



# うだ



市の花  
すずらん



市の木  
ひのき



市の鳥  
うぐいす



## 特集 宇陀市物語



宇陀市誕生10周年  
かがやけ 宇陀市  
～森緑に向かって～

2015 117号

平成27年

# 9

### C O N T E N T S

特集 宇陀市物語	2
市政トピックス	6
宇陀市誕生10周年記念事業	9
うだちから	12
まちのわだい	14
宇陀市立病院・ウェルネス	16
みんなで子育て	18
保健センター・お知らせ	20
みんなの掲示板	28
うだチャン11ch	31

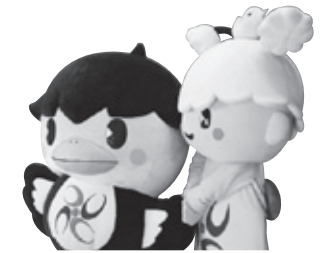
自然環境に  
恵まれているね！

宇陀市には、  
古い伝統が受け継がれ  
ている所が多くあるよ！

宇陀市のマスコットキャラクター  
ウッピー(左)／ハッピー(右)



# 宇陀市物語



〜住んでみたい 住んでよかった 宇陀市の魅力〜

毎年700人前後の方が宇陀市へ転入され、豊かな自然に囲まれ、四季の移り変わりを感じながら、自分らしい生き方、新しい人生の再出発の場所として暮らしておられます。いわば、700通りのそれぞれの新たな土地での物語を歩まれているわけです。

今回の特集では、そのような物語をご紹介させていただきます。

問 まちづくり支援課 (☎82・3910 / IP☎88・9094)

## 定住促進奨励金

子育て支援加算あり

市では、定住者の増加と自治会活性化による「活力あるまちづくり」を推進するため、「定住促進奨励金」制度を行っています。

### ◆定住促進奨励金とは？

宇陀市内に定住を目的として住宅取得(※)された交付対象者の方に、市内で買物できる「宇陀市ウッピ―商品券」を交付します。

※住宅取得とは、自ら居住するための住宅を「新築」または「購入」すること、住宅の所有権登記を完了したものに限りません。なお、相続や贈与による場合は対象外です。

### 【交付額】

- ① 宇陀市ウッピ―商品券
- ① 転入者：10万円分
- ② 宇陀市民：5万円分

## ☆子育て支援加算☆

今年4月から、子育て支援加算で「子育て世帯」を応援しています。

平成27年4月1日以降に住宅の所有権登記した申請者を対象に、申請時に18歳以下の子どもが同居する世帯には、上記の交付額に子育て支援加算金を上乗せして交付します。

### 「宇陀市ウッピ―商品券」

- 18歳以下の子どもが
- ① 1人いる世帯 (5万円分加算)
- ② 2人いる世帯 (10万円分加算)
- ③ 3人以上いる世帯 (20万円分加算)

### 【申請方法】 定住促進奨励

移住定住相談ワンストップ窓口を、まちづくり支援課に開設していますので、お気軽にお問い合わせください。

宇陀市定住促進 検索



金交付申請書に必要な書類を添えて、まちづくり支援課に申請してください。(郵送不可)

※必要書類などの詳細は、まちづくり支援課までご確認ください。

### 【申請期限】 住宅取得した

建物の所有権登記の日から1年以内  
※事業が終了すれば、1年以内であっても申請はできません。

## 空き家の有効活用をお考えの方へ

### ◆空き家の情報を募集しています◆

#### ○空き家情報バンク制度

市内の空き家の有効活用を通して、まちなか居住、住み替え、U-Jターンによる定住を促進し、地域の活性化を図ることを目的として、市では平成23年から空き家情報バンク制度を設置し、市内外に広く広報しています。現在の登録件数は29件です。

- ① 空き家 (住める物件であること)
- ・売却希望：1戸建て、分譲マンション

#### 〈空き家情報バンクの手続きの流れ〉

① 登録希望  
まちづくり支援課にご連絡ください。必要な情報を伺い、現地調査の日程調整を行います。

② 調査  
市の担当者、市と協定を結んだ宅地建物取引業者の二者がお伺いし、物件の調査をさせていただきます。調査日には立ち会いをお願いします。

③ 物件登録  
登録は宅地建物取引業者が行います。このとき所有者の方は、物件情報の提供と登録の同意をお願いします。

④ 情報発信  
市はホームページ等を活用し、利用を希望する方に情報発信を行います。

⑤ 契約  
交渉や契約は、物件登録をした宅地建物取引業者を仲介として行っていただきます。

※契約が成立したときは、仲介業務を行う宅地建物取引業者に対し、宅地建物取引業法の規定による国土交通大臣が定めた額の範囲内で仲介手数料が必要です。

※1専有部分

・賃貸希望：1戸建て

※賃貸目的に建築された建物(アパート、マンション等)は登録できません。

② 空き地 (地目が宅地であり、住宅の建築が可能であること)

・売却希望に限り登録できます。

※賃貸希望は、登録できません。

宇陀市空き家情報バンク 検索

# 自然と人に恵まれた環境で、 新たなチャレンジ！

## 宮地 保富さん

(菟田野松井)



今年4月に生駒市から宇陀市に転入してきました。

サラリーマン時代に経理、生産管理、製造、営業等の仕事をしていましたので、そのときの知識や経験を生かし、いろいろな団体を支援する「NPOチャレンジ企業支援隊」の理事や県の女性の社会参加促進事業に係る仕事に携わっていました。

NPOの関係で、平成23年「奈良カエデの郷ひらら」に、そして翌年「伊那佐野人」を訪問したとき、奈良にこんなすばらしいところがあるのなら、ここに住んでみたいと思いました。室生・菟田野方面で住む場所を探していたとき、偶然「奈良カエデの郷ひらら」の当時の森本徳蔵理事長にここを紹介していただきました。

家庭菜園ができて、車で桜井・橿原方面に出かけるにもそんなに遠くないという立地条件が一致したので移住を決めました。

### 昔のよき日本が ここには残っています

家の前が小中学校の通学路とあって、子ども達が「おはようございます」と気持ちよく挨拶をしてくれます。また、地域の自治会長や地元の方々と交流したり、隣のおばあちゃんや野菜作りの話をしたり、人と交流するのが大好きな私にとって、こんな素晴らしい方々と出会える恵まれた環境の中で、毎日楽しく過ごす



テニス仲間と収穫した野菜でバーベキュー

ことができてうれしく思います。

ここには、人の心を気付かう謙虚な心とマナー、すばらしい自然、そして、すっと入っていきける環境があります。ここに住んでみて「昔のよき日本がここにある」と感じました。これからも、もっともっと、素敵な出会いを楽しみにしています。

さらに宇陀の良さをアピールして、体験できるような工夫を行い、地域に役立つ活動につなげていきたいと思っています。

### 大病を患い考えが変わりました

私は、50代前半に2度のガンと急性心筋梗塞になり、死を覚悟した時期がありました。がん、免疫療法等によりガンを克服することができました。ここに来てから好きなテニスも再開、素敵な仲間たちと収穫した野菜を使ってバーベキューをするのも

楽しみのひとつです。

大病を克服したことで、改めて人のために尽くさなくてはと感じました。まだまだ人のお世話をしたい、少しでも人の役に立ちたい、その気持ちを忘れずに前向きに過ごしていきます。また、この経験を生かしてガン患者のサポートもしています。

モットーは、過去のことは色々と考えない、今できることを精いっぱいする、先のことだけを考えることです。

これからも、楽しみながら地域の人の役にたてたらと笑顔で語られました。

この宇陀の地で、新たな人生にチャレンジされることをご期待しています。



### 小久保泰典さん (松井自治会長)

松井自治会では、6月初めに人権行事の一貫として「ふれあいデー」を開催、そのとき、新しく村入りされた宮地さんを紹介させていただきました。初めての地で、不安もあると思いますが、よろしく願います。

先日、地域活動の一環である菟田野中学校のクラブ活動運営にも快くご協力いただき、お互い心が通じあっている感じがしてうれしく思いました。

# 四季を体で感じながら、 のびのび子育て

赤司 研介さん

多恵子さん  
ゆうちゃん  
元くん

(榛原澤)



赤司さん一家が、神奈川から奈良に移り住んだのは3年前。東日本大震災が起きた数日後に娘さんが生まれ、原発事故による放射能のリスクから子どもを遠ざけてあげたいと、移住を考えるようになってきました。

「昨年6月、ご縁に恵まれて、妻の出身地である宇陀市に移り住むことができました。何軒か空き家を見て回ったのですが、澤の開けている感じや日当たりの良さ、緑の多さがとても心地よくて、ここに住みたいと思いました」

## 子育てに向けた自然環境が魅力

田舎暮らしの魅力について尋ねると、「子どもたちをのびのびと育てられることです」と、多恵子さんが話します。

「周辺は緑や花や生き物がいっぱい。花の香りがして、虫や鳥の音が絶えず聞こえる環境でお花摘みをしたり、四季を体で感じさせてあげられることがとても嬉しいです。走って跳んで大声を出して。そんな田舎では当たり前なことも、街暮らしの頃は自由にさせてあげられませんでしたから」

## 大変だと感じたことはない

それでも街から田舎へ。慣れない暮らしは大変ではないのでしょうか？

「村のみなさんには、野菜やお花をたくさんいただいたり、本当に良く

してもらっていて、ありがたいです。村の行事にもできる限り参加させてもらっているのですが、大変だと思ったことはないですね。むしろ知らないことだらけで、とてもおもしろいです。それに、行事があるから、その度にみなさんと顔を合わせることができて、こちらのことを知ってもらえるし、こちらも知ることができる。そうやって、少しずつできていくつながりがうれしいです」

## 未経験の野菜づくりにも挑戦

赤司さん一家は、自宅前の畑を借りて、それまでしたことのない野菜づくりにもチャレンジされています。畑の手入れは主に多恵子さんの仕事です。

「近所の方たちにとっても親切にしていたら、土づくりや種のまき方など、一から教えてもらっています。まだまだ自分たちだけでは



子どもたちが大好きなトマトを収穫

砥出 嘉信さん  
(澤自治会長)

息子と奥さんが同級生、下の子と孫が同級生という巡りあわせに驚いています。

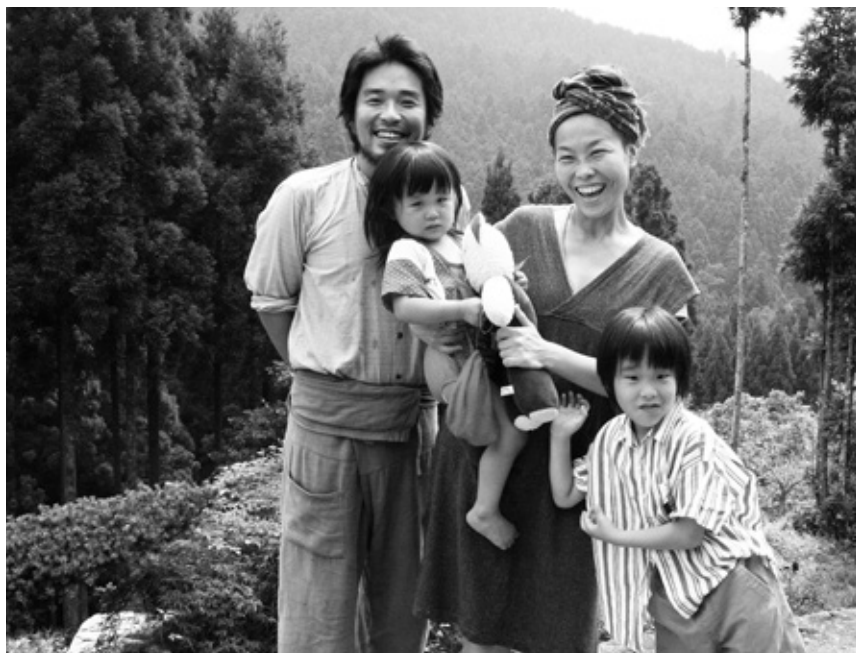
36世帯中4世帯しか子どもが居る家庭がなく、過疎化・高齢化のどこの時代かと思いますが、この自然な状態と昔から続いている行事に興味があり大好きだそうです。簡素化してこういう風潮の時代に入ってきていただいて、地域の将来にも頼もしい家族です。

分からないことばかりなので、本当にありがたく、おかげさまで日々成長する野菜の姿に、ささやかな感動をもらう毎日です。畑を始めから、生ゴミを土に還すようになりました。その生ゴミが土になって野菜が育って、また生ゴミになって…そういう自然の循環を意識するようになったり、生まれ育った場所のほずなのに、宇陀に帰ってきてから、どんどん価値観が変わってきていて、それがとてもたのしいです」

取材中、お子さんたちがのびのびとされている様子が、微笑ましかったです。

# 豊かな自然環境の中で、 家族みんなで楽しく

柳原 武蔵さん  
志帆さん  
寿音くん  
音緒ちゃん  
(室生黒岩)



柳原さん一家は、昨年11月に桜井市から宇陀市に転入。結婚した当時、は神奈川県で暮らしていて、東日本大震災を経験したことがきっかけで、「このままではいけない、自分が目指している生活に近づかなくては」と思い、関西に引っ越しを考えたそうです。

将来、カフェをしたいと思っていたので、住居兼店になるところがないか探していました。「ままんまっだ」で交流があり、数年前から家族ぐるみの付き合いをしている友だちが下田口に住んでいて、近くの黒岩にいい物件が見つかったので移住を決めました。

## 無農薬野菜が安くて新鮮

ここは環境にすぐ恵まれていて、無農薬野菜が安いし新鮮で、とても美味しいです。そして何より、誰が作った野菜かわかり、生産者の顔が見えて安心です。

現在、明日香や名張方面に農薬や化学肥料を使わない農法で栽培したコーヒード豆を使ったオーガニックコーヒーとワッフルを移動販売しています。オーガニック好きな方々と交流しながら生活できるといいなと思っています。

## 家の周りのシチュエーションがすばらしい

玄関を開けるとすぐ前が山で、日の出や夕焼けはもちろん、周辺には

灯がなく、星が間近に見えて本当にきれいです。こんなシチュエーションが、一番気に入っています。虫もたくさん見ることができました。シカにも毎日会いますが…。

## 伝統や行事、寺や遺跡が多く残っている

ここに住んでみて、昔からずっと受け継がれている伝統や月毎の行事が今も残っていることに驚きました。ここには、一緒に体験することのできる、ひと昔前の書物の中のものがあるように思います。

引っ越しの翌日、お宮さんの「こくまき」の餅つきを一緒にさせてもらったり、お祭り当日にはよく拾いを初体験しました。「こくまき」初めて聞く言葉に、何かなと思いました。奈良には歴史の授業で習った寺



木登りが上手になりました

## 的場 尤子さん (室生地区民生児童委員)



意欲的な若いご家族が来られて、みんなが喜んでいて、村の行事にも積極的に参加してくれて、こんなありがたいことはないです。また、子どもたちが愛らしくとても可愛く、ずっと前から居てるような感じがします。協力できることはさせていただけたらと思っています。一日も早くこちらの生活に慣れてくださいね。

や遺跡が多くあることにも驚きました。上の子が大仏や仏像が好きなので、よくお寺参りにもいきます。絵を描くことも大好きなので、色々なものを自由に描いてほしいです。子どもたちは、草引きをしていると手伝ってくれたり、庭の木や石に登って遊んだり、自然に触れ合っただけで家族みんなで楽しく過ごしています。

将来、黒岩で自然農法で育てた野菜や食材をメインに提供するカフェをオープンできるように頑張ります。田舎にもこんなお店があるんだと発信したいです。

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

病院・ウエルネス

みんなで子育て

お知らせ

掲示板

うだちゃん

市内での同窓会を応援！  
**宇陀市「アタック25」  
25歳の同窓会応援事業補助金を開設**

久しぶりに同窓会  
しませんか？



市では、宇陀市独自の人口減少対策として、定住人口の増加と地域経済の活性化を目的に、市内で同窓会を開催された場合、経費の一部を助成することになりました。この同窓会を通じて、宇陀市への定住やふるさとへのUターンをより現実的に考えるきっかけになることを期待しています。

ボク、ハッピーが説明するね！

詳しくは・・・  
問 まちづくり支援課  
(☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

同窓会では、今の宇陀市のことや、これから、まちが元気になるようなことをいっぱいお話ししてね！  
これをきっかけに、みんなが「これからもここで住もう」「宇陀市に戻ってこよう」って思ってくれることを願っているよ！



**Q. 対象となる同窓会は？**

A. 同じ学校の卒業生で、同じ学年・同じ学級の同窓会だよ。

**Q. 補助する条件は？**

A. 市内で開催してね！  
A. 同窓会の出席者全員が平成2年4月2日～平成3年4月1日の生まれであること。  
A. 同窓会の案内を25名以上に送付していること。※特別な事情がある場合は相談してね！

**Q. いくら補助してくれるの？**

A. 一人につき最大2,500円。ただし、全員で25万円が限度だよ。  
A. 補助金は、一つの同窓会につき1回。

**Q. どんな手続きがいるの？**

A. 必ず同窓会の開催14日前までに申請してね！実績報告書も出してね！  
A. 補助金は、同窓会が終わってから提出された実績報告書を審査して幹事さんにお支払いします。

**宇陀市農業委員36人が決まりました**

農業委員会は、「農業委員会等に関する法律」に基づき市町村に置かれる行政委員会であり、農業者の代表機関として市町村から独立して、農地法に基づく許可等の行政事務を行っています。  
なお、任期は7月20日から平成30年7月19日まで。業務推進にご理解・ご協力よろしくお願います。

**【選挙による委員】**

7月12日執行の農業委員会選挙により、次の29名の方が無投票により当選されました。

- 松尾 謙司 (大宇陀馬取柿)
- 的場 正徳 (大宇陀平尾)
- 窪田 邦彦 (大宇陀田原)
- 宇廻 幸雄 (大宇陀下宮奥)
- 森本 正廣 (大宇陀下品)
- 北脇 正文 (大宇陀岩清水)
- 西岡 嘉朗 (大宇陀本郷)
- 巽 周二 (大宇陀守道)
- 染田 繁治 (菟田野岩端)
- 豊田 誠康 (菟田野宇賀志)
- 藤村 秀也 (菟田野入谷)
- 井岡 康夫 (菟田野見田)
- 寺澤 守哉 (菟田野岩崎)
- 山岡 悦昭 (榛原三宮寺)
- 松本 啓 (榛原比布)
- 巽 重弘 (榛原上井足)
- 林 重光 (榛原笠間)
- 今谷 宗義 (榛原戒場)
- 増田 嘉久 (榛原赤瀬)
- 楠田 正登 (榛原角柄)
- 堂前 俊文 (榛原赤埴)

**【県農業協同組合推薦による委員】**

○ 福角 美榮子 (榛原比布)

**【宇陀農業共済組合推薦による委員】**

○ 小松 儀平 (榛原赤埴)

**【大和高原北部土地改良区推薦による委員】**

○ 下村 雅清 (室生上笠間)

**【議会推薦による委員】**

- 西岡 宏泰 (大宇陀野依)
- 菊岡 千秋 (菟田野古市場)
- 井藤 澄子 (大宇陀平尾)
- 山口 武 (榛原大貝)

〔順不同・敬称略〕

**問 農業委員会**

(☎ 82・5781 / IP ☎ 88・9089)

# オオサンショウウオの全国大会が

## 10月に宇陀市で開催されます!!

宇陀市にいるよ！  
生き物の国宝オオサンショウウオ！

各地で実施されている特別天然記念物オオサンショウウオの研究調査、保護活動等に携わっている全国の関係者が集う全国大会が開催されます。

これは、毎年1回、オオサンショウウオに関する関係者間の情報交換、地域住民への周知等を目的に行われるもので、県内で開催するのは初めて！

今回は、特別講演をはじめ各地での活動報告や夜間観察会、地域見学等を予定しています。

参加には事前申し込みが必要。なお、市民は参加費無料です。ぜひ、ご参加ください！



▲「宇陀のさんちゃん」は、オオサンショウウオ保護活動の一環で、奈良県宇陀土木事務所と県立大宇陀高校家庭クラブによってつくられたキャラクターです。  
「オオサンショウウオがすむ美しい川を守る一助になれば。」との思いで誕生しました。

【日時】 10月3日(土) 午後1時～10時  
4日(日) 午前8時30分～午後4時

【場所】 室生振興センター、室生川 他

【参加費】 一般2,000円(市民は無料)

【申し込み】 9月18日(金)までに申込書により、〒FAX・メールのいずれかで。

【文化財課】

〒633-0292

榛原下井足17番地の3

TEL 82・3976 / FAX 88・9365

IP 88・9365

メール: bunkazai@city.uda.lg.jp

### 市長日記

#### 宇陀市の将来の担い手



▼宇陀市誕生10周年記念事業の一環として、市内小学生を対象に子ども議会と一日市長を開催しました。子ども議会では6年生15名が参加し、災害対策や観光、高齢者の見守り、国際交流等、子どもの視点から一生懸命考えられた質問や提案、要望をいただきました。また、一日市長では5年生12名が参加し、市長の公務と市役所業務の一部を体験していただきました。

▼いずれも、将来の担い手づくりの一環として取り組んだものですが、初めての試みなので、皆さんに理解してもらえるか？楽しんでもらえるか？と不安がありました。しかし、子どもたちは、初めての環境と知らないお友達の中で緊張しながらも好奇心、そしてチャレンジ精神いっぱいに取り組んでくれました。何より、将来を担う子どもたちと話し合えることができ、私自身にとっても初心に立ち返る素晴らしい機会となりました。参加いただき本当にありがとうございました。

▼子どもたちが言ったように、私も宇陀市が大好きです。これからも市長として、皆さんのがんばりに負けないように、まち



一日市長さんたちから、いっぱい質問いただきました。ありがとうございます。

の将来のために一生懸命がんばっていきます。

▼今、人口減少が大きな問題となっています。宇陀市で生まれ育った子どもたちには、この素晴らしい環境の中で、よく遊び、よく学び、苦しいこと楽しいことを経験し、豊かな人として成長してほしい、立派な社会人として活躍し、ここに住み続けてもらいたいと願っています。そして、また自分たちと同じように宇陀市を誇りに思うような次世代の子どもたちを育ててもらうたいと願っています。

▼そのため、みんなで心も身体も、老いも若きも子どももみんな元気なウエルネスシティをつくっていききたい、また皆さんが夢を実現できるような、皆さんを応援できる宇陀市でありたいと思っています。市としても、今まで以上に市民から信頼される行政を目指していきます。

▼暑い日が続きます。時には前進、時にはリフレッシュ。気分を変えながら毎日を楽しんでください。

宇陀市 オオサンショウウオの会 検索

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

病院・ウエルネス

みんなで子育て

お知らせ

掲示板

うだちゃん



# 10月からあなたにもマイナンバーが通知されます

## 10月から通知カードで個人番号を通知

住民票を有するすべての方に一人一つの12桁の個人番号（マイナンバー）をお知らせします。

いつ届くの？

個人番号を記載した「通知カード」は、世帯単位に住民票の住所へ簡易書留で送付します。各家庭へ届くのは10月中旬以降の予定です。

11月になっても届かない場合はお問い合わせください。

※長期に不在となる場合、または住民票の住所と異なるところに在住の場合は届かないことがあります。

※DV・ストーカー行為等の被害者、長期入院等で住所以外に居住されている方等は、9月25日までに手続きすると送付先を変更できる制度もあります。

どう使う時に使うの？

今後は税や社会保障等の行政手続きが必要になりますので大切に保管ください。

（再交付を受ける場合は有料）

## 来年1月から希望する方に個人番号カードを交付

費用は？申請が必要？

初回の発行手数料は無料（再交付を受ける場合は有料）

有効期限は、発行日から10回目（発行時20歳未満の方は5回目）の誕生日まで。

希望される方は通知カードと一緒に送付していただきます申請書にてお申し込みください。

このカードは、通知カードと住民基本台帳カード（所持している方のみ）との交換となりますのでご了承ください。

どう使う時に使うの？

このカードの表面には、顔写真・氏名・住所・性別・生年月日記載され、裏面には個人番号が記載されます。

行政手続きの際の個人番号の確認および本人確認手段やe-Tax（国税申告・納税システム）等の電子申請に利用できます。

個人番号： ○○○○…○  
 生年月日： ○年□月△日  
 性別： □  
 氏名： △△ △△  
 住所： ○市○○

通知カード（紙）



個人番号カード（プラスチック）

## 住基カードをお持ちの方

マイナンバー制度の導入に伴い、現在の住基カードの発行は今年12月末、住基カードへの電子証明書の発行は12月22日をもって終了します。

すでに発行を受けている住基カードおよびカードに登録されている電子証明書は、来年1月以降もその有効期限または規定の失効時まで引き続き利用できます。

各カードについては

### 問 市民課

☎82・2143 / IP ☎88・9076

マイナンバー制度については

### 問 企画課

☎82・1362 / IP ☎88・9074

☆輝く元気な宇陀市民を紹介☆

# キラリうだ人

9月10日は「下水道の日」。下水道の役割や整備等に関心をもっていただくとう毎年「宇陀川下水道まつり」（p25参照）を開催しています。今回は、地下と地上を結ぶマンホールに魅せられて、全国の拓本を収集されている中田さんからお話を伺いました。



大阪拓本クラブ顧問 中田 芙紗さん  
（様原天満台西4）

のササユリを収集中です。ササユリに魅せられたのは「深野のササユリ保存会」がユネスコ「プロジェクト未来遺産」に登録され、市の伝達式に私も出席したことがきっかけです。最近、兵庫県多可町八千代区まで行ってきましたが、そこはシカやキジが出るすごいところでした。マンホールは、「地域のお宝」です。ぜひ、みなさんにも興味を持っていただけたらと思います。

約15年前からマンホールの拓本を始めました。そのころ体調を崩していた介護の方のお世話になっていたのですが、散歩に出かけたとき、裏の路上に榛原町の花「つつじ」が描かれたマンホールを見て、拓本したいと思ったのがきっかけです。マンホールは、浄水場や遊歩道などにあるので採拓するのは大変ですが、保存するため濃くして残したいと思っています。マンホール蓋には地域性があることを知り、今までに約150カ所の市町村を訪れました。デザインについて調べると奥が深く、とてもおもしろいです。現在、マンホールに描かれた全国

今年、夢がひとつ叶いました。自分の部屋から眺めていた大和富士（額井岳）に、一度登ってみたいと思っていましたが、「大和富士に登ろう」（観光協会事業）の日に偶然にも登ることができました。不思議なんです、十八神社でいただいた美味しい豚汁で元気がでて、「今しかない」と思ったのです。とてもしんどかったですが、達成感があり感激しました。来年80歳になります「失敗は成功の元」、これからもいろんなことに挑戦していきます。◎手間ひまかけて生み出した作品をぜひご覧ください。  
<http://www.occn.zap.ne.jp/seiundou/nakata.html>



宇陀市誕生 10 周年

# かがやけ 宇陀市

～未来に向かって～

## この機会に、うだ で楽しもう！！

記念イベントはまだまだ続きます！  
みなさんのご参加・盛り上げ、お願いします！

問 企画課 (☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

宇陀市誕生 10 周年 [検索](#)



### イベント情報

#### 「出張！なんでも鑑定団 in 宇陀」

あの人気番組が宇陀で収録！みなさんのお宝お待ちしています！

詳細は折込チラシをご覧ください！

収録日 / 1月31日(日) 文化会館にて

鑑定依頼品および  
観覧希望者を募集中！

問 企画課

(☎ 82・1362 / IP ☎ 88・9074)

- 鑑定依頼品  
11月30日(月) 締め切り
- 観覧希望  
12月10日(木) 締め切り



1/31 (日)

#### 「薪能」

名月に誘われ 能楽の舞と囃子に親しむ会

中秋の名月に、能のダイジェスト版と呼ばれる「舞囃子」を「お囃子のおはなし」「能のおはなし」とともに楽しみませんか。

日時 / 9月27日(日) 中秋の名月  
午後4時30分開場～8時まで

会場 / 安楽寺廃寺跡(菟田野駒帰)

駐車場 / 旧宇賀志小学校校庭

入場整理券 / 無料

申込用紙に必要事項を記入し、下記の取扱所へお持ちください。入場整理券と交換します。交換期限は、9月10日(木)

整理券取扱所 / 宇陀市役所企画課・菟田野地域事務所・観光案内所うだ観処・道の駅宇陀路大宇陀

問 うたの夢街道実行委員会  
田中 (☎ 090・2018・9302)  
小松 (☎ 090・9705・1383)



9/27 (日)

### おしらせ

#### はならあと HANARART2015 宇陀松山 ボランティア大募集！

10月24日(土)～11月3日(火祝)

宇陀市松山伝建地区周辺にて「奈良・町家の芸術祭 はならあと」を開催！！

イベント開催期間中、会場となる町家にて、作品の見守りや来訪者への道案内のボランティアを募集！

半日単位からでもOK！地域をあげてのおもてなしに、お友達と一緒に参加してみませんか。

問 はならあと宇陀松山実行委員会  
田川 (☎ 080・2547・1980)



#### フोटコンテスト・PVコンテスト 作品募集中

PVコンテストは、11月24日まで

問 秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083)

フोटコンテストは、平成28年3月11日まで

問 まちづくり支援課 (☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

詳しくは、市ホームページ等をご覧ください。



# あすの宇陀市を託したい

## 子ども議会

宇陀市誕生10周年記念事業の一環として、7月28日、市議会議場において、宇陀市で初となる子ども議会を開催しました。

この事業は、将来を担う子どもたちに宇陀市のまちづくりについて考えてもらうこと、社会の一員としての意識を深めてもらうことを目的に実施したもので、市内各小学校6年生の中から選ばれた15名のみなさんに議員として参加いただきました。

子ども議員は、議長1名と議員14名に分かれ、市議会と同じように議会を進め、市長や教育長に対し、それぞれに考えてきた質問・アイデア・ご意見・要望を一般質問という形でしっかりと述べてくれました。

子どもたちの視点から、身近なところによく目を向けて真剣に「それはどういふことなんだろう?」「市はどう考えているんだろう?」

この模様は

9月13日(日) 13時~15時

うだチャンネル11で再放送

といった問題を見つけていく姿勢を素晴らしく感じました。そして「問題を解決するにはどうしたらいいんだろう?」と自分なりに解決策を提案してくれたことに、みなさんにある「宇陀市が好き」という気持ちを感じることができ、うれしく思いました。

このことが、今後の生活の中で地域社会の一員として地域に関心と理解を深めることにつながっていくことに期待しています。

今回参加してくれたみなさん、そして子どもたちと一緒に質問に取り組んでいただいたご家族や学校の方々に感謝します。ありがとうございました。

※8月3日に開催しました「一日市長」の様については広報うだ10月号でお知らせします。



特集

10周年記念事業

うだぢから

まちのわだい

病院・ウエルネス

みんなで子育て

お知らせ

掲示板

うだちゃん

# 子ども議員を紹介!

一般質問の概要は、ホームページでもお知らせします。

宇陀市 子ども議会

検索

※パソコンをお持ちでない方やインターネットをご利用でない方には、議会事務局にて記事のコピーをお渡しします。



**太田遥日** 議員 (大宇陀小)  
めったに座れない席に座らせてもらって光栄。今日のためにいろいろ勉強した。

## 宇陀市の災害対策について



**岡本明音** 議員 (菟田野小)  
とても良い思い出になった。家族ともいろいろ議論ができた。

## 国際交流について



**大家衣穂理** 議員 (榛原小)  
自分の意見をしっかり言えた。達成感があります。

## 高齢者の見守りに



**竹中遥香** 議員 (榛原東小)  
この独特の雰囲気に緊張した。大人の世界を少し垣間見れた気がした。

## オリジナルグッズ等の制作について



**永井優輝** 議員 (榛原西小)  
良い経験になった。参加して本当に良かった。

## 公園管理と整備について



**勝村文音** 議員 (室生西小)  
こういった機会を通して、少しでも市が良くなっていけばいいな。

## 観光について



**服部あきは** 議員 (室生東小)  
本物の議員みたいなことができて、すごく興奮した。大変だったけど楽しかった。

## 校統合について



**下西生純** 議員 (榛原小)  
なんとなくの気分で参加したけど、実際にやって良かった。

## テーマパークやお店の誘致について



**吉岡優羽** 議員 (大宇陀小)  
議会とか市のこととか、いろいろ勉強できて良かった。

## 学校についての希望



**中谷瑞希** 議員 (菟田野小)  
自分の質問がしっかり言えた。自信がたった。

## 市立図書館の利用について



**堀之内隼仁** 議員 (榛原小)  
緊張したけどやってよかった。いい思い出になった。

## ゴミ・糞尿の処理について



**木戸裕也** 議員 (榛原東小)  
感無量。大変だったけど議長という大役を受けさせてもらってよかった。

## スポーツ教室の開催について



**藤田樹理** 議員 (榛原西小)  
緊張したけど、一生懸命考えた。満足している。

## 農産物のブランド化と地産地消



**窪田仁美** 議員 (室生西小)  
市のことを勉強できて良かったし、市のことが少しわかってきた。

## たくさんの人に住んでもらうことについて



**好村初実** 議員 (室生東小)  
市がいろんなことを考えているのがわかった。大人になった時には役に立ちたい。

## サルやイノシシ等の被害対策

# 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。

## ① 日常の積み重ねから お互いの顔が見える 地域づくりを

〈北辰地域まちづくり協議会〉

北辰地域まち協は、平成26年12月21日に旧野依小学校区の11自治会を中心に、各種団体が参画して設立しました。世帯数はおよそ600、人口は、1,600人ほどの地域です。

協議会設立に至るまでには、有志や自治会長が懇談会を立ち上げて勉強会を重ねるなど、構築に時間をかけて検討を行いました。これが地域の信頼関

係を強めていくことにもなりました。またこの間には、野依小学校が大字陀小学校に統合されるといった変革も経験しました。

協議会は、代議員の声を反映しやすくするため、また、事業をスムーズに進めるために部会を設けずシンプルな組織とし、防災活動啓発事業、伝統行事継承活動、そして住環境整備を中心とした環境美化運動の3つを柱として活動しています。

今年度は、旧野依小学校を中心とした環境美化運動をはじめ、伝統行事を発展させた子どもと高齢者のふれあい事業、防災活動啓発事業等の事業計画が総会で承認されました。

日常の地味なことの積み重ねになりますが、地域の足元を見つめて自助、共助、近所づきあい、お互いの顔が見える地域が全体に広がっていくよう「安全・安心の地域社会づくり」をめざし事業に取り組んでいきます。



▲災害に強い地域づくりはどのまち協にも共通する課題です

No.39

新たな絆 まちづくり協議会

みんなの手でまちづくり

### 防災講演会を開催

(上龍門地域まち協)

7月26日、田原集会所において、市地域防災活動支援員を講師に迎え、防災講演会を開催。これがまち協として初めての事業となりました。

講演では、自分の身は自分で守り、地域のみんなで協力して地域を守るということが防災の基本で、防災減災として大切なことであること、また、そのためにも自主防災組織の設立が必要なことなど、わかりやすく説明をいただきました。特に、7月には、台風11号・12号の接近もあつたことから、参加者は熱心に聞き入っていました。

まち協では、11月には避難訓練を予定しており、今回の研修を参考に、地域での災害時に対する備えを進めていきます。



▲講演会には消防団員も参加地域一体となって防災に取り組めます

ふれあいを大切にし、地域力の強化を目指して (南部まち協)

7月3日「災害は必ずやってくる」と題し、防災学習会を開催。近年、異常気象による災害が相次ぐ中、他人ことではないと意識を高め、地域一丸となって、共に助け合える地域防災の強化を図ります。

また、7月12日には、地域と宮奥ダム周辺の美化活動としてクリーンウォークとともに、周辺の草刈作業を行いました。午後からは大道芸人のショーの見学や、親睦イベントを開催。

今後も郷土愛を育んでいけるような地域づくりに取り組み、この地域力を維持・継承していけるような地域を目指していきます。



▲子どもたちも参加することにより、世代を超えた交流が深まっています

## 2 実績報告会を開催

「まちづくり活動応援補助金事業」  
7月13日、午後2時から、市役所大  
会議室において「平成26年度宇陀市ま  
ちづくり活動応援補助金事業の実績報  
告会」を開催しました。

この補助金は、市民団体が自ら企画  
立案・実施する事業を補助することで  
市民が主役のまちづくり、地域の個性  
を生かしたまちづくりを進めるもので  
平成23年度から実施しています。

昨年度は、8団体から申請があり、  
新規事業3団体、継続事業3団体の合  
計6団体が採択。平成26年度は、短期  
間での募集で9月からの事業実施にな  
りましたが、それぞれの団体で創意工  
夫し、取り組んでいただきました。

実績報告会では、1団体10分以内の  
持ち時間で、パワーポイント等を使っ  
ての発表となり、成果報告や課題点等  
についてわかりやすく説明いただきま  
した。傍聴には、自治会やまち協、地  
域グループの方等、たくさん参加いた  
だき、みなさん熱心に耳を傾けておら  
れました。

6団体の実績報告の後、5名の審査  
委員による講評があり、それぞれ補助  
金助成の終了後、いかにして予算を確  
保して事業を継続させていくか。次世  
代の加入に繋げ傳承して行くか。地域  
とのつながりと発展についてなど、各  
事業を通して宇陀市の今後をどう考え  
るかということが話されました。

報告団体からは、「この報告会を契機  
に、更に新たな事業に取り組みたい」

という決意を述べられ、強い意欲を感  
じることができました。

まちづくり支援課では適正な「まち  
づくり活動応援補助金事業」の実施の  
ため、今後も公開プレゼンテーション・  
実績報告会等を継続していきたいと考  
えています。

この取り組みは、新たな事業を実施  
したり、既存の事業を拡大したりと活  
動を広げるチャンスでもあります。市  
民のみなさんの豊かな発想による創造  
性あふれる事業提案により、魅力的な  
まちづくりを推進するとともに、その  
成果や効果が宇陀市の更なる飛躍につ  
ながることを願っています。

これからも事業の企画・運営につい  
て、ご提案、またご協力いただけます  
ようお願いします。



▲今後も多くの団体の応募をお待ちしています。

当補助金事業やまちづくり活動につ  
いて、質問や相談等がありましたらお  
気軽にご連絡ください。  
問 まちづくり支援課  
☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094

## 薬草活用講演会を開催しました

7月11日に熊本県崇城（そうじょう）  
大学の村上光太郎先生を招き、薬草活用講  
演会「奇跡の野草たちを体に取り込む」  
を文化会館で開催。400名近い参加があ  
りました。

第2回目となる今回も、薬草・野草の効  
能や、薬草を活用した料理の話を生か  
らではの語り口調でユーモアたっぷりに  
語っていただきました。1時間半の講演で  
したが、会場では、感嘆の声や笑い声があ  
ちこちで。あつという間の講演会でした。

質疑応答では、活発な意見が飛び交い、  
みなさんの薬草に関する意識の高さがう  
かがえました。

また、講演会前には、村上先生と一緒に  
薬草の地である阿騎野で「野草めぐり」を  
行い、さまざまな野草の名前や特徴、そし  
て薬草としての効能について、実際に目に  
しながらお話を聞きました。参加者は、普  
段から見慣れているものをはじめ、身近に  
ある素晴らしい素材を目の前に興味津々  
の様子でした。

薬草逍遥（やくそうしょうしよう）  
毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けす  
コラムです。



▲参加者は身近な野草の効能に、「目からウロコが落ちた」と感心

問 産業企画課 ☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075

奈良県代表として活躍

## 「うた少年少女クラブ」が 全国大会出場

7月24日

「うた少年少女クラブ」の男子バレーボールチームが、「第35回全日本バレーボール小学生大会」出場の報告に竹内市長を表敬訪問しました。

キャプテンの白井康靖さんは「一所懸命プレーして優勝をねらいたいです」と奮闘を誓いました。

【出場選手】（順不同・敬称略）

[6年] 白井康靖、森田颯汰、山口優希、古川颯真、川崎礼司 [5年]、津崎優 [4年] 寺澤明星、峯山琉貴、森田爽兜

【大会結果】

○予選リーグ初日：うた0-2小岩クラブ（東京）、うた1-2ハヤブサ（山口） ○予選リーグ2日目：うた0-2ながはる（鹿児島）、うた2-1安来（島根）



修練の成果を発揮

## 少林寺拳法「大王クラブ」奈良県 大会で最優秀賞受賞

7月12日

奈良市中央体育館で「第66回奈良県民体育大会・2015少林寺拳法奈良県大会」が開催されました。当日は猛暑のなか、県下各支部より1,000人の拳士が集い、参加拳士全員が日頃の修練の成果を存分に発揮しました。少林寺拳法「大王クラブ」の拳士たちが最優秀賞を受賞されました。

【大会結果】（敬称略・順不同）

[少年黒帯の部] 最優秀1位：中川みのり、丸谷優奈  
[中学生の部] 最優秀1位：中川周大、徳永郁弥



日本代表チームの一員として

## 榛生昇陽高校自転車部 安川さん国際大会出場

7月16日

安川義道さん（3年生）は、カザフスタン・アスタナで開催される「2015UCIジュニアトラック自転車競技世界選手権大会」（8月19日～23日）の日本代表選手に選ばれ、大会出場の報告に福田教育長を表敬訪問されました。

福田教育長は「地元の方も、高校卒業生の方々も応援していますので、頑張ってきてください」と激励の言葉を、安川さんは「国際大会出場は今回2回目となりますが、この先のレースにつながるような体験をしたいと思います。全国トップを目指したいです」と力強く答えてくれました。



国防を担う決意あらたに

## 「平成27年度自衛隊入隊予定者 激励会」を開催

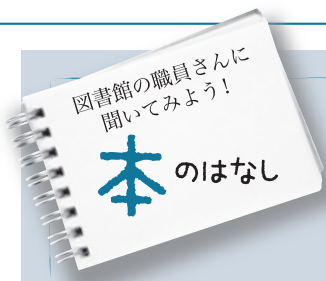
7月28日

市役所において自衛隊入隊予定者激励会が開催されました。

市長、自衛官募集相談員、自衛隊奈良地方協力本部本部長から自衛隊に入隊予定の室さんに激励の言葉が贈られました。

室さんは、力強く抱負を語られ、入隊への決意をあらたにされていました。





話題の  
**新刊本!**



『漢方今昔物語』  
大阪大学総合学術博物館 監修  
出版：大阪大学出版会

生薬の国産化を目指すという観点から漢方薬・生薬の世界を見るためのテキスト。日本の漢方産業の最前線、22世紀の薬草政策につなぐ共創的連携研究等を紹介しています。(大宇陀図書館所蔵※休館中は中央図書館)



今月の  
**オススメ!**

『風のヒルクライム』  
加部鈴子 著  
出版：岩崎書店

13歳の誕生日に父からロードバイクを贈られた涼太は、勢いでレースに出ることに。スタートに集う選手たちは、それぞれの人生模様を乗せてゴールを目指す。(大宇陀図書館所蔵※休館中は中央図書館)

図書館からの  
**まめ知識** Vol.18.

暑いようでも、そろそろ秋の気配が感じられます。秋にはイベントも盛りだくさんですが、読書の秋に何もしないなんて!と図書館でも9月に『もっと絵本に親しもう』と題して、童話作家松岡節先生にお話しをさせていただきます。

初回は6月に開催。松岡先生の児童文学に対する熱い思い、年齢を感じさせない熱弁に参加者のみなさんも感激していました。今回は「絵本とかかわり合っ」(絵本と子育て)と題して、お話しいただきます。今からあのパワフルで、スパッとしたお話しが楽しみです。

そうはいつでも、代表作『ぜんべいじいさんのいちご』から感じられる暖かさは先生のお話しの根っこにあり、それだからこそ私たちも惹きつけられるのでしょう。9月26日にはみなさんも松岡先生のパワーをどうぞ肌で感じてみてください。

おはなし会やその他のお知らせは P23

身近な法律に関する相談窓口  
**「登記・税金・年金など行政なんでも相談所」を開設**  
7月24日

今年も総務省奈良行政評価事務所による「登記・税金・年金など行政なんでも相談所」が、サンクシティで開設され、法務局、司法書士、税理士、社会保険労務士、弁護士、人権擁護委員、行政相談委員の方々が相談を受けました。

この日の相談件数は30件あり、主な相談内容は、民事に関する事、登記に関する事、税金に関する事のほか、身近な法律に関する相談が寄せられました。



文化芸術活動を通じて  
**木津川文化協会と意見交換会**  
7月22日

木津川文化協会の会員約30名が市文化協会と市役所において意見交換会を行いました。

木津川文化協会は3町が合併して活動されていて、宇陀市と同じような状況であることから、マンネリ化する活動状況をどのようにすればよいか、文化協会の運営、今後の方向性について話し合い、会員相互の交流を図りました。

今後の文化芸術活動の活性化につながることをご期待します。



ゲートボールに親しんでもらおうと  
**「親子ゲートボール教室」を開催**  
8月3日～5日

榛原屋内ゲートボール場(榛原松牧)で、小学生1年から6年生までを対象とした「第1回小学生親子ゲートボール教室」(宇陀市ゲートボール協会主催)が開催され、大人13人、子ども17人が参加しました。



教室では、スティックの握り方や打撃練習、第1ゲート通過などの基本練習を指導者の方から教わり、最終日には子どもと大人に分かれて楽しく対戦しました。参加者は「ゲートボールは初めてでしたが、とても楽しい。また、やってみたいです」と、元気に答えてくれました。

# 宇陀市立病院から

## ■小児科からお知らせ

9月から診療医師が変更になります

曜日	月	火	水	木	金
担当医		岸 本			

## 小児科携帯予約システムをご活用ください

小児科では携帯電話・スマートフォン・パソコンで診察時間を予約するサービスを行っています。

### 【小児科予約システムでできること】

- ・診察の時間予約・予約確認・取消しが可能。
- ・予約時間が近づいた際にお知らせメールで通知。
- ・市立病院からお知らせ情報を通知。

### 【予約できる時間（月～金曜日）】

	診察時間	受付可能時間
午前	午前9時～正午	当日午前5時～9時
午後	午後1時～4時	当日午前5時～午後1時

### 【利用方法】

#### 1. まず、アカウント作成が必要です

ログイン画面よりアカウントの作成へ進み、空メール送信のうえ、返信メールの指示に従い登録をしてください。



#### 2. つぎに、利用者登録が必要です

初めてご予約する場合、利用者（患者さま）の登録が必要です。ログイン後、氏名（カナ）、生年月日、診察券番号を入力してください。

<http://clinic.smiley-reserve.jp/udacity-hp>

問 経営企画課（☎ 82・0381）

## はじめます 禁煙外来

喫煙者の70%はニコチン依存症です。タバコをやめられないのは、あなたの意志の弱さではなく、ニコチンのもつ強い依存性が原因です。

このような喫煙習慣は「ニコチン依存症」といわれ、治療が必要な病気とされています。

病気は意志の力だけで治せるものではありません。禁煙成功のために、「お医者さんと禁煙」を始めてみませんか？

1. 診察日時 10月から毎週木曜日  
午後2時～4時
2. 予約方法 完全予約制です。  
(予約先：地域連携室 ☎ 85・1201)
3. 禁煙治療に健康保険の保険適用を受けるには、次の要件を全て満たすことが必要です

当院では、10月から禁煙外来を開設します。禁煙を試みても、なかなかやめられない方、禁煙外来ではあなたの禁煙を応援します。

- ① ニコチン依存症を診断するテストで5点以上であること
- ② (1日の平均喫煙本数×これまでの喫煙年数) が200以上であること
- ③ 1カ月以内に禁煙を始めたいと思っている方
- ④ 禁煙治療を受けることに文書で同意される方



担当医師：松島俊裕（内科）  
日本プライマリケア連合学会  
プライマリケア認定医  
奈良県立医科大学総合医療学講座所属



問 医務課（☎ 82・0381）

## ■市立病院職員募集（随時採用）

- 非常勤医師（消化器内科・呼吸器内科・一般内科）  
報酬：年俸制、1100万～1700万円（税込）  
※指導医・専門医等優遇します（要相談）。  
手当：各種手当は年俸に含む（退職金はありません）。  
業務内容：外来診療・病棟管理・当直業務  
経験：卒後5年以上 勤務日数：週4～5日  
※その他詳細はお問い合わせください
- 理学療法士（正職員）3名  
対象者：昭和50年4月2日以降に生まれ、資格を有する人  
採用試験：小論文・面接 試験日：後日連絡します  
提出書類：履歴書、資格証明書の写し
- 言語聴覚士（パート）1名  
対象者：昭和50年4月2日以降に生まれ、資格を有する人  
採用試験：小論文・面接 試験日：後日連絡します  
勤務日数：週1回 提出書類：履歴書、資格証明書の写し
- 医療事務員（パート）1名  
対象者：昭和40年4月2日以降に生まれた人  
採用試験：小論文・面接 試験日：後日連絡します  
提出書類：履歴書、資格証明書の写し
- 看護師（パート）1名・看護助手（パート）1名  
も募集中です。
- ★問い合わせ・申し込み：経営企画課  
(土・日・祝を除く午前9時～午後5時)

## ■糖尿病教室のご案内

### 【9月の予定】

- 10日（木）糖尿病の基礎知識 (第1回)
- 17日（木）糖尿病の治療 ～食事療法～ (第2回)
- 24日（木）糖尿病の治療 ～薬物療法～ (第3回)

【時間】午後2時30分～【開催場所】北館2階栄養指導室





「市民の誰もが健康で幸せなまち」をめざす宇陀市



# 健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

大人のためのアクアエクササイズ  
「大人アクア」が始まります (10月スタート)

問い合わせ 温水プール「アクア・グリーン榛原」  
(☎ 82・2200/IP ☎ 88・9106)



水の特性を利用した大人(中高年)のための水中運動教室を2教室開催します。膝や腰に不安のある方でも運動不足を解消できるプログラムです。初心者の方、泳げない方でも大丈夫です。

- 【場 所】 室内温水プール「アクア・グリーン榛原」
- 【対 象】 20歳以上の市民(持病のある方は医師の許可が必要)
- 【定 員】 各60名
- 【参加費】 1回800円
- 【持ち物】 水着、スイミングキャップ、飲み物、タオル

## ①膝腰機能改善ウォーキング

水中ウォーキング等の水中トレーニングの方法を学びます。膝、腰痛があり陸上での運動が困難な方にお勧め!

【日 時】 毎週水曜日 午後1時30分～2時15分  
【講 師】 健康運動指導士：井上明美先生

## ②アクアエクササイズ

水中ウォーキング・アクアビクスを中心とした水中プログラムです。水の特性により有効な筋力トレーニング、脂肪燃焼が期待できます。

【日 時】 毎週月曜日 午後1時30分～2時15分  
【講 師】 アクアビクスインストラクター：森本理恵先生

【申し込み】 ①②とも「アクア・グリーン榛原」にて、所定の申込用紙に記入のうえ申し込みください。

## ～宇陀市が新たに開設する在宅医療・介護の連携拠点～

# 宇陀市医療介護あんしんセンターから

問い合わせ：医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480)

※局番をお間違えないように、ご注意ください。

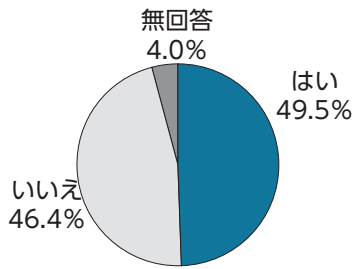
### シリーズ5

## 介護予防教室のご案内～楽しく頭と身体を動かそう～

昨年8月に行った、65歳以上のまだ介護認定を受けていない方を対象に行った調査では、健康づくりのため日ごろから運動に取り組んでいる方は、半数以下となっています。

高齢になっても、できる限りいきいきと自分らしく暮らしていくために、元気なときから運動などに取り組んでいくことが大切です。

### ●健康づくりのためにしている運動はありますか



### ●日ごろ行っている運動の種類

ウォーキング	367人
ジョギング	32人
水泳	23人
ラジオ体操	194人
その他	222人
無回答	12人
運動していない等	703人

(65歳以上 1,393名)

### ■チェックリスト

質 問	解 答 欄 〈合計点数〉	
階段の手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい 0点	いいえ 1点
椅子に座った状態から何も捕まらずに立ち上がっていますか	はい 0点	いいえ 1点
15分くらい続けて歩いていますか	はい 0点	いいえ 1点
この1年間に転んだことがありますか	はい 1点	いいえ 0点
転倒に対する不安は大きいですか	はい 1点	いいえ 0点

### ■「介護予防教室」参加者募集!!

市では65歳以上の生活機能の低下を防ぐことを目的に「介護予防教室」を行っています。

【内 容】○運動機能の低下を防ぐ筋力トレーニング ○認知症予防プログラム 等

【指導者】理学療法士・看護師等

【対 象】○要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方

○下記「チェックリスト」の採点結果の合計点数が3点以上の方

【対 象】9月18日(金)までに、医療介護あんしんセンターへお電話ください



【アンケート調査のご協力をお願いします】医療介護あんしんセンターでは、9月に「在宅医療・介護・認知症に関するアンケート調査」を実施しています。送付された方は、ご協力をよろしくお願いいたします。

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

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

## ☆なかよしひろば (申込不要)

毎月午後から就学前の子どもたちが遊べるように施設を開放します。

【対象】 市内在住の就学前(小学校入学まで)の乳幼児とその保護者

【日時】 9月28日(月) 受付:午後2時15分 午後2時30分~(1時間程度)

【場所】 榛原フレンドパーク

【持ち物】 水筒、タオル

## ポイント 健康作業 教室

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。(9月の開催場所は、カレンダーをご覧ください。)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未就園児とその保護者

【時間】 午前10時~11時30分

【持ち物】 水筒、帽子

## ☆支援センター開放 (申込不要)

【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(土・日曜日、祝日を除く) 午前9時~午後4時

## 親子教室「すくすく教室」 第2次募集 (登録制)

市内在住の親子で交流しながら楽しい遊びを体験し、友だちを作りましょう。

【募集人数】 ◇0歳児(平成26年12月1日~平成27年4月1日生まれ)の児:15組

◇2歳児(平成24年4月2日~平成25年4月1日生まれ)の児:若干名

【開催場所】 子育て支援センター2階

【参加費】 500円(登録料)

【申込方法】 9月1日(火)~11日(金)

午前9時~午後4時(土・日曜日を除く)までに、子育て支援センターへ直接、または電話でお願いします。

※お子さまの年齢に応じてクラス分けを行います。詳細については、登録完了後に連絡させていただきます。

【子育て支援センター】 ☎84・9925

## ファミリー・サポート・センター

ファミリー・サポート・センターは子育てのお手伝いをしてほしい人(利用会員)と子育てのお手伝いができる人(サポート会員)の会員組織です。\*会員登録は無料です。

〈たとえばこんな時〉

☆仕事の都合で、幼稚園、保育所、小

学校のお迎えに間に合わない誰かに頼めたら... ☆子どもの参観日、下の子を見てもらえたら... ☆お医者さんに行く間、お買い物に行く間、冠婚葬祭の時子どもを見てもらえたら...  
〈そんな時に!〉

「お困りならお手伝いできますよ」という人(サポート会員)がお子さんをお預かりします。

【対象】 生後6か月~9歳(小学校3年生)

【場所】 サポーター宅(場所は相談可)

【時間】 午前8時~午後7時

【料金】 ○月~金曜日:子ども一人につき1時間当たり700円 ○土・日、祝日:子ども一人につき1時間当たり800円 ※別途出張費:1回50円

## 「子育てサポーター養成講座」受講者募集

子育て中の家庭を応援するファミリー・サポート・センターの養成講座です。子育ての経験がある方や子育てに関心がある方で「子育てを応援したい」「子どもが好き」な方なら、男女を問わずどなたでも受講できます。講座修了後は、ファミリー・サポート・センターに登録することができます。

開催日	内容
10月1日(木)	開講式 オリエンテーション、サポーターの役割と心得
10月9日(金)	子どもの気持ちについて
10月15日(木)	子どもの遊びについて
10月29日(木)	緊急時の対応について
11月2日(月)	子どもの病気とけがの対応について
11月2日(月)	子育て支援センター見学および子どもとのふれあい、閉講式

【場所】 榛原総合センター

※11月2日(月)は子育て支援センター。

【時間】 午前10時~11時30分

【対象】 子育てのお手伝いをしたい市内在住の20歳以上の方

【定員】 先着20名

【申し込み】 9月18日(金)までに問へ

(申込者が少人数の場合は中止する場合があります)

※託児希望の方は、申込時にお知らせください。

## 子育て講座「コモンセンス・ペアレントイニング」参加者募集

子どものしつけは悩ましい?! 子どもが言うことをきかなくて、つい大きな声で怒ってしまうことはありませんか。「いい子にしてね」だけでは、子どもはなかなか理解できません。子どもに具体的にわかりやすく伝える方法や、効果的なほめ方など子育てのコツをみんなで一緒に学びませんか。

【開催日】 ①10月8日、②22日、③11月5日、④19日、⑤12月3日、⑥17日、⑦1月14日 ※すべて木曜日です。

【講師】 トレーナー資格を持つ家庭相談員





【対象】 概ね3歳から小学3年生までくらの児童を育てている、宇陀市在住の方

【申し込み】 9月25日(金)までに問へ  
※託児希望の方は、申込時にお知らせください。

【問】 子ども未受講 ☎82・2236 / IP ☎88・9080

# すくすくカレンダー 9月

♪♪みんなで楽しく子育てしませんか♪♪ 子育て支援センター ☎84・9925

日	月	火	水	木	金
		<b>1</b> お話の日 11:00~11:30 ALT先生来館 親子教室2次募集受付 開始日(～11日)	<b>2</b> ◎1歳児親子教室 (りんご) ★つどいのひろば (室生こども園) 10:00~11:30	<b>3</b> リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00~11:30	<b>4</b> ※保健師・家児相談日 ◎1歳児親子教室 (いちご)
<b>7</b> ◎2歳児親子教室 (ばんだ)	<b>8</b> ※家児相談日 お話の日 11:00~11:30	<b>9</b> ★つどいのひろば (大宇陀こども園) 10:00~11:30	<b>10</b> リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00~11:30	<b>11</b> 親子教室2次募集受付 終了日	
<b>14</b> ◎2歳児親子教室 (うさぎ)	<b>15</b> ※家児相談日 子育てアドバイス お話の日 11:00~11:30	<b>16</b> ★つどいのひろば (めく森の郷) 10:00~11:30	<b>17</b> リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00~11:30	<b>18</b> ◎0歳児親子教室 (ばなな)	
<b>21</b> 敬老の日 	<b>22</b> 国民の休日	<b>23</b> 秋分の日	<b>24</b> リズムの日 (健康ポイント事業) 11:00~11:30 「親子ヨガ教室」締切日	<b>25</b> 	
<b>28</b> △なかよしひろば 「からだを動かして遊ぼう」 フレンドパーク 14:30～ ●ミニ誕生会 (8月・9月生まれのお友達)	<b>29</b> ※家児相談日 お話の日 11:00~11:30 親子ヨガ講座 10:00~11:00	<b>30</b> ★つどいのひろば (たかぎふるさと館) 10:00~11:30			

## ☆第2回 親子ヨガ講座！！

親子で一緒に触れ合いながら、身体をうごかしてあったかい時間を過ごしませんか？

ヨガ初体験の方も、安心してお越しください。お座りのできる7ヵ月くらいのお子さんから参加していただけます。妊婦さんは、ご遠慮ください。

【日時】 9月29日(火) 午前10時～11時

【場所】 子育て支援センター「すくすく」2階

【内容】 親子でヨガを楽しむ

【講師】 ハピコミおやこヨガ  
インストラクター 田邊香代さん

【持ち物】 はだしになれる動きやすい  
服装(親子共)・水分補給できるもの

【申し込み】 9月24日(木)までに子育て支援センター「すくすく」まで

※申込時、お子さんの年齢、月齢を必ずお伝えください。

【申し込み】 20組(先着順)

☎子育て支援センター(☎84・9925)



## 「宇陀市誕生10周年記念事業・すくすくフェスティバル」を開催

『ワンワンとあそぼうショー』と合わせて、みなさんお誘いあわせの上、お越しください。

ウッピー、ハッピーも来るよ！！

【日時】 10月17日(土) 午前11時～午後3時

【場所】 大宇陀ふれあい交流ドーム

【参加費】 無料 【持ち物】 水筒、タオル

## ☆ミニ誕生会

8月・9月生まれのお子さんのお誕生日をお祝いします。母子手帳など生年月日の確認できるものをご用意ください。身長・体重の測定をさせていただきます。

一緒にお祝いをしてくださる親子のみなさんも大歓迎です。お待ちしております。

【日時】 9月28日(月) 午前11時～11時30分

【場所】 子育て支援センター



# 保健センターからの おしらせです!

市民のみなさんの健康に役立つ  
情報をお届けします

## 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	14 (月)	平成27年7月生まれの 児の保護者	室生福祉保健 交流センター	午前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
大宇陀 菟田野	2歳児歯科健康診査	16 (水)	平成25年5月～ 8月生まれの児	大宇陀 保健センター	午後1時～ 1時50分
	1歳6か月児健康診査	17 (木)	平成25年12月～ 平成26年3月生まれの児		
榛原 室生	10～11か月児健康診査	30 (水)	平成26年10月～ 11月生まれの児	室生福祉保健 交流センター	

## お知らせ

### たまひよサロン

子育て中の親子・妊娠中のママ  
が参加できるお楽しみ交流会です。

【日時】 9月8日 (火) 午前10時～正午

【場所】 子育て支援センター

【内容】 子育ての情報交換、妊娠中のママと先輩  
ママの交流会

【対象】 平成27年4月～6月生まれの乳児の保  
護者・妊娠中の方

【持ち物】 母子健康手帳

### 結核を予防しよう

9月24日～30日は結核予防週間です。結  
核は「過去の病気」ではなく、今でも国内で  
毎年2万人以上の方が新たに発病されており、  
65歳以上の高齢者が全体の6割を占めていま  
す。65歳以上の方は、年1回市で実施されて  
いる胸のレントゲン検診を受けましょう。な  
お、2週間以上の咳や痰が続くなどの症状があ  
れば、早期に医療機関を受診しましょう。

#### 【結核とは】

結核は早期発見と早期治療が必要な感染症の  
一つです。初期症状は、咳、痰、微熱が続く、  
体重が減る、食欲がない、寝汗をかくなどです。  
また、高齢者においては目立った症状がないこ  
ともあります。

感染源となる患者が咳やくしゃみをする  
と結核菌を含む小さなしぶきが飛び散ります。  
このしぶきの中の結核菌を吸い込むことによっ  
てうつります。

治療は、3～4種類の薬を6～9か月服用し  
ます。薬が効かなくなる結核菌(耐性菌)にさ  
せないため、確実な内服が重要です。

お申し込み・お問い合わせは…室生福祉保健交流センター ☎92・5220/IP☎88・9175

### ぬく森サロン (室生地域)

【日時】 9月11日 (金)・18日 (金)・25日 (金)  
午前11時～午後3時30分

【場所】 室生福祉保健交流センター

【内容】 ○オ・ト・ナの塗り絵  
○ぬく森ふれあい運動会

【対象】 65歳以上で介護保険の認定になってい  
ない方

【持ち物】 動きやすい服装、老眼鏡

### 「なら歯と口腔の健康づくりフェスティ バル」の開催 (参加費無料)

【日時】 11月1日 (日)  
午後0時30分～4時

【場所】 奈良県歯科医師会館

【内容】 ①歯科保健事業に貢献した団体および  
個人の顕彰 ②歯科保健に感ずるアトラク  
ション ③フッ化物塗布 ④講演(県民公開  
講座) ⑤その他歯科保健の啓発に関すること

#### ◎フッ化物塗布・おもしろ実験 (要申込)

■フッ化物塗布 (対象: 満3～12歳児 先着200  
名 午後1時～3時)

■おもしろ実験 (対象: 満7～12歳児 先着70名  
午後1時30分～2時30分)

【申込方法】 1名につき1枚の「往復はがき」で住所・  
電話番号・お子さんの氏名・年齢をご記入のうえ、  
申し込み。1名で両方を申し込む場合は、別の往  
復はがきで申し込み(10月中旬までに採否を通知)

【応募期間】 9月10日 (木)～25日 (金)

【申込先】 〒630-8002 奈良市二条町2-9-2 奈良  
県歯科医師会 なら歯と口腔の健康づくりフェス  
ティバル「フッ化物塗布」係または「おもしろ実  
験」係

☎奈良県歯科医師会館 (☎0742・33・0861)

## 9月はがん予防月間です

日本では、2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで死亡しています。

がんは初期のうちには自覚症状がほとんどありません。自覚症状が現れたときには、病状がかなり進行している場合が多いです。しかし、近年、がん研究は着実に進歩しており、がんの診断と治療の技術は格段に向上してきています。もし、がんが自覚症状のない早い段階で発見され、さらに適切な治療がなされれば、治る確率はかなり高くなります。

できるだけ早い段階でがんを発見するためには、定期的ながん検診を受診することが最も有効な手段です。特に、罹患者数や死亡者数が多く、かつ、がん検診が死亡率の減少に有効なのは、肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮がんの5つです。

## ～がんで死なないために～

子宮頸部がんは20歳以上、その他のがんは40歳以上の方が対象となりますので、年に1度は、市や職場の検診、人間ドックなどを受診しましょう。

また、がん検診によってがんを早期発見するメリットは、死亡率を減少させることのほかに、以下のようなことが挙げられます。

1. 手術が簡単に済む
2. 治療期間が短くて済む
3. 入院日数が短くて済むため、経済負担も少なくて済む
4. 治療後の日常生活への影響が少ない
5. 家族への負担が少なくて済む

※年内ながん検診の受診を希望される方は、受診可能な期日が迫っておりますので、早急に室生福祉保健交流センターにご相談ください。

## 毎月19日は食育の日

### 「食育って」？

私たちが心も身体も健康で元気であるためには、食べる事はとても大切です。食べ物の事をよく知って、心も身体も健康でいられるように、食べ物について学んだり、考えたり、実行することが食育です。

### 「食育の日」はなぜ19日？

食育の「育(いく)」という言葉が「19(いく)」という数字を連想させること、また「食(しょく)」という言葉も「しょ→初→1、く→9」と読み、「19」を連想させることから、19日が「食育の日」となりました。

このことに加え、国の第1回食育推進会議が平成17年10月19日に開催されたことにもふまえています。

★9月は「食生活改善・健康増進普及月間」です。野菜の摂取量を増やすために、「朝食に味噌汁」「野菜料理をもう一皿」を心がけましょう。

宇陀市では、「ウェルネスシティ宇陀市健康づくり計画」の食生活部会で、みなさんの食を通じた健康づくり計画を推進しています。



うだちゃん11chで8月放映したレシピです。

鰯の味噌チーズ春巻き (4人分)

# Cooking

### ●鰯の味噌チーズ春巻き

**【材料】** 鰯…4尾、スライスチーズ…2枚、白葱…75g、おろし生姜…2かけ分、味噌…小さじ1、春巻きの皮…8枚、青じそ…8枚、(小麦粉…大さじ1/2、水…大さじ1)、揚げ油…適量、ミニトマト…8個

### 【作り方】

- 1 鰯は3枚におろして、縦半分に切る。
- 2 チーズは縦4等分に切る。

- 3 白葱は小口切りにし、おろし生姜、味噌と混ぜて葱味噌を作る。
- 4 春巻きの皮に青じそ、鰯、チーズ、葱味噌、鰯の順に重ねて巻き、小麦粉と水を混ぜたのりでふちをとめる。
- 5 170～180℃の油できつね色になるまで3～4分揚げる。
- 6 ミニトマトを添える。

その他のレシピは、ホームページをご覧ください。

宇陀市 食育推進 [検索](#)

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。

# 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

### 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

### 国民年金保険料の 後納制度について

#### 国民年金保険料「10年の後納制度」は9月30日で終了

「10年の後納制度」とは、平成24年10月からの3年間に限り、過去10年間に納め忘れて国民年金保険料を納付することができず、2年を経過すると時効により納付することができません。

この制度を利用することで、将来受給する年金額が増えたり、納付した期間の不足により年金を受給できない方が年金受給資格を得られる場合があります。

#### 制度終了後はどうなるの？

終了後、今年10月1日から3年間に限り、過去5年間に納め忘れて保険料を納付することができる「5年の後納制度」が始まりますが、「10年の後納制度」よりも納付できる期間が短く、保険料の加算額が高くなります。制度を利用するには申請が必要

※老齢基礎年金を受給している方等は、後納制度を利用することはできません。

【申請先】 保険年金課または各地域事務所

国民年金保険料専用ダイヤル  
(☎0570-011050)  
日本年金機構桜井年金事務所  
(☎0744-42-0033)

### 水道メーター取替えの お知らせ

計量法の検定有効期限を迎える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くことがあります。取替え終了時には、お知らせの文書で通知します。

なお、水道メーターボックスの周囲に物を置かないよう、ご協力をお願いします。

【実施期間】 9月15日～30日

【施工業者】 市上下水道協同組合

【費用】 無料

#### 9月の対象地域(各地域の一部)

- 榛原地域  
天満台東(3丁目・4丁目)・あかね台(1丁目・2丁目)・ひのき坂(2丁目・3丁目)・桜が丘・高秋台・下井足・篠栗・雨師・安田・笠間・上井足
- 大宇陀地域  
小附・内原・野依・平尾・岩清水・調子・塚脇・藤井・オケ辻
- 菟田野地域  
岩崎・別所・平井・見田・大澤
- 室生地域  
大野・三本松

【水道局総務課】  
(☎82-2185 / IP ☎88-9067)

家電リサイクル法をご存知ですか？

### 家電製品の処理の仕方をご紹介します！

【環境対策課】(☎82-2202 / IP ☎88-9078)

家電リサイクルは、一般家庭等から排出された特定の家電製品の有用な部品や材料をリサイクルして廃棄物を減量し、資源を有効活用するためのものです。

#### 次の家電製品を処理する場合

① 品物のメーカー名や大きさをメモ

② 郵便局でリサイクル券を購入

③ 宇陀フリーセンター(大宇陀岩清水)か護美センター(榛原萩原)へ、家電製品とリサイクル券を持参し、運搬費用(3,000円)をお支払いください。

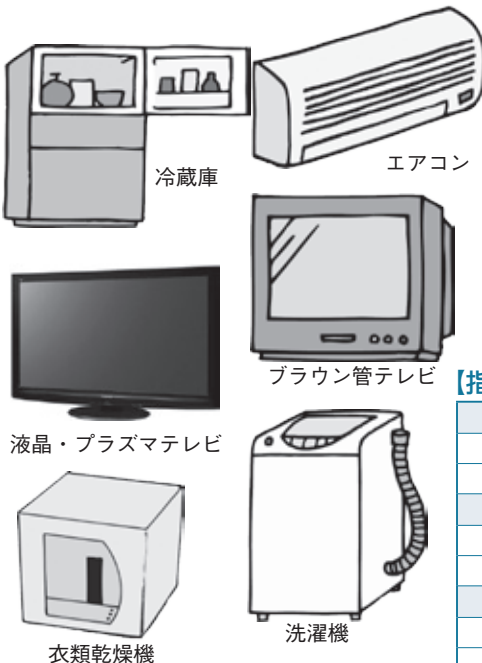
※ただし、下記の取引場所まで個人で運べば運搬費用は不要です。

#### 【指定取引場所】

佐川急便(株) 御所営業所	所在地	御所市城山台 166-24 御所市工業団地内
	電話番号	0745-66-2011
センコー(株) 大阪主管支店奈良 PD センター	所在地	大和郡山市横田町 141-1
	電話番号	0743-56-2329
誠運輸(株)	所在地	北葛城郡河合町大字穴間 49-1
	電話番号	0745-58-3277

※日本通運(株) 奈良支店榎原倉庫(榎原市)は、8月31日をもって閉鎖になりました。

#### 【主な対象家電製品】



※リサイクル料金は、メーカーや品目によって変わります。

## 市営赤人霊苑へのお墓参り 臨時バスを運行

お彼岸のお墓参りにご利用ください。

【日時】9月23日(水)【現地滞在時間】45分間  
○道路の渋滞などにより、時間が多少ずれる場合があります。

○天満台西2丁目バス停で乗車された方は、お帰りの際、天満台西2丁目バス停には停車しませんので、ご注意ください。

問 環境対策課 ☎82・2202 / IP ☎88・9078

※バス料金は無料

## 【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

榛原駅北口 → ひのき坂3 → 天満台西2 → 天満台西4 → 天満台東2 → 赤人霊苑												
	自主放送スタジオ	スクールバス乗り場	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	到着 出発						
【1回目】	8:00	→	8:08	→	8:11	→	8:12	→	8:13	→	8:30	9:15
【2回目】	10:15	→	10:23	→	10:26	→	10:27	→	10:28	→	10:45	11:30
【3回目】	13:30	→	13:38	→	13:41	→	13:42	→	13:43	→	14:00	14:45

旧榛原町役場 → 福地 → 天満台西2 → 天満台西4 → 天満台東2 → 赤人霊苑												
	(萩原) 玄関前	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	奈良交通バス停	到着 出発						
【1回目】	8:00	→	8:03	→	8:11	→	8:12	→	8:13	→	8:30	9:15
【2回目】	10:15	→	10:18	→	10:26	→	10:27	→	10:28	→	10:45	11:30
【3回目】	13:30	→	13:33	→	13:41	→	13:42	→	13:43	→	14:00	14:45

## 台風がやってくる！ 『土砂災害』に警戒を！

9月は台風襲来の季節です

水害・土砂災害には、備えと身を守る行動が必要です。

日頃から土砂災害警戒区域等の危険箇所や、避難場所までの安全な避難経路等を家族や地域で話し合い確認しておきましょう。

土砂災害の危険な箇所や河川の氾濫による浸水害のおそれがある箇所の図面は、市役所または、宇陀土木事務所にて閲覧できます。

またホームページでも公開しています。災害に備えてご確認ください。

宇陀市 防災

検索

奈良県ホームページ(砂防・災害対策課) <http://www.pref.nara.jp/1681.htm>

問 危機管理課

☎82・1304 / IP ☎88・9070

防災無線設備整備に伴い、屋外拡声子局から流れる定時放送(チャイム)が一時停止します。

【日時】9月19日(土)～20日(日) 予備日:21日(月)・22日(火)

【対象地域】榛原地域全域

【停止内容】正午と午後5時のチャイム

## 福祉

### 市社会福祉大会を開催

高齢者や障がい者、ひとり親家庭の方を対象に、みんなが集い、誰もが「健やかで安心して暮らせる豊かなまちづくり」を進めていくために開催します。

【日時】10月7日(水)

午後1時30分

【場所】総合体育館

【日程】

午後1時30分 式典・表彰等

式典終了後 ウェルネス体操

(健康運動指導士 井上明美先生)

2時45分 演芸  
大衆演劇 やまと座(榛原駅前通り)によるお芝居・唄・舞踊ショー  
出演者 劇団「鳳凰座」  
座長 中野加津也



【申し込み】各種団体を通じて、介護福祉課まで

問 介護福祉課

☎82・3675 / IP ☎88・9088

## 市戦没者並びに消防殉職者追悼式を挙行

市の戦没者並びに消防殉職者に対し哀悼の意を表し、そのご冥福をお祈りするとともに、遺家族のご労苦をねぎらうことを目的に挙行します。

【日時】10月9日(金)

午後1時30分

【場所】総合体育館

【対象者】戦没者ならびに消防殉職者の遺家族

献花は市で準備しています

※追悼式終了後に、遺族会主催の「戦没者遺家族の集い」が開催されます。

問 厚生保護課

☎82・2221 / IP ☎88・9079

## 図書館からのお知らせ

(宇陀市立中央図書館)

★おはなし会(約30分)

すくすくひろば(0～3歳)

9月9・30日(水)

①10:00～ ②10:45～

2回内容同じ

おはなしクラブ

9月12日(土) 10:30～(3～5歳)、14:30～(6～12歳)

26日(土) 10:30～(3～5歳)、11:15～(6～12歳)

放課後子ども教室

いずれも水曜日

9月2・9・16・30日(水) 15:30～

★映画会(約30分)『ごきげんならいおん』

9月19日(土) 11:00～

## 講座「もっと絵本に親しもう」

絵本の読み聞かせの大切さや絵本ができるまでのエピソード等。(3回講座の2回目)

日時:9月26日(土) 13:30～15:00

場所:総合センター2階研修室

託児コーナー有(要予約)

定員:50名 申し込み:☎等で中央図書館まで

9月の休館日【中央館】1・8・15・21～24・29

### 大宇陀図書館休館のお知らせ

文化会館の改装に伴い、10/9まで休館します。

※7月1日～9月30日の3ヵ月間は、午前9時より開館

中央図書館 ☎82-4749 / IP 88-9110

大宇陀図書館 ☎83-0977(代)

公民館講座の受講生募集

中央公民館講座

①酒蔵見学

市内の造り酒屋の酒蔵を見学し、昔ながらのお酒造りを学びます。

【日時】9月19日(土)

午後1時30分～3時30分

【集合場所】中央公民館

【見学施設】久保本家酒造

※公民館から徒歩で移動

【対象】市内在住・在勤・在学の方(20歳以上)

【定員】20人(先着)

【参加費】1,000円

①酒蔵カフェ or ②利き酒体験料

※申し込み時に、どちらかをお選びください



▲300年の歴史を持つ蔵元の久保本家酒造

■心と体のリフレッシュ講座

②太極拳教室

太極拳は「意識・動作・呼吸」の結合した全身運動です。

骨粗鬆症の予防をはじめ肥満解消・筋力強化等、さまざまな効果がありません。健康な身体づくりを目指しましょう。

ゆつくりとした運動ですのでどなたでも気軽に参加できます。

【日時】9月27日(日)

午後1時30分～3時30分

【場所】室生分館(室生振興センター)

【対象】市内在住・在勤・在学の方(中学生以下は保護者同伴)

【定員】30人(先着)

【参加費】無料

【講師】山田久子先生(インストラクター)

【持ち物】動きやすい服装、飲み物、タオル

【中央公民館定期講座

③初級パソコン教室

「初めてのエクセル」

初心者向けに、パソコンの基本的な操作方法、特にエクセルの使い方について学びます。

【日時】10月～11月

毎月第2・第4金曜日(全8回)

午後1時30分～3時30分

【場所】室生分館(室生振興センター)

【対象】市内在住・在勤・在学の方

※ワードで文字入力のできる方

【定員】16人(抽選)

【参加費】1,000円(テキスト代)

【講師】NPO法人六樹会パソコンサロン

④大人の英会話教室

英語をはじめたい方、もう一度勉強したい方、初心者の方を対象に、日常会話やコミュニケーションについて学びます。

【日時】10月～11月

毎月第3水曜日(全4回)

午後3時～4時30分

【場所】菟田野分館(菟田野地域事務所隣)

【対象】市内在住・在勤・在学の方

【定員】20人(抽選)

【講師】リサ・ホアン先生

【申し込み】酒蔵見学は9月11日(金)～18日(金)、太極拳は9月11日(金)～20日(日)、英会話教室とも

もししくは直接問へ

市美術展覧会開催  
出品作品を募集

■出品要領

【対象】15歳以上の市内在住・在勤・在学の方

【募集部門】絵画・書芸・写真・彫塑工芸の4部門

【申し込み】出品申込書により、10月15日(木)までに、生涯学習課・各公民館窓口にて

※「要項」「出品申込書」は、生涯学習課および中央公民館・各分館・市役所1階ふるさとテラス等に設置。

【期間】10月31日(土)～11月3日(火)

【会場】宇陀市役所4階・5階

今年「奥大和ゆうゆう祭」と同時開催！  
宇陀市農林産物品評会&即売会  
出品物募集！

宇陀の地で採れた自慢の農林産物を出品してみませんか。出品物の規格等、詳しくは広報うだ10月号でお知らせします。ふるってご出品ください。(多数の賞を用意しています)

【開催日】10月24日(土)・25日(日)  
午前10時～午後3時

※出品物の搬入・審査10月23日(金)午前

【場所】宇陀市総合体育館

【出品物】穀類・根菜類・いも類・葉菜類・果菜類・果実類・鶏卵・花き類・きのこ類・苗木類・希少品・ジャンボ品等



▲前回即売会の様子

問 農林課

(☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090)

職員募集

さんとおぼあ榛原

看護師(随時募集・正職員)

【募集人員】若干名

【要件】55歳未満(平成27年9月30日現在)で看護師免許資格者

理学療法士または作業療法士(随時募集・正職員)

【募集人員】1名

【要件】35歳未満(平成27年9月30日現在)で免許資格者

【申し込み】履歴書・資格証明書

の写しを提出

【選考方法】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接

【お問い合わせ】小論文・面接



アートと芸能の里「室生」に、龍神伝説がよみがえる

# 室生天地人の祭

日時 9月23日(水) 午後5時～9時  
場所 室生山上公園芸術の森  
参加費 500円(観覧料含む・中学生以下無料)

芸術の森を育てる会・室生地  
区まち協・宇陀市の共催により  
今年も開催。

■第1部(午前10時～午後4時)  
○アート&クラフトフェア

アート作品や飲食等の出展で  
大にぎわい  
○ワークショップ  
アーティスト達による、多様  
なワークでアート体験

■第2部(午後4時～緑地広場)  
○ステージ「龍神の目覚め」

室生中吹奏楽部・室生龍穴太  
鼓「龍神」・大松明の火入れ・  
室生神楽・善女龍王の舞・朗  
読・宇陀室生龍神「青龍会」



○燈火会ライトアップ  
(午後6時～)

■第3部(午後6時30分～)

○音楽舞踏劇「日月出づる処へ」

日本最古の神話「古事記」を  
モチーフにした音楽舞踏劇を  
現代芸術作品を舞台に上演。

○山上公園駐車場が満車の場合  
は、室生寺前駐車場をご利用  
ください。シャトルバスで公  
園まで送迎を行います。(無料)  
○中学生以下の方は、保護者同  
伴でのご来園をお願いします。

室生天地人の祭 **検索**

問 室生山上公園芸術の森

(☎93・4730)  
問 企画課  
(☎82・1362/ IP☎88・9074)

忘れない暮らしの下に下水道  
「2015 宇陀川下水道  
まつり」を開催

毎年9月10日は「下水道の日」

下水道の役割や、下水道整備  
の重要性などについて市民の理  
解と関心を深めるため、「下水道  
の日」にちなんで県との共催に  
より行います。

【日時】9月6日(日) 午前10時  
～午後4時

※受付は午後3時まで

【場所】宇陀川浄化センター  
(榛原福地28-1)

## 焼き芋体験参加者募集

昔懐かしい焼き芋!

季節を感じ温かい秋の味覚を味わおう!!

【日時】10月31日(土)

午後0時30分～3時30分

【場所】平成榛原子供のもり公園

【内容】もみ殻等を使用した焼き芋づくり

【定員】50名(先着)

【参加費】1000円

【持ち物】汚れてもよい服装・エプロン・タ  
オル・飲み物等

【申し込み】9月8日(火) 午前9時～10月  
9日(金) 午後5時まで ☎にて(FAX  
不可)

【その他】お車でお越しの方は、一般駐車場  
(有料)をご利用ください。

問 平成榛原子供のもり公園

(☎82・7411)

【内容】ザリガニつり、金魚すく  
い、ヨーヨーつり、ケナフ  
紙すき体験ほか

■下水道いろいろコンクール  
出展作品の展示

【展示期間】9月5日(土)  
～9日(水)

■浄化センター施設見学会  
【見学期間】9月5日(土)  
6日(日)

問 水道局 下水道課  
(☎82・5627)

問 宇陀川浄化センター  
(☎82・5725)



## 宇陀子どもフェスタ 2015



9/6(日) 総合体育館にて

【時間】9:30～12:30  
【持ち物】上履き・水筒・タオル  
楽しむ心と元気な体!!

詳しくは、今月号折込チラシをご覧ください

問 生涯学習課 ☎82・3975 / IP☎88・9364

## ツアー・オブ・奈良・まほろば

9/6(日) メイン会場：心の森総合福祉公園周辺

11:00～ サイクルカーニバル開催!

宇陀市を起点にサイクリングツアーが行われます!

<http://www.tourofnaara.com>

# 平成 27 年国勢調査

調査へのご理解とご協力をお願いします

■ 10月1日現在で、全国いっせいに国勢調査を行います

■ 9月上旬から調査員が全家庭を訪問します



■ 国勢調査は回答の義務があります

■ 個人情報 は厳格に保護されます

詳しくは折込チラシをご覧ください。

問 企画課 (☎ 82・1362/IP ☎ 88・9074)

# 9月1日～30日は「屋外広告物適正化月間」です

奈良県は多くの歴史文化遺産と一体をなす歴史的風土と自然環境に恵まれた地です。市や県では、地域の貴重な自然・歴史景観と調和した屋外広告景観を創造するため、次の取り組みを行っています。

- ① 景観を阻害している違反屋外広告物の追放
- ② 屋外広告物条例の遵守および屋外広告物制度の周知・啓発
- ③ 地域と一体となった美しい景観づくりの推進
- ④ 周囲の景観に配慮した屋外広告物の掲出

なお、屋外広告業を営む場合は奈良県知事の登録が必要です。看板等の設置の際は必ず登録事業者に依頼しましょう。また、屋外広告物を掲出する場合には各市町村長の許可が必要です。

問 奈良県くらし創造部景観・環境局

# 患者等搬送乗務員基礎講習・定期講習

■ 基礎講習 (2日間の受講が必要)

日時 10月31日・11月1日 午前9時～午後5時

場所 奈良県消防学校 (宇陀市役所隣)

■ 定期講習 (両日とも定員50名)

① 日時 11月5日 午前9時～正午

場所 かしはら安心パーク (橿原市東竹田町)

② 日時 11月6日 午前9時～正午

場所 奈良市防災センター (奈良市八条5丁目)

【対象】 奈良県広域消防組合消防本部の認定を受けている、または認定申請を予定している患者等搬送事業所および従業員

【費用】 受講料無料 (テキスト代別)

【申し込み】 (両講習とも)

9月14日～10月9日 (平日) 午前8時30分～午後5時までに証明写真を2枚持参のうえ、宇陀消防署へ

問 奈良県広域消防組合本部/救急部 (☎ 0744・26・0116)

問 // 宇陀消防署/救急課 (☎ 82・3199)

# 秋の交通安全県民運動

9月21日(月)～30日(水)

- 1 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車の交通事故を防止しよう!
- 2 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートを着用しよう!
- 3 飲酒運転を根絶しよう!
- 4 正しく横断し、横断歩行者を保護しよう!



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

# 文化会館からのお知らせ

施設美装化のため文化会館・大宇陀図書館を休館しています

【休館期間】 8月24日(月)～10月9日(金)

工事完了後の施設利用の仮予約等はお問い合わせください。

問 文化会館 (☎ 83・0977)

# 夏期短歌教室 詠草

生き来しを振り返り見る胃の腑失く存ふること二十余年を

大畑 康子

農業の好む畠と縁を切り七十余年の靴跡きゆる

藤田 一恵

遣らす雨花に湛えてつゆ草のしづく落ちるは乙女の涙

西岡 千凜子

断捨離を心掛けるもなかなか思い切れず片づかぬまま

大西 初枝

点描の如く形を変える乍ら津風呂の湖面を鳥雲消ゆる

堀邊 喜久男

雑踏は潮引くやうに消え失せて薄暮のホームにわれ一人佇つ

時 靖子

たばこ草小さき花つけ吹く風にかすかに揺れてそが風の道

西岡 喜之子

ふみづきは「らっきよ」漬け頃掃除して透明やさし遣伝子臭う

米田 枝美子

さくさくと朝採りの瓜小皿にて我の作りし初なるの味

乾 幸三

煙ふるよに山肌かくし降り注ぐ浮かぶ丸葉に水蓮花映ゆる

茅田 昌子

パソコンに向かつてパパと話す子のパパは单身中国に居り

大畑 美千代

花筏にまじりて小鮎みえかくれ季おしむがに小川をくだる

西田 サト子

とりとめなきお喋り弾むカウンターおんな四人が舌鼓うつ

松本 美代子

寄り合えば健康寿命を健やかにと身振り手振りの時は経ちゆく

笹岡 喜美

梅雨晴れ間児童公園の草むしりに郭公啼いてけふのご褒美

下田 峯子

庭に咲くニゲラの花に思いよせなき子の面影胸にせまりく

森岡 美英子

雲はしりなだらか森に霧おりき社をお、い墨絵とならむ

田村 慧子

ホームステイ天ぷら、さしみ乙女らの青い目輝き箸先おどる

森 史子

花に絡み木に纏われる蔓草の伸びのびてその根方わからず

浦田 義子

十八歳高校生に選挙権政治参加の意識高まる

笹岡 芳匡



そうだんのしゅるい	そうだんできる日	時間は?	場所は?	くあしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	9月2日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀人権交流センター 宇陀市役所(212会議室)	総務課 (☎82・1302 / IP ☎88・9068)
	9月9日(水)			
	9月15日(火)			
	9月16日(水)			
人権相談	9月9日(水)	9:00~12:00	室生振興センター 大宇陀人権交流センター	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	9月15日(火)			
消費者相談窓口 [予約不要]	9月7日(月)・14日(月)・24日(木)・28日(月)	13:00~16:00	宇陀市役所(213会議室)	商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)
税務相談センター [要予約]	9月16日(水)	13:00~16:00 (1人約30分以内) ※受付は午後3時30分まで	宇陀市役所(213会議室)	税務課 (☎82・1306 / IP ☎88・9072)
こころの健康相談 [要予約]	9月15日(火)	13:30~16:30	宇陀市役所	室生福祉保健交流センター (☎92・5220 / IP ☎88・9175)
DV相談 [要予約]	9月16日(水)	13:00~16:00 (1人50分・1日3人)	予約の際に お知らせします	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
心配ごと相談 [予約不要]	9月2日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター 室生振興センター 大宇陀人権交流センター 榛原総合センター	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)
	9月9日(水)			
	9月15日(火)			
	9月28日(月)			
若者自立のための 無料相談[要予約]	9月8日(火)	14:00~17:00 (※相談員の都合で中止と なる場合があります。)	宇陀市役所 (213会議室)	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]	9月18日(金) 相談日の1週間前より 受付(1人30分)	13:00~16:00	宇陀市役所(213会議室) 他の相談場所も利用できますので、 奈良弁護士会にご確認ください	奈良弁護士会 (☎0742・22・2035)
生活困窮者 自立支援相談	月~金曜日 (祝日除く)	9:00~12:00 13:00~17:00	宇陀市役所 厚生保護課(2階)	厚生保護課 (☎82・2221 / IP ☎88・9079)
巡回職業相談 [要予約]	9月9日(水)	9:00~12:00 13:00~16:00	宇陀市役所 (213会議室)	

■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。

■全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」  
強化週間を実施

高齢者や障がい者の方に対する虐待やいやがらせなど、人権に関わる問題でお困りの方、あなたの周りでそういったことを見聞きしたという方、どんなことでもご相談してください。

【日時】○9月7日(月)~11日(金) 午前8時30分~午後7時  
○9月12日(土)・13日(日) 午前10時~午後5時

◎全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」  
電話番号(☎0570・003・110)

※最寄りの法務局・地方法務局につながります。

※携帯電話・PHS使用可、IP電話使用不可

【相談員】人権擁護委員および法務局職員

☎奈良地方法務局人権擁護課(☎0742・23・5457)

■無料調停相談

交通事故、金銭、土地建物、家庭の問題など「民事・家事」の争いについて、奈良県調停協会葛城宇陀支部が無料調停相談所を開設します。(予約不要)

【日時】10月6日(火) 午前10時~午後3時

【場所】宇陀市農林会館

☎宇陀簡易裁判所(☎83・0127)

■空き家セミナーおよび相談会

空き家の管理や活用でお困りの方、ご参加ください。

【日時】9月12日(土)

◇セミナー(予約不要) 午後1時~2時

◇相談会(要予約) 午後2時15分~4時15分

【場所】宇陀市役所 312会議室

〈連絡先〉特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ

(☎・fax0744・35・6211 / 橿原市小房町9-32)

☎まちづくり支援課(☎82・3910/IP ☎88・9094)

## ■「聞こえのサポーター講座」

### 参加者募集

聞こえない、聞こえにくい方の支援として手話以外に筆談のように書いて伝える方法もあります。聞こえにくいことの疑似体験や難聴の方との交流会を通し、書いて伝える支援を一緒に学びましょう。

**日時** 10月3日(土)～24日(土)  
毎週土曜日(予定)〈全4講座〉  
午後1時30分～3時30分

**場所** 榛原総合センター

**対象** 市内在住・在勤・在学の方

**定員** 10名(先着順)

※申込者が少数の場合、講座を中止する場合があります。

**参加費** 教材費1,000円程度  
(講座受講料は無料)

**申し込み** 9月25日(金)までに問へ

問 宇陀市社会福祉協議会  
(☎84・4116/IP ☎88-9202)

## イ催し

### ■菟田野小学校

#### 10歳のお誕生日記念撮影会

菟田野小学校と菟田野小PTAが、創立10周年を迎えました。10周年を記念し、菟田野小を卒業された皆さんや、卒業生の保護者の方、菟田野小学校に携わっていただいた先生方、そして10年間地域の子もたちの成長を温かく見守っていただいた地域のみなさんと一緒に記念撮影会を行います。

**日時** 9月26日(土) 午後1時頃

**場所** 菟田野小学校運動場

問 菟田野小学校 (☎84・4700)

### ■奈良カエデの郷ひらら

#### ○本格派アルゼンチンタンゴ

#### MIYUKI TANGO コンサート

**日時** 9月27日(日)(開場)午後5時(開演)午後5時30分

**場所** Cafe カエデ

**参加費** 予約:3,000円

当日:3,500円

**定員** 60名

#### ○給食ランチ

(限定50食・1食1,000円)

メニュー:中華冷麺、肉だんごスープ、チキン南蛮、デザート、揚げパン

**日時** 9月6日(日) 午前11時～

問 カエデの郷事務局 (☎84・2888)

### ■15周年「泉工房陶芸教室展」

**日時** 10月1日(木)～4日(日)  
午前10時～午後5時(最終日は午後3時まで)

**場所** ギャラリー空[ハートアイランド2階](名張市瀬古口)

問 今泉方 (☎82・6107)

### ■スマイルフェスティバル開催

今年も開催します。認知症ケアについての講演、模擬店、カラオケ大会、職員による新喜劇や健康チェックなどイベント盛りだくさん!ぜひ、お越しください。

**日時** 9月6日(日)

午前10時～午後3時

**場所** グランソール奈良

(菟田野松井)

問 グランソール奈良 (☎84・9333)

### ■「第25回奈良矯正展」

**日時** 9月12日(土)・13日(日)  
午前9時30分～午後4時

※13日は午後2時まで。

**場所** 奈良少年刑務所 構内

(奈良市般若寺町18)

**内容** 施設見学(時間制限あり)、刑務所作業製品の展示販売、教育内容・職業訓練等をパネルで紹介、受刑者の書・絵画等の文芸作品の展示、職員による生活検査の体験実施等

問 奈良少年刑務所

(☎0742・22・4961)

## その他

### ■明日香養護学校 第2回体験学習(小学部)

**日時** 10月16日(金) 午前9時10分～午後1時(給食の試食あり)

**場所** 県立明日香養護学校

**対象** ○肢体不自由を有する幼児児童と保護者および関係者 ○訪問教育の体験を希望される幼児児童と保護者および関係者

**申し込み** 10月2日(金)までに問へ

問 明日香養護学校

前田方 (☎0744・54・3380)

### ■「法の日」週間記念無料法律相談

**日時・場所** ◇10月5日(月) 午前9時30分～正午・午後1時～3時30分/経済会館(大和高田市大中106-2)

◇10月7日(水) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分 /奈良弁護士会館(奈良市中筋町22-1)

※相談時間は1人30分です。

**申し込み** 9月7日(月)～30日(水)[平日:午前9時30分～午後5時]までに問へ電話予約

問 奈良弁護士会

(☎0742・22・2035)

### ■企業合同説明会

県内の求人企業約30社が就職希望者に対して会社概要や求人内容等を説明します。キャリアカウンセリング、無料職業紹介所登録面談もできます。(事前申込不要)

**日時** 10月14日(水)

午前11時～午後4時

**場所** 王寺町地域交流センター

**対象** 平成28年3月大学等卒業予定者およびおおむね35歳未満の求職者

問 ならジョブカフェ(一社)奈良経済産業協会 (☎0742・20・2210)

## 窓口業務のご案内

便利にね

◆毎月第2・4土曜日

◇午前8:30～正午

市民課では上記の日時に住民票、印鑑証明、戸籍抄本などの発行業務を行っています。(税関係を除く)

9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は行っていません。



## 毎月19日は『うだ育児の日』

家庭は・・・

家族みんなが、  
いい事も、悪いことも  
「話してよかった」

そういう気持ちになれる

自分の居場所があるところ。

問 こども未来課 (☎82・2236 / IP ☎88・9080)



税

金

国民健康保険税(第3期)  
の納期限は

9月30日(水)です。

税金は納期限内に納めましょう。

# みんなの 掲示板

**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 / FAX 82・3900)

## 募集

- 太極拳参加者募集  
「太極拳」で体をゆっくり動かす体験をしてみませんか。インナーマッスルが鍛えられます。  
日時 毎週金曜日  
午後1時～2時30分  
場所 大和富士ホール  
持ち物 動きやすい服装、上ぐつ、飲み物  
問 太極拳自主グループ「きさらぎ15」  
松下方 (☎ 82・8553)

## 自衛官募集

問 自衛隊天理募集案内所 (☎ 0743・63・2540)

種目	資格	受付期間	試験期日
防衛医科大学 校医学科学生	高卒(見込含) 21歳未満の男女	9月5日～30日	1次:10月31日・11月1日 2次:12月16日～18日
防衛医科大学校 看護学科学生			1次:10月17日 2次:11月28日・29日
防衛大学校学 生	高卒(見込含) 21歳未満の男女 (推薦のみ:成績優 秀かつ生徒会活動 等に顕著な実績を 納め、学校長が推 薦できる者)	推薦: 9月5日～9日 総合選抜: 9月5日～9日 一般(前期) 9月5日～30日	9月26日・27日 1次:9月26日 2次:10月31日・11月1日 1次:11月7日・8日 2次:12月8日～12日

- 「伊勢本街道」ウォーキング参加者募集  
歴史街道を辿ってみませんか。榛原から伊勢神宮迄の「伊勢本街道」(東部)を6回シリーズで歩きます。第1回:榛原駅→山粕  
日時 9月12日(土)  
午前8時(出発)  
場所 近鉄榛原駅(集合)  
問 「山散歩の会」事務局 土井方  
(☎ 86・1693)

- 秋季軟式野球大会参加者募集  
若い頃、ソフトボールや野球をやっていた人が気軽に参加できるように開催します。  
日時 9月27日(日)  
予備日:10月4日(日)  
午前9時～午後5時  
場所 総合運動場(A面・B面)  
対象 一般の部(高校生以上のチーム)、還暦の部(50歳以上のチーム)※9名参加でOKです。  
参加費 チームごとに3,000円  
申し込み 9月15日(火)までに問へ  
問 軟式野球連盟宇陀支部

瀬田方 (☎ 090・6733・1816)  
内門方 (☎ 090・3973・1750)

## スポーツ振興くじ(toto)助成事業・桜井宇陀サッカー教室開催



- 日時 10月3日(土)  
午後1時30分～4時  
場所 総合運動場  
(雨天時は体育館で開催)  
対象 圏域内(桜井市・宇陀市・曾爾村・御杖村)に住所を有する4、5歳～中学生(サッカー未経験者や男女は問いません)  
参加費 無料  
申込方法 9月25日(金)までに、封書により(結果)連絡用「官製はがき」同封のうえ、桜井宇陀広域連合 サッカー教室係まで。参加申込書および参加承諾書は、HPからダウンロード可。  
申込先 〒633-0112 桜井市大字初瀬1626-1 桜井宇陀広域連合 サッカー教室係  
問 桜井宇陀広域連合  
(☎ 0744・47・7077)

宇陀市産生10周年プレミアム  
**ハッピー商品券**  
当店で使えます!  
商品券使用のお客様に  
防虫シートプレゼント中  
有効期限:平成27年12月31日まで  
吉岡たたみ商店 検索 日曜・祭日も営業致しております  
厚生労働大臣認定 一級製作技能士  
創業 吉岡たたみ商店 ☎0745-83-1763  
80周年 大宇陀上茶2092

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  
誠実な対応でお役に立ちます  
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

十津川の木と漆喰でつくる家。  
完成見学会  
9/12土 会場/宇陀市榛原萩原  
13日 見学希望の方はこちらまでお問合せください  
TEL 0745-60-2302  
10:00～16:00 メール nagomi@k-nagomi.co.jp  
建築工房 和 nagomi 建築工房 和 検索  
〒639-0276 奈良県葛城市富麻 367-2

大宇陀温泉 あきののゆ (☎ 83-4126)  
市民特典カード引換券(左下)をご利用いただくと、ポイントカードに確認印を押させて頂き、特典を受けることができます。  
※通常の無料入浴より回数が増えます。  
営業時間:午前10時～午後9時  
第2水・木曜日休館 [4・8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。

大宇陀温泉 あきののゆ  
あきののゆ スタッフ募集  
勤務時間:午前8時～午後10時までの間で1時間～(シフト制)  
業務内容:受付業務・接客・清掃等・調理補助等  
時給:750円から(研修期間724円)  
★土・日・祝・夜勤務できる方大歓迎★  
応募方法:まずご連絡いただき、面接日時を決定後、履歴書を持参していただき面接いたします。  
大宇陀温泉あきののゆ(☎83・4126)担当:松本

**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

天武天皇と宇陀

壬申の乱（六七二）は、天智天皇の子「大友皇子」と天皇の実弟「大海人皇子」との間の皇位継承権をめぐる約1カ月に及ぶ内乱でした。吉野宮の大海人皇子、草壁皇子、忍壁皇子ら一行は、宇陀（菟田吾城・甘羅・菟田郡家）、伊賀、伊勢を経て美濃に入り東国を押し、戦いを優勢に進め、大海人皇子軍が勝利しました。大海人皇子は即位して天武天皇となり、以降、天皇を中心とする中央集権国家の基礎をつくりました。

その8年後の天武九年（六八〇）3月23日、天武天皇は菟田吾城に行幸しました。この行幸には、草壁皇子が同行していたでしょう。

この前年の天武八年（六七九）5月5日には、天武天皇は、皇后の鷗野讚良（うののさらら）皇女、草壁皇子、大津皇子、高市皇子、忍壁皇子、川島皇子、志貴皇子らを伴い吉野宮へ行幸しました。ここでは、皇后との間にもうけた草壁皇子が次期の天皇であると宣言し、その結末を誓わせたことでも有名な「吉野の盟約」を行っています。

最も有力な皇位継承者である草壁皇

子に対し、自分たちの原点とも言える「壬申の乱」の日のことを思い起こさせ、決意を新たにさせる目的がこの天武8年の菟田吾城への行幸に込められていたのではないのでしょうか。このように菟田吾城・阿騎野は、吉野とともに天武天皇や鷗野讚良皇女（のちの持統天皇）、草壁皇子と非常に関わりが深い場所であることがわかります。

諸皇子の筆頭格である草壁皇子は、日並知（ひなみし）皇子とも呼ばれ、天武十年（六八一）には皇太子となりました。朱鳥元年（六八六）7月には、重篤な天武天皇から母の鷗野讚良皇女とともに政治的な権限を任せられました。2カ月後の9月には天武天皇が崩御し、皇太子自身も即位することなく持統三年（六八九）に没しました。



草壁皇子墓との説がある東明神古墳（復元石柵：橿原考古学研究所附属博物館）

高齢者が尊厳をもって、住み慣れた地域で安心してくらせるには？



わが国では、かなりのスピードで高齢化が進む中、高齢者の虐待が社会問題となつていきました。ひとことで高齢者虐待と言っても、さまざまなケースが考えられます。

殴る・つねるなどの「身体的虐待」のほか、「性的虐待」、高齢者に対する著しい暴言や口をきかない・無視する、といった「心理的虐待」、十分な食事を与えなかったり、風呂に入れないなど、必要な医療・介護を受けさせない「放棄・放任」、年金を取り上げたり、勝手に財産を処分するなどの「経済的虐待」といったものもあります。家庭内で起きる虐待では、被害者の7割が認知症の高齢者で、介護の負担も大きい中、介護する家族が誰にも相談することや頼ることができず、孤立することがその原因のひとつとされています。

では、どうすれば、この高齢者虐待を防いで、高齢者が尊厳をもって、住み慣れた地域で安心して暮らせるのでしょうか。ひとつには、地域の誰もが普段から気配り・目配りを心がけ、地域ぐるみで高齢者とその家族を支援していく環境をつくっていくことが必要です。

高齢者への虐待は、介護する家族が誰にも相談することや頼ることができず、孤立することもその原因の一つとされています。あいさつなど日常生活での声かけや、高齢者や介護している家族がいつもより元気がないと感じたら「どうしましたか」といういたわりの言葉、夜になっても部屋の明かりがつかないなど、小さなサインを見逃さないことも助け合いの第一歩となります。

介護を家族だけで抱え込まず、ホームヘルパー、デイサービスやショートステイなど様々なサービスを利用して介護の負担を軽くすることや、地域での見守りなど、高齢者や高齢者のいる家庭を孤立させない地域づくりが重要です。地域社会全体が高齢者、認知症への理解を深め、日頃から、気づき、助け合うことで、誰もが自分らしく、安心して暮らしていけるのではないのでしょうか。

◎市の相談窓口：医療介護あんしんセンター（☎85・2500）  
<https://www.city.udanara.jp/kaigonshin/introduction.html>

問人権推進課（☎82・2147/IP☎88・9077）

時	1日~20日	21日~末日
6	まちの話題 ホットニュース	
7	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング お天気カメラ	
8	ストレッチ/タオル体操 お知らせ(音声付静止画)	
9	まちの話題 ホットニュース	
10	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング お知らせ(静止画)	
11	サイエンスチャンネル A お天気カメラ	
0	まちの話題 ホットニュース	
1	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング お知らせ(音声付き静止画)	
2	タオル体操&筋トレ サイエンスチャンネル B	
3	お知らせ(静止画) サイエンスチャンネル A	
4	お知らせ(静止画) お知らせ(音声付き静止画)	
5	お天気カメラ お知らせ(静止画)	
6	まちの話題 ホットニュース	
7	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング サイエンスチャンネル B	
8	ピカピカはみがきのうた メタボ撃退エクササイズ	
9	お知らせ(静止画) ※9:10~ ホットニュース	
10	お知らせ(静止画) 野菜たっぷりクッキング まちの話題	
11	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	○宇陀市子ども議会 ○榛原地区まちづくり協議会事業「つなぐ寺小屋」	○健幸都市「ウェルネスシティ宇陀市」夏休みラジオ体操会 ○薬草を使った料理教室	○第44回全国消防救助技術大会 ○2015宇陀川下水道まつり
野菜たっぷりクッキング	-	-	おくらとみょうがの手作りがんも・焼き茄子の長芋かけ
まちの話題	○小学生親子ゲートボール大会 ○第58回 宇陀市「はいばら花火大会」	○室生向洲「竹と遊ぶ里山の夏 in 向洲」 ○菟田野古市場納涼夏まつり	○第24回 阿騎野ふるさと夏まつり ○宇陀の魅力発信と灯りのネットワーク
サイエンスA	ザ・メイキング：ヨーグルト こちらサイエンスJr. 編集部：大阪府立春日丘高等学校	ザ・メイキング：水引 こちらサイエンスJr. 編集部：東京大学	ザ・メイキング：優勝カップ こちらサイエンスJr. 編集部：出雲科学館
サイエンスB	アスリート解体新書：水泳 クロール・平泳ぎ	アスリート解体新書：自転車競技 高速の力学度	アスリート解体新書：ハンドボール ゼロから放つ力
はみがきのうた	菟田野保育所	大宇陀こども園	榛原北保育園

※「野菜たっぷりクッキング」はホットニュース終了後、続けて放送します。



From: キキ  
(大宇陀中・菟田野中)

はじめまして宇陀市のみなさん！

8月から新しいALTとして宇陀市で働くことになりましたカディドラ スティルです。私の名前はむずかしいですから、『キキ』と呼んでください。

私は22歳です。アメリカのフロリダから来ました。今年5月に、西フロリダの大学を卒業しました。専攻は英語です。私の趣味は読書や編み物、そして音楽を聴くことです。一昨年前に関西外大に留学し、1年間大阪に住んでいました。日本語は少し話せますが、まだまだ勉強したいです。これから、わたしの家となる宇陀市のことをいろいろ学びたいし、温泉に行ったり、美味しいものも食べたいし、何より友達がいっぱいほしいです。まちで見かけたら、気軽に「ハイ！」って声をかけてくださいね (^\_^)

日本のことを教えてくださいね (^\_^) よろしくおねがいします。





平成 27年 8月 1日現在

※ ( ) 内は前月比

総数	32,524人 (-39)
男	15,509人 (-19)
女	17,015人 (-20)
世帯数	13,128世帯(±0)

9月6日、いよいよ宇陀市子どもフェスタが開催されます。このイベントは、次代を担う子どもたちの仲間づくりや交流を目的に行うもので、今回で7回目を迎えます。▼当日は、紙飛行機大会やクラフト、ミニゲームや軽スポーツ、科学実験コーナー等、内容盛りだくさん。毎年1,500人規模の参加者が会場狭しと駆け巡ります。▼各団体から集まった実行委員会のメンバーは44名。6月から3つの部会に分かれて会議を重ねてきました。今年はどうなイベントになるのか？ サプライズはあるのか？ みなさん楽しみに待っていてください。▼今回も、榛生昇陽高校、榛原中吹奏楽部、青翔高校科学部のみなさんのコーナーがあります。このお兄さんやお姉さんの姿に憧れを持ち、後に続くキッズが出てくるか楽しみです。



カップピー編集員が、時どきの想いを綴ります

# 古市場大盆踊り

(菟田野古市場)



全盛期にはこの鳥居を越すほどに踊りの輪が広がったこともあったそうです。



毎年8月16日、菟田野古市場にある宇太水分神社境内で盆踊りが行われています。今年もやぐらを囲み、由緒ある祭文音頭、金魚踊り、住吉踊りなどが踊られました。

これらの踊りはかつて敬神青年会という方々によって、白緋に組の羽織に下駄という出で立ちに提灯を持って踊られていました。なかでも金魚踊りは男女それぞれの輪が逆方向に回り、向かい合いながらお互いに相手を変えていくという珍しい踊りで、これをきっかけに芽生えた恋もあったとか。

この古市場の盆踊りは以前は2日間、夜が明けるまで行われており、踊りに加わるために、各地域からたくさんの人々が神社に集まってきました。中には、夜に子どもを寝かしつけてからまた踊りに繰り出す親もいたほどでした。この情熱は今もなお、保存会や地域の方々によって踊りつがれています。

## 今日の Pick Up

### 宇陀市は

～いつまでも 青春 まったただ中～

### さまざまなスポーツイベントを積極的に誘致します！

市ではこの取り組みを通して、いつまでも健康で生きがいを持って生活を送れるウェルネスシティの実現と宇陀市の知名度がアップすることを目指しています。今後もスポーツを通して、多くの交流が生まれ、宇陀市に人が集まり、まちと地域経済の活性化につながることを願っています。

## 7/30~8/2 全国高等学校総合体育大会 (インターハイ) 空手道競技大会

6年ぶりにインターハイがやってきました。全国47都道府県から約870名の選手が会場。総合体育館を舞台に熱戦が繰り広げられました。観客総数は約16,600人。

期間中は約350人のボランティアスタッフが暑い中、さまざまな役割を担ってくれました。中でも高校生には大会運営全般を、中学生には開会式プラカード係として大役を務めていただきました。ご協力いただきましたみなさんありがとうございます。

選手たちにとって、この宇陀市が思い出の地になることを願っています。



### 宇陀市長杯

### まちおこし還暦野球大会

7/19~20



還暦野球とは60歳以上の選手からなる軟式野球で、全国各地にチームがあり組織化されています。

第3回となる本大会には過去最多の22チームが会場。2年前から始まったこの大会、今回も愛媛や静岡等、遠方からたくさんお越しいただきました。還暦といっても、プレーや選手は現役バリバリ！驚くようなスーパープレイが続出！

今、宇陀市は『還暦野球のまち』としてPRしています。今後ますます多くのチームにご参加いただくことを心待ちにしています。