

| 時  | 番組内容                              |
|----|-----------------------------------|
| 6  | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 7  | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |
| 8  | お知らせ（音声付）<br>からだほぐしストレッチ / お天気カメラ |
| 9  | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 10 | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |
| 11 | お知らせ（音声付）<br>うきうきダンス              |
| 0  | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 1  | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |
| 2  | お知らせ（音声付）<br>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                        |
| 5  | お知らせ（静止画）<br>お知らせ（音声付）            |
| 6  | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 7  | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |
| 8  | うきうきダンス<br>ウェルネスうだ体操              |
| 9  | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 10 | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |
| 11 | まちの話題<br>ホットニュース                  |
| 0  | 宇陀市政なう<br>お知らせ（静止画）               |

動きまちの

令和3年11月1日現在

※（ ）内は前月比

|     |               |
|-----|---------------|
| 総数  | 28,654人 (-49) |
| 男   | 13,768人 (-18) |
| 女   | 14,886人 (-31) |
| 世帯数 | 12,851世帯 (-9) |

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。

| 番組内容    | 1日～10日                                                                | 11日～20日                                                            | 21日～末日                                               |
|---------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| ホットニュース | 室生寺 紅葉ライトアップ                                                          | ○宇陀市選奨式<br>○公民館まつり                                                 | ○サムライスポーツ<br>アクロバットショー                               |
| 宇陀市政なう  | 市の取り組みや行政情報                                                           |                                                                    |                                                      |
|         | ○男女共同参画企画<br>○野菜たっぷりクッキング：<br>小松菜のおろし和え<br>○うだし なかよし献立<br>○手話への扉 第10回 | ○図書館<br>今月のおすすめ<br>○手話への扉 第11回                                     | ○うだし なかよし献立<br>○UDA UDA ENGLISH<br>○手話への扉 第12回       |
| まちの話題   | ○「東西南北方位磁石」<br>第7回 多田城址をめ<br>ざして<br>○日本刀の祖「天国」の<br>井戸 整備完成記念鍛<br>錬奉納  | ○いさめ踊り保存会<br>和太鼓体験会<br>○「ハチ宿作ろう！」<br>～ようこそ ビーフォ<br>レスト クラブ宇陀<br>へ～ | ○大和宇陀ワクワク体験<br>プロジェクト「宝石探<br>しと陶芸体験」<br>○2021年 ふりかえり |
| 産業情報    |                                                                       |                                                                    | ○ごちそーさま!!                                            |

Hello! my friends

From: ベス  
(大宇陀中・菟田野中)

メリークリスマス！私は普段クリスマスはイギリスの家族に会いに行きますが、今年は去年と同じくそれができないので、家で友達と一緒に過ごす予定です。クリスマスジンジャーブレッドクッキーを作りたいと思います。皆さんも作ってみませんか？

【材料】  
・小麦粉…490 g ・砂糖…85 g ・マーガリン…38 g ・糖蜜…210 g ・水…87cc ・重曹…小さじ1 ・塩…小さじ0.5 ・粉末生姜…小さじ1.5 ・シナモン…小さじ0.5

【作り方】  
1) 砂糖とマーガリンを大きなボウルに入れて混ぜる。次に、糖蜜、水、スパイス、塩、重曹を入れて混ぜる。最後に小麦粉も加える。  
2) 生地をラップに包んで、冷蔵庫で2時間寝かせる。  
3) オーブンを175℃に予熱する。  
4) 1cmの厚さに型抜く。鉄板にオープンシートを敷く。  
5) 10分焼くと完成！

文化会館で開催された市美術展覧会

はご覧になりましたか？

広報担当になって始めた一眼レフカメラでの撮影。プライベートで撮った写真で初めて写真の部に展出してみたい▼春に撮影した近所の風景の写真ですが、大きくプリントして額縁に入れてみるとそれなりに見えるものです。当然ながら入賞には至りませんでしたが、他の出品作品は素晴らしいものばかり▼出した写真は写っている家の方に差し上げて喜んでもらいました。いろんな方にアドバイスをいただきながら撮影しています。市の公式インスタグラムにもアップしていますので覗いてみてください。(一)

ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

てんいち先生

人権コーナー

1948年12月10日、国連総会において人権および自由を尊重し確保するために、「すべての人民とすべての国とが達成すべき共通の基準」の宣言が全会一致で採択されました。『世界人権宣言』です。

それまでの人権宣言の集大成であり、初めて人権の保障を国際的にうたった画期的なもので、その後の国連の人権擁護活動、人権政策、人権条約、各国の憲法、法律に影響を与えました。

日本では世界人権宣言採択の翌年の1949年、法務省と全国人権擁護委員連合会が、12月4日から10日を「人権週間」として、全国的に啓発活動を展開し、広く国民に人権尊重思想の普及高揚を呼びかけています。

今月、『世界人権宣言』採択から73年が経過します。世界は平和になったのでしょうか、人権は守られているのでしょうか。人権とは、一人ひとりが生まれた時から持っている自分らしく生きる権利のことで、すべての人が思い合う心によって守らなければならないものです。

一人ひとりの違いを認めて、自分や相手の良いところを見つけて、それぞれが大切な存在であることを再確認するには、人権週間は良い機会です。

あなたの家庭、職場などで、お互いの人権が大切にされているか、あるいは大切にしているか、確かめ合ってはいかがでしょうか。

宇陀を駆けた人々

45

後鳥羽上皇篇

後鳥羽上皇の願い

後鳥羽天皇は、建久9（1198）年に皇位を土御門天皇に譲り、承久3（1221）年まで太上天皇（上皇）として、政治（院政）を行いました。承久3年には、鎌倉幕府の2代執権・北条義時に對して討伐の兵を挙げ（承久の乱）ましたが、敗北し隠岐へと流されてしまいました。この戦いで朝廷に対して武家政権が優位となり、これ以降、武家を中心となって政治を行いました。

後鳥羽上皇が関係した寺院のひとつに大野寺があります。大野寺は、真言宗室生寺派のお寺で、「室生寺の西の大門」ともいわれています。宇陀川対岸の自然岩壁に刻まれた石仏（弥勒磨崖仏）は、よく知られており、今は、しだれ桜の名所ともなっています。石仏は岩壁を彫り窪め、その面に陰線彫りで現されている高さ約11・5mの磨崖仏です。

鎌倉時代の初期、承元（1207）年に興福寺僧雅縁の発願、後鳥羽上皇の勅願（祈願）で石仏の造立がはじまり、宋の石工たちによって作業が進められました。この石仏は、笠置寺本尊の弥勒磨崖仏を模したのもといわれています。承元3（1209）年には、石仏の開眼供養が行われ、この時、後鳥羽上皇が当地を訪れています。開眼供養の際、後鳥羽上皇や公家たちの筆になる願文類を石仏胎内に納めたと記録されています。この頃は朝廷と鎌倉幕府の双方が政治を行っていた時期で、承久の乱が起る少し前。どのような願いがこの石仏に込められていたのでしょうか。