やうえんします うだぢから

「うだぢから」とは、宇陀に従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 市民協働課 ☎82・2130/IP88・9085

❶ 防災研修会で地震に備える

～榛原地区まち協～

2月22日、「もしものときに備えておくこと」と題し、自治会長の参加をお願いして、防災研修会を開催しました。

講師は、日本栄養士会災害支援チーム（JDA・DAT）の里中千恵さんです。スライドを映しながら、災害現場へ実際に訪れた経験談を参加者の皆さんに伝えられました。奈良県はもともと大きな災害が少ないことから、防災に対して意識が薄いということがみんなの共通認識でした。しかし、各地で起きている地震災害をはじめとして、災害はいつ起きるのかわからない状況です。そのためにも、ローリングストックといわれる備蓄の方法や、ポリ袋を使ったご飯の炊き方など、身近なところから始められる取り組みが大変参考になりました。

今後も、災害に備えた研修を継続して行っていきます。

▲いろんな意見が出ました

❷ ノッカルおくうだ

～内牧地域まち協～

3月8日、奈良県初となるマイカーを使った公共交通サービス「ノッカルおくうだ」の実証実験がスタートしました。

私たちの内牧地域は山間地域で高齢化が進み、バスの便も少なくなり、買い物や通院に不安を抱く住民が増えてきています。そのような中で、奈良県と宇陀地域公共交通活性化協議会の取り組みに、当まち協が協力することになりました。具体的には、地域の自治会とともにドライバーを募集すると同時に、利用者の募集も行いました。

▲出発します

実証実験は、5月末までですが、内牧地域から市立病院、スーパーへの移動はもとより、毎週木曜日に実施されている移動診療車（UMC）への送迎も対応しており、地域の方々からはたいへん期待されています。

これからも、地域の住民が支え合うことによる、住み良い暮らしづくりに取り組んでいきます。

▲運行開始！

❸ 音楽で学ぶ人権

～多田地区まち協～

2月23日、室生多田地区公民館で「人権教育研究大会」を開催しました。

当まち協では、これまで人権確立に向けての取り組みを積み重ねながら、本年度も「すべての人々の人権が尊重され、誰もがこころ豊かに暮らせる地域づくり」を人権教育の基本目標として、地域の皆さんと一緒に取り組んできました。

そして、これまでのいとなみや学びをいっそう発展させて行くためには、様々な人権問題を解決へと導く工夫が必要であり、今回は感性や感覚でとらえることができる「音楽」をテーマに選び各曲に関わる人々の思いや、時代の背景にあった情勢や人権問題などを学びました。

▲真剣な表情で

講師にお招きした「オカリーナ イカル」の皆さんは、オカリナと音楽を通じて、人権教育研究や学習会・講演会などで幅広く活動されています。

演奏中は、資料に書かれた説明や歌詞を見ながら、オカリナの澄み渡る音色に合わせ一緒に歌うなど終始リラックスした状態で研究大会を終える事ができました。

今後も、誰もがこの地域に暮らしていてよかったと思えるような地域の「絆」作りを進めて行きます。

▲人権教育研究大会の様子

薬草逍遥（やくそうしょうよう）～シャクヤク～

毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。

シャクヤクは、根を乾燥して生薬の芍薬にします。鎮痛、鎮痙、鎮静、順血、利尿剤として、胃痛、胃痙攣、腸カタル、腹痛、下痢、腰痛、月経痛、神経痛、リウマチ、筋肉のひきつれや痛み、頭痛、肩こり、めまいなどに効果があります。花弁も、乾燥後に粉末としたものに、おろしショウガや砂糖を加えて服用すると、風邪に効果があります。庭のシャクヤクも、山にある一重のヤマシャクヤクも効果は同じです。花弁は薬として利用するだけでなく、薬膳としてもおいしく食べることができます。水で溶いた小麦粉に酢を少し落として天ぷらにすると、色がきれいなまま揚がり、食卓を美しく飾ることができます。花の勢いがなくなった時に、ぜひとも花弁を採集しておきましょう。

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 商工産業課 ☎82・5874／IP☎88・9075