☎88・9175)
DV相談 [要予約]	11月25日(水)	予約の際にお知らせします	13:00~16:00 (1人50分・1日3人)	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
心配ごと相談 [予約不要]	11月4日(水)	菟田野分館	9:00~12:00	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)
	11月11日(水)	室生振興センター		
	11月16日(月)	大宇陀人権交流センター		
	11月25日(水)	榛原総合センター		
若者自立のための無料相談 [要予約]	11月25日(水)	宇陀市役所 (213会議室)	14:00~17:00 (※相談員の都合で中止となる場合があります。)	【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]	11月10日(火)	宇陀市役所 (211会議室)	13:00~16:00	【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)	宇陀市役所 厚生保護課(2階)	9:00~12:00 13:00~16:00	厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
家計改善支援相談	毎週火・金曜日 (祝日除く)	宇陀市役所 厚生保護課(2階)	9:00~12:00 13:00~16:00	
巡回職業相談 [要予約]	11月11日(水)	宇陀市役所 (213会議室)	9:00~12:00 13:00~15:00	
ひとり親福祉資金貸付相談 [要予約]	11月5日・19日 (各木曜日)	宇陀市役所	10:00~16:00	【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・精神科医による専門相談
広報うだ今月号折り込みの「うだし社協だより」P8に掲載しています。

◇はい！こちら消費者相談窓口です◇

●最近のお試し定期購入にご注意！！

お試しと思って注文したが、4回までの購入制限がある定期購入だったというトラブルに対し、『総額を提示しなければならぬ』という行政指導が行われました。そこで最近では、『解約保証』や『180日間全額返品保証』のような広告になってきました。

けれどその下に小さな字で『条件を満たした場合・・・』とあり、とても厳しい条件のものもあります。通販やTVショッピングにはクーリングオフはありません。解約できない覚悟で購入下さい。

問 商工産業課 (☎82・5874 / IP ☎88・9075)



問 人事課
(☎82・1303 / IP ☎88・9069)
問 県人事委員会事務局
(☎0742・20・4430)
(http://www.prci.nara.jp/42115.htm)

市と奈良県の土木技術職員の採用共同試験です。
【筆記試験日】12月6日(日)
【筆記試験会場】県奈良総合庁舎または奈良県自治研修所
【試験科目】教養・土木専門試験
【対象】1種・平成3年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人
※試験案内は、ホームページからダウンロード、または市役所県人事委員会事務局、県庁人事課、県内各総合庁舎などで配布。
【申し込み】インターネットで、11月2日午前9時から11月24日正午まで

奈良県・市町村土木職員採用共同試験の実施

図書館からのお知らせ

※図書館の利用体制等に変更が生じた場合には、ホームページ等で随時お知らせします。

(宇陀市立中央図書館)

★おはなしクラブ(約30分)

11月14・28日(土)

①10:00~

★折り紙教室(約30分~60分)

11月27日(金)

①14:00~

講師：加藤 節子先生

人数を制限して実施します

毎週火と祝日

11月の休館日 3・4・10・17・23・24

中央図書館 ☎82 - 4749 / IP 88 - 9110

【開館時間】9:30~17:00

大宇陀図書館 ☎83 - 0976

【開館時間】9:00~17:00

11月の文化会館だより

かざろひホールの催し

(10月15日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象
6	金	2020 風咲祭	大宇陀高校	開演:9:30	関係者
29	日	第15回宇陀市文化協会 芸能発表会	宇陀市文化協会	開演:13:00	関係者

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催状況については主催者へ

11月の休館日 (3.4.10.17.23.24日)

問 宇陀市文化会館 (☎83・0977)

私



自分のことを指さす

あなた



相手のことを指さす

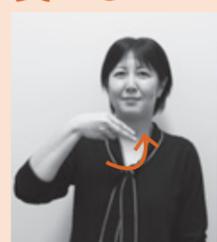


私たちが普段の生活の中で何気なく行っている動作の中にも、手話として使われている形があります。例えば「OK」(人差し指と親指で丸をつくる)や「だめ」(両手でバツをする)など、自然に出る動作も手話の一つです。



第4回

食べる



箸を使って食べ物を食べる様子

飲む



コップで飲み物を飲む様子

暑い(夏)



うちわでパタパタとおおぐ様子

寒い(冬)



寒くてふるえる様子



自衛隊天理募集案内所 (☎ 0743・63・2540)
ホームページ: https://www.mod.go.jp/pco/nara

■自衛官等募集案内

種目	資格	受付期間	試験期日
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満の者	随時	受付時にお知らせ
陸上自衛隊 高等工科 学校生徒	推薦	11月1日～30日	令和3年1月10日・11日(うち1日)
	一般	11月1日～令和3年1月6日	1次 令和3年1月23日 2次 令和3年2月4日～7日(うち1日)
貸費学生 (技術)	大学の理学部、工学部の3・4年次または、大学院(専門職大学院を除く)修士課程在学(正規の修業年限を終る年の4月1日現在で26歳未満(大学院修士課程在学者は28歳未満))	令和3年1月15日まで	令和3年1月30日

秋

季火災予防運動

11月9日(月)～15日(日)

「その火事を防ぐあなたに金メダル」(全国統一標語)



空気が乾燥し、火災の増加が予想される時期を迎えるにあたり、全国一斉に火災予防運動が実施されます。期間中は住民の皆さんに火災予防を広く呼びかけ、火災による死傷者ゼロを目指し様々な行事や取り組みを展開します。

問 県広域消防組合 宇陀消防署 予防課 (☎ 82・3199)

踏切事故防止キャンペーン

11月1日(日)～10日(火)

「きけんです
むりなおうだん いのちとり」

踏切事故は毎年多数発生しており、その多くが歩行者や自転車、自動車が原因となるものです。事故を起こさないためにも、踏切直前においては一旦止まって、踏切の向こう側の道路状況と左右の安全を確かめて通行し、無理な横断はやめましょう。

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

患者等搬送乗務員 基礎講習および定期講習

患者等搬送事業所に従事する乗務員の方に必要な応急手当に関する知識および技能の修得と、適正に維持することを目的として開催します。
(※新型コロナウイルス感染拡大により変更・中止の場合あり)

○基礎講習(2日間の受講が必要)
【日時】12月5日(土)・6日(日) 9:00～17:00
【場所】奈良市防災センター(奈良市八条5丁目)
【対象】はじめて受講される方、または資格期限切れの方

○定期講習
【日時】①12月10日(木) 9:00～12:00
②12月16日(水) 13:30～16:30
③12月 8日(火) 13:30～16:30
④12月14日(月) 9:00～12:00
【場所】①②奈良市防災センター
③県広域消防組合 天理消防署(天理市富堂町)
④県広域消防組合 五條消防署(五條市今井)
【対象】平成30年度以降に基礎または定期講習を受講された方

【申し込み】11月20日(金)までに問へ
【対象】①県広域消防組合消防本部の認定を受けている患者等搬送事業所の従業員
②県広域消防組合消防本部に患者等搬送事業所としての認定申請を予定している方

【受講料】無料(テキスト代別)
【その他】6か月以内に撮影した、脱帽、正面、上半身の写真(縦3cm×横2.5cm)を2枚持参

問 県広域消防組合 宇陀消防署 救急課 (☎ 82・3199)

■市民吹奏楽団「第3回定期演奏会」を開催します。(入場料無料)
コロナ感染防止のため、時間短縮をしての演奏会ですが、皆さんと楽しく過ごしたいと思っておりますので、ぜひお越しください。

▶日時 12月13日(日)
午後1時30分開場、
2時開演、3時30分終演

▶場所 文化会館
問 市民吹奏楽団代表 山瀬方
(☎ 090・3056・4010)

その他

■女性の人権に関わる相談

夫・パートナーからの暴力をはじめとして、職場等におけるセクシュアルハラスメント、ストーカー行為などの女性の人権に関わる問題全般について、ご相談をお受けします。【相談無料・秘密厳守】

▶日時 11月12日(木)～18日(水)
【電話受付時間】平日:午前8時30分～午後7時、土日:午前10時～午後5時
【インターネット受付時間】24時間(回答は後日)

▶対象 県内在住の女性
▶相談員 人権擁護委員および法務局職員
▶相談先 全国一斉「女性の人権ホットライン」

【電話番号】
0570・070・810
(※携帯電話・PHS使用可、IP電話使用不可)

【URL】http://www.jinken.go.jp/
(インターネット人権相談フォームに相談内容等を記入して送信すると、後日最寄りの法務局が回答します。)

問 奈良地方方法務局人権擁護課
(☎ 0742・23・5457)

室内履き、動きやすい服装
▶講師 細川 香陽美先生
岩本 初美先生
▶申し込み 問へ
問 須川方 (☎ 82・3274)

■「親子で木こりと木工体験」
参加者募集(参加費無料)
大切な森林を県民すべてで守り育てる意識の醸成を図ることを目的に丸太切りと木工教室を開催します。

▶日時 11月28日(土)
午後1時～4時30分
▶場所 宇陀市森林組合
(榛原松牧1026)

▶対象 県内在住の小学生とその保護者

▶定員 10組(応募多数の場合は抽選)
▶申し込み 11月16日までに電話またはFAXで、住所・氏名(ふりがな)・参加人数とお子さまの学年・電話番号を問まで

問 県東部農林振興事務所林業振興課
(☎ 84・9501 / FAX84・2127)

催し

■NPO 法人奈良県ウォーキング協会行事のお知らせ

NPO 法人奈良県ウォーキング協会では、奈良県内各地でウォーキングを行っています。秋の「宇陀路」を歩いてみませんか。

▶日時 11月11日(水)
集合:午前9時30分
▶場所 近鉄榛原駅
▶行程 榛原駅から「平井のお大師さん」などを巡る約17kmの健脚コース(詳細は問へ)

▶参加費 一般参加者:500円、他協会員:300円、当協会員:無料
▶申し込み 不要

問 NPO 法人奈良県ウォーキング協会 (☎ 0744・24・3110)



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

■レクダンス(レクリエーションダンス) 参加者募集

(公民館自主グループ)
講師の簡単な説明で、いろんなジャンルの曲に合わせてちょっぴり頭を使いながら楽しく踊ります。

▶日時 第1水曜日 午後1時～
第4水曜日 午前9時30分～
各2時間程度
▶場所 第1水曜日:榛原総合センター(休館日の場合変更有り)、
第4水曜日:上の町コミュニティセンター
▶参加費 月額1,800円(講師料他)
▶持ち物 マスク、タオル、飲み物、

好評の市内65歳以上¥500入浴に加え、さらにうれしい市内75歳以上の
ご長寿割引¥400入浴の
スペシャル・サービスも始めました!
●住所・年齢確認可能な身分証明書等をお持ちください。
●☎☎☎の従来サービスも大好評!
木曜定休(特別指定日を除く)
家族みんなで一日のんびりの大満足スポット!
TEL0745-83-4126
左下のクーポン券が市民特典! 癒されたい日は、あきのゆへ

宇陀焼 陶芸ろくろ体験
陶芸ろくろ体験してみませんか!
1名3,000円 5名まで予約可
※体験年齢 小学生から
お待ちしております。
うだやき むそうがま
宇陀焼 無想窯
〒633-0423 室生田口元角川394
☎0745-93-2760

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
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

税金
国民健康保険税(第5期)の納期限は
11月30日(月)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」
「あのね、あのね」の
子どもはなし
～言葉やしぐさに、
耳と心を傾けて～
問 こども未来課(☎82・2236 / IP☎88・9080)

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

11月番組表



自主放送スタジオ (☎/ IP ☎ 82・2497)
 ※番組内容および、放送時間は予告なく変更される場合があります。ご了承ください。

時	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) からだほぐしストレッチ/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) ウェルネスうだ体操
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	うきうきダンス ウェルネスうだ体操
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	○副市長退任式 ○市民教養講座「落語講座」	○宇陀市美術展覧会 ○宇陀市の風景 秋(大宇陀)	○宇陀市の風景 秋(菟田野) ○宇陀市の風景 秋(榛原)
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：豚肉とキャベツのごまだれ炒め(再放送)	○図書館 今月のイチオシ ○宇陀三将の城～宇陀松山城編～	OU DA UDA ENGLISH
まちの話題	○伊那佐『灯』Mate2020～コロナウイルス終息を願って～ ○東西南北方位磁石第3回 貝ヶ平～鳥見山	○収穫体験学習(菟田野まち協) ○宇陀市コーラスのつどい(再放送) ○「宇陀・じまん・クイズ」番外編	○菟田野松井太鼓台お披露目 ○手ぶらでキャンプフェス

Hello! my friends

From: ペス (大宇陀中・菟田野中)



皆さん、こんにちは！
 冬の花火も素敵ですよ(^_^)

ブレットがカナダに帰ったので少し寂しいけど、インターネットのおかげで、連絡を取り合うことができます。彼は元気に新しい生活を楽しんでいるようです。

私の出身のイギリスでは、11月5日に Bonfire Night **ボンファイヤー ナイト** (たき火の夜) という祭りがあります。祭りを祝う理由を説明すると長くなるので、気になる方は調べてみてください。かなりおもしろい歴史です。当日はたき火をしたり、りんご飴や焼き芋を食べたり、花火をあげたりして祝います。

日本では花火は「夏」のイメージですが、イギリスでは「冬」にあげるのです。たぶん、イギリスの夏は23時頃まで暗くならないからでしょう。

ちなみに「花火」は英語で fire flower **ファイヤーフラワー** だと思われがちですが、実は fire works **ファイヤーワークス** と言います。

ウッピーと〜

ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

過ぎやすい季節となってきました。読書、芸術、いろんな秋の秋ということでスポーツ推進委員の活動を集めました。10月に研修会を取材させていただきましたが、皆さんとても楽しんで活動されていました。▼さて、私は8月号のこのコーナーで運動不足解消を誓ったのですが、なかなか決心できず、体重と腹囲はどんどん成長しています。▼このままではヤバいと、取材後は心を入れ替えて、週末にランニングを開始しました。やはり少しでも体を動かすと、気持ちよくなると、食事美味しく食べられます。▼その言葉、食欲の秋・・・美味しいものがいっぱい。この誘惑に勝ててほしい。この誘惑に勝

動き

令和2年10月1日現在
 ※()内は前月比

総数	29,306人 (-57)
男	14,044人 (-26)
女	15,262人 (-31)
世帯数	12,872世帯 (-18)

宇陀を駆けた人々 31

織田信雄篇 3

信雄 放浪の旅にでる

秀吉との関係が悪化してきた信雄は、当時秀吉と対立していた徳川家康と手を結び、1584(天正12)年に秀吉と戦をします(小牧・長久手の戦い)。戦いは、長期化した最終的には信雄と秀吉は講和を結びます。これは、信雄が秀吉に臣従する形で成立したものでした。

1590(天正18)年に秀吉の命令で信雄は、関東を治めていた北条氏攻めに参加します。北条氏降伏後、秀吉は、信雄に領地を愛知西部・三重から愛知東部・山梨・長野への領地替えを命令しますが、信雄はこれを拒否します。これに腹を立てた秀吉は、信雄から領土を没収し、信雄は秀吉から逃げるように全国を転々としていきます。

秀吉は、1592(文禄元)年に信雄を許し、大名として復帰させます。

秀吉が1598(慶長3)年に死去し、豊臣政権に揺らぎがはじめます。天下統一の奪取を狙っていた徳川家康と秀吉の家臣石田三成が1600(慶長5)年に関ヶ原で戦をします(関ヶ原の戦い)。この戦いにより家康が勝利し、天下人となります。この戦いで信雄は、息子の秀雄が石田方で戦に参加したため、領地を再び没収され大阪に住みました。

信雄は、家康と豊臣秀吉の子、秀頼が戦をすると、家康方につき(大坂冬の陣)。これも家康の勝利となり、信雄は再び大名として復帰を許されます。このとき与えられた藩が宇陀松山藩(大宇陀)と小幡藩(現在の群馬県甘楽郡甘楽町)です。どちらにも行かず、余生を京都市内で過ごし、1630(寛永30)年に死去。お墓は室生寺などにあります。

信雄は、二度も領地を失いながらもその都度復帰し、後世に織田家の血筋を守った人物といえるのではないのでしょうか。

文・北畠 俊(文化財課)



「女性に対する暴力をなくす運動」

『女性に対する暴力をなくす運動』
 11月12日から25日

毎年11月12日から25日まで、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。平成29年度に内閣府男女共同参画局が実施した、男女間における暴力に関する調査によると、約3人に1人の女性が、配偶者(事実婚や別居中、元配偶者も含む)から、身体的暴力、心理的攻撃、経済的圧迫、性的強要のいずれかを受けたことがある、つまりDV被害を受けたことがあるという深刻な結果が出ています。

DVは、男女間の親密な関係においての暴力行為であるため、「単なる夫婦げんか」「当人同士の問題であって、他人が口出しすることではない」と見過ごされてきました。しかし、どんな形であれ暴力を振るわれていい人はいません。暴力を受けた人は、心身ともに尊厳も著しく傷つけられます。DVは人権侵害であり、犯罪となり得る重大な行為です。

DVはどこか遠いところで起こっている自分とは関係のない話ではありません。DVはあなたの身近で起きている問題なのです。男性、女性ともお互いを尊重できる社会を目指していくうえで、DVの根絶が、なによりも重要なことです。

DVはどこか遠いところで起こっている自分とは関係のない話ではありません。DVはあなたの身近で起きている問題なのです。男性、女性ともお互いを尊重できる社会を目指していくうえで、DVの根絶が、なによりも重要なことです。



常盤御前と三人の子ども（菟田野松井・下芳野）



▲常盤御前の腰掛け石

▼(白丸)常盤屋敷

▼(黄丸)常盤井戸



常盤御前は、平安時代末期の女性。源義朝の側室で、今若、乙若、牛若の三人の子どもをもうけました。

この親子の物語は、のちの『平治物語』や『義経記』などにも記されており、市内にもいくつかの伝説が残されています。

平治の乱（1159年）で夫の源義朝が敗れたため、常盤御前は、幼い三人の子どもを連れて都（京都）から大和の山中、竜門牧（大宇陀牧）へと逃げました。この後、竜門牧から芳野へと移ったといわれています。

菟田野下芳野には、今も「常盤井戸」「常盤屋敷」「常盤田」などと呼ばれているところや、常盤御前らを匿ったという旧家があります。

菟田野松井には、道の傍らに「常盤御前の腰掛け石」と呼ばれている大きな石があります。親子が竜門牧から芳野へと逃げる時、常盤御前がこの石に腰を掛けたといわれています。牛若（のちの源義経）を胸に抱いた常盤御前と二人の兄がこの石に腰を掛け、しばらく休んだのでしょうか。

県高齢者美術展入賞

今日の Pick Up

高齢者の社会参加と、生きがいづくり推進のため、第49回奈良県高齢者美術展が開催され、「工芸」、「書の部」において入賞された3人の受賞者が、金剛市長を表敬訪問されました。今後も、ますますのご活躍をお祈り申し上げます。

受賞者の皆さん

【最優秀賞 書の部】黒田 節子さん（榛原）

【銅賞 書の部】岡田 鎮也さん（榛原）

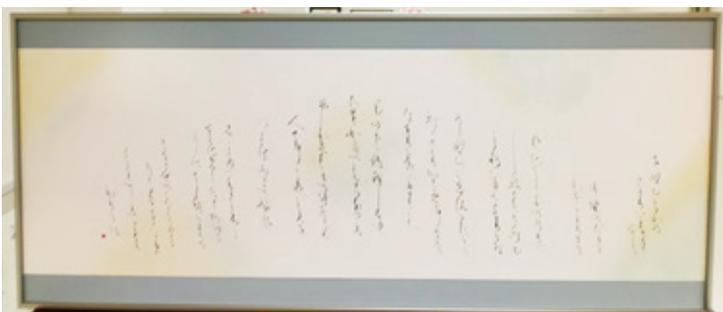
【銅賞 工芸の部】鍵谷 憲治さん（室生）



▲左から鍵谷さん、黒田さん、岡田さん



▲鍵谷さん「春日大社」
銅賞（工芸の部）



▲最優秀賞（書の部）黒田さん「吉野山」



▲銅賞（書の部）岡田さん
「山のあなたの空遠く〈上田 敏 海潮音〉」

