



～みんなでつくる夢あるまち～

広報

うだ

7 月号
July



プール開き (6月16日菟田野小学校にて撮影)

人口総数

平成20年6月1日現在

- 総数 37,094人 (-67)
- 男 17,766人 (-45)
- 女 19,328人 (-22)
- 世帯数 13,217世帯 (+9)

主な内容

CONTENTS

- 2・3 人権特集
- 4・5 まちのわだい
- 6 保健センター情報
- 7・8 子育て支援コーナー
- 9 市立病院だより
- 10~19 情報コーナー
- 20 「人権ポスター」優秀作品の紹介

7月は「差別をなくす強調月間」です

「確かめあおう 一人ひとりの人権を」

1969（昭和44）年7月に旧同和对策事業特別措置法が制定されました。

それを記念して、毎年7月を「差別をなくす強調月間」として、あらゆる差別をなくすためのさまざまな取り組みを行っています。

私たちの暮らしの中にある「差別」「人権侵害」をなくしていくためには「差別に気づき」「話し合い」、みんなが正しい認識を持つことが大切です。

あらゆる差別をなくし、誰もが生きていてよかったと思える社会づくりのため、一人ひとりが人権について考えてみましょう。



じんけん

イデス・ハンソン

あなたも
あの人も
だれもが
かけがえない
いのちを
たいせつにできるためのもの

人が よろこびをもって

むねをはって

上をむいて

すじをとおして

どうぶつと 生きられること

けんこうで

のびのびと

生きられる仲間

それが 人権

じんけんの詩（うた）

（明石書店発行）

人権ってなんだろう

すべての人の人権は、同じように大切にされなければなりません。

特定の人たちの人権だけが大切にされたり、されなかったり、誰かの人権を大切にするために他の人の人権が傷つけられたりすることがあってはいけません。

人権とは、私たち一人ひとりが幸せに生きるための権利です。

そのためには、私たちの生命が大切にされ、自由が保障される必要があります。

生命とは、かけがえないものであり、世界でただひとつの尊いものです。だから、かけがえの

ない生命は、殺すことも殺されることもあってはいけません。そのために、戦争がおこっても、環境汚染がひろまってもいけないのです。そして何より、決して差別があつてはいけません。

差別ってなんだろう

差別することとはよくないことです。これは、誰もが知っていることです。

では、差別とはどのようなことなのでしょう。差別について、きちんとした知識をもっていないと、誰かを差別しても、差別していることに気づくことができません。また、誰かに差別されても、差別されていることに気づくことができません。

づくことができなくなるのです。

差別とは、生命と人権が傷つけられる（生命と人権を傷つける）ことです。差別とは、自分の力でどうすることもできないことで不利益を被ることでもあるのです。また、差別とは、みんなが不平等であることなのです。

私たちの生活を支えているのが人権であり、またその人権を支えているのは、私たちの日々の生活なのです。

家庭や地域、職場、学校など、日常生活のさまざまな場面で人権にまつます関心を高め、人権を尊重する社会を築いていきましょう。

差別をなくす市民集会

◆河野義行さん



【プロフィール】
1950年愛知県生まれ。名城大学理工学部卒業。1994年6月、「松本サリン事件」の容疑を受けるも、翌年「地下鉄サリン事件」を契機に無実が証明され、長野県警察本部、国家公安委員長、マスコミ各社が相次ぎ謝罪。後に長野県公安委員を務める。現在は、松本サリン事件の被害に遭った妻の看病を続けながら、報道のえん罪をテーマに講演、執筆を行う。

「えん罪は他人事と思っていたが、まさか自分が巻き込まれるとは夢にも思わなかった。」
13年前、日本中を驚かせた「松本サリン事件」の第一通報者である河野さんを講師に招き、自身や家族が事件に巻き込まれた犯罪被害者としての体験や「予断」と「偏見」の中で、被害者でありながら容疑者扱いされた体験をもとに、事件報道のあり方と人権についてのさまざまな思いを語っていただきます。

多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 7月17日(木)

午後1時(受付) 午後1時30分(開会)

場所 市文化会館 かぎろひホール

講演 「疑惑は晴れようとも」

講師 河野義行さん「NPO法人リカバリー・サポートセンター（犯罪被害者支援団体）理事」

問い合わせ 人権施策課（☎82-2147）

※手話通訳・要約筆記あり。

※臨時バスを運行します。詳しくは人権施策課までお問い合わせください。

※臨時バスを運行します。詳しくは人権施策課までお問い合わせください。

誰もが幸せに生きる権利

毎月11日は
「人権を確かめあう日」です

宇陀市男女共同参画計画（概要）②

◆計画の内容◆

基本目標1 男女共同参画の意識づくり

基本課題	施策の方向
男女共同参画についての広報・啓発の推進	男女共同参画に関する啓発 男女共同参画に関する情報収集・提供の推進
男女共同参画を進めるための教育・学習	学校・保育所等における男女平等教育の推進 生涯にわたる男女共同参画に関する学習の推進

取り組んでみよう！

- 家族など、身近な人たちと家庭での役割などについて話し合ってみましょう。
- 男女共同参画に関する講座などに積極的に参加しましょう。
- 社会的な性差別の問題点について関心をもち、学習をしましょう。
- 学校等における男女平等教育について関心をもちましょう。



基本目標2 男女の人権を尊重する社会づくり

基本課題	施策の方向
人権尊重の意識の高揚	男女共同参画の視点にたった人権意識の高揚 性の商品化を助長するような社会風潮の見直し
あらゆる暴力の根絶	相談・支援事業の充実 ドメスティック・バイオレンス等についての啓発の推進 子どもへの暴力防止に向けた啓発
男女の性の尊厳の確立	生涯にわたる健康の保持・増進 性と生殖に関する正しい認識の定着 性教育の推進

取り組んでみよう！

- 男女がよきパートナーとしてお互いの人権を尊重しましょう。
- 人権セミナーや人権学習会に参加してみましょう。
- ドメスティック・バイオレンスや児童虐待に関する相談窓口や通告制度などについて学びましょう。
- あらゆる暴力のない地域づくりのため、暴力に苦しんでいる人や虐待を受けている子どもに地域全体で手を差し伸べていきましょう。
- 男女の性と健康について理解を深め、お互いの性と健康を尊重しましょう。
- 健康づくりに関する事業に積極的に参加しましょう。

(次月号に続く)



人権学習会にご参加ください

人権について考えるきっかけの場として、また、正しい理解と認識を深め、あらゆる差別をなくすために、菟田野人権交流センターでは「差別をなくす強調月間」に人権学習を開催します。皆さん、ご参加ください。

日時 7月10日(木) 午後7時30分

場所 菟田野人権交流センター

内容 講演 「出会いに学ぶ」

講師 丸子孝法さん(三輪山平等寺住職)



まちのわだい

TOPICS

市民スポーツ大会総 合開会式



5月18日、宇陀市総合体育館で「第2回宇陀市民スポーツ大会総合開会式」を開催、各支部団体、競技団体による入場行進や選手宣誓、大会開始宣言が行われました。

この開会式は、市体育協会に登録する21競技団体が、市民の健康増進と交流を図るため、1年間にわたる各競技大会に先がけて行われたものです。

また、式典では市のスポーツ事業に功績のあった次の方々の方々に功労者表彰が贈られました。

TOPICS

【宇陀市体育協会功労者表彰受賞者】（順不同・敬称略）

- ・小林 操（大宇陀支部）
- ・富田 英一（菟田野支部）
- ・巽 一男（榛原支部）
- ・林 英實（室生支部）
- ・曾良 純（ゲートボール協会）
- ・普照 英治（剣道クラブ）
- ・谷本 紀子（バレーボール協会）
- ・後岡 文雄（ソフトボール協会）

なお、大会の結果などは、宇陀市ホームページの体育協会ホームページをご覧ください。

宇陀市自治連合会総 会

平成20年度の宇陀市自治連合会総会が、5月29日市役所において行われました。

総会は、各地域自治区から選出された自治会長が評議員として出席され、平成20年度予算、事業計画などの議案が審議されました。

TOPICS



新会長の森田さん

また、役員の変更が行われ、新会長に森田伊佐男氏が選出されました。なお、役員は次のとおりです。

■平成20年度宇陀市自治連合会役員（敬称略）

- 会長 森田 伊佐男（榛原区）
- 副会長 奥森 喬（室生区）
- 副会長 泉岡 正弘（大宇陀区）
- 副会長・会計 西田 勇（菟田野区）
- 監事 森本 光俊（大宇陀区）
- 監事 宮北 和重（室生区）



TOPICS

環境美化運動「ご みの日」

5月25日（一部の地域）と6月1日に、榛原区で環境美化統一運動「ごみの日」が行われました。

今年で15回目を迎え、自治会を中心とした6、100人の方々が、ごみ拾いや草刈りなど美化活動に励みました。

当初から協力をいただいている榛原区建設業協会より収集車を配車して頂き、榛原区内全域で5・5トンの缶やビンなどのポイ捨てごみが集められました。

一人ひとりが心掛け、ごみのない美しい自然環境を守りましょう。



多彩な催し「あい わんどう祭り」



6月8日、近鉄榛原駅前の商店街周辺で「第5回榛原あいさこいさ祭り札の辻市」(札の辻市実行委員会主催)が開催されました。

オープニングでは、榛原中学校吹奏楽部の迫力あるパレードが会場を盛り上げました。特設ステージでは、園児の歌や踊り、榛生昇陽高等学校吹奏楽部の演奏、ダンスコンテスト「ダンスDEふだのつじ」が繰り広げられ、会場は大いに賑わいました。フリーマーケットには、

安くていいものを手に入れようと多くの方が訪れました。

また、駅前銀座通りの「昭和レトロマーケット」では飲食店が並び、懐かしい看板が飾られています。参加者は、多彩な催しに満喫しました。

当日、榛生昇陽高等学校人間探究コースの生徒たちが、「中国四川省大地震」の募金活動を行いました。会場を訪れた方々のご厚意により集まった45,391円は、日本ユニセフ協会奈良県支部に託されました。

TOPICS

会 県障害者スポーツ大会

5月25日、檀原公苑陸上競技場で「第8回奈良県障害者スポーツ大会」が開催されました。当日はあいにくの雨となりましたが、参加した24名の選手は各競技で好成績をおさめられました。成績は次のとおりです。

- 成績結果(敬称略)
- ◎金メダル
《ハンドボール投げ・走幅跳び》
上辻喜代司(室生区)

TOPICS

《ソフトボール投げ》
泉 憲治(大宇陀区)
吉岡伸泰(榛原区)
西本伊作(大宇陀区)
尾崎 有(菟田野区)
《100m走》

田中吉男(大宇陀区)
吉村純一(菟田野区)
《ジャベリックスロー》(※)
後藤三郎助(大宇陀区)
瀧田益子(大宇陀区)
《50m・ジャベリックスロー》
大畑康子(大宇陀区)

◎銀メダル
《ジャベリックスロー》
生駒庄八郎(榛原区)
《ハンドボール投げ》
廣嶋幸子(室生区)
《50m・ジャベリックスロー》
下田タツノ(大宇陀区)

《100m走・立幅跳び》
高橋恒雄(大宇陀区)
◎銅メダル
《ソフトボール投げ》
田中音松(菟田野区)
※ジャベリックスロー…プラスチック製の「ダーボジャブ」という用具を用い、やり投げの規則に準じて飛距離を競う競技。

2008年度 人権セミナー開催

6月14日、菟田野分館いきいきホールで「人権セミナー」を開催、講師に御所市秋津文化センター所長の北川亮佑さんを迎え、「身

の周りを考える〜もうちょっとがんばろうか〜」をテーマに講演されました。

参加者は、北川さん自身の体験談やハンセン病患者への差別心などの話を、熱心に聞き入っていました。

話の途中、ギター伴奏の歌を織り込んだり、参加者とともに手話をしながら「四季の歌」合唱しました。

北川さんは、「差別をなくすため、一人ひとりが変わる事が大事です。住みよい社会となるよう、もうちょっとがんばろう。」と語られました。

人権セミナーは、年度内あと4回開催されます。ぜひ、学びの場としてご参加ください。(詳細は、人権教育室まで。)



TOPICS

7月1日 宇陀川・内牧川 「鮎友釣解禁」



5月11日に、宇陀川漁業協同組合(松井和夫組合長)の関係者が集まり、稚鮎が宇陀川に放流されました。

今年は、7月6日が鮎友釣の解禁日です。川では、鮎友釣りを楽しま多くの人が集まり、竿を出す光景が見かけられることでしょう。

マナーを守り、きれいな清流を大切にしましょう。問い合わせ 宇陀川漁業協同組合(☎82-0389) 遊漁券販売所(友鮎販売所) 年券 7千円/日券 3千円(解禁日より4日以降は日券千円)

保健センター情報 7月の保健カレンダー

■教室

●お元気クラブ【大宇陀区・菟田野区対象】

日時 7月10日(木)・24日(木)
午後1時30分～3時15分(受付：午後1時～1時30分)

場所 大宇陀保健センター

内容 体操・創作・ゲーム・茶話会

対象 介護保険サービスを受けていない虚弱老人

申込先 大宇陀保健センター(☎83-2255)へ

●はつらつ料理教室【全区対象】

日時 7月11日(金)・25日(金)
午前10時～12時30分(受付：午前9時30分～10時)

場所 大宇陀保健センター(調理室)

内容 高齢者のための食事のお話と調理実習

対象 おおむね65歳以上で、一人暮らしや高齢者世帯の方

参加費 300円(材料代)

申込先 大宇陀保健センター(☎83-2255)へ

●育児教室【全区対象】

日時・内容

- ①8月5日(火) 育児の正しい知識・予防接種
- ②8月20日(水) 絵本について、病気とその手当
- ③8月28日(木) 離乳食について

※時間はいずれも、午後1時30分～3時30分です。

場所 榛原保健センター

対象 平成20年4月から6月生まれの乳幼児の養育者

持ち物 母子手帳、筆記用具、8月28日(木)はエプロン、三角きん、タオル

申込先 室生ぬく森の郷(☎92-5220)へ

●ぬく森サロン【室生区対象】

日時 7月11日(金)・18日(金)・25日(金)
午前11時～午後3時30分

場所 室生ぬく森の郷

内容 懐かしい映画鑑賞

対象 介護保険の認定者になっていない高齢者

問い合わせ 室生ぬく森の郷(☎92-5220)

●さらっとヘルシー教室【室生区対象】

生活習慣病を食生活面から予防する教室です。

日時 7月8日(火) 午前10時～午後1時

場所 室生ぬく森の郷

内容 講義と調理実習「体脂肪を減らす食生活で生活習慣病を予防しましょう」

持ち物 エプロン、三角きん、筆記用具

申込先 室生ぬく森の郷(☎92-5220)



■予防接種

対象	種類	実施日	対象者	場所	受付時間
大宇陀 菟田野	三種混合(DPT)	15日(火)	3カ月～90カ月未満の児	大宇陀保健センター	午後1時～1時50分
榛原 室生	三種混合(DPT)	2日(水) 29日(火)	3カ月～90カ月未満の児	榛原保健センター	
	BCG	9日(水)	3カ月～6カ月未満の児		

■健康診査

対象区	種類	実施日	対象	場所	受付時間
榛原 室生	3歳児健康診査	10日(木)	平成16年11月～平成17年1月生まれの児	室生ぬく森の郷	午後1時30分～2時30分
	1歳6カ月児健康診査	17日(木)	平成18年11月～平成19年1月生まれの児		

■健康診査(成人)

対象区	種類	実施日	対象	場所	受付時間
大宇陀 菟田野	女性のがん検診	2日(水)	乳がん検診…40歳以上の女性 子宮頸部がん検診…20歳以上の女性 ※すでに健(検)診の申し込みをされている方。	大宇陀保健センター	個人通知した時間にお越しください。
	骨粗しょう症検診	30日(水)	40・45・50・55・60・65・70歳の女性(平成21年3月31日現在の年齢)	宇陀市立病院	午後2時～2時15分

■セット健診等結果説明会

対象	実施日	受付時間	場所
6月5日セット健診受診者	7月3日(木)	午後1時～1時30分	大宇陀保健センター
6月16日セット健診受診者	7月14日(月)		菟田野保健センター
6月26日セット健診受診者	7月25日(金)		大宇陀保健センター
30代女性の健康診査	7月28日(月)		

食中毒にご注意ください!

◆食中毒予防の3原則を守って食中毒を防ごう◆

気候が温暖になり湿気のある7月から9月の3カ月間は、食中毒が最もおこりやすい季節です。

この時期は、温度、湿度が高くなり食中毒の原因となる菌やウイルスが食品中で増えやすくなるからです。

家庭で食中毒を起こさないためには、次の「食中毒予防の3原則」を守ることが大切です。

基本的な衛生習慣を今一度見直し、食中毒を予防しましょう。

①付けない!

- 調理場を清潔にしましょう。ふきん・タオルも清潔に、昆虫などの駆除も行いましょう。
- 食材の選択は慎重にしましょう。肉、魚、野菜などの生鮮食料品は、新鮮なものを購入しましょう。
- 手洗いをこまめにしましょう。生の肉、魚、卵を取り扱った後は、必ず手を洗いましょう。
- 調理器具の使い分けをしましょう。

肉や魚を切った包丁やまな板で生野菜や調理済の食品を切るのはやめましょう。

②増やさない!

- 調理は手早く、作った料理は早めに食べましょう。
- 冷凍食品などの解凍は常温で放置せず、冷蔵庫かレンジで解凍しましょう。
- 冷蔵庫の詰めすぎに注意し、冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下で保存しましょう。

③殺菌する!

- 食品の中心部まで十分に加熱しましょう。めやすは中心部の温度が75℃で1分以上加熱しましょう。
- 調理器具は定期的に消毒をしましょう。



「すくすくひろば」を開催します!

市内全域の未就園児の親子が集える「すくすくひろば」に遊びに来てください。申し込みは不要です。多数ご参加ください。

日時 7月9日(水) 午前10時30分～11時30分

場所 中央公民館大ホール(大宇陀地域事務所前)

内容 劇団「おおむし」による人形劇

「三びきのやぎのがらがらどん」「子犬のたまご?」

問い合わせ 大宇陀幼児園子育て支援室(☎83-3511)



◆大宇陀子育て支援室(☎83-3511)

◎子育て支援室開放日

開放日は、市内在住の方ならどなたでも参加できます。親子でお友達をつくり、楽しく子育てしましょう。

開放日時 7月3日(木)・15日(火)・25日(金)

午前9時30分～11時30分

場所 大宇陀幼児園 子育て支援室

※天気の良い日はテラスで水遊びができますので、水遊びをするときはタオルや着替えをもってきてください。

第6回大宇陀幼児園バザー・夏のお楽しみ会

～うきうきワクワクフェスティバル～

お楽しみ会では、琉球國祭り太鼓「エイサー」の演奏を予定しています。お気軽にお越しください。

日時 7月19日(土) 午前9時～11時30分

場所 大宇陀幼児園

内容 [遊戯室]日用品、手作り作品の販売、[園庭]飲み物、あてものなどの販売、フリーマーケット

※園庭では金券のみの販売になります(1枚100円)

※遊戯室での日用品販売、フリーマーケットは現金となります。(遊戯室への入場は午前8時30分より整理券を配布しています。)

第26回夕涼み会

子どもからおじいちゃん、おばあちゃんまで、みんな夕暮れの楽しいひとときを過ごしたいと思います。ご近所お誘い合わせの上、ご参加ください。

日時 7月5日(土) 午後6時～8時

場所 菟田野農村環境改善センター(農林センター)

対象 市内在住の方

申し込み 不要

問い合わせ 菟田野保育園(☎84-3586)



◆**菟田野子育て支援センター** (☎84 - 3586)

◎**子育て支援室開放日**

どなたでも大歓迎です。気軽に遊びに来てください
ね。

開放日時 月・火・金曜日 午前9時～午後2時

7月12日(土) 午前9時～11時30分

場所 菟田野子育て支援室

※7月12日(土)は園庭も開放します。

◎**ぞうさん教室**

民生児童委員の女性の方が企画した親子遊びや親同士・子ども同士の交流、季節に合わせた遊びなどを実施します。希望に応じて、子どもの発達相談などを行います。

開催日時 7月17日(木) 午前10時～11時

対象 未就園児とその保護者

場所 菟田野保健センター

内容 「楽しい遊び」

持ち物 水着・タオル・ビーチサンダル(ある人のみ)

申し込み 菟田野保育所(☎84 - 3586)まで、申し込みください。



◆**榛原子育て支援センター** (☎82 - 1555) / **榛原北保育園** (☎82 - 1143)

◎**子育て支援室開放** (場所：旧伊那佐幼稚園)

開放日時 7月10日(木)、17日(木)、22日(火)、23日(水)、24日(木)、29日(火)、30日(水)、31日(木)を除く 午前9時～午後2時

◎**さくらんぼひろば** *毎月募集します

子育て中の友だちづくり、情報交換、親子触れ合いの場として、「さくらんぼひろば」を実施します。希望に応じて子どもの発達相談や身体測定などを行います。

対象 生後6カ月～就園前までの乳幼児とその保護者

開催日時 毎月第3水曜日(変更あり)

7月は16日(水) 午前10時～11時30分です。

場所 旧伊那佐幼稚園

定員 先着20組程度

持ち物 水筒、タオル、替えおむつ、着替え

申し込み 7月7日(月)から榛原北保育園(土・日曜日を除く午前9時～午後4時)で電話にて受付

7月の内容 「リズムあそびを楽しもう」

★**園庭開放**(場所：榛原北保育園)

園庭を開放します。気軽に遊びに来てください。

開放日 毎月第1土曜日 午前9時～11時30分(雨天中止)

★★ **子育てサークルに参加してみませんか** ★★

市内の子育て支援センター(支援室)では、地域で活動している子育てサークルへの施設利用、運営等の相談を行い、楽しくサークル活動ができるように応援しています。

子育て中のお母さん! 子育てを楽しみながら友達

を作ってみませんか。みんなと話をすることで子育ての悩みが解決したり、気持ちがりフレッシュできたりと親子で楽しめますので、気軽に参加してください。

※詳細は、各支援センターまでお問い合わせください。

宇陀市内の子育てサークル

サークル名	活動日時	活動場所
おひさまクラブ	月1回 午前10時～12時	大宇陀保育所子育て支援室 (☎ 83 - 3511)
ひなたぼっこ	月2回 午前10時～12時	旧伊那佐幼稚園 (☎ 82 - 1555)
Hi! Hi! KIDS	月2回 午前10時～12時	
うたの☆キッズ	週1回 午前10時～午後4時	菟田野保育所子育て支援センター (☎ 84 - 3586)
true heart	月1回 時間未定	
うたのっ子	月1～2回(土or日) 時間未定	

※各支援センターを利用される際は、サークル登録料(1人200円/年)が必要となります。

【サークル紹介】 うたの☆キッズ

「うたの☆キッズ」は、菟田野で活動している子育てサークルです。

活動テーマは、「みんなで子育て」。育児の悩みなど一人で抱え込まずにみんなで共有し、解決できる場を目指しています。ふだんは、子どもを持つママ達が集まって、保育所で活動していますが、月1回小学生までの子ども達を対象に科学教室も開催しています。

昨年は、郊外遠足を実施し、橿原市昆虫館に未就園児から小学生までの総勢40名で行きました。菟田野は、子ども達が少ないので、それを生かしてサークルの対象年齢を小学生にまで広げ、さまざまな世代の子ども達との交流を楽しんでいます。ぜひ一度「うたの☆キッズ」に足を運んでくださいね。

(うたの☆キッズ代表者)



■内科外来からのお知らせ

7月から矢崎医師、西谷医師の退職と佐々木医師、浅井医師の就任により、外来診察の担当医が次のように変更になります。

	月	火	水	木	金	土
1診	椎木	松倉	林	椎木	林	交代制
2診	伊藤	杉原	杉原	佐々木	丸山	交代制
3診	城井	浅井	椎木	城井	山路	—
4診	—	—	—	林	松倉	—

■が変更となった箇所です。

■泌尿器科外来からのお知らせ

泌尿器科では常勤医師が不在であったため、患者様には大変ご迷惑をおかけしておりましたが、7月より常勤医として夏目医師が就任されることにより、基本的に開院日には外来診察を行えるようになりました。

※外来診察の担当医については、非常勤の医師が当たる曜日がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■整形外科外来からのお知らせ

7月から上羽医師の退職と横田医師の就任により、外来診察の担当医が次のように変更になります。

	月	火	水	木	金	土
1診	門野 (予約)	仲川	交代制	大島 (予約)	仲川 (予約)	交代制
2診	奥本	大島	—	横田	門野	—
3診	—	奥本 (予約)	—	足外来 (予約)	横田 (予約)	—

■が変更となった箇所です。

■糖尿病教室のご案内

7月は10日・17日・24日に行います。

時間 午後2時～3時 場所 東館2階232号室

※予約・料金とも不要ですので、気軽に参加してください。詳しくはお問い合わせください。

■7月の土曜日の開院日のご案内

5日、19日を平常診察します。

ただし、耳鼻いんこう科、皮膚科は休診となります。

■人事異動を行いました

《薬剤科》

楠田 彩【新採用6月1日付】

足のケア（フットケア）について

外反母趾や扁平足など足の状態でお悩みの方は多くおられると思います。今回は整形外科部長の門野邦彦先生にお話しをうかがいました。

「足が腐る」「壊死（えし）する」このような状態になってしまい、足の指や足全部を切断しなければならぬことがあります。残念ながら、当院でも下肢の切断術を行わざるをえない患者さんを年間に何人も診療することがあります。

足が腐って切断するような状態にならないように、普段から自分の足の状態に注意することが大事です。最近では「フットケア」という呼び方で紹介されることも多いようです。フットケアといっても特別難しいことはありません。週に一回でよいので、自分の足や足の裏をよく見ることから始めてください。意外と自分の足をじっくり観察することは少ないのではないのでしょうか。色はどうでしょうか？青紫に黒ずんでいるような部位があれば要注意



です。血行が悪かったり、靴のサイズが合わず圧迫されているかもしれません。足の裏や足指の間に固いタコができてないでしょうか？これも不適切な靴や、外反母



趾などの足の変形が原因の場合があります。このときに指のストレッチ運動をしてあげるとよいでしょう。また、指の間に水虫がないかどうか？爪がぶ厚くなり丸くなって指先にくい込んでないか？巻き爪になってないか？皮膚が冷たくないか？逆に赤く腫れてないか？なども重要です。

このようなことは若くて健康な方には、あたりまえすぎてピンとこないかもしれません。しかし、高齢になると体が硬くなり、目が見えにくく、指先の細かい作業がやりにくくなり、自分の足の先がずいぶん遠い場所に感じるものです。またお年寄りの中には、他の人に足を見られることを恥ずかしがったり、すまないと思われたりする方が多いようです。もしご家庭に介護を必要とするような家族がいるなら、ときどき足の状態を見てあげてください。そして足の異常が見つかったら、病院で診察を受けることをお勧めします。

「まず足を見よう、そして手にとって触れて診よう」

こういった心掛けが広まり、足を切断しなければならない人が、これ以上増えないようになることを願っています。



整形外科 門野先生の診察
(予約外) は毎週金曜日です。

消費者相談窓口

悪徳商法などに関する無料相談窓口を開設しています。
日時 7月7日・14日・28日(毎週月曜日)
 午後1時～4時
場所 市役所 211会議室
受付電話番号 ☎82-2457
 ※専門員の都合により、中止となる場合があります。
問 商工観光課 (☎82-2457)

年金出張相談

日時 7月16日(水) 午前9時～午後4時
場所 市役所 211会議室
持ち物 年金手帳または年金証書と印かん
問 保険年金課 (☎82-3672)

若者自立のための無料相談会

ご家族や本人の相談を個別に受けさせていただきます。
日時 7月9日(水) 午後2時～5時
場所 市役所 211会議室
市以外の相談場所 名張市、橿原市、桜井市、香芝市、大和郡山市(詳しくは、神須学園まで)
問 若者サポートステーション神須学園 (☎92-5570)
 または、商工観光課 (☎82-2457)

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7月号折り込みの「うだし社協だより」5頁に掲載しています。
問 市社会福祉協議会 (☎84-4116)

みんなの掲示板

～市民の皆さんからのおしらせです～

■障害をもつ子どもたちの夏休みの居場所作り事業

夏休み中、みんなで楽しく過ごしませんか！
対象児童 市内在住の障害をもつ小学生・中学生・高校生 **実施期間** 7月22日～8月17日の月～金曜日 午前9時～午後4時(盆休み・その他休みあり)
実施場所 ○伊那佐文化センター ○菟田野人權交流センター ○大宇陀人權交流センター 他
 ※期間中、子どもたちと楽しく過ごしお世話いただける方を募集します。
問 にこにこの部屋 (☎84-3799)

■ジュニアゴルフ教室

ゴルフの普及を目的に、ジュニアを対象にしたゴルフ教室を開催します。
日時 8月7日(木)・8日(金) 午後2時30分～5時 **場所** 33ゴルフセンター(榛原区篠楽) **対象** 市内小学校5・6年生と中学生 **募集人員** 20名(先着順) **指導者** 山本数夫プロ(ムロウ36ゴルフクラブ所属プロ・日本プロゴルフ協会トーナメントプレーヤー補助員) **受講料** 2日間で2,000円(受講者の保険料、教材資料代など) 申込

期間 7月1日(火)～7月31日(木) **その他** クラブをお持ちの方は持参してください(ない方は主催者で用意します)。
問 市ゴルフ協会事務局 竹内方 (☎82-0731/☎82-6661) または、33ゴルフセンター (☎85-3311)

■第7回宇陀和太鼓まつり(観覧無料)とどけ!大地を揺るがす我らの鼓動!

「宇陀和太鼓まつり」は、宇陀で活動している和太鼓6チームが年に1度、勢揃いして各チームの地元を巡ってのコンサートです。また、同時開催「宇陀の市」では、宇陀の特産品やおもてなし屋台他、フリーマーケットや金魚すくいも楽しめます。暑い夏の夕涼みに、ご来場をお待ちしています。

日時 8月3日(日) 午後4時(演奏開始) **場所** 市総合体育館噴水前(雨天時は体育館アリーナ) **内容** ゲスト:津軽三味線ユニット「BiggaRe」出演:UDA獅子舞楽団、大太鼓組、室生龍穴太鼓「龍神」、御杖代太鼓「天突座」、和太鼓「響」、和太鼓「奏」、和太鼓「ぬるべ」、倭太鼓「榛」
問 倭太鼓「榛」室方 (☎82-4024)

■新設「創楽会」の初作品展

「創ることを楽しむ会」の出品メンバーは、世界・全国・県・市展などの入選・入賞者の方々です。期間中、会場で若手会員が、デッサンから最終仕上げまでを描きます。ぜひ、お越しください。

日時 7月18日(金)～20日(日) 午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで) **場所** 伊那佐文化センター **内容** 油絵、陶器、切り絵、写真、デコパージュ、アートフラワーなど
問 上林方 (☎82-2877)

■体操教室無料体験・見学会

子どもの育成の場になればと、「特定非営利活動法人 やまとまほろば観光育成会」から場所の提供を受けて、今年4月から体操教室を開催。一度、練習風景を見学にお越しください。

日時 月・火・木・金・土曜日の午後2時30分～6時(随時) **場所** はいばら体操教室(榛原区桧牧) **対象** 小学6年生まで **内容** マット、とび箱、鉄棒、トランポリンなどの基本的な運動
問 澤田方、近藤方 (☎82-6690)

■川づくりを行います

川づくりに関心があれば誰でも参加できます。気軽にご参加ください。
日時 7月27日(日) 午前9時～午後4時 **場所** 宇陀川(阿騎野橋下えん堤) **内容** 魚道設置テストと水辺の観察
問 宇陀かわびとの会 清水方 (☎83-0202)

善意銀行

宇陀市善意銀行に次の方から預託いただきました。厚くお礼申し上げます。

●第2回宇陀市民ゴルフ大会
 チャリティー募金……129,400円

問 市社会福祉協議会 (☎84-4116)

★焼きそばセット 好評です!

室生ダム近く・見晴らし抜群! お風呂(日帰り)・喫茶(食事)

◆お風呂
営業日時 木・金・土曜日/正午～午後7時
入浴料金 大人(中学生以上)…300円
 小人(小学生)…150円 幼児…無料

◆喫茶ぬく森
営業日時 月・水・木・金・土曜日/
 午前10時30分～午後4時30分
 ★ぶっかけうどん、アイスコーヒー、かき氷などあります。

ぬく森の郷 室生区大野3776番地の1
 (☎92-5220)
 国道165号線で室生方面に入り、クリーンセンターすぐ近く

まちなみギャラリー

まちなみギャラリーは、7月1日から、地域づくり支援機構による管理運営のもと、新たなかたちでオープンします。

■奈良県立美術館所蔵の江戸～昭和初期の美人画(複製)を集めた「美人画展」協力:奈良県立美術館

7月1日(火)～14日(月)〈入館料無料〉
 午前10時～午後5時(毎週水曜日休館)
 ※ただし、7月2日(水)は閉館します。

総合型地域スポーツクラブ育成推進事業 軽スポーツ教室

年齢に関係なく誰でも楽しめる軽スポーツ教室を開催します。軽スポーツを通して体を動かすきっかけを作りましょう。

日程・内容

①7月28日(月) …ペタンク ②8月25日(月) …歩き方 ③9月22日(月) …スカイクロス ④1月26日(月) …ポーリング ⑤2月23日(月) …輪投げ〈全5回〉

時間 午前10時～11時

場所 市総合体育館他

参加資格 宇陀市民

定員 30人(先着順)

参加費 無料

持ち物 運動のできる服装、汗拭きタオルなど

申込方法 7月14日(月)までに住所・氏名・電話番号を記入のうえ、問い合わせ先まで申し込みください

い。(FAX可)
その他 お子さまの安全管理は保護者の方にお願ひします。

主催 フレッシュアップ榛原

問フレッシュアップ榛原 土肥方 (☎82 - 3189)

または、生涯学習課 (☎84 - 3473/☎84 - 4089)

夏休み 学童保育の学生アルバイト募集

職務内容 夏休み中に榛原及び榛原東小学校学童保育室に入室する児童の保育

勤務時間 夏休み中期間の午前9時～午後5時(ローテーション勤務) ※時間は相談に応じます

資格 18歳以上の大学生

登録人員 若干名

申し込み 7月10日(木)までに履歴書を学校教育課へ

問学校教育課 (☎84 - 3472)

相 談

ご存じですか「母子福祉委員」

母子福祉委員に、母子家庭または寡婦の皆さんへの相談業務をお願いしています。日常生活の中でのいろいろな悩みごとや心配ごとがあれば、お近くの母子福祉委員までご相談ください。

【母子福祉委員】(敬称略)

倉岡君枝 (大宇陀区迫間51番地の2/☎83 - 0886)

安田智子 (菟田野区佐倉1167番地/☎84 - 2563)

鉢上 操 (榛原区下井足1061番地/☎82 - 2430)

平林慶子 (室生区大野3894番地の23/☎92 - 3284)

問福祉課 (☎82 - 2236)

◆母子家庭・寡婦の貸付相談

母子・寡婦福祉資金の利用に係る相談に、県の母子自立支援員が応じます。

日時 毎週木曜日(祝日を除く)午前9時30分～午後4時 ※訪問等で不在の場合がありますので、事前に電話で確認してください。

相談専用ダイヤル (☎82 - 6588)

場所 宇陀市福祉課

問 (☎82 - 2236)

◆子育てに関する相談

子育て、しつけの相談など、一人で悩まずに気軽にご相談ください。電話での相談も行っております。

日時 月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時

※訪問等で不在の場合がありますので、事前に電話で確認してください。

場所 家庭児童相談室(旧榛原町役場2階)

*6月下旬に榛原保健センターより移転しました。

問家庭児童相談室 (☎82 - 3250)

登記・年金・税金など行政なんでも相談所

日時 7月7日(月)午後1時～4時

場所 サンクシティー1階(サンク広場)

相談内容 登記・年金・税金に関すること、離婚や成年後見制度など身近な法律問題、その他国の行政全般などに関する相談 **【相談無料・秘密厳守】**

相談相手 奈良地方法務局、県司法書士会、弁護士、行政相談委員、人権擁護委員など

問奈良行政評価事務所行政相談課 (☎0742 - 24 - 0300) または、宇陀市役所 総務課 (☎82 - 1302)

人権・行政相談

相談無料、秘密は厳守します。

●7月2日(水) 菟田野人権交流センター(午前9時～12時)

●7月7日(月) サンクシティー(1階サンク広場)(午後1時～4時) ※「行政なんでも相談所」にて。

●7月8日(火) 無山老人憩の家(午前10時～12時) / 旧笠間小学校(午後1時30分～3時)

●7月9日(水) 室生振興センター(午前9時～12時)

●7月10日(木) 大野西垣内集会所(午前10時～12時) / 蕨集会所(午後1時30分～午後3時)

●7月11日(金) ふるさと元気村(午前10時～12時)

●7月15日(火) 大宇陀人権交流センター(午前9時～12時)

●7月16日(水) 宇陀市役所(午前9時～12時)

※心配ごと相談は、広報うだ7月号折り込みの「うだし社協だより」5頁をご覧ください。

問行政相談は総務課(☎82 - 1302)、人権相談は人権施策課(☎82 - 2147)

既存木造住宅耐震診断

市では、平成20年度の既存木造住宅の耐震診断事業を実施いたします。

耐震診断をご希望の方は、申込用紙に必要書類を添付して申し込んでください。

平成20年度から既存木造住宅耐震診断に要する費用は、宇陀市が全額補助します。

申込期間 7月1日(火)～7月25日(金) まで

※応募者多数の場合は、7月28日(月)に公開抽選いたします。

申込場所 市役所2階 土木部営繕課

申込添付書類 申込には建築年月、延床面積、構造などを確認するため建築確認通知書若しくは登記簿謄本などの添付が必要ですが、無い場合は営繕課にご相談ください。

対象となる住宅

- ①建築時期……昭和56年5月31日以前に着工又は完成
- ②構造……木造(枠組壁工法、在来軸組構法)
- ③階数……2階建て以下
- ④規模……延床面積250㎡以下
- ⑤用途……専用住宅、共同住宅、長屋住宅(すべての居住契約者の承諾が必要)、併用住宅(延床面積の1/2以上を住宅として使用していること)

- ⑥所有区分……市内在住者が市内に所有しているもの
- ⑦申込戸数……一人一戸に限る
- ⑧その他……『宇陀市既存木造住宅耐震診断事業実施要綱』に定める区域内
- ※①～⑧すべてに該当していることが条件です。
- 対象外の住宅** プレハブ工法、丸太組構法(ログハウス)などの住宅は診断の対象にはなりません。
- 診断方法** 財団法人日本建築防災協会による「木造住宅の耐震診断と補強方法」に定める「一般診断法」による診断。
- 診断の内容** 間取りの確認・床下や天井裏を見るなど、2時間程度の現地調査を行います。
- 診断結果** 耐震診断報告書が届けられます。(疑問箇所については診断員にお尋ねください。)
- 診断料** 耐震診断費用は無料です。(平成20年度から制度が変わりました)
- 診断募集戸数** 6戸
- 診断者** 「奈良県木造住宅耐震診断員登録者名簿」に登録された住宅耐震診断員
- ※詳しくは市営繕課までお問い合わせください。
- 市役所から個人宅への電話による勧誘や訪問による申し込み受付などは一切ありません。「不審…?」と思ったら営繕課までお問い合わせください。
- ☎営繕課 (☎82 - 5642)

「榛原放課後子ども教室」に参加しませんか

放課後みんなで、お話し聞いてわくわく!

作ってわくわく! 見つけて知ってわくわくしよう!

お話会などを通して親には心のゆとりを届け、子ども達には生きる喜びを感じとってもらえるように、子育て支援および子どもの読書活動推進をはかります。

小学生対象に、お話会、ミニ絵本作り、安心安全教室、健康教室などを行います。

★ひろばレインボー

開催日時 毎月第2・4木曜日 午後5時～5時30分

場所 大和富士ホール

★わくわくスタディひろば

開催日時 毎月第1・3水曜日 午後4時10分～4時

40分

場所 中央図書館

☎生涯学習課 (☎84 - 3473)

悪質な訪問販売や 押売りにご注意ください

はっきりことわり、もしもトラブルになったら
宇陀警察署までご連絡を!

☎宇陀警察署 (☎82 - 0110)

受講生募集

市中央公民館市民教養講座

夏の星座観察の参加者募集



夏の夜空の星座を眺めてみませんか?

代表的な星座のお話と、天体望遠鏡を使って星座や惑星の観察を予定しています。夜空を見上げながら宇宙の神秘と偉大さを感じ、自然の大切さを考えながらロマンチックなひとときを過ごしませんか?

日時 8月8日(金) 午後6時30分～8時

場所 市中央公民館(大宇陀地域事務所前)

対象 市内在住の人

中学生以下は保護者同伴でお願いします。

定員 30名(定員になり次第締め切ります)

内容 星座観察入門

～天体望遠鏡での星座の観測～

※雨天や曇りの場合は、8月に見られる星座や月などの説明と星座早見表を作ります。

講師 富田良雄先生(京都大学理学部〈宇宙物理学教室〉)

受講料 無料

申込方法 7月25日(金)までに、はがき・電話・FAXのいずれかの方法で、〒633-2165 大宇陀区中庄202 市中央公民館へ申し込みください
(休館日: 木曜日、祝祭日)

☎市中央公民館 (☎83 - 0551・☎83 - 1027)

募 集

(財) 宇陀市文化体育事業団 平成榛原子供のもり公園教室事業受講生

●ラベンダースティック手作り教室

ラベンダーの穂を使いラベンダースティックの手作り教室を開催いたします。癒しの香りをお楽しみください。ぜひご参加ください。

開催日 7月中の木曜日 午前10時～/午後2時～
(2回開催)

所要時間 30分～1時間程度

費用 200円(1本)

※変更が生じることもありますので、事前にお電話ください。

※駐車場は有料です。

◆スティック、ポプリ、ハーブ苗、新企画シートベルト保護パット「ポプリン」も30個限定で販売しています。

●木工教室

キットや木片を使って自動車や船を製作する木工教室を開催します。夏休みの思い出づくりにいかがですか。

開催日 7月27日(日) 午後1時30分～4時
(教室の受付は30分前から行います)

募集定員 35人

参加対象 小学生以上(小学4年生までは保護者同伴)

参加費 300円(材料費)

申込方法 電話(FAX不可)または、子供のもり公園管理事務所窓口で申し込んでください。なお、各キットに限定数がありますので、申込時には自動車か船のどちらかを選んでいただきます。また、定員になり次第締め切らせていただきます。

※天候などで変更または中止になることがあります。

※駐車場は有料です。

☎平成榛原子供のもり公園(☎82-7411)または、(財)宇陀市文化体育事業団(☎82-0511)

宇陀市キンボール大会

キンボールを通じて体を動かすことの楽しさをを実感しよう。

日時 7月26日(土)

受付：午前9時 競技開始：午前9時30分～

場所 市総合体育館

チーム ・小学生の部(小学4～6年生) ・中学生以上の部[性別は問いません。1チーム4名以上で申し込みください。]

申込方法 7月23日(水)までに生涯学習課または、各区の分館に設置してある申込用紙に必要な事項を記入し、申し込みください。(FAX可)

☎生涯学習課(☎84-3473/☎84-4089)

「竹と遊ぶ夏休み」(室生区向洲)

室生区向洲において、「山と森林の月間」イベントとして、「竹と遊ぶ夏休み(主催 向洲さとやま遊友クラブ)」が開催されます。

豊かな自然の中で、竹トンボ・竹馬・水鉄砲などの昔懐かしい竹のおもちゃ作りや、スイカ割りなどを体験することができます。

また、当地域では地元のボランティア団体である「向洲さとやま遊友クラブ」が、里山を再生する試みを進めており、その状況を見学しながら、森林の大切さを学ぶこともできます。

当日は、地元新鮮野菜の販売コーナーもあり、地元の人々と交流しながら、一日楽しくのんびりと、夏休みの思い出づくりをしてみませんか。

実施日 8月3日(日) 午前9時30分～午後4時

実施場所 やまびこホール(室生区向洲)および
周辺里山

募集対象 小学生とその保護者

募集人数 120人

申し込み 7月25日(金)までに農林課まで

参加費 無料

その他 昼食は各自持参してください。

☎農林課(☎82-3679)

市身体障害者福祉協会 新規会員

同協会では、障害者スポーツ大会参加の他、秋には県の身体障害者体育大会参加や宇陀市身体障害者福祉協会主催のポーリング大会・ゲートボール大会など、今後も身体障害者の社会参加のため、いろいろな催しを企画しています。

対象 宇陀市内に居住し、身体障害者手帳の交付を受けている方

※第8回奈良県障害者スポーツ大会の結果は、まちのわだい(5頁)に掲載しています。

☎福祉課(☎82-2236)または、宇陀市身体障害者福祉協会会長、戸嶋方(☎83-1284)

平成21年成人式のご案内・実行委員募集

市では、平成21年成人式を次のとおり開催します。

日時 平成21年1月12日(成人の日) 午前10時～

会場 市文化会館

該当者 昭和63年4月2日～平成元年4月1日までの間に生まれた人

★成人式に向けてご協力いただける実行委員(新成人)を募集しています。

ご協力をいただける方は、7月22日(火)までに生涯学習課まで申し込みをお願いします。

☎生涯学習課(☎84-3473)

ふるさと元気村 だより

室生区下田口1112 (☎93-4400)
開館時間 午前9時～午後5時
休館日 毎週木曜日

毎月アーティストによる楽しい講座を開催しています。7月の講座は、次のとおりですので、ぜひご参加ください。

◆山の芸術学校常設教室

教室名・料金	アーティスト	開催日・時間
のんき窯 (陶芸教室) ※受講料：700円	阿賀谷 敏雄	5日(午前10時～) 13日(午後1時～)
アトリエ童 (手のひらサイズのピオトープ) ※受講料：1,500円(糸代別)	池本 達哉	26日(午前10時30分～、午後1時30分～)
メルヘン工房 竹の世界 (竹による造形教室) ※受講料：1,500円	時 博恭	6日(午前10時～) 19日(午後1時30分～)
ゴローの自然創作教室(折り紙教室) ※受講料：1,000円	汾陽 次夫	8日・15日 (午後1時30分～)
アトリエ楽我鬼(一閑張り) ※受講料：1,500円	宮戸 弘	13日・27日 (午前10時～)
山里染工房 ※受講料：700円	室生染めグループ	5日・20日 (午後1時30分～)
きりえ空間(切り絵教室) ※受講料：1,000円	江本 幸雄	12日・27日 (午後1時30分～)

※上記の講座以外にも毎日教室(アトリエ・ギャラリーの見学・体験等)を行っています。



◆楽しむアート特別講座

講座名	講師	開催日
リズムで楽しく3B体操	的場 保子	2・16日
書道教室	池田 幸子	15日
ステンドグラス講座	山本 美智子	7・25日
楽しむ墨絵教室	大林 美恵子	16日
マクロビオティック 楽しくおいしく料理教室	長浜 安子	27日
摘草野菜料理教室	仲西 宏子	20日
和文化きもの講座	堀口 育子	5・19日
大正琴	室生野いちご	9・23日
初歩の茶道教室	大林 弘子	6・20・23日
謡曲教室	峯林 清貴	4・18日
花を楽しむ会	北村 清嗣	26日
健康家庭料理教室	勘野 康子	6・25日
特別初体験エステ教室	金澤 ヨシ子	8・15日

※いずれの講座も、参加費(材料代など)が必要。
※講師の都合等により日時は変更される場合があります。開催時間など、詳しくはお問い合わせください。

◆グラウンドゴルフ

日時 7月18日(金) 午後1時～(予備日：25日)

場所 元気村グラウンド 参加費 100円

①ふるさと元気村または、企画課(☎82-1362)

宇陀市文化会館だより

大宇陀区拾生871 (☎83-0977)
7月の休館日：1・8・15・21・22・29日

■宇陀をテーマとした「写真・絵画・俳句・短歌」作品展 =作品募集=

宇陀は歴史と自然が調和した魅力ある地域です。宇陀の魅力を発信するため、「写真・絵画・俳句・短歌」の作品を次のとおり募集します。

応募方法

写真・絵画 一人1点とし、サイズは写真が半切、絵画は30号までの大きさとしします。

俳句・短歌 俳句・短歌 一人1句とし、色紙に限ります。

応募期間 8月17日(日)までに搬入してください。

展示期間 8月29日(金)～9月28日(日)まで

■人権啓発ポスター展

7月の「差別をなくす強調月間」にむけて県が募集した、大宇陀区内の小・中学生の人権ポスター(約40点)を展示しています。

展示期間 7月31日(木)まで

■なつかしの昭和展

戦後の復興から高度経済成長を成し遂げ、人々の暮らしが大きく変化し、今日の生活の基盤が形成されました。「昭和」から「平成」に変わり20年近くが経過した今、「なつかしの昭和展」を開催します。流行した品々や愛用品を展示しますのでご覧ください。

応募期間 7月18日(金)～8月17日(日)まで

7月のかぎろひホール催し (6月2日現在)

日	曜	催し物	案内主	催者	時	間	対	象
12	土	ピアノ発表会	安達 朋子		午後1時～4時		関係者	
13	日	カラオケファンの集い	フレンドリークラブ		午前9時30分～		一般(無料)	
14	月	大宇陀中学校修学旅行発表会	大宇陀中学校		午前10時～11時30分		生徒保護者	
17	木	差別をなくす市民集会	宇陀市 宇陀市教育委員会		午後1時30分～4時		市民(無料)	
20	日	ピアノ・フルート発表会	瀬山 登紀子		午後1時～4時		関係者	
27	日	ヤマハ大宇陀教室発表会	久保 正子		午後1時～4時30分		一般(無料)	

音楽の森ニュース

室生区上笠間444-1 (☎/☎97-2215)

開館時間 午前11時～午後4時

休館日 毎週日・月・火曜日

■昼下がりのミニコンサート

自然に囲まれたホールの中での演奏を皆さんぜひお楽しみください。

開催時間 午後2時～3時 内容 右表参照

◎7月24日(木)は、むろうコーラス練習のため午後3時～4時です。

※都合により、内容などは変更する場合があります。

■森の音楽喫茶

日時 7月5日(土) 午前10時30分～12時

参加費 600円(軽食付・50食限定) ※予約券が必要です。

ゲスト 笛・サンポーニャ:野田晴彦

出演 歌:音楽の森ふれあい館館長 荒井敦子、音楽の森スタッフ 村尾藍、ピアノ演奏:音楽の森スタッフ 福家明世 大山理保

水	木	金	土
2	3	4	5
電子オルガン (西川由美子)	うた・トーク:荒井敦子 ピアノ:福家明世 ※参加費:300円	ピアノ(大山理保)	
9	10	11	12
民謡(勝山好弘)	うた・トーク:荒井敦子 ピアノ:大山理保 ※参加費:300円	ピアノ(福家明世)	ピアノ(大山理保)
16	17	18	19
電子オルガン (西川由美子)	うた・トーク:荒井敦子 ピアノ:福家明世 ※参加費:300円	ピアノ(大山理保)	ピアノ(大山理保)
23	24	25	26
民謡(勝山好弘)	うた・トーク:荒井敦子 ピアノ:大山理保 ※参加費:300円	ピアノ(福家明世)	フォークソング (花岡誠 他)
30	31		
琴:伊藤和子 岡田恭子	うた・トーク:荒井敦子 ピアノ:福家明世 ※参加費:300円		

☎音楽の森ふれあい館または、企画課 (☎82-1362)
(☎82-3900)

図書館だより

■中央図書館だより

●おはなし会(約30分)

★すくすくひろば(0～3歳) ※3回とも同じ内容です。

日時 7月8日(火)、29日(火)

①午前10時～ ②午前10時45分～ ③午前11時30分～

★ちゅーりっぷひろば(3歳～)

日時 7月9日(水)、23日(水) 午後2時45分～

★たんぼひろば(6歳～)

日時 7月9日(水)、23日(水) 午後3時30分～

★おはなしクラブ

日時 7月12日(土)、26日(土)

○午前10時30分～(3～5歳)

○午前11時15分～(6～12歳)

●えいが会(約30分)

日時 7月5日(土) 午前11時～

●かげえ『ピーターとおおかみ』(2回公演)

日時 7月19日(土)

①午前10時30分～ ②午後1時～

定員 40名(多数の場合は子ども優先)

※当日、カウンターにて各回公演の30分前に整理券を配布します。

☎中央図書館 (☎82-4749)

【7月の休館日:7・14・21・22・28日】



■大宇陀図書館だより

●おはなし会

日時 7月19日(土) 午前10時30分～

場所 2階 和室

内容 ○おはなし ○道具を使ったおはなし
○カレンダーをつくろう!

●映画会

日時 7月26日(土) 午前10時～

場所 1階 研修室

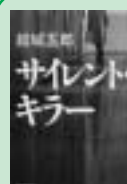
☎大宇陀図書館 (☎83-0977)

【7月の休館日:1・8・15・21・22・29日】

★話題の新刊図書★

【小説】

■《サイレント・キラー》(結城 五郎 著)
医師そして看護師が次々と失踪した。義兄の残した「サイレント・キラー」という唯一のメッセージを手がかりに、若き医師の闘いが始まった。書き下ろし長篇医療ミステリー。



【児童 絵本】

■《のねずみチッチ》(ふくざわ ゆみこ さく)
「ちっちゃなチッチはお外で遊んでおいで」おじいちゃんたちも、ことりさんたちも、なんで今日はチッチのことを相手にしてくれないのでしょうか? のねずみ一家の未っ子チッチと、家族や村の動物たちの心あたたまるお話。



★環境対策課からのお願い★

台所くずなどの生ごみを出す時は、必ず水を切ってから出してください。
ご協力よろしく
お願いします。



税金

固定資産税(第2期)及び国民健康保険税(全期・第1期)の納期限は

7月31日(木)です。

税金は納期限内に納めましょう。

※納付、口座振替に関するお問い合わせは収納課(☎82-1352)へ

窓口業務のご案内

宇陀市役所では、毎月第2・4土曜日(午前8時30分～正午)、市民課で証明発行業務を行っています。

7月は12日と26日です。

※住民基本台帳ネットワークシステム関連業務(住民基本台帳カードの交付申請他市町村の住民票の発行)は行うことができません。

福祉医療費受給資格証をお持ちの方は更新手続きを行ってください

福祉医療費受給資格証をお持ちの方は、**7月31日**で資格証の有効期限が満了となりますので、更新手続きを次のとおり行います。

※現在、各福祉医療費受給資格証をお持ちの人などには郵送で通知致します。

日時 7月28日(月)～8月2日(土) 午前9時～午後4時
 <8月2日(土)は市役所のみで行います>

場所 ○市役所1階ふるさとテラス(場所を変更する場合があります)

- 大宇陀地域事務所地域市民課
- 菟田野地域事務所地域市民課
- 室生地域事務所地域市民課



◆各制度の対象者及び助成内容は次のとおりです。

◆老人医療費助成制度

対象 昭和15年7月31日までに生まれた70歳未満の人で、本人、配偶者及び扶養義務者のいずれもが平成20年度市町村民税の所得割が課せられていない人
一部負担金 1割(所得に応じて自己負担限度額を設けております。)

※医療機関窓口で一旦3割を負担していただき、後日、一部負担金を控除した額を指定口座に振り込みます。

◆乳幼児医療費助成制度

対象 0歳～小学校就学前 (通院・入院)

◆心身障害者医療費助成制度

対象 ○65歳未満：身体障害者手帳1・2級又は、療育手帳Aの交付を受けている人
 ○65歳以上75歳未満：後期高齢者医療保険に加入されていない人で、身体障害者手帳1・2級又は、療育手帳Aの交付を受けている人

◆母子医療費助成制度

対象 母子家庭の母及び児童(18歳の年度末まで)など(乳幼児医療・心身障害者医療・母子医療の一部負担金)

1 医療機関(診療科目ごと)につき

外来	月500円	
入院	14日未満	月500円
	14日以上	月1,000円

※医療機関窓口で一旦健康保険の自己負担分を負担していただき、後日、一部負担金を控除した額を指定口座に振り込みます。

◎福祉医療費助成の対象になるのは、保険診療分に限ります。自費分については助成対象外となりますのでご注意ください。

◎県外医療機関で受診された場合は、医療機関の領収書等を持参していただき、申請してください。

問 保険年金課 (☎82-3672)
 又は各地域事務所地域市民課

「宇陀市はいばら花火大会」開催 ～協賛金にご協力を～

昭和25年から続くこの花火大会は、本年も**8月4日**に開催します。この伝統ある花火大会は毎年、商工業の方々や住民の皆さんから多くの協賛金をいただいています。今年も協賛金などへのご協力をよろしくお願い致します。

商工業など企業や商店などへは、例年通りお伺いしますので、協賛金へのご協力をお願いします。

■一般協賛金

個人の方々の協賛金をお願いします。一口3,000円で新聞折り込みチラシに氏名を掲載します(匿名可)。グループや団体などは、10,000円以上でお願いします。

■供養花火

先人を偲んで、初盆や各回忌など先祖供養に花火を上げませんか。

協賛金額 10,000円、20,000円、30,000円、50,000円～
 (200,000円以上は単独でスターメインができます。)

■アニバーサリー花火

結婚や誕生、還暦などの記念に花火を打ち上げませんか。15文字以内のメッセージをチラシに掲載し、打ち上げ前に会場で放送します。

協賛金額 10,000円

◎申し込み

7月18日(金)までに宇陀市はいばら花火大会事務局(宇陀商工会館)へお越しいただくか、ご連絡いただければ係りの者が訪問いたします。

★花火が間近で見える有料観覧指定席を好評につき前売りします★

1区画(1坪で4～5人用)シート付5,000円で**7月4日**から宇陀商工会館へお申し込みください。

※当日、午後5時から会場本部で販売しますが、**前売り含めて先着50区画**となりますので、売り切れの際はご了承ください。

問 宇陀市はいばら花火大会事務局(宇陀商工会事務局内)(☎82-2211)



公共施設の使用料等を改定します

7月1日から、一部の施設使用料等を改定します。
詳しい内容は、市ホームページ「公共施設予約システム」のお知らせコーナーをご覧ください。

<主な改定内容>

●利用時間を次のように設定しました。

- 午前の部：午前9時～正午
- 午後の部：午後1時～午後5時
- 夜間の部：午後6時～午後10時(一部 午後9時まで)

●同種施設の使用料見直しを行いました。

◇変更する施設名◇

【企画課】(TEL82-1362)

○高齢者等ふれあい館「音楽の森ふれあい館」○室生屋内山村広場「やまなみドーム」○榛原総合センター

【中央公民館】(TEL83-0551)

○中央公民館 大宇陀分館○中央公民館 菟田野分館
○中央公民館 榛原分館○宇太地区公民館○芳野地区公民館○大和富士ホール○室生振興センター

【生涯学習課】(TEL84-3473)

○大宇陀運動場○大宇陀体育館○大宇陀テニスコート○大宇陀ふれあい交流ドーム○菟田野運動場○芳野体育館
○宇賀志体育館○菟田野ゲートボール場○総合運動場
○榛原運動場○内牧運動場○総合体育館○榛原体育センター○榛原ゲートボール場○室生運動場○室生トレーニングセンター○室生テニスコート○室生野外ステージ

石綿ばく露健康リスク調査を行います

事業所以外で石綿ばく露（アスベスト被害）にあわれた方を対象に、石綿ばく露の地域的な広がりや石綿関連疾患の発症リスクに関する実態を把握し、県民の皆様の健康増進を図るため、健康リスク調査を実施します。

この調査は保健所で問診の上、指定医療機関にて胸部X線・CT検査等の検診を受けて頂き、健康状況をご確認頂くと共にその結果を県及び国に情報提供いただくものです。

希望される方は申し込みをお願いします。

◆**対象**：原則、平成元年まで奈良県に在住し、現在も県内にお住まいで、石綿ばく露の可能性があった方のうち昨年受診されていない新規の方

◆**検診料**：無料

◆**調査（検診）申込み受付期間** 平成20年7月から8月

問 県桜井保健所（☎0744-43-3131）

市民課窓口で「本人確認」が必要です

住民票、戸籍謄・抄本などの交付請求時に「本人確認」が法律上のルールになりました。

住民票、戸籍謄・抄本などの交付請求者や届け出者が本人であることを確認するために、窓口で戸籍や住所変更などの届出書を持参された方、戸籍謄・抄本や住民票などの個人情報が含まれる証明書の請求に来庁された方には、顔写真付きの公的証明書（運転免許証・パスポート・住民基本台帳カードなど）を提示していただきます。もし、これらの証明書をお持ちでない方には、健康保険証、年金証書など2点以上提示いただくか、本人や家族などに関する個人情報の聞き取りをする場合もあります。

また、窓口で本人以外（住民票であれば同一世帯員、戸籍関係であれば直系の親族〔父母・祖父母・子・孫等〕を除く）の証明書等の請求をする場合は本人確認のほか**委任状**が必要になります。

◆窓口での本人確認の方法

運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード、官公署発行の顔写真付き公的身分証明書、またこれらに準じる証明書（健康保険証・年金証書など）を提示してください。

問 市民課（☎82-2143）

水道メーターの取り替えを行います

計量法による検定有効期限を迎える水道メーターの取替えを行います。

屋外作業ですので、**お留守でも実施させていただきます**ことがありますのでご了承ください。取替え終了時にはお知らせの文書で通知いたします。

なお、水道メーターボックスの周囲に物を置かないようご協力をお願いいたします。

【実施期間】 7月15日～7月31日（予定）

【施工業者】 宇陀市上下水道組合

【費用】 無料

7月の対象地域（各地域の一部）

榛原区	戒場、山辺三、福地、桧牧、萩原（稲荷、宮本、西峠、墨坂、新町）
菟田野区	宇賀志、松井、古市場、岩崎、大澤、別所、平井、見田
室生区	向淵、三本松、三本松古大野、砥取

問 水道局（☎82-2185）

社会を明るくする運動（7月1日～31日）

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

保護司会と更生保護女性会では、このような犯罪や非行のない明るく住みよいまちを目指して期間中、それぞれの地域で街頭啓発や施設訪問などの啓発運動を行います。また、非行から立ち直りたいと頑張っている人たちの更生の助けとなるよう、「愛の善意募金」を行います。ぜひ、皆様のご協力をお願いします。
(保護司会・更生保護女性会)

おかげさまで5月で3周年！
「お食事處 おときや」
大宇陀温泉あきのゆ内の人気のお食事處。
3つのこだわり
①季節感
②安心新鮮の地元食材
③和食

「おときや」だけの利用もでき、あきのゆの新しい魅力となっております！
電話0745-83-4126

○保険料の納め方

年金から徴収される人（特別徴収）

対象となるのは 年金（複数の年金を受給されている場合は介護保険料の天引き年金）が年額18万円以上の人

納め方は 年6回の年金の定期払いの際に、年金の受給額から保険料があらかじめ徴収されます。

仮徴収		
4月	6月	8月

※前年の所得が確定していないため、仮に算定された保険料額が徴収されます。

本徴収		
10月	12月	2月

※確定した年間保険料額から仮徴収分を差し引いた額が、3回に分けて徴収されます。

納付書・口座振込で納付する人（普通徴収）

対象となるのは
 ・年金が年額18万円未満の人
 ・介護保険料との合計額が年金額の2分の1を超える人
 ※職場の健康保険などの旧被保険者本人の人も平成20年7月～9月の間は普通徴収となります。

納め方は 7月中旬に市から送付されてくる納付書で、7月末～2月末の各納期限までに納めます。

仮徴収
なし

本徴収							
7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期

普通徴収の人には、手間がかからず便利で安心な口座振替がおすすめです。
 ◎預貯金通帳・通帳届出印をもって金融機関でお申し込みください。

※被用者保険の被扶養者であった方について

・平成20年4月から9月までは、保険料は徴収されません。国民健康保険に加入されていた方で、昨年度途中に被用者保険（健康保険や共済組合）の被扶養者になられた方は、年金支払者への保険料特別徴収依頼時期の関係で平成20年4月からの年金より保険料が徴収されている場合がありますが、これらの方々には、天引きした仮徴収額を返還いたします。

・平成20年10月から平成21年3月までは、所得割額を免除に加え、均等割額を9割軽減した額が徴収されます。徴収開始時期にあたっては、10月上旬に保険料額決定兼特別徴収開始通知書が送られます。年金から徴収がおこなわれない方については、10月から納付書や口座振替などにより市に個別に納付していただきます。

問 保険年金課（☎82 - 3672）

こまどりケーブル引き込み工事（菟田野区・室生区）

7月末より、各建物への引き込み工事がはじまります。事前に引き込み工事日の連絡をしたうえで訪問します。工事担当者はこまどりケーブルであることを証明する名札を必ず着用していますのでご確認ください。工事期間中、周辺の住民の方には交通規制等などご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 情報システム課（☎82 - 2121）

榛原ふれあいギャラリーとこまどりケーブル宇陀案内所の休館日について

榛原ふれあいギャラリーの休館日とこまどりケーブル宇陀案内所（榛原ふれあいギャラリー内）の休業日が下記のとおり変更になります。

(旧)	(新)
6月30日までの 休館日 火曜日	7月1日以降の 休館日 金・土曜日、祝日

問 情報システム課（☎82 - 2121）

◆自衛隊広報コーナー◆

日時 7月25日（金） 午前10時～午後3時
 場所 市役所（1階ふるさとテラス）

内容 ○自衛隊広報ビデオの放映及び広報パネルの展示、○自衛官の身分、待遇、生活等の説明など

問 総務課（☎82 - 1302）

全国ペット葬祭業協会加盟
轉室生ペット霊園
 やまなみロード添い
 榛原駅より車で約20分
 年中無休24時間受付
 ☎0120-194-594
 宇陀市室生区小原53 TEL&FAX0743-82-6606
<http://www.15.ocm.ne.jp/~muroupet/>

榛原にぎわい市場 生産者募集!
 （榛原区在住の方に限ります）
 あなたの自慢の農産物を販売してみませんか？
 お客様の美味しかったの一言が生産意欲につながります。
 【通常初回登録料・会費 合計15,000円のところ】
なんと！今なら 7,000円
 詳しくは 82-6518 まで

無線LANのご用命は!
 ダイヤル 090-1133-3055
データ復旧の御相談は!
 *パソコン・情報家電のトラブル*ネット・通信のトラブル対応
生涯・学習・パソコン操作・指導
 *パソコン検定認定教室*厚生労働省・教育訓練施設
 訪問サポートは土・日・祝 OK! 榛原区母里315-1
 パソコンの駅 電話 82-3055

市 からの お 知 ら せ

宇陀市ホットニュース

市の情報を掲載するコーナーです

後期高齢者医療保険証の切り替えのため、新しい保険証を交付します

8月1日から使用する新しい保険証を7月下旬に配達記録郵便で送付します。

有効期限が平成20年7月31日までの古い保険証は市（保険年金課または各地域事務所の地域市民課）へ返却いただくか、ハサミを入れるなどして処分してください。



☎保険年金課 (☎82 - 3672)

国民健康保険に加入している65～74歳の世帯主の方へ

65歳から74歳までの世帯主の方であって、次の①～③のすべてに当てはまる方は、平成20年10月より、年金の定期支払の際、年金の受給額から国民健康保険税の2ヵ月分に相当する額があらかじめ差し引かれます（特別徴収）。

◆年金から特別徴収される方

- ①世帯主が国民健康保険の被保険者となっていること。
世帯主が会社の健康保険や共済組合の加入者、または後期高齢者医療制度の加入者である場合は該当しません。
- ②世帯内の国民健康保険の被保険者全員が65歳以上75歳未満であること。
- ③特別徴収の対象となる年金の年額が18万円以上であり、かつ国民健康保険税と介護保険料を合わせた金額が、年金額の2分の1を超えないこと。

☎税務課 (☎82 - 1306)

納税相談などの夜間窓口の開設について

7月から収納課では、日中、お仕事などで金融機関・市役所窓口・市各地域事務所窓口を利用いただけない納税者の納税相談や納付窓口として夜間窓口を開設します。

開設日時 午後5時15分～7時15分（第2・4木曜日）

場所 宇陀市役所（1階収納課窓口）

☎収納課 (☎82 - 1352)

後期高齢者医療保険料の決まり方・納め方について

○保険料の決まり方

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに保険料を納めていただくこととなります。

保険料の額は、年度ごとに、その方の「所得に応じてご負担いただく部分（所得割）」と「被保険者の方に等しくご負担いただく部分（均等割）」の合計額です。

所得の少ない世帯に属する被保険者については軽減措置があります。

この軽減措置を受けるには、税法上の申告義務のない方（障害年金、遺族年金等の受給者や所得の無い方）であっても、同一世帯内の人の税法上の被扶養者とな

保険料（年額）
限度額 500,000円

=

均等割額
39,900円

+

所得割額

（総所得金額等－330,000円）×7.5%

※均等割額と所得割率は2年ごとに広域連合で見直されます。

※年金収入だけの被保険者については、収入額が153万円以下の場合には所得割は課税されません。

※所得割額は前年所得に基づき算定されますが、平成20年度の仮算定は平成18年中の所得に基づきます。

っていない場合は申告する必要があります。所得の確認できている被保険者は、申告の必要はありません。

この他にも、一定以上の風水害や火災などに見舞われたときなどは、申請により保険料の減免措置を受けることができます。

大宇陀温泉 あきのの (☎83-4126)

市民引換カード（左下）をご利用いただくと、大人700円を500円に、小人350円を250円に割引させていただきます。

営業時間：午前10時～午後9時

第2水・木曜日休館 [4・8・1月は無休]

【入館の諸注意】

- ・入れ墨・泥酔されている方のご入浴はお断りします。
- ・館内での事故・盗難に関しては一切責任を負えませんのでご了承ください。
- ・高血圧・心臓病・動脈硬化・体調の悪い方は医師の指示を受けてください。



お盆を新畳で迎えませんか
予約受付中です

吉岡たみみ商店

厚生労働大臣認定 一級技能士
吉岡豊司・吉岡逸人

宇陀市大宇陀区上茶2092番地
(宇陀市松山重伝建地区)

電話 0745-83-1763

日曜・祝日も営業致しております

当店では「安心・安全」の厳選された純国産畳表を使用しております。
お客様のご要望に添える品を取り揃えておりますのでお気軽にご相談下さい。

各宗 石碑 灯籠 あらゆる石材加工販売



森井石材工業

☎632-0204 室生区小原91の1

本社工場 電話 0743-82-1633

FAX 0743-82-1602

大宇陀温泉 あきのの
有効期限：
平成20年7月末
市民割引カード引換券

「人権ポスター」優秀作品の紹介

7月の「差別をなくす強調月間」に先がけて県が募集した「人権ポスター・標語」に、ポスターの部22,107点・標語の部19,932点の応募がありました。

県選考で、宇陀市内の学校から次の作品が優秀作品に選ばれました。(敬称略)

【小学校の部 低学年】



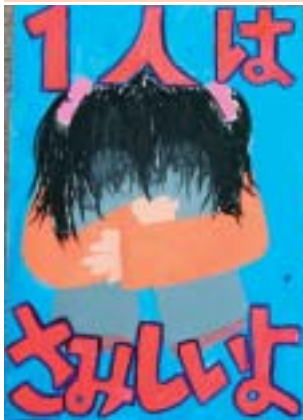
室生西小 窪田衛人(2年)

【小学校の部 高学年】



室生西小 西岡千晴(6年)

【小学校の部 高学年】



榛原東小 板垣侑佳(6年)

【小学校の部 低学年】



菟田野小 植田光軌(2年)



発行 宇陀市 〒633-0292 宇陀市榛原区下井足17番地の3

TEL 0745-82-8000 FAX 0745-82-3900

宇陀市ホームページ <http://www.city.udanara.jp>

◆表紙「うだ」の字は、前田市長の自筆です。

■ダイヤルイン番号

宇陀市役所

秘書広報課 82-3912	人権施策課 82-2147	営繕課 82-5642
企画課 82-1362	環境対策課 82-2202	監理課 82-5658
人事課 82-1303	健康増進課 82-3692	出納室 82-5673
総務課 82-1302	厚生保護課 82-2221	議会事務局 82-5771
危機管理室 82-1304	福祉課 82-2236	農業委員会 82-5781
管財課 82-3632	長寿介護課 82-3675	
財政課 82-1305	農林課 82-3679	宇陀市教育委員会 84-2522
行政改革推進室 82-3643	商工観光課 82-2457	教育総務課 84-3471
税務課 82-1306	地籍調査課 82-5608	学校教育課 84-3472
収納課 82-1352	都市計画課 82-5624	生涯学習課 84-3473
情報システム課 82-2121	公園課 82-3674	人権教育室 84-3474
市民課 82-2143	下水道課 82-5627	
保険年金課 82-3672	建設課 82-5638	宇陀市水道局 82-2185

大宇陀地域事務所 83-2251

菟田野地域事務所 84-2521

榛原地域事務所 82-1301

地域振興課 82-5864

室生地域事務所 92-2001

■広報うだ設置場所

- ◎道の駅宇陀路大宇陀
- ◎市文化会館 (火曜日、祝日)
- ◎菟田野人権交流センター (第1・2・4日曜日、祝日)
- ◎菟田野分館 (月曜日、祝日)
- ◎大和富士ホール (月曜日)
- ◎市立中央図書館 (月曜日・祝日)
- ◎伊那佐文化センター (月曜日)
- ◎農林会館 (水曜日、第2・4火曜日、祝日)
- ◎たかぎふるさと館 (月曜日、第1・3火曜日、祝日)
- ◎ふれiギャラリー (金・土曜日)
- ◎室生ぬく森の郷 (土・日曜日、祝日)
- ◎市役所 [1階ふるさとテラス]
- ◎各地域事務所
市役所・地域事務所は土・日曜日、祝日でも可。

※()内は休館日です。



平城遷都
1300年
記念事業

西暦2010年開催 平城遷都1300年記念事業を成功させよう!

<http://www.1300.jp/>