



# うだ

2021年  
(令和3年)



## 宇陀の味力を 召し上がれ!

- 気になる宇陀市の財政（令和2年度決算）・・・6
- 公共施設予約システムが生まれ変わります・・・10
- 申請書等の押印を省略します・・・・・・・・・・12
- 検診 Web 予約システム利用再開・・・・・・・・・・23

# 私たちが選んだ宇陀産の食材

ご協力いただいた皆さんありがとうございました！



山繁さん (菟田野)

## 宇陀産牛肉

バンズに挟むパテは、特産品・名産品ブックから、宇陀産牛肉を選びました。宇陀市内で育てられた黒毛和牛のお肉から作るミンチなのでジューシーでおいしくなるはず！



辻本朝日堂さん (菟田野)

## うだもりパーカー



## 米粉パン

バンズは、市内の給食のパンを納入している業者さんから。いくつか試食して、やわらかモチモチの米粉パンをチョイスしました。



上西 進さん (大宇陀)

## 宇陀金ごぼう

ハンバーグに、特産品の金ごぼうをトッピング。柔らかくて香りもいいので牛肉との相性バッチリ！自分たちで掘らせてもらいました。名前のおりキラキラでビックリ！

宇陀金ごぼう、宇陀産牛肉のジューシーなハンバーグに吉野本葛を使った和風ソースをかけ、新鮮野菜と一緒に柔らかいバンズで挟みます。



YAMATONA さん (榛原)

## 新鮮野菜

バンズに挟むもう一つの主役は宇陀産のレタスや人参などの新鮮野菜。榛原にぎわい市場 YAMATONA さんでとびきり新鮮なものをお願いしました。



森野吉野葛本舗さん (大宇陀)

## 吉野本葛

バーガーのソースとプリンに吉野本葛を使いました。気候と水に恵まれた宇陀産の葛は体にもいいみたいです。

## うだのペリーベリープリン



## ブルーベリー

トッピングするコンポートのブルーベリーも宇陀産。森岡さんの畑で収穫させてもらいました。採りながら食べてみたらとても甘かったです！



あきのブルーベリークラブさん (大宇陀)

## ブルーベリージャム

プリンにかけるソースには市内の道の駅でも販売されている大宇陀名産品のブルーベリージャムを使用。保存料無添加で上品な甘さ。いろんな用途に使いそう。

宇陀産のブルーベリージャムと実を鮮やかに施した吉野本葛を使った口当たりのよいプリン！



森岡 愛子さん (大宇陀)

# 宇陀の味力を召し上げれ！

奈良県と近畿大学との包括連携における事業の一環で、近畿大学生より宇陀産の食材を生かした新メニューが、提案されました！



私たちが提案しました！



プロジェクトリーダー  
東山詩織さん (4年)

商品開発担当  
井上杜季さん (4年)

商品デザイン担当  
大羽彩佳さん (3年)

近畿大学経営学部 布施ゼミの皆さん

## みんなに愛されるものを作りたい！

宇陀市は、豊かな緑の中で、自然と人とが優しく調和したまちです。食、手仕事、お祭りなど文化の豊かさや人々のまちへの想いの強さに感銘を受けました。宇陀の魅力を地元の人にも、初めて宇陀に来る人にも伝えたい！そんな宇陀市の愛情たっぷりに育てられた食材を生かし、新たな宇陀の魅力に魅了されるようなメニューを目指しました。市外の人だけでなく、市内の人が改めて宇陀の良さを認知し、子どもから大人までみんなに長く愛されるものになりたいです！

## 食材の選定と交渉も自分たちで行いました

新メニューで使用する野菜や肉、加工品などの宇陀産の食材の選定も全て学生の皆さんが行いました。「宇陀市特産品・名産品ブック」などを参考に、実際に店舗や生産者の元を訪れ、自らの目で見て選定し、仕入れ数量なども直接交渉を行いました。ブルーベリーや宇陀金ごぼうは、畑から直接、収穫させてもらうなど様々な体験を通して宇陀市の魅力を感じながらプロジェクトを進めました。

宇陀の魅力がぎゅーっと詰まった、家族で食べておいしい、見て楽しい、新名物を作ろう！

## 新名物を作ろう！

県営うだ・アニマルパーク(大宇陀小附)では、奈良県と近畿大学との包括連携における事業の一環として、近畿大学生による宇陀市内の食材を生かしたメニューの提案が進められてきました。この度、そのメニューが完成したとの知らせを受けましたのでご紹介します。コンセプトの作成から食材選定、レシピ作成まで、全てを学生の皆さんが担い、小さいお子さんも食

べられるようにと提案された新メニューは、「うだもりパーカー」と「うだのペリーベリープリン」。どちらも、宇陀産の食材がたっぷり使われ、お子さんも食べたいくなる鮮やかな彩りです。提案されたメニューは11月、県営うだ・アニマルパークで開催予定の食のイベントで販売され、レシピ等も公開される予定です。

どのようなメニューにするか、レシピをどうするか。何度も話し合いを行いました。



特集

市政トピックス

うだから

まちのわだい

みんな子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん



▲試食会での記念撮影。後列右が指導された布施教授



準備も大変で、食べてもらうまで不安でしたが好評でよかったです！

**試食会でも高評価！**  
 10月7日（木）、県営うだ・アニマルパーク内テラスハウスで、完成した「うだもりバーガー」と「うだのベリープリン」の試食会が行われました。  
 学生の皆さんから、メニュー提案までの経緯と、食材と新メニューの特徴などの説明が行われた後、金剛市長、藤井奈良県南部東部振興監と葛本うだ・アニマルパーク振興室長が試食。皆さん、とても美味しいと大変好評でした。



バーガーもプリンも見ただ目からとても美味しそうですね。  
 宇陀金ごぼうの食感がすごく新鮮でした。毎日でも食べられそう。

金剛市長 藤井奈良県南部東部振興監 葛本うだ・アニマルパーク振興室長

断面もおいしそう！



とても食べやすく、美味しかったです。宇陀産の食材のいいところがよく出ていました。「大和高原宇陀ブランド」の商品を作ってもらい感謝します。これがご当地バーガーになればいいですね。これからも宇陀を盛り上げてください。

心を込めて作りました！生産者さんの想いにのせてお届けしますので、食べに来てください！



**私たちが宇陀市のファンになりました！**  
 宇陀市の皆さんのご協力のおかげで商品が完成しました。それぞれの素材が美味しいので、素材の風味を生かしながら子どもでも食べやすい調理方法や味付けに苦労しました。みんな何度でも試行錯誤を繰り返す中で納得できる魅力的な商品ができたと思います。全てが初めての試みなので苦労もありましたが、楽しみながら進めることができました。このプロジェクトを通して、私たちも宇陀市のファンになりました。宇陀のいいところをぎゅっと詰め込みましたので、ぜひ食べていただきたいです。

## うだもりバーガー

バーガーに挟む人参は千切りにして酢とオリーブ油で和えます。スライスした金ごぼうはサラダ油と小麦粉をまぶし、オーブンで焼いてヘルシーに。



揚げないのでヘルシー♪

クミンを加え、しっかりこねた牛肉でパテを作り、バターを敷いたフライパンへ。焦げ目が美味しそう！



チーズもトッピング。玉ねぎ、ニンニク、吉野葛としょうゆで作った和風ソースをたっぷり。

## うだのベリープリン

プリンには卵黄、牛乳と吉野葛、優しい甘さになるように黒砂糖を使用しました。



焦がさないように注意して・・・



冷蔵庫でしっかり冷やします

固まったプリンにブルーベリージャムと手作りコンポートをトッピング

美味しそうでしょ！



完成しました～！



## うだ・アニマルパークのぱくぱくパーク

開催日時：  
**11月27日（土）28日（日）**  
 午前10時～午後4時

駐車場のご利用は、  
 午前8時45分～午後5時

うだ・アニマルパークで開催する初めての**食**のイベント

県東部地域の飲食店、生産者等が出店を予定しています。

※新型コロナウイルス対策にご協力ください。

詳しくは、うだ・アニマルパークホームページをご覧ください。



問 県営うだ・アニマルパーク (☎ 87・2520)

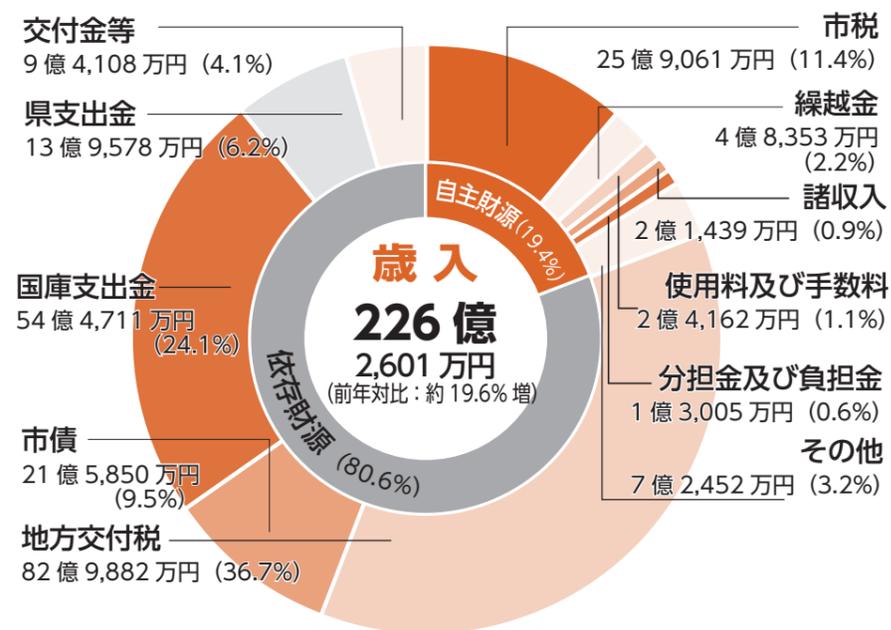


気になる宇陀市の財政



令和2年度 決算報告

令和2年度の各会計の決算が市議会で承認されました。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、どのようなに使われたのかをお知らせします。



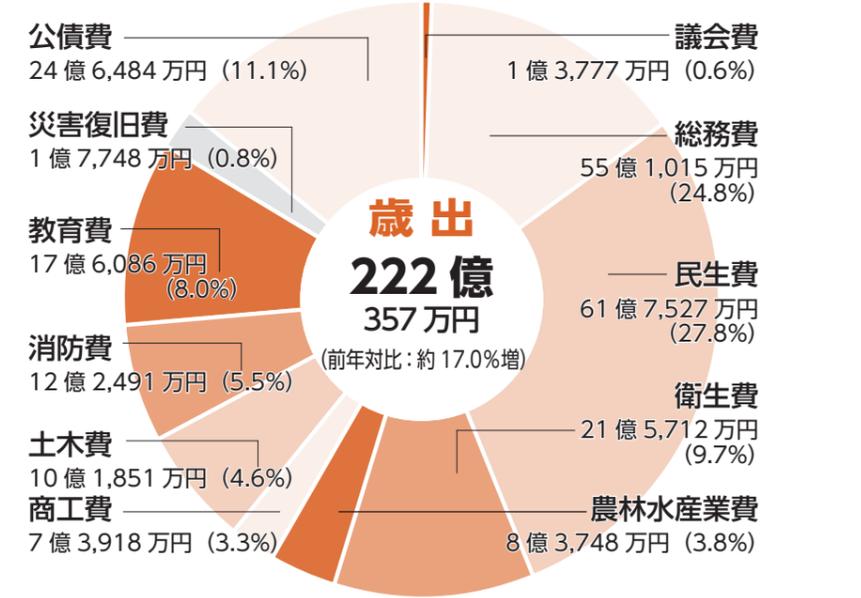
※金額の記載は全て表示単位未満で端数処理しています  
※( )内は構成比

【歳入】

- ▶自主財源…市が自ら収納、徴収できる財源のこと
- ▶依存財源…国・県の基準により定められた額を交付されたり、割り当てられたりする財源のこと
- ▶地方交付税…所得税等、国税の一部から地域にかかわらず、一定の行政サービスを提供できるよう国から配分されるお金
- ▶国・県支出金…市が行う特定の事業に対し国や県が交付するお金
- ▶交付金等…地方消費税交付金、地方譲与税、ゴルフ場利用税交付金、地方特例交付金、配当割交付金等
- ▶市債…事業等を行うために資金を外部から借りのお金

【歳出】

- ▶総務費…人事・企画・財政・課税徴収・住民窓口・選挙・統計事業等に使ったお金
- ▶民生費…高齢者、障がい者、児童福祉、生活保護など福祉事業に使ったお金
- ▶衛生費…予防接種や健診、病院、ごみ処理など健康増進や環境保全等に使ったお金
- ▶教育費…幼稚園や学校教育、文化財保存、生涯学習等の教育全般に使ったお金
- ▶公債費…市債(市の借金)を返済するために使ったお金



歳入と歳出を差し引いた結果、4億2,244万円の黒字となり、次年度予算へ繰り越しました。

一般会計 歳入

歳入では、繰越金や市税などが減少したものの、国庫支出金や県支出金などの増加により、前年度決算額に比べて約19.6%の増となる226億2,601万円となりました。自主財源では、繰入金や繰越金の減少が大きく前年度と比べて6.4ポイント減り、自主財源の割合は19.4%、依存財源の割合は80.6%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、普通建設事業費等が増加したことにより、前年度決算額に比べて約17.0%の増となりました。

会計名	歳入	歳出	差引額
住宅新築資金等貸付事業	2,114万円	2億9,246万円	△2億7,132万円
霊苑事業	1,138万円	1,032万円	106万円
国民健康保険事業 (事業勘定)	37億6,656万円	37億4,352万円	2,304万円
(診療施設勘定)	8,844万円	8,296万円	548万円
介護保険事業	42億9,391万円	41億9,308万円	1億83万円
土地取得事業	2,184万円	2,184万円	0円
後期高齢者医療事業	5億4,526万円	5億4,414万円	112万円
特別会計合計 ( )は前年度決算額	87億4,853万円 (99億2,696万円)	88億8,832万円 (99億8,648万円)	△1億3,979万円 (△5,952万円)

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。なお土地取得事業特別会計は令和2年度末をもって廃止となりました。

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5つの公営企業会計を運営しています。

水道事業

令和2年度の給水件数は10,726件で、年間有収水量は2,408,929m<sup>3</sup>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599万円の黒字決算となりました。

収益 10億4,541万円		費用 10億3,942万円	
営業収益	5億8,870万円	営業費用	9億7,003万円
給水収益	5億8,830万円	給与費	8,758万円
その他	40万円	県水受水費	1億9,076万円
営業外収益	4億5,671万円	減価償却費	5億2,550万円
特別利益	0円	その他	1億6,619万円
		営業外費用	6,928万円
		特別損失	11万円

美穂苑事業

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2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、1億2,296万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。

収益 1億6,946万円		費用 4,650万円	
営業外収益	1億6,946万円	営業費用	4,125万円
一般会計補助金	1億4,739万円	減価償却費	3,989万円
指定管理者納付金	2,000万円	資産減耗費	136万円
雑収益等	207万円	営業外費用	525万円
		支払利息等	99万円
		雑支出	426万円

市立病院事業

令和2年度の入院患者数は、延べ46,834人(1日平均128人)、外来患者数は、延べ86,066人(1日平均354人)でした。また、収支差引は5,282万円の純利益となりました。

収益 38億125万円		費用 37億4,843万円	
医業収益	30億4,617万円	医業費用	35億5,654万円
入院収益	20億353万円	給与費	21億7,635万円
外来収益	8億9,228万円	材料費	4億7,628万円
その他	1億5,036万円	経費	5億6,242万円
医業外収益	7億3,619万円	減価償却費	3億1,421万円
特別利益	1,889万円	資産減耗費	1,530万円
		研究研修費等	1,198万円
		医業外費用	1億7,300万円
		特別損失	1,889万円

介護老人保健施設事業

令和2年度の入所者数(短期入所者を含む)は延べ33,575人(1日平均92.0人)、通所者数は延べ3,219人(1日平均13.2人)となりました。また、収支差引は1,020万円の純損失となりました。

収益 5億537万円		費用 5億1,557万円	
事業収益	4億8,341万円	事業費用	4億9,177万円
介護報酬収益	4億1,225万円	給与費	3億4,599万円
施設利用料収益	7,059万円	材料費	3,851万円
その他	57万円	経費等	8,596万円
事業外収益	1,821万円	減価償却費	2,105万円
特別利益	375万円	資産減耗費	26万円
		事業外費用	2,005万円
		特別損失	375万円

下水道事業

令和2年度の年間有収水量は1,748,573m<sup>3</sup>でした。榛原天満台地内で老朽化した下水道管路の更生工事を行っています。また、収支差引は1,313万円の黒字決算となりました。

収益 7億8,144万円		費用 7億6,831万円	
営業収益	2億3,748万円	営業費用	6億9,484万円
下水道使用料	2億2,230万円	給与費	2,862万円
その他	1,518万円	維持管理経費	1億4,823万円
営業外収益	5億4,396万円	減価償却費	4億9,448万円
特別利益	0円	その他	2,351万円
		営業外費用	6,488万円
		特別損失	859万円

# 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？

R2年度 97.0%  
(R元年度類似団体平均 93.7%)

市税、普通交付税などの経常的な収入のうち、人件費や公債費、扶助費などの行政サービスを維持するために必要な経費へ充てた割合。  
この比率が高くなるほど投資的事業（道路や公衆施設の整備など）に充てるお金が不足し、財政にゆとりがなくなります。

### 財政力指数

自主的な収入だけで、どれだけ賄えるか？

R2年度 0.29  
(R元年度類似団体平均 0.40)

市の人口や面積、税率などに応じ、国が定めた方法で計算した、その市の基準的な収入と支出のバランスを表した財政の体力を示す指標です。  
数字が大きいほど財源にゆとりがあり、1に近づくと自主財源で運営できていることになります。

### 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？

R2年度 15.1%  
(一般に10%程度が望ましい)

予期しない収入減や不時の支出増加に備える財政調整基金の残高が市の標準的な財政規模（標準的な一般財源の収入額）に対してどの程度の比率を保有しているかを示す割合です。

令和2年度は、収入では地方税や臨時財政対策債が減少したものの普通交付税や地方消費税交付金が増加し、支出においては人件費や公債費が減少したことから昨年度に比べて6.1ポイント改善しました。

宇陀市の市債(借金)残高はどれくらい？  
合計 347億7,029万円  
前年度より約8億円減少！

主な内訳  
▶一般会計…… 243億537万円  
▶下水道事業…… 38億6,076万円  
▶水道事業…… 32億5,133万円  
▶市立病院事業…… 28億9,871万円  
▶介護老人保健施設事業…… 4億3,889万円

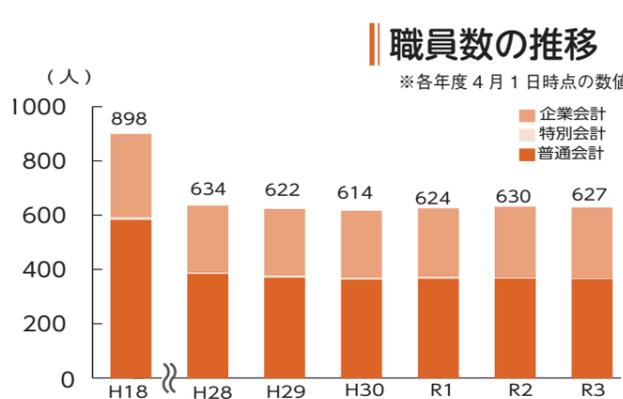
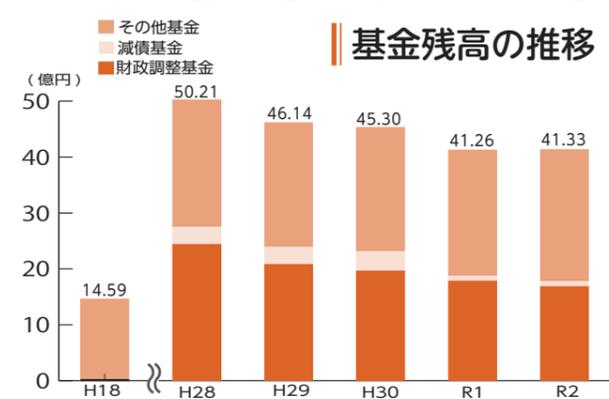
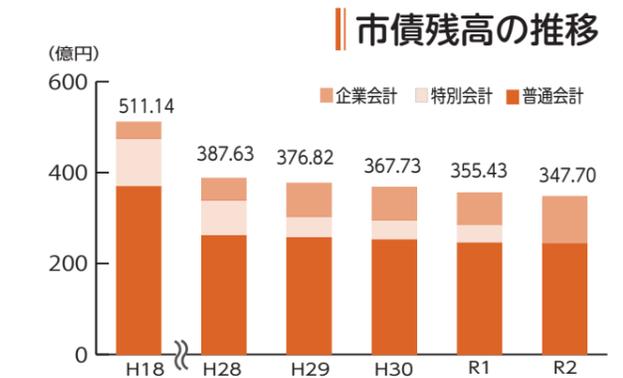
標準財政規模とは、市が標準的な状態で通常収入が見込まれる一般財源の規模のこと

令和2年度は、財政規模が拡大されたものの、繰入により基金残高が減ったため、前年度に比べて1.2ポイント減少しました。

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2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	▲ 1.17%【黒字】（黒字額は、対前年度比0.47ポイント減少） ※（イエローカード）13.16%、（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	▲ 18.44%【黒字】（黒字額は、対前年度比0.60ポイント減少） ※（イエローカード）18.16%、（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	13.4%で健全化基準をクリア。（対前年度比1.0ポイント改善） ※（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	108.6%で健全化基準をクリア。（対前年度比16.1ポイント改善） ※（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	各公営企業会計について資金不足は生じていません。



決算額 4億3,836万円

施設の長寿命化や利用者の安全確保のため、菟田野人権交流センターの改修を行い4月より宇陀市人権交流センターとしてリニューアルオープンしました。

菟田野人権交流センター  
大規模改修事業

決算額 4億8,589万円

就学前の教育・保育の充実のため、菟田野子ども園を新設しました。

菟田野子ども園  
建設事業

決算額 2,938万円

地域経済の活性化やにぎわいの創出を目的に、空き家や空き店舗を活用し起業を行う事業者に対し補助を行いました。

空き家活用推進・空き店  
舗改修補助金事業

決算額 2,487万円

大規模災害等の発生に備えた避難所の整備強化や備蓄品の購入および新型コロナウイルス感染症対策を目的として、衛生環境用品を整備しました。

避難所等安全・安心  
確保事業

決算額 2億2,319万円

GIGAスクール構想に基づき小中学校の児童生徒に1人1台端末を配置し、それらを快適に使うために小中学校に高速大容量の通信ネットワーク等を整備しました。

小中学校情報機器・情報  
通信ネットワーク整備事業

決算額 1億9,033万円

大宇陀南部地域の安定した農業用水および生活用水を確保するために老朽化した計装設備の更新を行いました。

宮奥ダム計装設備  
更新事業

R2年度  
に取り組んだ  
主な事業

主にこんな事業に取り組んだよ



特集  
市政トピックス  
うだから  
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

## ◆予約システム利用者登録窓口

大宇陀地域	中央公民館（大宇陀分館）・文化会館
菟田野地域	菟田野地域事務所地域市民課・菟田野分館
榛原地域	【市役所内】生涯学習課、地域振興課、公園課、農林課・大和富士ホール・総合体育館・榛原総合センター・室内温水プール
室生地域	室生地域事務所地域市民課・室生振興センター

※どの利用者登録窓口で登録しても、下記の施設は空き状況の照会や仮予約が可能です。（仮予約については一部の施設や部屋を除きます。）

## ◆予約システムで空き状況の照会や仮予約のできる施設

	施設名	お問合せ先	予約システムで可能な手続		予約システムによる仮予約開始日	予約システム利用者登録・本予約申請窓口
			空き状況の照会	仮予約		
大宇陀	文化会館	83-0977	○	△ かぎろひホール・展示ホールは不可	3か月前	文化会館
	中央公民館（大宇陀分館）	83-0551	○	△ 大ホールは不可	2か月前	中央公民館（大宇陀分館）・総合体育館・室内温水プール・教育委員会生涯学習課（市役所内）
	大宇陀運動場	82-3975	○	○	2か月前	
	大宇陀体育館	82-3975	○	○	2か月前	
菟田野	菟田野分館	84-3521	○	△ いきいきホールは不可	2か月前	菟田野分館・総合体育館・室内温水プール・教育委員会生涯学習課（市役所内）
	菟田野運動場	82-3975	○	○	2か月前	
	菟田野農村環境改善センター「農林センター」	82-3679	○	○	2か月前	農林課（市役所内）・菟田野地域事務所地域市民課
榛原	榛原運動場	82-3975	○	○	2か月前	榛原総合センター（榛原分館）・大和富士ホール・総合体育館・室内温水プール・教育委員会生涯学習課（市役所内）
	内牧運動場	82-3975	○	○	2か月前	
	榛原体育センター	82-3975	○	○	2か月前	
	大和富士ホール	82-8135	○	○	2か月前	
	榛原総合センター（榛原分館）	82-3377	○	○	2か月前	
	伊那佐体育館	82-3975	○	○	2か月前	総合体育館・室内温水プール・教育委員会生涯学習課（市役所内）
	総合運動場	82-6561	○	○	2か月前	
	総合体育館	82-6561	○	○	2か月前	
	榛原グリーンテニスコート	82-2200	○	○	2か月前	
	農村環境改善センター「農林会館」	82-3679	○	○	2か月前	
室生	基幹集落センター「たかぎふるさと館」	82-3679	○	○	2か月前	農林課（市役所内）
	平成榛原子供のもり公園	82-7411	○	×	3か月前	平成榛原子供のもり公園
	天満台公園	82-3674	○	○	3か月前	公園課（市役所内）
	榛原フレンドパーク	82-3674	○	○	3か月前	
	榛原ふれあい広場	82-3674	○	○	3か月前	
	室生運動場	82-3975	○	○	2か月前	室生振興センター・総合体育館・室内温水プール・教育委員会生涯学習課（市役所内）
	室生農林トレーニングセンター	82-3975	○	○	2か月前	
室生振興センター（室生分館）	92-2496	○	○	2か月前		
室生屋内山村広場「やまなみドーム」	92-2009	○	○	2か月前	地域振興課（市役所内）・室生地域事務所地域市民課	
室生オートキャンプ場	92-2001	○	×	3か月前		

○：可 △：一部不可 ×：不可

## ◆ご注意ください

- いずれの施設も利用日の9日前からは予約システムによる仮予約はできません。直接窓口にお申し込みください。
- 午前0時から午前9時までは、空き状況の照会のみとなり、仮予約をすることはできません。
- 12月29日から1月3日までは、終日空き状況の照会のみとなり、仮予約をすることはできません。
- システム保守などのため、臨時にサービスを停止する場合があります。
- 施設の利用方法や休館日等については、掲載の電話番号にお問い合わせください。
- 仮予約を行った日を含めて7日以内に本予約をお願いします。（原則、仮予約は一週間後に自動消去されます。）

宇陀市公共施設予約システムをご利用の皆さんへ

# 公共施設予約システムが生まれ変わります

問 秘書広報情報課 ☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083

## 新たな利用者登録が必要です！

令和4年3月1日（火）からの公共施設利用について、現行のシステムから奈良電子自治体共同運営システム「e古都なら」が運営する「施設予約システム」へ変更されます。

これに伴い、現行の「宇陀市公共施設予約システム」の使用は**令和4年2月28日（月）までの利用予約**となりますので、ご注意ください。

また、新予約システムを利用するには、新たに利用者登録が必要です。11月1日（月）より左ページに掲載の予約システム利用者登録窓口にて利用者登録の受付を行います。

新予約システムの仮予約開始は、3か月前（12月1日～）または、2か月前（令和4年1月4日～）となります。

予約に関するお問い合わせは、次ページの各施設にお願いします。



## 利用の流れ

### 1 利用者登録

- まず、利用者登録が必要です。申請書は施設窓口でお渡しします。利用者登録をされるご本人が、利用者登録窓口でマイナンバーカードや運転免許証など本人確認ができるものをお示しの上、登録してください。
- 利用者登録証を交付しますので、保管してください。
- ※旧システムでの登録（利用者ID）は使用できません。

### 2 インターネットで空き状況の照会・仮予約

- インターネットに繋がるご自宅のパソコンやスマートフォン、各施設の一般用パソコンで、施設の空き状況の照会や仮予約をしてください。
- 公共施設予約システムには、e古都ならホームページからアクセスできます（<http://www.egov-nara.jp/e-kotonara/>）
- 平成榛原子供のもり公園と室生オートキャンプ場は予約状況の参照のみ可能です。予約申請については施設に直接お問い合わせください。



### 3 窓口で本予約申請

- 本予約申請窓口で利用者登録証を持参の上、手続きを行ってください。
- ※使用料の減免申請および使用料の納付方法については、各本予約申請窓口にお問い合わせください。
- 手続き完了後、施設の利用許可書を発行します。
- システムでの予約は仮予約です。仮予約を行った日を含めて7日以内に窓口で本予約申請を行ってください。

### 4 施設の利用

- 施設の利用許可書をご持参の上、施設をご利用ください。

施設予約システムでは、午前9時から仮予約を受け付けていますが、本予約申請窓口で直接申請される場合は、午前8時30分から受け付けています。受付開始時刻に30分間の時間差が設けてありますので、ご注意ください。

# 新型コロナウイルス ワクチン接種のお知らせ

健康増進課  
☎82・3692 / IP ☎88・9087  
宇陀市の接種率(2回目)は79%  
(10月16日現在。ワクチン接種記録システム(VRS)の記録を集計したもの)

市総合体育館で実施していた集団接種は10月16日(土)をもって終了しました。

## 12歳の誕生日を迎える方の ワクチン接種について

12歳から新型コロナウイルスワクチンの接種が可能となります。  
誕生日を迎えた翌月に接種券および接種の案内を送付します。接種券が届かない場合は、宇陀市新型コロナウイルス接種対策室(☎96・9060)までご連絡ください。

12歳以上の対象者で、12月末までの接種を希望する方は、11月12日(金)までにワクチン接種対策室までお申し込みください。

1月以降の接種を希望する方は、ワクチンの供給状況に応じて接種時期を案内しますので、ワクチン接種対策室へご相談ください。

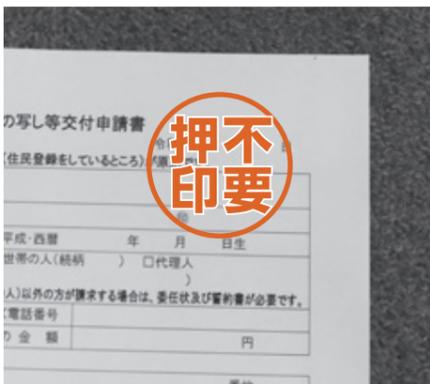


# 市へ提出される申請書等の

## 押印を省略します

### 推進します！ハンコレス！

市民や事業者の皆さんの利便性の向上を図るとともに、国が推進している行政手続のオンライン化を見据え、皆さんが提出する際に押印を求めている申請書等の手続き、約1,500件から押印を省略します。  
今後も国等の動向を踏まえ、ハンコレス化を積極的に進めていく予定です。



☎総務課(☎82・1302 / IP ☎88・9068)

【開始日】11月1日(月)から

- 【省略することができる手続き例】
- 各種補助金の交付申請書
  - 各施設の利用申請書 など

本人確認のために、マイナンバーカードや運転免許証などの本人確認書類のご提示をお願いする場合があります。手続の詳細は各担当課までお問い合わせください。

押印を省略することができる手続、押印を必要とする手続など詳細は市ホームページに掲載しています。



市ホームページはこちらから

# 宇陀市林業公式 インスタグラム開設

☎農林課(☎82・3679 / IP ☎88・9090)  
林業の魅力や林業に携わる人々の情報を、写真や動画により広く発信することで宇陀市の林業を知ってもらい、宇陀市産材のPRと知名度アップにより地域の活性化を図るため、公式林業インスタグラムを開設しました。  
市林業協力隊員の林業ガール rinrinさんが、宇陀市の林業の魅力伝えてくれますので、ぜひ、フォローをお願いします。

うだの森 アカウント: uda\_rinrin



こちらからフォローをお願いします。

rinrinさんの日々の活動もアップされます！お楽しみに！



# 学校適正化推進委員を募集

☎教育総務課(☎82・3673 / IP ☎88・9059)

小中学校の小規模化が進む中、これからの学校の在り方について共に考えていただける方を次のとおり募集します。ふるって応募ください！詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 【応募資格(次の条件をすべて満たす方)】
- 市内に在住する満15歳以下のお子さんの保護者
  - 市職員および議会議員でない方
- 【募集人数】4人

# あなたのまちな身近な相談パートナー 人権擁護委員を紹介しします

☎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。(相談日はP31に掲載)

- 【活動期間】令和4年1月から任期2年
- 【報酬】あり(市の規定による)
- 【応募締切】11月30日(火)必着
- 【応募方法】応募用紙(☎)で配布または市ホームページを郵送、持参、または電子メールのいずれかの方法で☎へ提出してください。
- メール kyoukuso@city.udag.jp



【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・堀山谷志子
- 榛原 諏訪江津子・田中三彦
- 室生 酒井靖志・井上恭子

## 人権出前教室を開催

9月16日(木)、榛原東小学校で「スマホ・ケータイ人権教室」を開催しました。気づかないうちにトラブルに巻き込まれないよう、スマホの正しい使い方などを伝えました。子どもたちは真剣に話を聞き、関心の高さが伺えました。



▶出前教室の様子

# 手話への扉



第16回

食欲の秋。味覚の秋です。美味しい手話を覚えましょう。食べ方も工夫してみてくださいね♪



## 栗



右こぶしで、あごをこするよう2回下ろす。

## みかん



左の丸めた指先に右指先をつけて2方向に下ろす(皮をむく様子)

## ぶどう



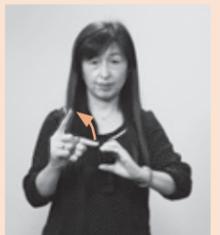
左手のひらにあてた右5指をねじりながら下ろす

## さつまいも



両手でさつまいもを折るしくさ

## なし



丸めた左5指の指先に右人差し指の先をあて、跳ね上げる

# 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 地域振興課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

## 1 伊那佐『灯』

Ma te 2021

・新たな一歩を・

伊那佐地区まち協

伊那佐『灯』Ma te 2021、新たな一歩を、を9月23日に八咫鳥神社で実施しました。近年、住民間のつながりが希薄になる中、地域内の交流と活性化を目指して未来への『灯』送りを音楽の演奏に乗せて実施しました。新型コロナウイルスの感染対策のため、参加された方たちは社務所で手指



▲女性2人組の演奏

の消毒と記帳を済ませて、竹の行燈が並べられた夕暮れの参道を拝殿へと向かいます。境内には新型コロナウイルスの終息を祈願した約300個の灯りがやさしく照らしていました。参加者の方たちは拝殿で手を合わせ、境内で演奏している女性2人組の歌とギターを静かに楽しんでいました。



▲拜殿で手を合わせる参加者の方たち

を楽しんでいただけただけではないでしょう。

## 2 故郷の環境美化活動

三本松まち協

8月中旬、「ふるさと環境美化啓発標語」を記した標語柱を15本作製しました。

この標語柱は、地元製作所で加工された木柱で、防腐剤入りの塗料を木柱全体と文字部分に分けて丁寧に塗り重ねました。地域の優しさや絆が感じられる言葉を住民の方に書いていただき、皆の協力で標語柱が完成しました。



▲作製した標語柱

れあい夏祭り」「敬老会祝宴」「ふれあい運動会」の大きな三本柱等の活動により、地域の絆の醸成を図ってきました。しかし、コロナ禍で行事の自粛が続いています。このような時こそ、今一度「ふるさと」を大切に想い、次世代に引継ぐものとして「世代を超えた絆を保ち、明るく美しい地域を目指す」という気持ちを育みながら住みよいまちづくりを推進させ、来年こそはコロナが収束し、安全安心な日常が戻り、各種活動が行えることを願いました。

## 3 宇陀の歴史再発見 「菟田野へ里帰り」特別陳列

宇陀市の神話と歴史を考える会

9月4日、市教育委員会文化財課と奈良県立橿原考古学研究所の共同による、講演会と遺物展示、古市場古宮谷1号墳の見学を行いました。奈良県立橿原考古学研究所の歴史学博士の米川氏の講演は、「縄文時代から古墳時代まで」と題し、古墳時代を代表する見田・大沢古墳群や古宮谷1号墳から出土した『勾玉・管玉・画文帯神獣鏡・鉄刀・鉄剣』などについての説明を行っていただきました。

参加者は前半と後半に分かれて出土品等の展示説明を受け、古代の生活や情勢がよく分かる遺物の説明に熱心に耳を傾けていました。その後、古宮谷1号墳へ見学に向かいました。古宮谷1号墳は、西暦400年ごろの円墳で2001年9月に発掘が始まり、当時発掘に関わっていた米川氏は発掘の様子や苦労話などを聞かせていただきました。

短時間でしたが、菟田野に里帰りしてきた遺物の話を聞き、参加者は古代のロマンに想いを馳せていました。コロナ禍ではありましたが、感染防止対策を徹底し、無事終了することができました。



▲講演会の様子

## 空き家セミナーと相談会

【日時】11月20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・45・5210

月～土曜日午前9時～午後5時



## イチジク

イチジクの果実の季節は終わりに近づこうとしています。この時期にずらしたの葉、葉を使っていたらいいからです。葉を煎じて飲んだり、葉を浴湯料とすれば、痔、脱肛、神経痛、リウマチ、婦人病、腰痛、冷え性、美容に効果があります。血圧降下作用もあり、高血圧の人には試してみたい薬草です。これから冬にかけて、冷え性でお困りの方は、イチジクの葉とヨモギの葉を同量煎じ、風呂に入れて入浴すると、体が温まり、保温効果も優れ、肌がきれいになります。

イチジクの肌をきれいにする作用は、イチジクの白い汁に含まれているたんぱく分解酵素の働きです。葉を取ったときに出る白い汁を痔やイボに塗ると、取ることもできます。ただ、その時、健康な皮膚の部分に付けると、かゆくになりますので、イボや痔の上だけに付けるように注意してください。



▲イチジクの葉は十分乾燥したものを使うようにしましょう。

※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

問 商工業課 ☎82・5874 / IP ☎88・9075

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)  
**脱炭素時代を生き抜くための「エネルギー」入門**  
著：齋藤 勝裕  
出版：実務教育出版

化石燃料、電池、再生エネルギー、原子力発電…。人類の将来を託すに足るエネルギーはどれなのか？SDGs(持続可能な開発目標)推進のためにも知っておきたい「エネルギー」の基礎知識を解説しています。  
(大宇陀図書館所蔵)



(児童書)  
**虫ガール**  
〜ほんとうにあったおはなし〜  
文：ソフィア・スペンサー、マーガレット・マクナマラ  
絵：ケラスコエット  
訳：福本 友美子  
出版：岩崎書店

小さい頃から虫に夢中のソフィア。でも、虫が好きなことでいじめにあい、一旦「虫をお休み」することになります。小学生の「虫ガール」が、これまでのことを語った絵本です。好きなことを貫く難しさ、それを乗り越える過程と成長が描かれています。  
(大宇陀図書館所蔵)

## 図書館からの まめ知識

Vol.92

### 「上半期のベストリーダー」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『52ヘルツのクジラたち』(町田そのこ:著)、2位『ブラック・ショーマンと名もなき町の殺人』(東野圭吾:著)、3位『白鳥とコウモリ』(東野圭吾:著)でした。

児童書では、1位が『おべんとうしろくま』(柴田ケイコ:作・絵)、2位『ぞんねんないきもの辞典 ますます』(今泉忠明:監修)、3位『だるまさんと』(かがくいひろし:作・絵)でした。

ベストリーダー以外にも、テレビドラマや映画化された小説も多く所蔵しています。まずは気になる1冊から読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。

図書館からのお知らせはP27

## 巡回展「先住民族アイヌは、いま」開催

2019年に、先住民族の権利と人権を守るため「アイヌ新法」が成立しました。アイヌの人々との交流が希薄な奈良県において、アイヌの人権に関する基本認識を学ぶための巡回展が行われ、この度、宇陀市でも9月14日から21日の間、開催されました。

巡回展ではアイヌ民族の民具や衣装、歴史や文化についてのパネルなどの展示やミニ講演などが行われました。



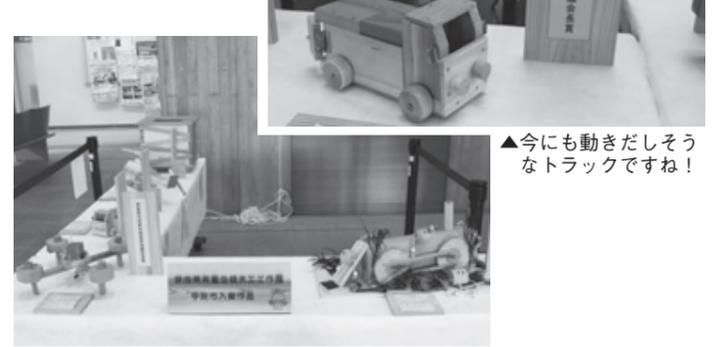
▲巡回展で実際に展示された弓・矢と民族衣装

## 県児童生徒木工工作展 入選

第46回奈良県児童生徒木工工作展において、市内の小中学生の作品が入選されました。10月4日から11日まで、入選作品も市役所1階ロビーに展示しました。

木を利用したアイデアがたくさん詰まった作品ばかりで、庁舎内は木の温かみにあふれていました。

来庁者も足を止めて、作品をじっくり鑑賞されていました。



▲今にも動き出しそうなトラックですね!

## 市戦没者並びに消防殉職者追悼式を挙

10月8日

市文化会館において「市戦没者並びに消防殉職者追悼式」がしめやかに挙行されました。今年度も規模を縮小しての開催となりましたが、式には遺族や関係者の方々が参列され、式辞・追悼の辞の後、献花・献楽を行い、戦争や消防活動により尊い命を落とされた方々のご冥福をお祈りしました。



## 第11回まほろば還暦野球大会

10月2日

総合運動場・榛原運動場にて、第11回まほろば還暦野球大会を開催し、全国から10チームが参加されました。

還暦の部を3ブロックに分けて試合を行い、瑞祥会爛漫クラブ(香川県)、奈良マスターズ(奈良県)、オール松山60(愛媛県)がそれぞれ優勝しました。

宇陀市の宇陀ウェルネスも出場し、熱戦を繰り広げました。

宇陀ウェルネス 5-6 海南クラシックス  
宇陀ウェルネス 1-14 オール松山60



▲フルスイング!



## 室生小に顕微鏡、室生中にテントが寄贈されました

(株)南都銀行が企業の社会貢献の一環として発行する寄付付きSDGs私募債の取り組みで、(株)ハクリュウの私募債発行記念として室生地域の小中学校に備品を寄贈いただきました。

小学校には生物顕微鏡を、中学校にはワンタッチテントが寄贈されました。

それぞれの学校で行われた贈呈式には(株)南都銀行榛原支店 松石支店長、(株)ハクリュウ 笹尾代表取締役社長、勝村中学校長、加藤小学校長他関係者が出席し、目録が手渡されました。各校長からは感謝の意とともに、子どもたちのために大切にに使わせていただきたいと伝えられました。



▲室生中での記念写真



▲室生小には生物顕微鏡を寄贈いただきました

## 11月は児童虐待防止月間です

うだちゃん11chで子育て支援動画を放送します。  
〈折り込みちらしをご覧ください〉

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。

いちはやく 地域の児童相談所につながります。

宇陀市 子育て 児童虐待

## 11月1日より こども家庭総合支援拠点を設置

妊娠期から子育て期のさまざまな相談に、保育士・心理士・社会福祉士の資格をもつ職員が対応します。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

【相談先】市役所3階こども未来課内  
【相談窓口直通ダイヤル】☎82・3250  
【相談予約受付時間】月～金（祝日・年末年始を除く）午前9時～午後5時

## 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15日（月）  
【場所】市役所2階 211会議室  
【相談時間】1人50分  
午前10時・11時・午後1時・2時・3時  
【定員】5人（先着順）  
【申し込み】11月12日（金）までに☎へ

### ●かるがもくらぶ

【日時】11月18日（木）午前10～正午  
【場所】市役所2階 213会議室

☎介護福祉課（☎82・3675 / IP ☎88・9088）

## 低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金 （ひとり親以外の世帯分）について

（申請が必要です）

新型コロナウイルス感染症の影響で困窮する方への緊急支援策として、低所得の子育て世帯に対して特別給付金を支給します。

【対象者】令和3年3月31日時点で18歳未満（特別児童扶養手当受給児童は20歳未満）までの児童を養育している方のうち、①または②のいずれかを満たす方（※すでに子育て世帯生活支援特別給付金を受けた方は対象外となります）

- ①令和3年度分の住民税（均等割）非課税の方
- ②新型コロナウイルス感染症の影響で令和3年1月1日以降の収入が急変し、住民税（均等割）非課税相当となった方

【支給額】対象児童1人につき一律5万円  
【支給手続き】☎こども未来課へお問合せ下さい。  
【支給期限】令和4年2月28日  
☎こども未来課（☎82・2236 / IP ☎88・9080）

## ～子育て講座～ 参加費無料 ベビーマッサージ

（申込必要）

赤ちゃん「肌と肌の触れ合い」からのコミュニケーションを感じてみませんか。

【対象】市内在住の生後2か月～12か月の未就園の乳児とその保護者  
【日時】12月17日（金）  
受付：午前9時45分  
開始：午前10時～11時  
【講師】インストラクター 金谷 智子 先生  
【定員】10組（抽選）  
【持ち物】赤ちゃんを寝かせられる大きさのタオル1枚  
【申し込み】11月22日（月）～12月3日（金）までに☎へ

## 「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）

## パパと遊ぼう！

※申込必要

パパやママだけでなく、おじいさん、おばあさんも支援センターにお越しください。

【日時】12月11日（土）午前9時～正午  
※午前10時からのお話会に参加する方は、申し込みが必要です。  
【対象】市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者  
【内容】「おはなしらんど カンプリア」さんがやって来る！  
【定員】15組（抽選）  
【申し込み】11月22日（月）から30日（火）までに☎へ

## 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
1 🍄	2 📖	3 文化の日	4 🎵 ALT「英語で遊ぼう」	5 🐦
8 0歳児親子教室（合同）	9 📖 家児相談日	10 ★ つどいのひろば（たかぞふるさと館） 保健師相談日	11 🎵	12
15 👶	16 📖	17 ★ つどいのひろば（榑原総合センター）	18 🎵 おはなしなあに	19 🎵 1歳児親子教室（合同）
22	23 📖 勤労感謝の日	24 ★ つどいのひろば（めくもりの郷）	25 🎵 ミニ誕生会 家児相談日	26 🎵 2歳児親子教室（合同）
29 なかよしひろば	30 📖		🍄	🐱

## ★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

## なかよしひろば （親子ふれあい事業） ※申込必要

【対象】市内在住の満3歳以上の就学前幼児とその保護者  
【日時】11月29日（月）午後2時30分～3時30分  
【定員】10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1日（月）から☎へ

～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)

## 地域の見守りで高齢者の消費者トラブルを防ぎましょう！

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
  - 生活費が不足しお金の困っている
  - 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、相談を勧めましょう～

- 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促しましょう。

ご相談は・・・  
問 または消費生活相談窓口（商工業課）  
(☎ 82・5874 / IP 88・9075)

## ●オレンジカフェのご案内●

認知症の方やそのご家族がホッとひと息ついて日頃の溜まった想いを語れる場です。認知症の方や介護されている方向士の交流の機会や個別の相談の場となっています。下記にお申し込みのうえ、ぜひご参加ください。



～ラグールカフェ～  
【場 所】 グループホームラグール 1階デイルーム  
【日 時】 11月28日(日) 午後2時～4時  
【参加費】 100円(飲み物、お菓子付)  
【申込先】 ラグール (☎ 83・0088)

～オレンジカフェ～  
【場 所】 榛原総合センター3階  
【日 時】 11月12日(金) 午後2時30分～4時  
【参加費】 100円(飲み物、お菓子付)  
【申込先】 あんしんセンター (☎ 85・2500)

## ～酒害教室(すずらん昼例会)のご案内～

11月10日～16日は  
アルコール関連問題啓発週間です。

【日 時】 11月8日(月) 午後1時30分～3時  
【場 所】 医療介護あんしんセンター  
【内 要】 酒害に関するミニ講義、当事者やその家族の体験談、個別相談  
【参加費】 無料

## ●工事のお知らせ●

11月24日(水)～12月10日(金・予定)まであんしんセンター入り口(3階)タイルの改修を行います。ご迷惑をおかけしますが、改修期間中は、1階玄関をご利用いただきますようお願いいたします。



# 宇陀市立病院から

病 院 の 休 診 日 :  
土・日・祝日・年末年始

## 禁煙外来のご案内

「禁煙外来」は、たばこをやめたい人向けに作られた専門外来です！

喫煙は百害あって一利なし。喫煙習慣はニコチン依存症という疾患です。

また、WHOが2020年4月29日に召集した専門家による研究レビューでは、喫煙が新型コロナウイルス感染症を重症化させるリスクがあるとの報告もされています。

禁煙をしようとしている方、禁煙をしようとしてもなかなかやめられない等のお悩みの方のお手伝いをします。

禁煙は、自分一人ではなかなか達成できません。病院のサポートを受けながら、禁煙にチャレンジしてみませんか？

禁煙のために、飲むタイプの禁煙治療薬や皮膚に貼るタイプの禁煙薬から選べます。

始めた当初は、タバコを吸いたい気持ちがありますが、日を追うごとに徐々に弱まります。禁煙は始めた当初が肝心です。タバコをやめた直後の離脱症状の確認やカウンセリングも行いますので、安心して受診して下さい。



【費用】  
診察回数5回(12週間)で自己負担3割の方の場合、禁煙治療にかかる費用は1万3,000円～2万円ほど



【診療科】 内科外来(禁煙外来)  
【診療日】 完全予約制(毎週火曜日 午後2時～)

下記にお電話でお問い合わせください。  
初回電話予約受付：午前9時～午後4時  
(平日のみ、土・日・祝日は除く)

問 地域連携課 (☎ 85・1201)

## ■医師の採用および退職について

【内科】  
▶久保 裕紀(くぼひろき) 医師(10月1日付採用)

専門の循環器内科をはじめ、内科全般に広く対応できるよう精進します。地域の皆さんに必要とされる医療が提供できるよう、病院スタッフと協力して診療にあたりますので、今後ともよろしくお願いいたします。



▶大西 里奈 医師(9月30日付退職)

## ■各教室の中止について(11月)

糖尿病教室、骨粗鬆症教室、腎臓病教室

### 面会の方へのお願い

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、以下の場合を除き、面会は全面禁止とさせていただきます。

- 重症・急変等で医師・看護師から来院要請があった場合
- 入院・転院で付き添いが必要な場合
- その他、医師が必要と判断した場合

## ◇寄贈いただきました◇

奈良県農業協同組合 桜井しき・宇陀地区女性部様より、新型コロナウイルス感染症に対応する医療従事者に対し、感謝の気持ちを込めて、手作りの「プリザードフラワー」と「バラのオーナメント」を寄贈いただきました。いただいた皆様のご厚意に感謝し、引き続き感染防止に最善を尽くし、地域医療の発展に努めてまいります。



## ■職員募集

- 看護師(正職員) 若干名
- 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

※詳しくはホームページをご覧ください



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>

## 知っていますか？ COPD

11月の第3水曜日は「世界COPDデー」です。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、別名「タバコ病」とも言われており、この病気の約90%は喫煙歴のある方です。「せき・たん」や「息切れ」などの症状が現れ、進行すると「ストローをくわえて呼吸をしているよう」、「おぼれるような息苦しさ」といった呼吸困難に陥ります。COPDは、禁煙をすれば、予防することができる病気です。

「いまさらタバコをやめても遅いでしょ？」と思っている方。禁煙に遅すぎることはありません！

禁煙は健康を取り戻すことができるだけでなく、将来の医療費や介護費の節約にもなります。

タバコをやめるには、自分の禁煙の決意に加えて、専門家のサポートや禁煙治療薬剤の使用などで禁煙の成功率が高くなります。

「やめてみようかな…」と思ったら、保健センターでの禁煙相談や、市内に禁煙支援医療機関もありますので、中央保健センターまでご相談ください。

問 中央保健センター



## 「うだウェルネス健康ナビ（検診Web予約システム）」利用再開

「うだウェルネス健康ナビ（検診Web予約システム）」を、令和3年2月から停止していましたが、セキュリティ強化に伴うバージョンアップを実施した結果、安全性が確認できましたので、11月1日（月）より利用再開いたします。

令和3年度健（検）診受診期間は、令和4年2月28日までです。お忘れの方は早めに申し込みましょう。

問 中央保健センター

QRコードから簡単にアクセスできますよ！



▲うだウェルネス健康ナビ



▲中央保健センター 池元

うだウェルネス健康ナビ 検索

※宇陀市 HP で操作説明資料もあります。

## 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\*

### ごぼうのクリームスープ

【材料】（2人分）

ごぼう…100g、玉ねぎ…60g、人参…30g、椎茸…2枚、ベーコン…1枚、パセリ…少々  
[バター…大さじ1、小麦粉…大さじ1、塩・こしょう…各少々、牛乳…300ml、水…130ml、固形スープ…1/2個]

【作り方】

- ごぼうはくしゃくしゃにしたアルミホイルでこすり、3cm長さの千切りにして水にさらしてからざるにあげます。
- 玉ねぎは薄切り、椎茸は石づきを取り細切り、ベーコンは短冊切りにし、人参は千切りにします。パセリは小房にして細かく刻みます。

- 鍋にバターを溶かし、ごぼうと玉ねぎ、椎茸、人参、ベーコンを加えて炒め、小麦粉を加えてなじむまで炒める。
- ③に水と固形スープを加え、ひと煮立ちしたら、牛乳を加えて弱火で10分程煮ます。
- 塩、こしょうで味をととのえ、パセリを散らします。

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



ごぼうのクリームスープ

# 保健センターからの おしらせです！



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

問 大宇陀保健センター  
☎83・2255/IP☎88・9113

## 予防接種

対象地域	内容	実施日	対象者	方法	開始時間
全地域	赤ちゃんのためのオンライン予防接種説明会	29日（月）	令和3年10月生まれの児の保護者	オンライン（Zoom）	10時

## 乳幼児健診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
全地域	4か月児健康診査	18日（木）	令和3年7月生まれの児	市立病院	時間を分けて実施 ※個別に案内します。
	10か月児健康診査		令和3年1月生まれの児		
大宇陀・菟田野	3歳児健康診査	24日（水）	平成30年3月～5月生まれの児	大宇陀保健センター	
榛原・室生	2歳児歯科健康診査	26日（金）	令和1年8月～10月生まれの児		

## お知らせ

### 家族教室に来ませんか

こころの病気をもつ方と暮らすご家族の皆さん、本人との接し方で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10日（水）  
13:30～15:30  
【内容】 家計改善支援事業について  
【場所】 榛原保健センター  
問 大宇陀保健センターへ

## ヒトパピローマウイルス（HPV）ワクチンの定期予防接種について



HPV ワクチンは、積極的な接種勧奨を差し控えていますが、対象の方は引き続き定期予防接種として無料で受けることができます。接種をお考えの方は厚生労働省によるリーフレットをお読みいただき、ワクチンの有効性やリスク等を十分にご理解したうえで、接種の有無をご検討ください。接種を希望される方は問までご連絡ください。



【令和3年度対象者】

小学校6年生～高校1年生相当の女子（平成17年4月2日生～平成22年4月1日生）  
※接種期限：高校1年生相当の年度の3月末日

【接種回数】

合計3回（3回接種終了までに約6か月かかります）

【接種場所】

市が指定する医療機関

問 大宇陀保健センター

厚生労働省 子宮頸がんリーフレット 検索

# 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。

**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)

### Life&Environment くらし・環境

#### 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

年末調整・確定申告まで  
大切に保管を！

国民年金保険料は、所得税および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。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が対象です。

この社会保険料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義務付けられています。

そのため、令和3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、日本年金機構から11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送られますので、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。(令和3年10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納められた方は、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

#### 保険年金課から大切なお知らせ

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。」

■国民年金課  
☎82・3672 / IP ☎88・9086

■日本年金機構桜井年金事務所  
☎0744・42・0033

#### 「宇陀市国民健康保険」ご加入で40歳以上の方

特定健診(お達者健診)の自己負担額が今年度から無料になっています！  
疾病の早期発見や重症化予防のため年1回、健康診査を受診しましょう！

#### 「後期高齢者医療制度」加入の方

対象者には4月に案内を送付していますが、年度途中で加入の被保険者の方も受診していただけます。申し込みがお済でない方は、中央保健センター(☎92・5222)まで申し込みください。  
実施期間は令和4年2月末日までです。

#### 水道メーター取替えのお知らせ

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。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。

#### 「11月の対象地域」

○榛原地域  
天満台東1丁目～2丁目、天満台西1丁目、ひのき坂3丁目、榛見が丘1丁目～2丁目、桜が丘、下井足、篠菜、池上、高塚、福西、栗合、比布、内牧、赤埴、高井、檜牧、角柄(各地区の一部)  
○大宇陀地域

小附(各地区の一部)  
○室生地域  
大野(各地区の一部)  
問 水道局  
☎82・2185 / IP ☎88・9067

#### お困りの方に生理用品をお渡しします

新型コロナウイルス感染症の影響等により、生理用品の購入が困難となっている方への支援として、無償で生理用品をお渡しします。

#### 【配布期間】11月1日(月)より

※なくなり次第終了  
【配布時間】平日 午前8時30分～午後5時15分

#### 【配布対象】

経済的な理由等で生理用品の購入が困難な宇陀市内の女性

#### 【配布場所】

人権推進課および各地域事務所

#### 【配布内容】

生理用品1セット(昼用8枚入1パック・夜用6枚入1パック)

#### 【配布方法】

○窓口にあるチラシを指し示す○ポスター・ホームページの画像をスマートフォン等で映した画面を提示○専用カードの提示(市役所1階・各地域事務所 女性用トイレに設置)



便利な休日窓口使ってね!

【その他】生理用品が必要であることをお声に出さなくても大丈夫です。お名前・ご住所等はお聞きしません。  
※1人1回でお願いいたします。  
詳しくは折り込みチラシをご覧ください！

よび設置に要する費用の2分の1(上限1万円)  
問 総務課  
☎82・1302 / IP ☎88・9068

総務課主幹 吉田 (奈良県警察から出向)

#### 「地方消費税を「ご存じですか?」

一般に「消費税10%」と言われていますが、実は国の税金の消費税は7.8%で、残りの2.2%分は県の税金の地方消費税です。

この地方消費税は県の収入となり、さらに、その2分の1は県内の市町村に交付され、道路・下水道の整備、医療や福祉の充実、小・中・高等学校教育、環境の保全などの身近な行政に生かされます。

また、令和元年10月からの引き上げ分の地方消費税は全て地方による社会保障のための経費に充てられます。

私たちが奈良県内で買い物をする際、サービスを受けたりすれば、奈良県に入る地方消費税が増え、県内市町村への交付金も増えます。その結果、奈良県や県内市町村

が行う身近な行政が、質の高いものになり、住みよい地域づくりを進めることができます。

ぜひ県内でお買い物にご協力をお願いします。

問 中南和県税事務所 課税第二課 課税係  
☎0744・48・3004

#### 「税務署からのお知らせ」

「税を考える週間」  
11月11日～17日  
テーマ:「くらしを支える税」

令和3年度の「税を考える週間」は、「くらしを支える税」をテーマとして、国民の皆さんに租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくための取り組みの紹介を行っています。

#### 「国税庁ホームページによる広報」

国税庁ホームページ内に「くらしを支える税」をテーマとした特設ページを設け、国税庁の各種取り組みについて紹介しています。

- ・国税庁の取り組み等を分かりやすく最新のデータで紹介しています。
- ・調査や徴収などの業務をドラマ仕立てで紹介しています。
- ・国税庁レポートなど、国税庁の1年間の活動やその年のトピックについて、統計資料等を交えながら説明します。

### 市税・県税の一斉滞納整理強化実施中!



県および県内市町村では、11から12月を「一斉滞納整理強化期間」として、特に差押などの滞納整理を強化しています。納付期限を過ぎると督促手数料や延滞金が増加され、納付が遅れるほど負担が増大します。差押は、事前に通知することなく執行されますので、滞納処分を受けたくないよう、納期内に自主納付を心がけましょう。

問 徴収対策課 (☎82・3643 / IP ☎88・9085)

### マイナンバーカード 休日手続きについて

#### 予約制

次の日程で、マイナンバーカードの申請・受取・更新の予約ができます。ぜひご利用ください。  
(平日は予約不要で、午前9時30分から午後4時30分までの受付です)

#### 11月の休日窓口

曜日	日	場所	時間
土	11/27	市役所 ふるさとテラス	午前9時～ 正午まで
日	11/7	大宇陀地域事務所	
	11/28	室生地域事務所	

※例月休日受付している第2土曜日・第2日曜日は、システムメンテナンスのため、受付を行いません。ご了承ください。

問 市民課 (☎82・2143 / IP ☎88・9076)

## 図書館からのお知らせ

★すくすくひろば(0~3歳) 2回内容同じ  
11月10・17日(水) 10:00~11:00  
①10:00~ ②10:45~  
場所: 榎原総合センター2階 和室 (中央図書館建物)

★おはなしクラブ(約30分)  
11月13・27日(土) 10:00~  
場所: おはなしのへや

11月の休館日 2・9・16・23・24・30  
中央図書館 ☎82-4749・IP88-9110  
【開館時間】9:30~17:00

11月3日(水・祝)文化の日は、  
開館させていただきます  
大宇陀図書館 ☎83-0976  
【開館時間】9:00~17:00

プログラミングや活用方法を学びます。  
【対象】 市内在住または在勤の方  
【講師】 わくわくドローン協会 吉田 学さん  
【定員】 15人(定員を超えた場合は抽選)  
① 2 ③  
【申し込み】 11月1日(月)から15日(月)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を問へ電話もしくはは直接窓口まで  
【休館日】 木曜日・祝日  
問 中央公民館 ☎83・09551 / IP ☎88・9180

## 11月の文化会館だより

かぎろひホールの催し (9月16日現在)

日	曜日	催し物案内	入場方法	時間	主催者	問い合わせ
12	金	風咲祭	関係者	午前	大宇陀高校	
28	日	令和3年度 宇陀市文化協会 芸能発表会	無観客	午後12時30分~	宇陀市文化協会	会長 萩野方 ☎82・0080

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・延期・変更となる場合がありますので、開催状況につきましては、主催者へ直接お問い合わせください。

### 展示ホールの催し

■令和3年度 第16回 宇陀市美術展覧会  
同時開催  
《幼児の絵作品展》  
《文化会館・文化教室受講生 作品展》

《図書館を使った調べる学習コンクール 作品展》

【展示期間】 11月5日(金)~8日(月)

11月の休館日(2. 9. 16. 23. 24. 30日)  
※11月3日(水・祝)文化の日は、臨時開館します。

## 宝くじ文化公演 藤木大地 With 延原武春 / テレマン室内オーケストラ ~心癒される瞬間(とき)を~

【日時】 令和4年1月23日(日) 午後1時30分~(午後1時開場)

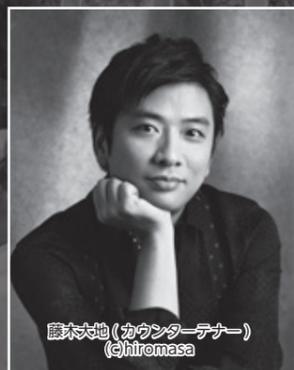
【会場】 文化会館 かぎろひホール

【入場料】 全席指定 一般 1,500円 学生(高校生以下) 500円  
未就学児の入場はご遠慮ください。

【チケット発売】 文化会館・中央公民館および各分館・総合体育館・生涯学習課・うだ観処  
【チケットは11月5日(金)より販売いたします】

【主催】 宇陀市・宇陀市教育委員会・奈良県・(一財)自治総合センター  
※宝くじの助成により、特別料金となっています。

問 文化会館 (☎83・0977)



藤木大地(カウンターテナー)  
(c)hiromasa



### 犬や猫などの適正な飼育をお願いします

環境対策課 ☎82・22002 / IP ☎88・9078

最近、「ふんをされた」、「鳴き声がうるさい」、「庭やごみを荒らされた」など犬・猫に関する相談が寄せられています。内容の多くは、飼い主が飼いに気を付ければ改善できるものです。近所の方に迷惑をかけないよう、室内で飼うなど正しいしつけをして、責任を持って飼育しましょう。

●犬を放し飼いにしている！  
犬を放し飼いにすると、近隣の方に恐怖心を与えたり、ふん害や交通事故など、トラブルの原因となってしまう。必ずついで飼うようにしましょう。

●のら猫に餌をやっている人がいる！  
猫は餌がないところでは増えません。マナーを守らない無責任な餌やり行為は、猫が住みつき、増える原因となりますので、直ちにやめ、不幸な命を増やさないようにしましょう。



●動物のふんで困っている！  
飼い犬や飼い猫によるふんは、飼い主の責任において処理を行うものです。ご近所トラブルで裁判まで発展した事例もあります。周りの方々に与える迷惑を考え、責任を持って処理を行いましょ。動物を飼うことは動物の命を預かることです。飼い主として、その命と行動に対して責任を負うことはもちろん、ペットが健康で快適に暮らせるように心掛けましょう。

※動物愛護法が改正され、令和2年6月から動物を適正に飼養するための規制が強化されました。動物による環境侵害については、飼主だけでなく餌やり行為も県(保健所)の指導・勧告の対象となり、違反した場合は50万円以下の罰金が科せられるようになりました。

問 県中和保健所 ☎0744・48・3033

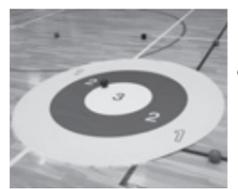
令和4年度競争入札参加資格審査申請を受付します

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)  
※建設工事関係の登録は、令和4年2月頃受付を行う予定です。  
【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、消防防炎用品、賃貸業務、役務の提供、小規模な修繕(宇陀市内業者に限る) など

【受付期間】 11月1日(月)~30日(火)の期間中に問へ  
※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  
問 管財課 ☎82・30302 / IP ☎88・9084

Life & Environment  
産業・まちづくり

Education・Culture&Sports  
教育・文化・スポーツ



ポッチャ貸し出します

「東京2020パラリンピック」で日本代表選手が金メダルを獲得して注目された「ポッチャ」の貸し出しを行っています。  
ぜひ、皆さんも一度、体験してみませんか。  
【申込場所】 生涯学習課、総合体育館  
※休庁日、休館日の用具貸出・返却は行っていません。  
【申込方法】 備品貸出申請書に必要事項を記入  
【費用】 無料  
※指導やルール等については、事前にご相談ください。  
※その他の用具(囲碁ボール・キンボール・わなげ・グラウンドゴルフ・ペタンク(室内用)・ノルデックボール等)の貸し出しも行っていきます。

問 生涯学習課 ☎82・30975 / IP ☎88・90364

中央公民館講座  
受講生募集

①味噌づくり講座  
ご自宅で味噌作り体験をしてみてください。  
【日時】 12月8日(水) 午後1時~3時30分  
【場所】 榎原総合センター(榎原分館)  
【内容】 無添加の味噌作り体験  
【対象】 市内在住または在勤の方  
【講師】 鎌房 美子さん  
【定員】 20人(定員を超えた場合は抽選)  
【受講料】 4,100円(材料代として) 仕上がり約7kg  
【持ち物】 お持ち帰り用ケース、エプロン、三角巾、タオル

②ドローン体験  
プログラミング教室  
【日時】 12月18日(土) 午後1時30分~3時30分  
【場所】 中央公民館(大ホール)  
【内容】 ドローンを使ったプロ



31文字に思いを込めて  
第15回「かぎろひ」  
短歌募集

第50回かぎろひを観る会開催に伴い、「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（12月20日）に発表します。  
【申し込み】11月15日（月）までにハガキに、住所、氏名、電話番号、短歌作品（一人二首まで）を記入のうえ左記へ  
〒633・0292  
榛原下井足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



桜井宇陀ふるさと  
フォトコンテスト開催

桜井宇陀圏域（桜井市・宇陀市・曾爾村・御杖村）の四季折々の自然、風景、文化財、伝統芸能、観光スポットなどの地域の魅力を撮影した写真を募集します。  
（令和3年4月1日以降に撮影されたもの）  
詳細については桜井宇陀広域連合のホームページをご覧ください。

【募集期間】令和4年4月1日（金）～10月31日（月）必着  
【応募資格】プロ・アマ・年齢・性別等を問わず、ごなたでも応募いただくことができます。  
※令和4年11月頃に作品審査を行います。

【応募先】問へ  
桜井宇陀広域連合「桜井宇陀フォトコンテスト」係  
☎0744・47・7077 / FAX 0744・47・7078  
https://www.sakurai-uda.or.jp



第27回なら・ヒューマン  
フェスティバル人権啓発  
パネル展示

多くの人に人権を身近に感じ、同和問題をはじめとする人権問題に理解を深めることを目的として、人権啓発パネル展示と啓発冊子の配布を行います。

①イオンモール榎原（1Fスタライイトコート）  
【日時】11月11日（木）～12日（金）  
午前10時～午後5時  
②イオンモール大和郡山（3Fフードコート前）  
【日時】11月13日（土）～14日（日）  
午前10時～午後5時  
③エコー・マニ（北館1Fセントラルコート）  
【日時】11月22日（月）～23日（火）  
祝 午前9時30分～午後7時

①②③とも  
【入場料】無料  
【主催】なら・ヒューマンフェスティバル実行委員会  
【その他】新型コロナウイルス感染症予防の観点から講演会、模擬店、物産展等はありません。  
問 県人権擁護委員連合会 実行委員会事務局  
☎0742・27・8719

第15回宇陀シティ  
マラソン中止

令和4年3月に予定しておりました「第15回宇陀シティマラソン」開催について、実行委員会で協議した結果、新型コロナウイルスによる感染拡大防止のため、大会の中止を決定いたしました。大会を楽しみにされていた皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解賜りますようお願いいたします。

問 宇陀シティマラソン実行委員会事務局（市教育委員会事務局生涯学習課内）  
☎82・3675 / IP ☎88・6664



人事異動を行いました

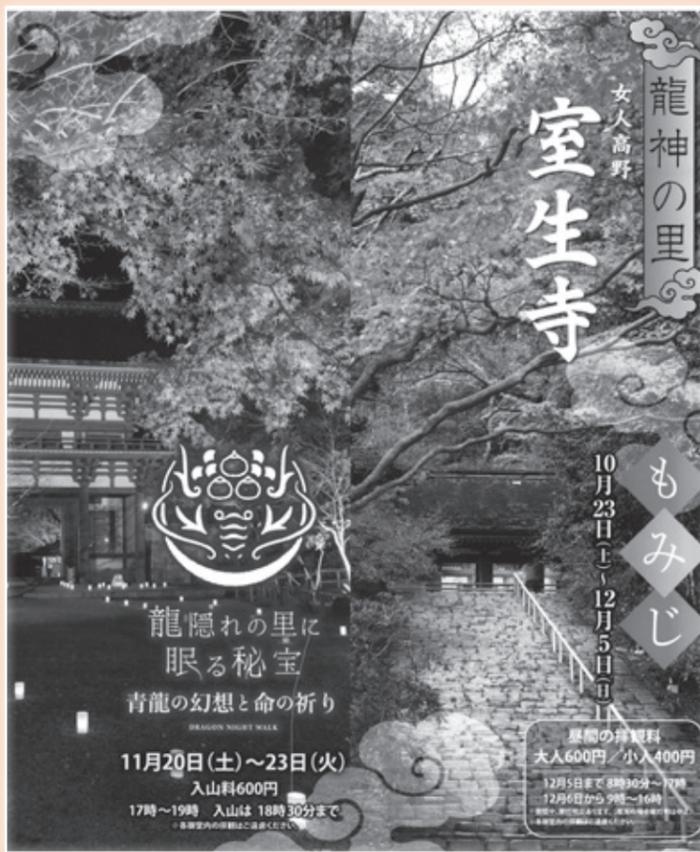
今回の人事異動は、商工業課企業誘致推進室において、駅前交流施設整備事業およびパークPFI事業を推進するための人事異動となっております。

問 人事課  
☎82・1303 / IP ☎88・9066

《10月1日付人事異動》

- 課長補佐級 大宇陀地域事務所 地域市民課長補佐 吉村好之
- ▼市立病院事務局情報システム管理課長補佐 笹岡俊彦 ▼水道局施設課長補佐 東広則 ▼水道局施設課長補佐 川本和也
- 主任級 市民課 大西由起子
- ▼商工業課 吉岡亨
- 一般 商工業課・企業誘致推進室 西森祐介 ▼建設課 下田晃之

11月20日（土）から23日（火）  
室生寺 紅葉 ライトアップ



「龍隠れの里に眠る秘宝 青龍の幻想と命の祈り」をテーマに室生寺（宇陀市室生）境内でライトアップを開催します。

時間

午後5時から7時  
（入山は6時30分まで）

夜間  
入山料

600円  
（各御堂内の拝観はできません）

問 室生寺（☎0745・93・2003）  
宇陀市観光協会【観光課内】  
☎82・2457 / IP ☎88・9081

令和3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3年度、中学生545点、高校生70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。（敬称略）

テーマ

「青少年の健全育成・非行防止・あいさつ運動・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」

○最優秀作品

- ・中学生の部  
「あたたかい あなたの言葉が 誰かの救い」  
菟田野中学校 1年 山田 一葉
- ・高校生の部  
「あいさつで 広げよう 地域の輪」  
大宇陀高等学校 3年 紀本 麻衣

○優秀作品

- ・中学生の部  
「ありがとう 伝わる気持ち 広がる笑顔」  
大宇陀中学校 1年 中森 佳世  
「知らぬふり 見てないふりも いじめです」  
榛原中学校 2年 原 誠幸  
「あいさつは なかまづくりの 第一歩」  
室生中学校 2年 北脇 実紗
- ・高校生の部  
「おはよう その一言で つながるよ」  
榛生昇陽高等学校 2年 松本 純季



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10日(水)	宇陀市人権交流センター	9:00~12:00	総務課 (☎82・1302 / IP ☎88・9068)
	11月10日(水)	室生振興センター		
	11月15日(月)	大宇陀人権交流センター		
	11月17日(水)	宇陀市役所(212会議室)		
人権相談	11月10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15日(月)	大宇陀人権交流センター		
消費生活相談窓口 [予約不要]	11月1日・4日・8日・11日・15日・18日・22日・25日・29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17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16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24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10日(水)	宇陀市人権交流センター	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10日(水)	室生振興センター		
	11月15日(月)	大宇陀人権交流センター		
	11月22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]	11月24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9日(火)	宇陀市役所(212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10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]	毎週月・火・木・金曜日(祝日除く)	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 [要予約]	11月11日(木)	宇陀市社会福祉協議会	10:00~12:00 (1人60分・1日2人)	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]	11月15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◇  
 ~突然の訪問勧誘で契約を急かされても、比較検討した上で契約しましょう！~  
 突然自宅を訪問してきた事業者から発電設備や蓄電池の勧誘を受け、「安く契約できるのはあと〇件」と急がされ「契約したとしてもクーリング・オフは8日間有効です。」などと言われて、その場で高額の契約をしてしまうケースが増えています。その場で契約せずに冷静に比較検討したうえで契約するよう  
 にしましょう。また、クーリング・オフ期間が過ぎた場合でも、契約の取消ができる場合があります。お困りの際は、消費生活相談窓口にご連絡ください。  
 【消費生活相談窓口】月・木曜日(13:00~16:00)  
 問 商工産業課 (☎82・5874/IP ☎88・9075)

### 消防団員募集



消防団は消防署と連携し、消火活動や人命救助活動などを行うほか、地域住民の皆さんに、防火防災指導などを行っています。  
 消防団員は、非常勤(特別職)の地方公務員で、普段はそれぞれの職業に就きながら、災害が起こった際には、地域防災の要として活動します。  
 地域の安全・安心を守り、災害のないまちづくりのために、あなたのお力を貸してください。  
**【入団資格】** 市内に居住(または勤務)する満18歳以上の方  
**【入団後の待遇】** 報酬などの支給や公務災害補償、制服の支給、表彰制度があります。  
**【入団の時期】** 令和4年4月1日から  
 問 危機管理課 (☎82・1304 / IP ☎88・9070)

### 宇陀市誕生15周年記念特別公演 サムライスポーツ アクロバットショー 観覧チケット



今月号の折り込みチラシでご案内しています池谷直樹氏率いるサムライ・ロック・オーケストラによる「サムライスポーツアクロバットショー」のチケットの販売価格について、障がい者手帳をお持ちの方と付添者1名につきましては通常価格の半額でお買い求めいただけます。購入される方は、「障がい者割引」と明記したうえで、チラシ内記入例を参考に往復はがきでお申し込みください。なお、チケットお引換時に障がい者手帳を確認させていただきますので、予めご了承ください。  
 問 総合政策課 (☎82・1362 / IP ☎88・9074)

## 秋季火災予防運動

11月9日(火)~15日(月)

「おうち時間 家族で点検 火の始末」  
(全国統一標語)

住警器を設置しよう

令和3年6月1日時点で奈良県の住宅用火災警報器の設置率は73.2%と全国44番目の設置率となっています。住宅防火の意識を高め大切な財産を火災から守り、宇陀市から火災をなくしましょう！

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(月)~10日(水)

「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)

## 奈良県広域消防組合 公式マスコットキャラクターデザイン募集

奈良県広域消防組合では、住民の皆さんから愛され、親しみをもってもらえるマスコットキャラクターを制作します。キャラクターデザインを広く募集します。ぜひご応募ください。  
**【応募資格】** 県内在住・在学・在勤の方、または奈良県に愛着をお持ちの方  
**【応募期間】** 11月1日(月)~令和4年1月11日(火)

【賞品】最優秀賞(1点) 表彰および賞金(5万円分の商品券)  
 内容等詳しくは、組合ホームページをご覧ください。  
 URL: <https://www.naraks119.jp/>  
 問 県広域消防組合消防本部総務課  
 公式マスコットキャラクターデザイン担当  
 (☎0744・26・0119)



11月 番組表

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 お知らせ (静止画)
8	お知らせ (音声付) 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 お知らせ (静止画)
11	お知らせ (音声付) うきうきダンス
0	まちの話題 ホットニュース
1	宇陀市政なう お知らせ (静止画)
2	お知らせ (音声付) ウェルネスうだ体操
3	お知らせ (静止画) ちょっとした工夫で楽しく子育て
4	いきいき歯ッピー体操
5	お知らせ (静止画) お知らせ (音声付)
6	まちの話題 ホットニュース
7	宇陀市政なう 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 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 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	○ウッドバーニング教室 ○特殊詐欺防止啓発活動	○シニア学級 若返り リトミック教室 ○美術展覧会	○大宇陀小学校 運動会
講演会等	○ちょっとした工夫で楽しく子育て		
宇陀市政なう	市の取り組みや行政情報		
	○野菜たっぷりクッキング: ごぼうのクリームスープ ○うだし なかよし献立 ○手話への扉 第7回	○図書館 今月のおすすめ ○手話への扉 第8回	○うだし なかよし献立 ○UDA UDA ENGLISH ○手話への扉 第9回
まちの話題	○人物探訪 ～ハチミツ屋小谷～ ○うたの魅力発見農業体験ツアー	○古市場太鼓台のお披露目 ○投稿ビデオ 上龍門・大宇陀政治 地域ボランティア有償バス	○宇陀松山華小路2021 ○三本松地区まるまるマルベリ計画
産業情報	○ごちそーさま!!		



From: ベス  
(大宇陀中・菟田野中)



Hello!  
Recently, I've been making bread. British people love bread. Japanese bread is quite soft and sweet. But UK bread is not sweet and has a crunchy crust. There are many kinds like whole-meal, rye, and ones with seeds in them. Making bread is hard work but the smell and taste of freshly baked bread is amazing.

こんにちは！  
私は最近パンを作っています。イギリス人はパンが大好きです。日本のパンは柔らかくて甘いですが、イギリスのパンは甘くなくカリカリな耳があります。全粒粉やライ麦や種が入っているものなど色々な種類があります。パンを作るのは手間がかかりますが、焼き立てのパンの匂いと味は最高です。



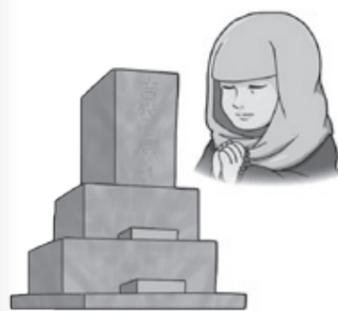
ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

「何事も始めるのに遅すぎるということはない」という言葉があるように、社会人になった今も色々なことに挑戦中です。最近はお菓子作り、運動を始め、次は家庭菜園に挑戦しようかと考え中です。▼家庭菜園を始める前に事前リサーチをしているのですが、野菜や果物を育てることは非常に難しいことなんです！水さえ与えれば、育ってくれるという甘い認識をもっていました。▼今は少し時期が遅いですが、来年からは種から育て、収穫までできるように、準備していきたいと思っています。皆さんのおすすめの家庭菜園向けの野菜や果物はありますか？(一)

令和3年10月1日現在  
※( )内は前月比

総数	28,703人 (-42)
男	13,786人 (-14)
女	14,917人 (-28)
世帯数	12,860世帯 (-14)

**親鸞の母、宇陀に眠る**  
親鸞は、鎌倉時代の僧で、真宗の開祖とされています。法然の念仏の教えに出会ってからは、法然を生涯の師と仰ぎ、その教えを広めました。法然の教えには、親鸞だけではなく、身分を問わず、多くの人々が帰依しました。しかし、他の宗派から強い反発を受け、朝廷が法然や親鸞たちの弾圧に踏み切り、法然は土佐(現在の高知県)、親鸞は越後(現在の新潟県)へ流罪となりました。親鸞、35歳の出来事でした。5年後、流罪が許された親鸞は、関東などで念仏の教えを広く伝え、のちに京都へと戻ってきました。  
この親鸞は、承安3(1173)年に貴族の日野有範の長男として京都で生まれました。母については、江戸時代の書物のなかで「吉光女(貴光女)」と伝えられています。親鸞を授かる際に、光が口から入り、如意輪観音が訪れる夢をみたというエピソードも記されています。



吉光女は、親鸞が越後へと流罪となったとき、世をはかなみ、侍女(身のまわりの世話をする女性)の案内によって侍女の郷里である向測(現在の室生向測)に隠れ、この時に剃髪し、尼になったといわれています。これが「吉光尼」のはじまりとなります。  
その後、井足(現在の榛原上井足)に移り住み、ここで生涯を終えたと伝えられています。ここに、上井足には、「吉光尼」の墓と伝えるところがあり、今も訪れる人が絶えません。また、向測にある正定寺は、「吉光尼」ゆかりの寺で、境内にはスズランが美しく咲きま

宇陀を駆けた人々 44 吉光尼篇

てんいち先生

2020年 全国児童虐待相談対応件数 20万件

子どもの泣き声が絶えない  
いつも汚れた服や季節に合わない服を着ている  
理由のはっきりしないアザが絶えない  
夜ひとりで外にいる  
家に帰りがらない...

虐待を受けているのかも...

児童相談所 全国共通ダイヤル (無料) 189 いちはやく

虐待かも... と思ったら、相談窓口へ連絡しよう

みんなまで支えていきたい

笑顔で見守ろう

**人権コーナー**  
児童虐待には、大きく分けて4つの分類があります。  
殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなどの「身体的虐待」。  
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触るまたは触らせる、ポルノグラフィの被写体にするなどの「性的虐待」。  
家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、病気になっても医者に連れて行かない、育児を放棄するなどの「ネグレクト」。  
言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなどの「身体的虐待」。  
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触るまたは触らせる、ポルノグラフィの被写体にするなどの「性的虐待」。  
家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、病気になっても医者に連れて行かない、育児を放棄するなどの「ネグレクト」。  
言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して

暴力をふるう(ドメスティックバイオレンス)などの「心理的虐待」。  
虐待を受けている子どもも、自分から「助けて」と言いにいくかもしれません。そもそも虐待だと思っていないかもしれません。また、親は虐待してはいけないと思っても、その行為をとめられないようになってしまふことがあります。「助けてほしい」「誰か助けてほしい」と思っている子どもも少なくありません。  
児童虐待は、当事者たちだけで解決するのはとても難しい問題です。相談してみること、今まで気づかなかったかもしれない解決方法が見つかるかもしれません。

児童虐待かもと思ったら、相談を！  
児童相談所全国共通ダイヤル 189 (いはやく)

# 室生ダム・室生湖 (室生大野、榛原山辺三・檜牧)



▶室生ダム堰堤からの紅葉

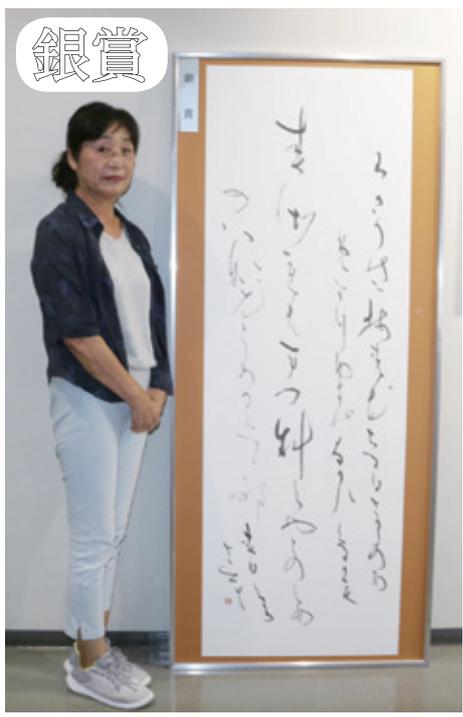


▶水位が低下した時に現れる下津戸橋

室生ダムは、昭和49（1974）年に完成した多目的ダムで、独立行政法人水資源機構が管理しています。このダムは、宇陀川の水の安全管理（洪水調整）、奈良盆地への水道用水の供給、下流の農地への用水の提供などの機能を担っており、私たちの暮らしにとって重要な施設となっています。

ともなっています。ここは室生赤目青山国定公園にも含まれており、新緑や紅葉の時期には、湖面に木々が美しく映り、豊かな自然のある風光明媚なところです。周辺の深谷龍鎮溪谷（龍鎮神社）、鎌倉時代の地藏石仏（濡れ地藏）などは、人気のスポットとなっており、室生ダムでは歴史と自然のどちらも散策することができます。室生湖周辺を散策し、紅葉を楽しみましょう。

## 今日の Pick Up 第50回シニア県展 (高齢者美術展) 入賞



銀賞

▲銀賞(書の部) 砂古さん「梅花の宴」



最優秀賞

▲最優秀50回記念賞(工芸の部) 石倉さん「Great ambition(大いなる野望)」

高齢者の社会参加と、生きがいづくり推進のため、第50回シニア県展（奈良県高齢者美術展）が県文化会館で開催され、「工芸」、「書の部」において2人が入賞されました。

入賞おめでとうございます。今後も、ますますのご活躍をお祈り申し上げます。

- 受賞者**  
**【最優秀50回記念賞 工芸の部】**  
 石倉 勲さん（榛原）  
**【銀賞 書の部】**  
 砂古 里美さん（室生）