



市の花  
すずらん



市の木  
ひのき



市の鳥  
うぐいす

# うだ 8

平成30年



## 身近な病気 “認知症”

～困ったときお互いに支え合えるために～



身近な病気 “認知症”	2
平成30年度宇陀市一般会計補正予算	8
ご活用ください！緊急通報装置	26
宇陀市民スポーツ大会の結果を報告	30

オレンジリングは、認知症の人や家族を支援する「認知症サポーター」の目印

# 身近な病気 認知症

困ったとき お互いに支え合えるまちに

問 医療介護あんしんセンター

( ☎ 85・25000 / IP ☎ 88・9480 / FAX 85・2501 )



医療介護あんしんセンター  
所長補佐 山中 佳奈

## 認知症は脳の病気、誰でもなる可能性がある

認知症とは、様々な原因で脳の細胞が壊れたり、動きが悪くなったりして、記憶・判断力などの障がいが起こり社会生活が困難になる状態です。認知症の発症率は高齢になるほど高くなっています。

宇陀市の65歳以上の人口は11,994人（平成30年7月1日現在）高齢化率は39%と超高齢社会を迎えています。それに伴い認知症に関する相談も増えています。昨年医療介護あんしんセンターに寄せられた相談件数は850件でその内の120件が認知症に伴う相談です。

誰もがなる可能性がある身近な病気でありながら、病気を受け入れるまでの苦悩や葛藤は大きく、家族だけでかかえこんでいるケースが殆どです。

## 介護予防基本チェックリスト集計

【平成30年5月実施】(2480人回答)

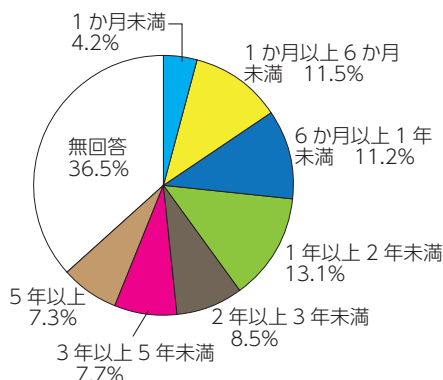
75歳以上の介護認定を受けていない方を対象

	認知機能の項目	はい	いいえ
1	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか	374	2082
2	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	2320	150
3	今日が何月何日かわからない時がありますか	471	1990

チェックリストの結果  
認知機能の項目すべてに  
不安のある方は… 47人  
(無回答を除く)

## 認知症かなと思ってから受診までの期間

【平成27年度実施】



## この結果から見えること

今年5月に75歳以上の介護認定を受けていない方3,850人を対象に介護予防基本チェックを実施しました。2,480人の回答中、認知機能の項目すべてに不安のある方は47人(1.9%)でした。また、平成27年度に実施した市の調査では、認知症かなと思ってから受診までの期間が6か月以内の割合は、わずか15.7%でした。認知症は完治することは難しい病気ですが、早期発見・診断・治療につなげることはとても重要です。

## 認知症についてのガイドブック

このガイドブックでは、認知症の基礎知識と予防方法、知っておきたい制度やサービスなどの情報をまとめています。

認知症の予防、早期発見のために、また、認知症になったとしても、住み慣れた地域で適切な支援を受けながら暮らしていくためのガイドブックとして活用ください。

平成28年3月に作成し、各家庭に配布しましたが、必要な方は問へ。



市では、平成28年から、認知症の方や家族ができるかぎり住み慣れた地域で安心して生活できるように、「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症の早期発見・早期対応を支援しています。

認知症に関する医療や介護の専門職（認知症サポート医、保健師、看護師、社会福祉士）が集中的に関わり、適切な医療や介護につなげます。

## 大切なのは、

### 早期発見・早期治療

私たちサポート医とは、認知症の方やその疑いのある方が早期の段階から、地域の中で必要な医療や介護を受けることができるよう、その案内役やパイプ役を担う医師です。

生活障がい（金銭管理・服薬管理・家事）や精神症状（不眠・興奮・物とられ妄想・被害妄想など）と一緒に暮らしている家族でないと分かりにくく、家族が困ってあんしんセンターに相談した時点で表面化する場合がほとんどです。

そのため、医療にかかるまで相当な時間が経過しており、重度になってからの受診になることが多いです。



認知症サポート医  
奈良県立医科大学精神科  
盛本 翼 医師

物忘れ自体を治すことは難しいですが、周りの環境を良くすることで、認知症の方が安心して過ごせ、家族も介護しやすくなります。皆さんが早めに受診されることで、適切な支援ができ、また家族も知識を付けることで認知症の方にうまく対応できるようになります。精神症状によっては薬で調整することができるともあるので早めの受診をお勧めします。

## 認知症は

### 他人事ではないんです



市立病院認知症看護  
認定看護師  
森下 久美

家族や周囲の人たちは、認知症の方の『できなくなっていくところ』に焦点をあてて見ることが多いと思いますが、そのことが認知症の方をどんどん追い詰めていくことになるんです。

『できるところ』を維持していくために何ができるのか。

それは服薬治療だけでなく、周囲の接し方も治療に大きく影響をあたえます。認知症の方は、決して全てを忘れていくわけではないので、声掛けひとつで生活していけるのです。

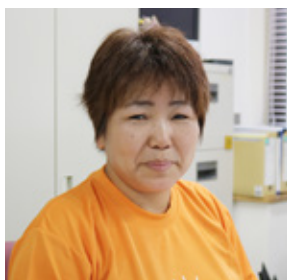
認知症は他人事ではなく、自分もいつ症状が出てくるかわかりません。ですから、現在苦労されている家族の人たちを思いやれる地域であれば、認知症は他の病気と同じように脳の病気のひとつです。まずは知ることから始めてみませんか。

## まち全体が協力し

### 解決していく病気

認知症は介護者の負担が大きく、自宅での介護は大きな課題です。現在、ひとり暮らしの高齢者も多く、専門職だけの対応では難しくなっているため地域の関わりが不可欠です。

最近では地域や家族からの連絡で受診に繋がるケースも増えてきています。家族だけでなく地域の支援や、みんなが理解することで「宇陀市なら暮らせる」「宇陀市は暮らしやすい」そんな環境づくりを目指したいと思っています。



医療介護あんしんセンター  
看護師・主任ケアマネジャー  
吉田 かおり



### もしかしたら認知症かも？

- 同じことを何度も言う・聞く
- 同じものを何度も買う
- 鍋をよく焦がす
- 電化製品の操作ができなくなる
- イライラ・そわそわする
- 間違いを隠そうとする
- テレビやニュースへの関心がなくなる
- 性格が変わった
- 「物を取られた」とよく言う

特集

市政トピックス

うだぢから

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



# 認知症かな？って思ったら

## 宇陀市ではこんな制度があるよ！

### 認知症初期集中支援チーム

医療・介護の専門職が、認知症が疑われる方や認知症のご家庭を訪問し、必要な支援を行います。

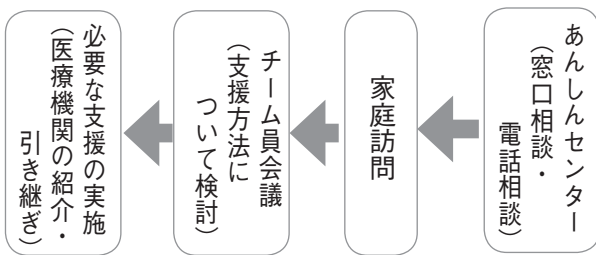
#### ■対象となる方は？

40歳以上の在宅の方で、認知症または疑いのある方（次のいずれかに該当）。もしくはその家族・周囲の方

- ① 認知症の診断を受けていない方
- ② 医療や介護サービスを利用していない方
- ③ 何らかのサービスは受けているが、認知症の症状が強く、どのように対応してよいか困っている方

#### ■どんなことをするの？

#### 支援の流れ



### 行方不明高齢者等

#### あんしん登録制度

認知症により、行方不明のおそれのある方の情報（氏名・住所・連絡先・特徴・顔写真等）を市に登録することにより、日頃の見守り体制を整え、捜索時にはスムーズに対応できるようにするための制度です。

#### QRコードシール

登録された方に交付します。

シールはアイロンやドライヤーで衣服や靴、杖、カバンなどに貼りつけることができます。もしもの時には、発見者がQRコードを携帯電話などで読み取ると、連絡先として、あんしんセンターや警察署の情報が表示されます。



#### あんしん介護見守り

#### GPS機器貸与

認知症など高齢者が行方不明なることを予防するとともに、行方不明時には現在地が速やかに把握できるよう、GPS機器を貸与します。この機器をカバンや靴、ベルト、杖などに装着することで、居場所がわかり、行方不明等の事故を予防します。



※その他、市では行方不明になられた場合、ご家族の希望により『安全・安心メール』や『ホームページ』、『うだちゃん』で名前や顔写真などの情報を配信します。

市民から寄せられた多くの情報が、行方不明者の早期発見に繋がっています。

### 成年後見

#### 権利擁護



社会福祉協議会 貝田勝也

#### ■成年後見制度とは？

認知症や加齢などのために、判断能力が十分でない方が、契約や財産管理をすることが困難な場合に、本人に不利益が生じないように保護し、本人の権利を守ります。

#### ■権利擁護事業とは？

認知症や知的障がいのある方で、判断能力の十分でない方が安心して生活できるように金銭管理や書類管理などの支援をする事業です。

認知症を患ったとしても、障がいがあったとしても、権利が守られるとともに意思を尊重される必要があります。

市社協では、認知症の高齢者等を詐欺・搾取などによる権利侵害からまもり、住み慣れた地域で安心して暮らし続けていただくためにお手伝いします。

特集

市政トピックス

うだぢから

まちなわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだチャン

私たちがお待ちしています!



一般的なデイサービスと認知症対応型のデイサービスが併設されているため、利用者の方に応じたサービスが提供されています。毎日（土日も含む）受け入れられているので、介護者も安心。事前に家族と話し合うことで、利用者の方に合ったきめ細かな対応や、その日の状況を見て臨機応変に対応されています。



## 認知症対応型デイサービス

認知症対応型デイサービスセンター  
四つ葉のクロバー

## 若年性認知症

### サポートセンター

65歳未満で発症した認知症を若年性認知症といえます。その多くの方が働きざかりや子育て中など、現役世代のうちに発症するため、就労や経済面で家庭に与える影響が大きく、高齢者の認知症とは異なる支援が必要になります。

『一般社団法人SPSラボ若年性認知症サポートセンターきずなや』が県からの委託を受け実施しています。

**【相談窓口】** 月・水・木・金曜日・毎月第2土曜日  
午前9時～午後5時 ☎0742・81・3857

**【出張相談】** 毎月第2水曜日 午後1時～4時

場所：医療介護あんしんセンター

## 周囲に前もって知っていて

### もらうことも必要

世間では、認知症に対して「何もわからなくなる」「迷惑なことをする」などの多くの誤解や偏見がまだまだ残っています。認知症は誰でもなる身近な病気で決して恥ずかしい病気ではありません。しかし起こりうるトラブルや事故の可能性を考えると近所や親戚の方には「物忘れ」があることを伝えておいたほうがいいでしょう。「たまたまゴミ出しの日を間違えることがあるかもしれない」「火事だけは気を付けています」など伝えておくことも大切です。

医療介護あんしんセンターでは、在宅生活を続けていただくために、ご近所、民生委員、関係者によるサポート体制づくりを行っています。





# みんなで支える 認知症

そばにおるから大丈夫♥



市では、行政や医療機関、介護専門機関だけでなく、ボランティアとして“認知症”の方を支える団体や地域の方がたくさんおられます。ボランティアで活動されている団体等を紹介します。

## 認知症キャラバンメイト



### キャラバンメイト

会長 山田基晴



認知症のことを皆さんに知ってもらい、認知症に優しいまちになってほしいために、「認知症サポーター養成講座」を開催し、講師を行っています。市では平成25年に立ち上げ、現在35名の登録があります。自分たちの地域を良くすることが、私たちの役割であると思います。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを一緒にしましょう。

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解してもらい、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になってもらうよう、地域、職場、学校等を対象に講座を開催しています。

現在市内には、1,442人の認知症サポーターがおられます。受講された方には、オレンジリング(表紙の写真)をお渡ししています。

認知症は誰でもなる可能性のある病気です。「自分たちに何ができるか」ともに考えてみませんか。



### オレンジカフェ

認知症の方やその家族、一般の方が参加され、ホッとひと息ついて美味しいクッキーとコーヒーを飲みながら、日頃の溜まった思いを語る場所です。平成29年7月から始めました。2か月に1回(奇数月)に市内の施設などで行い、1回100円(飲み物・お菓子付)です。

医療や介護の専門家がスタッフなので、ちょっとした相談でもできます。申し込みは不要なので、一度気軽に来てみてください。

### RUN 伴 (ランとも)

RUN 伴とは、認知症の方や家族、支援者、一般の方が、ひとつのタスキを繋ぎ、ゴールを目指すイベントです。地域の人と認知症の人が出会うことで、認知症になっても安心して暮らせる地域をつくるはじめての一步として、全国的に行っています。今年10月21日に開催。

市では平成29年から開催しています。キャラバンメイトのメンバーが少しでも多くの方に参加してもらえようイベント内容を考えています。

詳しい内容は、P19をご覧ください。



# 知ってあんしん 認知症講座



現在市内 44 か所で行われている「いきいき百歳体操」ですが、そこに参加している方の中から各地域 2～3 人が代表で、認知症について学び、学んだことを地域の方に伝える「知ってあんしん認知症講座」を受講されています。認知症の紙芝居や脳と体を同時に使う運動などを学び、参加者同士で練習します。参加者も年々増えており、9 地域から 21 人が受講されています。

参加者は「明日は我が身」、「少しでも役に立ちたい」、「仲間の交流ができる」、「地域で知ってもらい支え合う必要がある」、「自主的に助け合ってできるようになってきた」、「知ることは大事」、「多くの方に参加してもらいたい」などの声を聞かせてもらいました。

一緒に学んでみませんか。



## ゆい 結の会



### 地域の高齢者のための傾聴ボランティア

認知症の方や高齢者、または介護をされている家族の方の「話し相手」を 2 人 1 組で行っています。事前に認知症について研修も受けています。訪問回数は、月 1 回～週 1 回程度で、1 回 1 時間。利用料は無料です。

ひとり暮らしや、昼間はひとりの方や介護者が介護に疲れているときなど、つらい気持ちを誰かにゆっくりと聞いてもらうことは大切です。

利用者の方は、「いつも一人なので来てくれると楽しい」と。結の会のメンバーは「訪問した時に元気な顔が見れると嬉しい」「訪問を待っていてくれると嬉しい」との声を聞かせてもらいました。



## ご家族だけで悩まず、まず相談ください

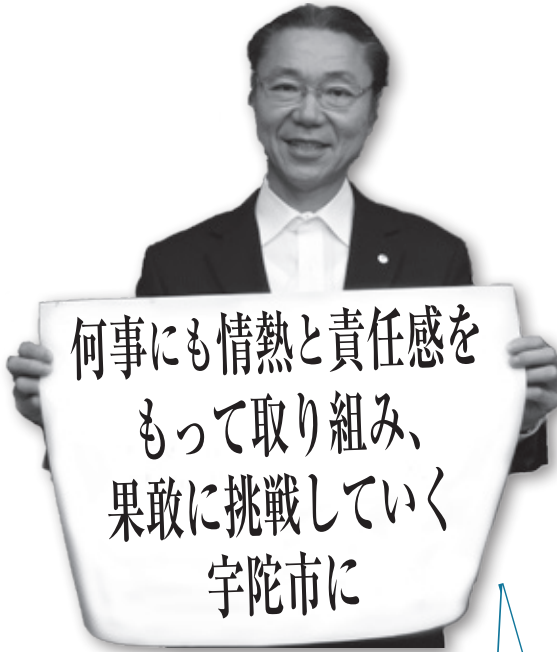


医療介護あんしんセンター職員

皆さんの生活を応援します！

# 平成30年度宇陀市一般会計補正予算

問 財政課 (☎82・1305 / IP☎88・9071)



何事にも情熱と責任感をもって取り組み、果敢に挑戦していく宇陀市に

**宇** 陀市を変えたい！」と全力で取り組む日々の中で強く実感していることは、宇陀市を取り巻く情勢に大きな変化が起きつつあるということです。

そして、この変化の波に機敏に対応できれば、大いなる可能性と未来を引き寄せることができると感じています。

**変** 化の波には、医師不足、少子化に伴う教育施設の再編、県立高校の再編といった一見大ピンチと思える状況もたくさんあります。また、その反対にインバウンド観光のように大きなチャンスもあります。

**こ** の流れを広い視野で俯瞰し、新たな方向性を見据えて果敢にチャレンジすることではじめて、これらのチャンスを生かし、またピンチをチャンスに変えることができます。

**私** の役割は、市をそうした挑戦する組織にしていこうと考えています。重要な情報をしっかりとらえ、情熱と責任感を持って、何事にもチャレンジする組織にしていきたいと思います。

今回の補正予算では、これまでの計画に基づく政策的な新規・継続事業をはじめ、新たな政策の実現に向け、特にそれらの企画立案するための費用を計上しました



### ふるさと納税を活用した

#### 住民のまちづくり推進事業 (410千円)

ふるさと納税を活用して、非営利活動法人等の活動資金を支援する制度設計やノウハウを習得するため、先進地視察・研修を実施



### 公共交通網新制度設計調査研究

(430千円)

市内全域へ公共交通網を敷く検討のため、公共交通施策を積極的に実施している市町村への視察、制度設計のための研修会の開催



### 地域情報化推進事業

(490千円)

光ファイバー網を活用した遠隔医療、うだチャンの番組内容の充実など、住民生活向上に資する地域情報化計画の策定に向けた調査研究のため、フォーラム等へ参加



### プログラミング教育の導入に伴う

#### 調査・研究 (1,957千円)

2020年度からの小学校でのプログラミング教育の必修化に先立ち、2019年度からの実施に向けて、研修会やモデル校における実践研究を実施

### 働く子育て世代の図書館利用の充実

(1,475千円)

親が仕事帰りに子どもと図書館を利用できるよう、試験的に8月～10月までの期間、午後8時まで延長し開館また延長時間内での「お話し」を開催



これまでの  
計画に基づく

## 主な新規事業



### 不育治療費助成事業 (100千円)

不育治療費に要する本人負担費用の助成

### 宇陀川公園整備事業 (4,800千円)

旧榛原町庁舎跡地での公園整備に係る実施設計

### 獣肉利活用施設運営団体選定事業 (600千円)

農林業被害対策の一環として捕獲されたシカ・イノシシの適切な処理と有効活用を行う獣肉利活用施設の運営団体を公募

### 災害時医薬救護活動用 医薬備蓄品配備事業

(620千円)

宇陀地区医師会との災害時医療救護活動についての協定に基づく医療、救護活動に必要な備蓄医薬品の配備



## 主な継続事業

### 宿泊事業者誘致事業 及び公園整備事業 (15,000千円)

交差点、道路整備等に係る測量・設計費

### 榛原駅前整備事業 (68,880千円)

事業用地の取得、取得に伴う不動産鑑定

### 東榛原市民農園災害復旧工事

### 天満台南緑地災害復旧工事 (165,000千円)

昨年の台風 21 号による被害箇所の復旧工事

### 街なみ環境整備事業 (春日門公園整備)

(27,142千円)

春日門跡周辺の公園整備に伴う、建物・土地の購入、工事



歳入歳出それぞれ 512,305 千円を追加  
補正後の今年度の歳入歳出予算総額は  
それぞれ 17,872,305 千円となりました

「広報うだ」5月号に掲載した平成 30 年度の当初予算は、4月に市長選挙を控えていたことから、経常的経費を中心とした「骨格予算」としての予算編成でした。

今回の補正予算では、新市長の政策を盛り込んだ最初の本格予算として編成し、市議会 6 月定例会において可決されました。



## これらの 新たな政策に 取り組みます

### インバウンド観光状況調査

(1,380千円)

外国人観光客（インバウンド観光）の誘客に必要な Wi-Fi 環境、キャッシュレス、多言語表記等に関する状況調査



### 障がい者が暮らしやすい

### まちづくり推進事業 (382千円)

物理的・精神的バリアフリー化を進め、障がい者が暮らしやすいまちを目指し、市障害者地域自立支援協議会の活性化（先進地視察）、職員等の研修を実施



### 薬草栽培調査研究

(660千円)

大和当帰のほかに新たな栽培品種（セネガ、甘茶）を見出し、薬草栽培の活性化を図る

### 地域医療体制整備検討

(290千円)

医師不足への対応をはじめ、今後の地域医療体制について有識者、医療関係者と協議

### 宇陀市産木材を活用した

### 市営住宅等建設事業調査 (303千円)

子育て世代の定住促進策として宇陀市産木材を活用した市営住宅等の整備に向け、木造住宅の耐久性・耐火性の向上・コスト抑制の取り組みなど先進地の視察調査

# 豊かな山がもたらす獣肉を地域の資源に 獣肉利活用事業に係る

## 運営団体を公募

問 農林課 ( ☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090 )

市では、農林業被害対策の一環として、捕獲されたイノシシ・シカを地域の資源として有効活用するため、獣肉利活用施設の設置を検討しています。  
この施設は、地域の活性化施設として周辺地域の発展も期待できます。  
そこで、次のとおり公募型プロポーザルを実施し、獣肉利活用施設の設置地域と運営主体となる団体の選定を行います。

【公募内容】 宇陀市獣肉利活用施設の設置と有効活用を図り、

【募集期間】 8月6日(月)～10月31日(水)

それによる地域活性化を最大限発揮することができる団体  
【対象】 次の方を構成員として、新たにNPO法人を設立することが可能な団体

○同施設運営に意欲のある方  
(意欲のある団体の代表者)  
○建設用地を選定した地区の自治会から推薦された方  
○建設用地を選定した地区のまちづくり協議会から推薦された方  
○猟友会から推薦された方

【応募方法】 要領等に基づき、応募書類にて応募。要綱等は窓口またはホームページで。



宇陀市 獣肉利活用事業 校案

# 宇陀市の伝統産業「毛皮革」

## コンテスト開催および

## 技術研修生を募集

### 伝統産業技術研修

### 参加者募集

市では毛皮革産業を担う人材を育成するため、その技術の継承に興味のある方に基礎的な縫製技術の習得から毛皮革に関する専門的技術の研修まで、それぞれのコースにより実施します。

【内容】 次の2コース

### 「毛皮革製品」デザイン画

### コンテスト開催

市では毛皮革産業の振興を図り、多くの人たちが親しみをもつ毛皮革製品を提供するために広く一般の方々からデザイン画を募集します。

【作品規定】 毛皮・皮革を使った

作品でマフラー・帽子・手袋などの小物類

【対象】 A4用紙にオリジナルデザインを描いたもの。画材・紙質は自由

【賞品】 最優秀と優秀作品にデザイン画に基づいた試作品を贈呈

【締め切り】 9月20日(木)

【申し込み・問合せ】

問 宇陀市菟田野毛皮革産業振興協議会

( ☎ 84・4059 )

〒633-2226

菟田野古市場1596・21

問 商工観光課

( ☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081 )

# わが家のアイドル写真募集

広報うだ10月号

皆さんの自慢のアイドルたちの“笑顔いっぱいの写真”を広報紙に載せて成長の記念にしませんか？

- ・市内の小学校入学までの方限定
- ・うだチャンの番組でも放送予定のため、画像データの大きいもの

宇陀市 わが家のアイドル

応募期限 8月24日(金)

問 秘書広報情報課 ( ☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083 )  
メール hishokouhou@city.uda.lg.jp

※初めての方優先・応募多数の場合は抽選



# みんなで作る宇陀市の総合計画 パブリックコメント

## ご意見お聞かせください

企画課 ☎82・1362 / IP ☎88・9074

現在策定中の第2次総合計画は、総合的かつ計画的な行政運営の指針であり、まちづくりの長期的な展望を示すものです。

なお、いただいたご意見については、ホームページで公表を予定しています。ただし、個々のご意見に直接回答はしませんので、予めご了承ください。

これまで、計画の策定に際し、アンケートや宇陀市みらい会議の開催など、様々な形で市民の皆さんからの意見をいただけてきました。それを踏まえ、この度基本構想の骨子(案)を作成しましたので公表します。

そこで、より良い計画となるよう改めて皆さんから骨子(案)についてのご意見を募集します。

○市内に住所を有する方または市内に居住する方

○市内に在勤、在学の方

○市内に事業所を有する個人および法人その他の団体

※「意見記入用紙」は、閲覧場所の窓口またはホームページで。

宇陀市総合計画 パブコメ 検索

## アンケートに答えて 市政に参加!!

### 宇陀市 市政モニター 募集!

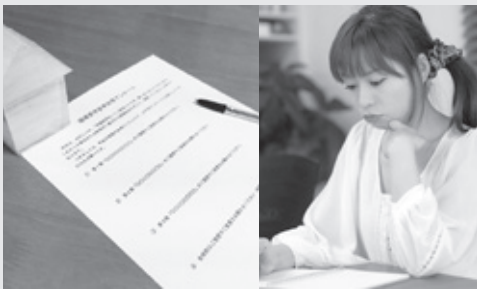
市政への市民参加と開かれた市政を実現することを目的に市政モニターを公募します。市政の重要な課題や市民生活に関係の深い事柄など、アンケート調査にご参加ください。

【対象】 市内在住の中学生以上の方  
※ただし、市職員、市議会議員の方は除く。

【任期】 選任の日から約2年間

【内容】 市が依頼するアンケートへの回答(年4回程度)

【申し込み】 8月31日(金)までに、申込書にて秘書広報情報課もしくは各地域事務所へ。ホームページからも申し込みできます。  
申込書は、市役所、各地域事務所またはホームページで。



宇陀市 市政モニター 検索

問 秘書広報情報課  
(☎82・3912 / IP ☎88・9083)



Kirari UDA-BITO

### 承前啓後(しょうぜんけいご)

「古き良き伝統を新しく未来へ繋げたい」

「楽」 盆踊り実行委員会代表 福田了也さん (榛原秋原)



**榛** 原東町と稲荷町で昔からあった盆踊りを復活して早7年が経ちました。

**復** 活を考えたきっかけは、14年程前に榛原町役場庁舎(今の市役所庁舎)での催し物で町内の太鼓台を展示したこと。私たちの地域には昔から太鼓台と盆踊りがあったのですが、いずれも後継者不足などで長い期間休止状態となっていたんです。その中で、長期間、担がれずに傷んでいる太鼓台を人前に出した時に何ともいえない寂しさを感じました。

そこで、何とかして地域の伝統行事を復活させたいと、地域やいろんな方に協力をお願いしました。そのおかげでまず太鼓台が、続いて盆踊りが復活することができました。盆踊りにおいては約40年ぶりの復活でした。

**楽** という名前は、とにかく大変なこともうれしいこともみんなで楽しみたいと願っていることから。



8月18日宗祐寺で! 詳細は Facebook「楽盆踊り」

**や** っぱり「古いもの」「伝統」は先輩方が築いてくれたすばらしい価値あるものです。

**僕** が幼稚園の時は2日間わたって盆踊りが行われていました。その様子が小さいながらもすごい印象に残ったんでしょね。大人になっても、「あの時の風景をもう一度みたい」とずっと願っていました。自治会や宗祐寺、そして仲間や多くの方々のおかげでその願いが叶いました。本当にありがとうございます。

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウエルネス

お知らせ

掲示板

うだチャン

# 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)のこです。このコーナーでは、市が「取り組み」や NPO 団体などを紹介します。  
 問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

## ①今年も豊作となるよう虫送りが行われました

多田地区まち協  
 笠間地区まち協

市北部を山添村に向かつて流れる笠間川。この流域では、毎年6月に伝統行事として虫送りが行われています。「虫送り」は、五穀豊穡と虫の供養を兼ねて行われています。16日に多田地区まち協内の無山地区と染田地区、17日に笠間地区まち協の下笠間地区と、20日に小原地区で続けられています。しかし、小原地区は悪天候により、



▲松明の光が水田に映る 染田地区



▲ほら貝の音と共に、隣の地域との境界まで練り歩く 下笠間地区

残念ながら中止となりました。午後7時、虫送りの開始を告げる太鼓や鐘、ほら貝などを合図に、長いものではおよそ3メートルもある松明や、子ども用の松明を持った老若男女が集まりました。辺りが暗くなった頃、田植えが終わった水田のまわりや地域内を松明の灯りとともに練り歩き、隣の集落との境で松明を持ち寄り、一つにまとめて燃やし、今年の豊穡を願いました。

## ② 蛍の夕べ

内牧地域まち協

6月23日、「自然の中で一日をたっぷり満喫！」をテーマに開催しました。が、あいにくの雨で川の増水により楽しみにされていた川遊びは中止となりました。

物作り体験コーナーもあり、うちわに絵を描いてオリジナルうちわを作ったり、瓶の中に貝殻などを詰めた飾り物など子どもたちは雨でも楽しく作っていました。

飲食ブースでは、地域の方自慢の手作りパン、焼きもち、焼きそば、唐揚げ、こんにゃくなどを販売し、皆さん「お腹が満たされ美味しい」と笑顔で答えてくれました。

宇陀の蛍博士、松本氏らが育ててくれた蛍の幼虫や餌になるカワニナを観察したり、蛍の雄雌の見分け方なども教えてもらいました。夕方になると雨も上がったので、来年も矢谷川に戻っ



▲「私たち、蛍の幼虫です！」



▲幼虫のえさ「カワニナ」

てきてくれるように川をきれいにしようとして子どもたちは蛍博士と約束をし、みんなで蛍の幼虫を放流しました。また、和太鼓演奏、歌や踊りのお楽しみイベントもあり日暮れまで盛り上がっていました。日暮れ後、蛍を鑑賞するためたくさんの方が訪れ、幻想的な蛍の光に歓喜の声が夜空に響いていました。



▲蛍博士と一緒に放流したよ

## ③ 第1回うたのNEWスポーツ大会

菟田野まち協

6月24日、菟田野農林センターで地域の親睦や健康増進を目的として「うたのNEWスポーツ大会」を開催し



## 〜エビスグサ〜

エビスグサは生薬名を決明子（けつめいし）といい、217年頃に書かれた最古の本草書「神農本草経」に記載された、古い時代から使われている薬草です。

昔は煎じて飲むか茶の代用として使われていましたが、最近ではおいしい薬草料理の食材になっています。茶の代用なら、そんなに濃く出せないし、たくさんは飲めません。しかし、料理として使えるなら量を食べられるので、薬効が期待できます。

種子は、菱形四辺形をしていて、細長い豆果（さや）の中に並んで入っています。豆果を乾燥させた後、叩いて種を採集し、さらに

陰干しにして保存します。使用の際には少し焙じて用いるほうが良いのですが、黒くなるまで炒って焦がすか、炒って長く置いたものはかえって効果がなくなります。料理にするには、炒って煮詰めて皮を除き、さらに煮詰めて薬用成分を種子に再吸収させ、もろみで味を付けるといった方法が基本です。

薬用成分を損なわず、しかも全体を食べることができるので効果は高くなります。エビスグサの種子は20〜25グラムを煎じて飲むのと、4〜5グラムを食べるのは同じ効果が、少量で高血圧や腎臓・肝臓病改善などの効果が期待できることとなります。



▲高血圧や腎臓・肝臓病改善の効果があるエビスグサ

※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

薬草逍遙（やくそうしやうしやうしやう）  
毎回「薬草」に関する内容を連載でお届けする  
コラムです。

問 産業企画課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

今回は、市体育協会菟田野支部の共催と市スポーツ推進委員の皆さんの協力もあり、各競技の説明や、審判員と



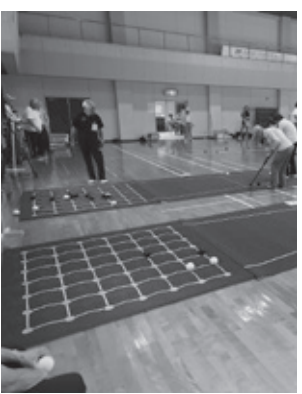
▲たくさんの方が参加されました

ました。当日は、梅雨の中休みの蒸し暑い日でしたが、小学生から80歳代までの幅広い年齢層で、56人もの方々の参加がありました。



▲床の上で出来るカローリング

して指導いただきました。どの競技も、子どもからお年寄りまで楽しめる競技ばかりですが、奥も深く何回も挑戦していました。特に人気があったのは、今回のサプライズ競技として、先の平昌オリンピックでも人気のあった氷上のカーリングが、床の上でも出来るよう考案された「カローリング」。



▲年配の方に人気のあった囲碁ボール

また、年齢層に応じて競技種目の好みもあり、子どもたちは体を大きく動かす「ストラックアウト」が、年配の方は、ゲートボールと囲碁を組み合わせた「囲碁ボール」が人気でした。約2時間の開催でしたが、大いに盛り上がり楽しんでいただきました。アンケートの中にも「次回も参加したい」や「続けて欲しい」などのうれしい要望もありました。

## まち協等スケジュール (8月)

(7月13日現在)

日	曜日	イベント案内	主催
4	土	夏祭り	東榛原まち協
5	日	美化活動	本郷まち協
11	土	ふれあい夏祭り・盆踊り大会	三本松・向洲地区まち協
15	水	夏祭り	室生地区まち協
18	土	夕涼み会・夏祭り	多田地区・西谷地区まち協
19	日	大野ふれあい祭り	室生大野まち協
19	日	本郷ふれあいサロン	本郷まち協
22	水	室生ダム見学会（地域の方のみ対象）	東榛原まち協
23～25		宇陀松山夢街道（町並みライトアップ）	大宇陀中央地域まち協 松山分会
25	土	防災訓練	大宇陀政始まち協

## 県体育協会功労賞 受賞

7月1日

平成30年度公益財団法人奈良県体育協会功労者表彰が、ジェイテクトアリーナ奈良で行われ、福田順一さん（榛原）と小泉眞吾さん（菟田野）の2名の方が功労賞を受賞されました。

この賞は45歳以上の方で、20年以上スポーツの振興と奨励に努力され、特にその功績が顕著な方に贈られるものです。



◀右から  
小泉さん  
福田さん

## 少林寺拳法 奈良県大会で 最優秀賞 受賞

7月8日

ならでんアリーナ（奈良市中央体育館）において、「第69回奈良県民体育大会・2018年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、県下各支部の拳士が一同に集い、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受賞を含め各部門で見事入賞されましたので紹介します。

### 【大会結果】（敬称略・順不同）

#### 組演武

〔少年白帯の部〕 優良3位：中森佳世、森田莉子

〔少年黄帯の部〕 6位入賞：瀧岡千桜、大西あかり

〔少年緑帯の部〕 6位入賞：坊井奏汰、清須 壮

〔中学生段外の部〕 最優秀1位：大西晴斗、大西将太

#### 単独演武

〔中学生の部〕 優秀2位：赤松雄月



## 佛隆寺 彼岸花再生プロジェクト

6月10日

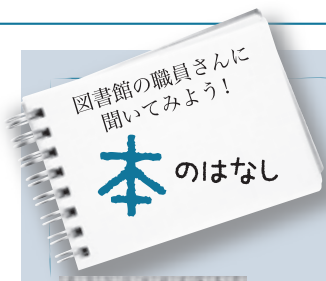
佛隆寺（榛原赤埴）において、「佛隆寺彼岸花再生プロジェクト」として、球根植栽のボランティアを募集したところ、30名の方が参加されました。

今年で、3年目を迎え、毎年県内を中心に多くの方々から、彼岸花の球根の寄贈をいただいております。昨年の秋には、獣害に遭う前の約7割程度まで、彼岸花が咲くまで復活できました。

参加者の中には、毎回このボランティアに参加されている方もおり、「以前のような深紅の絨毯に戻るのを楽しみにしています」との声もいただきました。

地元の方々やご協力いただいた多くの皆さんに感謝します。





話題の  
**新刊本!**



子どもへのまなざし  
著：佐々木正美  
出版：福音館書店

子どもは人とふれあいながら育つことが大事。つぎの世代を生きる子どもたちを豊かに健やかに育てることは大人自身も自分を大切に生きること。児童精神科医が語る乳幼児期の育児の大切さ。  
(中央図書館所蔵)



失敗図鑑  
～すごい人ほどダメだった!～  
著 大野正人  
出版：文響社

天才ゆえに死にかけたダリ、正直すぎて炎上した与謝野晶子…。世界に名を残した偉人たちの失敗と、彼らとその失敗からどうやって復活したかを紹介する。「忘れる・遅れる・嘘をつく」子どもによくある失敗対策も掲載。  
(中央図書館所蔵)

図書館からの  
**まめ知識** Vol.53

8月31日は野菜の日です・・・  
『夏野菜、いくつ知ってる? いくついえるかなあ?』

夏に旬を迎える夏野菜は、今では輸入や栽培方法の進化で1年中お店に並ぶことが多いですが、やはり旬の時期に採れるものは、太陽の日差しをたっぷり浴びて、栄養価が高く美味しいですよ。夏野菜は、暑さでほてった体の体温を下げてくれる野菜が多いのが特徴。栄養素の面でも、むくみや高血圧に効果がある「カリウム」、疲労回復や日焼けによるメラニンの生成を抑える働きのあるビタミン類を多く含んでいる野菜が多いようです。暑い夏を乗り切るためにも夏野菜は有効ですね!

普段、何げなく調理しているいつもの野菜たち。ひと手間プラスの料理法で家族をビックリさせてみませんか。そんなあなたにピッタリの本があなたに利用してほしいと図書館で待っています!!

おはなし会やその他のお知らせは P25

**室生小・室生中にて国際交流**

7月12・13日

7月12日室生小学校に、中国逸夫(イーフー)小学校から9人の2年生と、ベルギーやノルウェーなど、9か国から訪日学生24人、13日には室生中学校に中国から44人の中学2年生が来訪され、国際交流を行いました。

この取り組みは、外国の若者に日本の魅力を知ってもらうと同時に、日本の児童生徒の国際理解を深めることを目的に行われています。

室生小では、訪日学生のお国柄の分かるクイズに挑戦したり、逸夫小の子どもたちのダンスや書を見せてもらいました。また全学年それぞれ工夫した授業に入ってもらい、交流を深めることができました。室生中では、3年生が英語と音楽の授業を一緒に受けました。授業の後は一緒に給食を食べ交流を深めました。始めは緊張していた様子ですが、慣れてくるとジェスチャーや簡単な英語を使ってコミュニケーションを図り、楽しいひと時を過ごしました。



英語の授業(室生中)



一緒に給食を食べました(室生小)

**龍神の里シンポジウム**

7月15日

龍神信仰の源流を探る～北半球と南半球をつなぐ龍脈～と題し、室生寺に「龍」にまつわる様々な方面の講師陣が勢ぞろいしました。龍神とのかかわりをテーマに、室生寺執事長の小田修史氏からは室生寺の創建について、室生地区の語り部堀本正彦氏からは、龍にまつわる室生の自然や伝説について、奈良県民俗文化研究所代表鹿谷勲氏からは、奈良県下の蛇信仰にかかわる民俗行事をお話いただきました。そしてニュージーランドからお招きしたワイタハ族長老デ・ポロハウ・ルカテコラコ氏からは、ワイタハ族が守り続ける龍神信仰について、歌や祈りとともに海を越えたメッセージを伝えていただきました。興味深い龍のお話に、満員御礼の会場の熱気は最高潮!また、講演会後の青龍会による迫力の演舞には万雷の拍手が送られました。



## 子育て講座「ベビーマッサージ」

赤ちゃんの肌と肌のふれあいからのコミュニケーションを感じてみませんか。

**【対象】** 市内在住の就園前の乳児（生後2か月～12か月）とその保護者

**【日時】** 8月24日（金）午前10時～11時

**【講師】** インストラクター 金谷智子先生

**【定員】** 先着10組

**【持ち物】** 赤ちゃんを寝かせられる大きさのタオル2枚

**【申し込み】** 8月1日～問へ



問 84・9925 (住所: 菟田野松井473の1)

子育て支援センター  
からのお知らせ

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

♪♪みんなで楽しく子育てしませんか♪♪

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

## 「すこやかルーム」開放

※申込不要

子育て家族が、自由に遊べるように施設を開放。親子やみんなで過ごして気分転換！お弁当やおやつを持ってきて、ランチルームで食べることもできます。お母さんだけでなく、おじいちゃん、おばあちゃん、お父さんの来館も大歓迎！

**【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

## 8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 ★ つどいのひろば (榎原総合センター) 保健師相談日	2 🎵	3 水遊び
6	7	8 ★ つどいのひろば (榎原北保育園)	9 🎵	10 水遊び
13	14	15	16	17 水遊び (最終)   18) パパと遊ぼう
20	21	22 ★ つどいのひろば (室生こども園)	23 🎵	24 子育て講座 (ベビーマッサージ)
27 なかよしひろば	28 家児相談日	29 ★ つどいのひろば (ぬく森の郷)	30 🎵 ミニ誕生会	31

📖 → お話の日    🎵 → リズムの日(健康ポイント事業)

時間：午前11時～11時30分

## ★ つどいのひろば

(健康ポイント事業)

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

## 家児相談日とは？

毎月2回、午前10時～11時30分に“家庭児童相談員”に直接相談できる日となっています。

子育てや発育など日頃悩んでいることを相談してみませんか？

※8月は第4火曜日のみ



## なかよしひろば (親子ふれあい事業)

※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】** 8月27日（月）午後2時30分～3時30分

**【内容】** 作って遊ぼう！  
パート2

**【持ち物】** 水筒、タオル

## 水遊び!!

大きめのビニールプールで開放感を味わい、楽しいひと時を楽しみませんか。

**【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

**【持ち物】** 着替え、帽子、タオル、水遊び用の紙パンツ、その他各自必要なもの

**【その他】** 水遊びの前に体操をしますので、参加希望の方は10時までにお越しください。また、天候や他の事業の関係で中止になる場合があります。ご了承ください。





子育て支援センター  
**【子育てサークル】紹介**  
 ～おさるさん～

申年生まれの7人です。活動場所は、主に市内にある公園が中心。4月には、「カエデの郷 ひらら」5月には、「うだ・アニマルパーク」にお出かけ。自然の中で、五感を通して、心も体ものびのび育って欲しいです。



**ファミリー・サポート・センター**  
**子育てサポーター養成講座** // **参加者募集**

子育て中の家庭を応援するサポーターの養成講座です。子育ての経験がある方や、子育てに関心のある方は、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。

- 【場所】 市役所（ただし、9月28日・10月26日は子育て支援センター）
- 【時間】 午前10時～11時30分
- 【対象】 市内在住で子育て支援に興味がある20歳以上の方で、本講座をすべて受講できる方
- 【定員】 10人 【参加費】 無料
- 【申込み締め切り】 8月24日（金）まで
- 【申込み・問い合わせ】 こども未来課  
 (☎ 82・2236/IP ☎ 88・9080/FAX82・3900)

回	日程	内容
1	9月7日（金）	開講式 子育て支援サービスを提供するために
2	9月11日（火）	乳幼児の救急対応について
3	9月21日（金）	児童虐待について
4	9月28日（金）	子どもの様子を見てみよう（実技講習）
5	10月5日（金）	子どものアレルギーについて
6	10月12日（金）	子どもの心の発達と遊びについて
7	10月19日（金）	支援の必要な子どもへのかかわり方について
8	10月26日（金）	子どもと関わってみましょう（保育実習） 閉講式

～支援が必要な子どものために～  
**サポートブック UDA 研修会**

市障害者地域自立支援協議会子ども支援部会では、支援が必要な子どもに対して、適切な支援を行うために、保護者と共に支援機関がさらに連携を強め、情報面から支援できるように「サポートブック UDA」を作成しました。

有効な活用方法等について研修会を行いますので、皆さんの参加をお待ちしています。

- 【日時】 8月8日（水） 午後1時30分～
- 【場所】 農林会館
- 【内容】 講演：「子どもたちの切れ目のない支援を目指して」  
 講師：生活支援センターあすなろ  
 センター長 中井 加苗氏

問 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

**発達の悩みについて**  
**語り合いませんか？**

● **かるがもくらぶ**

- 【日時】 8月17日（金）  
午前10時～正午
- 【場所】 菟田野人権交流センター多目的ホール

● **井戸端会議**

- 【日時】 8月23日（木）  
午前10時～
- 【場所】 市役所 会議室

## 睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の診療を行っています

### ■睡眠時間とは別に睡眠の質が大切

人間は人生の約3分の1を睡眠に使うといわれていますが、この睡眠の質に悪影響をおよぼすものが、この睡眠時無呼吸症候群です。

イビキをかく、熟睡感を得られない、昼間の眠気や起床時の頭痛等の症状がある方はSASが潜んでいる可能性があります。お気軽にご相談ください。



睡眠時無呼吸症候群 (SAS) とは、眠っている間に呼吸が止まる病気で、自分では気づくことができません

### ■SAS診療の概要

- ①パルスオキシメーター (簡易型睡眠呼吸検査装置) の貸出予約。  
(予約受付：月・水曜日の午後2時～4時)
- ②予約票をもって、総合案内へお越しください。  
担当医の問診後に検査科より貸出機器の説明を行います。この機器はご自宅で検査するので入院は不要。
- ③1週間以降の木曜日に内科外来で検査結果にもとづいた診察を受けます。
- ④より詳しい検査が必要な場合は「PSG検査」を実施。  
(※睡眠中の呼吸状態や脳波を詳しく解析し、その後の治療方法を検討します。夕方から翌日朝までの入院が必要です。痛みを伴うものではありません。)

診療日：毎週木曜日 午後4時～

予約方法：電話 担当医師：松島 (内科)

(初回予約先：地域連携課 ☎85・1201)

### ■入院セットがご利用いただけます

市立病院では、患者さん・ご家族による洗濯などのお手間の軽減、日用品類・紙オムツ類の購入や補充などのご負担の軽減と院内外での感染予防を図るため、8月1日から入院セットを導入することとしました。

このことにより、衣類・タオル・日用品・紙オムツなどを、ご希望される方は日額定額制のレンタルでご利用いただけます。なお入院セットは、患者さんと運営委託業者との直接契約となります。



### ■市立病院職員募集

- 非常勤医師 (消化器内科・呼吸器内科・一般内科)
- 事務員・看護助手 (パート) 若干名

※パートは、勤務日・時間は応相談

問 経営企画課 ☎82-0381 (土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

### ■糖尿病教室 (申し込み不要・参加費無料)

#### 【8月の予定】

- 6日(月) 糖尿病について (第1回)
- 13日(月) 糖尿病の治療～食事療法～ (第2回)
- 20日(月) 糖尿病の治療～運動療法～ (第3回)
- 27日(月) 糖尿病の治療～薬物療法～ (第4回)

※糖尿病のお薬を使用中で、興味のある方はお薬手帳をお持ちください

【時間】午後2時30分～ 【場所】北館2階栄養指導室

### ■内科から担当医の変更のお知らせ

	月	火	水	木	金
1診		経堂	上村	阪上	福智
2診		松倉	椎木	椎木	松倉
3診	福智	松島	丸山	丸山	前川
4診		高木 (消化器)	林	林	林
初診	西本	川島	松島	大森	橋本
午後	糖尿病教室 A°-スメーカー 外来(予約)	腎臓外来 (予約)		禁煙外来 (予約)	

※ が変更箇所

### ■骨粗鬆症教室 (完全予約制・病院Aブロック)

#### 【8月の予定】

- 7日(火) 骨粗鬆症とは：病態・検査・治療について
- 14日(火) 薬物療法：薬の種類・薬の飲み方  
生活環境：日常生活の注意・骨粗鬆症外来について
- 21日(火) 食事療法：栄養の基本と簡単なレシピ
- 28日(火) 運動療法：転倒予防体操について

【時間】午後2時30分～1時間 【定員】毎回10人

【場所】北館2階栄養指導室 【参加費】無料

問 宇陀市立病院 Aブロック (☎82-0381)

～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

電話番号の  
間違い注意!

問 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)



## RUN 伴 (ランとも) 2018 参加者募集!

RUN 伴 (ランとも) とは、今まで認知症の人と接点のなかった地域住民と、認知症の人や家族、医療福祉関係者が一緒にタスキをつなぎ、日本全国を縦断するイベントです。昨年、341 市町村、2 万人以上の方が参加しました。顔の見えるつながりを各地でつくり、認知症の人にやさしいまち、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指していきましょう。

- 【日 時】** 10月21日(日)
- 【場 所】** 市内のコースを走ります  
(コースの詳細は9月号広報でお知らせします)
- 【内 容】** ランナーとして一緒に市内のコースを走り、  
全国にタスキをつなぎます
- 【対 象】** 小学生以上
- 【参加費】** 高校生以上 2,500 円、中学生以下は 1,500 円  
(T シャツ代、保険料含む)
- 【申し込み】** 8月17日までに、「RUN 伴」公式サイト  
(<http://runtomo.org>) へお申し込みください。  
コース等お知らせしますので、問へもご連絡を  
お願いします。※詳しくは問へ



## 健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

問 健康増進課 (☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087)



### 健幸都市ウェルネスシティ宇陀市構想

担当課  
こども未来課

#### ② 「乳幼児期の子どもの体力向上」の取り組みと成果

乳幼児期は健やかでいきいきとした生涯を送るために、豊かな心と体を育む大切な時期です。市では乳幼児期の子どもの体力向上を目指し、こども園・保育所・幼稚園・家庭が連携し、宇陀こども元気づくりプロジェクト事業の取り組みを行っています。

その一環として、市独自で策定した「うだ子ども元気ダンス (うきうきダンス)」のカリキュラム導入や運動能力向上体育指導および早寝・早起き・朝ごはん運動の推進を行い、5 歳児の運動能力調査の評定平均値が、27 年度より全国標準値の 3.0 を上回る成果をあげました。

#### 5 歳児の運動能力調査結果

年度	主な取り組み			5 歳児の運動能力 評価平均値
平成 25 年度	早寝・早起き・ 朝ごはん運動			2.82
平成 26 年度		うきうきダンス の策定		2.99
平成 27 年度		うきうきダンスの カリキュラム導入		3.07
平成 28 年度			運動能力向上 体育指導	3.31
平成 29 年度				3.19



うだ子ども元気ダンス

※評定平均値は、「25m 走」・「テニスボール投げ」・「立ち幅跳び」・「両足連続跳び越し」の 4 種目の運動能力調査評定値の平均値です。



# 保健センターからの おしらせです!

☎ 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/FAX92・5223

## 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	6日(月)	平成30年6月生まれの児の保護者	中央保健センター	午前10時

## 乳幼児健診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
大宇陀 菟田野	4～5か月児健康診査	21日(火)	平成30年3月～4月生まれの児	大宇陀保健センター	午後1時～1時50分
	10～11か月児健康診査		平成29年9月～10月生まれの児		
	3歳児健康診査	27日(月)	平成26年12月～平成27年2月生まれの児		
榛原・室生	4～5か月児健康診査	29日(水)	平成30年3月～4月生まれの児	中央保健センター	
	2歳児歯科健康診査	30日(木)	平成28年5月～7月生まれの児		

## お知らせ

### ひよこクラス (育児教室)

“子育てや離乳食”について、ママ同士楽しく学びながら交流や情報交換しませんか。

#### 【日程・内容】

- ① 8月7日(火) 赤ちゃんの生活・病気の予防
- ② 8月16日(木) 絵本・歯のケア・けがの予防
- ③ 8月22日(水) 離乳食 (講話と調理実習)

【時間】 午後1時30分～3時30分

【場所】 中央保健センター

【対象】 平成30年4月～6月生まれの児の保護者

【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具、③はエプロン、三角巾、手ふきタオル

【託児】 該当するお子さんの託児を行います。費用は1回300円、事前申込が必要です。

【申し込み】 問へ



### なかま会のご案内

【日時】 8月6日(月) 午前11時～午後2時

【場所】 榛原保健センター

【内容】 ○みんなで楽しく食事会  
○情報交換

【持ち物】 食事代(1,000円程度)

【対象】 精神保健福祉手帳を持っている統合失調症の方

【申し込み】 問へ

### 親子料理教室 参加者募集

【日時】 8月19日(日)

午前9時30分～午後1時30分

【場所】 榛原総合センター

【対象】 幼稚園等の年長組～小学3年生までの子どもとその保護者

【定員】 先着20組 【講師】 市食生活改善推進員

【内容】 旬の食材を使った簡単お料理の調理実習と試食

【参加費】 親子1組500円(材料費)

【持ち物】 エプロン、三角巾、手ふきタオル

【申し込み】 8月10日(金)までに問へ

### 8月31日は「野菜の日」

野菜は身体の調子を整え、機能を正常に保ち、免疫力を向上させる栄養素を豊富に含んでいます。夏バテしやすいこの時期こそ、たっぷり野菜を食べて元気に過ごしましょう。

成人で1日に350g以上食べることが望ましいとされています。生では多く感じますが、炒めたり茹でたり加熱すると量が減り、たくさん食べられます。

※うだチャン11chで毎月21日～月末まで、「野菜たっぷりクッキング」を放映しています。

ウェルネスシティ宇陀市健康づくり計画 食生活部会では、皆さんが生活習慣病を予防し、健康に過ごせるように、「野菜料理をもう一皿増やす」取り組みを推進しています。



# がん検診・特定健診の申し込み忘れていませんか？

がんを早期に発見するため、乳がん・子宮がん検診は2年に1度、胃がん・肺がん・大腸がん検診は毎年受診しましょう。また、日頃の生活習慣を見直すために、年に1度は特定健康診査を受けましょう。受診を希望される方は、お早目にお申し込みください。

申し込みは **中央保健センター 92・5222 (検診専用ダイヤル)** へ

	市で実施する健康診査の対象	自己負担額 ※1			
		保健センター	宇陀市立病院	医療機関	
胃がん検診	バリウム	40歳以上	900円	3,000円	5,000円 (済生会中和病院)
	カメラ	50歳以上		※2	
大腸がん検診		40歳以上	300円	600円	600円
肺がん検診		40歳以上	200円	1,000円	1,000円
前立腺がん検診		50歳以上の男性	300円	900円	900円
肝炎ウイルス検診		40歳以上の未受診の方	700円	1,200円	1,200円
子宮がん検診		20歳以上の女性 H28年度未受診の方	1,200円	頸部 2,000円 体部 3,500円	頸部 2,000円 体部 3,500円
乳がん検診		40歳以上の女性 H28年度未受診の方	1,300円	1,800円	1,800円
お早め健診		35～39歳の 国民健康保険の方	1,000円	1,000円	1,000円
特定健診		40～74歳の 国民健康保険の方	1,000円	1,000円	1,000円

※1 70歳以上の方の胃カメラ検診の自己負担額は2,000円、それ以外のがん検診は無料です。

※2 今年度から胃カメラ（胃内視鏡）検診を開始しましたが、宇陀市立病院で実施する胃カメラ検査の申し込みが予約可能件数を越えたため、申し込み受付を終了しました。（済生会中和病院では受診できます）詳しくは問へ

※今年度、胃カメラ検診を受診された方は、来年度の胃がん検診（バリウム・カメラ）は対象外となりますので、ご注意ください。

## Cooking

うだちゃん11chで7月に放映したレシピです。

野菜たっぷり  
クッキング  
\*レシピ\*

夏野菜の揚げ浸し  
(4人分)

### 夏野菜の揚げ浸し

#### 【材料】

かぼちゃ・舞茸・赤パプリカ・ズッキーニ…各80g、茄子…120g、おくら…40g、薄口しょう油…大さじ2、だし汁…120cc、練りわさび…適量、揚げ油

#### 【作り方】

①薄口しょう油、だし汁、練りわさびを混ぜて、つけ汁をつくる。

その他のレシピは、ホームページをご覧ください。



- 茄子は縦4等分にし、塩水に浸す。水気をふいておく。かぼちゃは5mm厚さ、赤パプリカは縦8等分、ズッキーニは1cmの輪切り、おくらはがくを削っておく。舞茸は石づきをとって小房に分けておく。
- それぞれを160℃の油で揚げる。
- つけ汁に浸し、味をなじませる。（つけ時間は好みで）

宇陀市 野菜たっぷりクッキング

検索

## 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)

# 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。

Life & Environment  
くらし・環境

## 国民年金のお知らせ

### 国民年金付加保険料について

国民年金保険料を納められた  
期間（厚生年金等の加入期間  
を含む）と国民年金保険料の  
納付を免除された期間が 10 年  
（120 月）以上ある方は、65  
歳から老齢基礎年金が支給され  
ます。  
年金額を少しでも多く受給し  
たい場合は、保険料とあわせて付  
加保険料（月額 400 円）を納  
めることで、受給する年金額を  
増やすことができます。

### 【注意事項】

○付加保険料の納付は、申し込  
んだ月分からで、納期限は翌  
月末日です。

○納付期限を超過した場合でも、  
期限から 2 年間は付加保険料  
を納めることができます。

○国民年金基金加入中の方は、  
付加保険料を納付できません。  
【申請先】 保険年金課または各  
地域事務所

### 問 保険年金課

☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9086  
☎ 0744・42・0033

### 井戸水等を下水道に排出す る場合は届出が必要です

水道水だけでなく、井戸水等  
を公共下水道へ排出される場合  
は、宇陀市公共下水道条例第 15  
条の定めにより、「公共下水道  
使用開始届」を提出していただ  
き、排水量に応じた下水道使用  
料をお支払いいただく必要があ  
ります。

届出を怠ると罰則が適用され  
ますので、ご注意ください。

### 問 下水道課

☎ 82・5627 / IP ☎ 88・9097

### ■付加年金の年金額

= 200 円 × 付加保険料を納付した月数

(例) 付加保険料を 10 年間納付された場合

付加保険料の納付額

= 400 円 × 12 月 × 10 年 = 48,000 円

付加年金の年金額

= 200 円 × 12 月 × 10 年 = 24,000 円

この場合、毎年 24,000 円の付加年金が老齢基礎年金  
に上乗せして受け取れます。付加保険料を納めた分は、  
2 年間でモトが取れます！

## 市営赤人霊苑へのお墓参り臨時バスを運行

お盆・お彼岸のお墓参りにご利用ください

【日時】 8 月 15 日 (水)・9 月 23 日 (日) 【現地滞在時間】 45 分間

※渋滞等、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)

### 【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

※バス料金は無料

線路	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
線路	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	
【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

## 市内統一美化運動

「ごみゼロの日」に  
ご参加ご協力いただき  
ありがとうございました



今年は 2.5t もの  
不法投棄ゴミが!

今年も市内では、各自治会の皆さん協力のもと 6 月の各日曜日を中心に  
ごみゼロの日が行われました。

期間中は大勢の方々にご参加して  
いただき、改めて市民の皆さんの環  
境保全に対する理解と意識の高いこ  
とが感じられました。

各自治会をはじめ関係者、ご参加い  
ただきました皆さんありがとうございました。

### 問 環境対策課

(☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

# 世界の恒久平和は みんなの願いです

1945年8月15日の戦争終結から73年目の夏を迎えます。平和の大切さを見つめなおし、戦争や核兵器のない平和な世界の実現を願いましょう。

問 総務課 (☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)

## ○原爆写真ポスターの展示

【期間】8月1日(水)～15日(水)

【場所】市役所1階ふるさとテラス  
(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)

【内容】広島平和記念資料館のヒロシマ・ナガサキ原爆写真ポスターの展示



## ○黙祷のお願い

・広島に原爆が投下された日  
8月6日 午前8時15分

・長崎に原爆が投下された日  
8月9日 午前11時2分  
広島・長崎に原爆が投下された日時に、市内の寺院・教会の鐘がなります。鐘に合わせて家庭や職場などで黙祷し、犠牲者に対する追悼の念を捧げてください。

・終戦記念日  
8月15日 正午

戦没者を追悼し、平和を祈念する日です。正午の時報に合わせて、戦没者に対し1分間の黙祷をお願いします。

# ブロック塀の安全性に関する相談窓口を開設

6月18日の大阪府北部を震源とする地震による塀の倒壊被害を受け、既存のブロック塀について安全点検を呼びかけています。

これにより、奈良県では建築基準に關することや専門家への相談窓口が開設されました。ぜひご活用ください。

## 【建築基準に関する相談窓口】

問 奈良県中和土木事務所建築課  
(☎ 0744・48・3079)

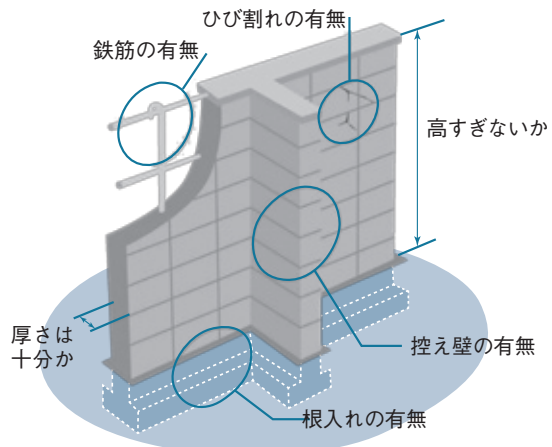
## 【専門家への相談窓口】

問 (一社) 奈良県建築士会  
(☎ 0742・30・3111)

問 (一社) 奈良県建築士事務所協会  
(☎ 0742・34・8850)

また、県のホームページでは、ブロック塀の安全性についてのチェックポイントが解説されていますのでご参照ください。

奈良県 建築安全推進課 検索



# 大雨など家屋や周囲が浸水被害を受けた場合、 消毒や十分な衛生対策が必要です

台風や大雨などにより浸水が起きた場合には、下水道やし尿処理槽の汚水などが逆流し、家屋や周囲が汚染される場合があります。

そのような場合、細菌やカビの繁殖、害虫の発生などにより不衛生で感染症が発生しやすくなります。

そのため復旧の際には家屋などを洗浄し、十分に汚れを取り除いた後に消毒を行う必要があります。

## 洗浄

家屋などが浸水した時は、まずは汚泥を除去し、水や雑巾で拭くなど汚れを洗浄しなければなりません



## 消毒

消毒は、清掃・洗浄した後、十分乾燥させてから行ってください。消毒は、消石灰や塩素系漂白剤など専門的な薬剤が必要です。

家屋に浸水した場合は

問 健康増進課  
(☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087)

消毒などの詳細については

問 中和保健所 (☎ 0744・48・3031)



特集

市政トピックス

うだちから

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

うだちちゃん

## 2019年版奈良県民手帳の予約受付を開始

県内の官公庁や救急医療施設の住所一覧、県民相談窓口に加え、人口や産業など、全国と県・市町村の主要統計データ、県内の郵便番号、大和の主な年中行事等の情報を掲載。日記のページには、過去5年間の天気マークも添付。

【価格】500円（消費税込）

【表紙色】すほう色・黒色

【販売時期】10月予定

【申し込み】8月31日（金）までに企画課または各地域事務所へ

### 問企画課

☎82・1362 / IP ☎88・9074



## Life&Environment 産業・まちづくり

## 宇陀市産木材をご利用ください

市内の森林から産出された木材を購入して、新築やリフォーム

ムをすると、宇陀市産木材利用促進事業としてウッピー商品券（最大10万円）を交付します。

建築事業者と合法木材供給事業者として認定された製材事業者の連名で証明可能な市産木材を2万円以上、利用された場合商品券の交付をします。

※着工前申請が必要です。予算額に達し次第終了しますので、お早めに申請してください。

【交付額】市産木材購入費の2分の1

【上限額】市内の建物10万円・市外の建物5万円

### 問農林課

☎82・3679 / IP ☎88・9090



## 農業委員会からお知らせ

■農地パトロール（利用状況調査）を実施します

農地法により、農業委員会の新たな役割として「農地の利用状況についての調査」が義務付けられています。

これにより、市農業委員会で遊休農地の解消、違反転用の防止などのため、毎年農地パトロールを実施しています。

調査時には、皆さんの農地に立ち入る場合があります。ご理解と協力をお願いします。

この調査をもとに確認された遊休農地には、耕作の意思などを確認し、農地を有効に利用するための指導を行います。

農地は食料の生産基盤である大切な資産です。また、遊休農地などは病害虫の発生など、近隣の農地や住民に大変な迷惑がかかります。農地をお持ちの方は適正な管理をお願いします。

### 【実施スケジュール】

8月～9月

農地パトロール（利用状況調査）

11月

遊休農地と判断された農地の所有者へ、今後の農地利用について「利用意向調査書」を送付

平成31年1月

「利用意向調査書」に基づき、農地中間管理機構への通知

### ■遊休農地の課税強化

農地法に基づき、農業委員会が農地所有者に対し、\*農地中間管理機構と協議すべきことを勧告した農業振興地域内の農地

を対象に固定資産税の課税が強化されます。

協議の勧告が行われるのは、農地中間管理機構への貸付けの意向を表明せず、自ら耕作を行わないなど、遊休農地を放置している場合に限りです。

### 【課税強化の手法】

通常の農地の固定資産税の評価額は、売買価格×0.55（限界収益率）となっているところ、遊休農地については、0.55を乗じないこととなります。（結果として1.8倍となります。）

\*農地中間管理機構とは、農地集積、集約化を進める農地中間管理事業を行っており、奈良県では、奈良県農地中間管理機構（公益財団法人なら担い手・農地サポートセンター）が農地の貸し借りを仲介しています。

### 問農業委員会（農林課内）

☎82・5781 / IP ☎88・9089

## 大和都市計画道路の変更原案の閲覧と公聴会開催

都市計画道路の変更原案の閲覧および公聴会を開催します。なお、公述申出書の提出がない場合、公聴会は中止になります。

### 【内容】

都市計画道路の変更  
①西峠山辺三線（奈良県）

②下井足墨阪線（宇陀市）

### 【閲覧期間】

8月3日（金）～17日（金）

### 【閲覧場所】

奈良県都市計画室（県庁分庁舎）  
市まちづくり推進課（宇陀市役所）  
奈良県および宇陀市のホームページに各々掲載

### 【公聴会日時】

9月2日（日）午前10時～

※当日9時の時点で宇陀市に氣象警報などが発表されている場合は、翌週9日（日）午前10時に延期します。

### 【公聴会場所】

榛原総合センター（榛原萩原）

### 【公述申出書の提出】

公聴会で意見を述べたいことを希望する方（市民・利害関係者に限る）は、住所・氏名・年齢・職業・電話番号・意見の要旨とその理由を具体的に記入し、8月17日（金）までの業務時間中に①は県都市計画室（県知事宛）、②は市まちづくり推進課（市長宛）へ直接または郵送で提出（必着）してください。

### 問奈良県都市計画室

☎0742・27・7520

### 問まちづくり推進課

☎82・5624 / IP ☎88・9092



## 特定計量器の定期検査を行います

計量器は製造時の検査に合格した正確なものが使用されていますが、どんなに優れた計量器でも誤差が生じてきます。このため計量法では、商店・スーパー・生産農家等で商品の売買等の取引や計量の証明に使用される計量器の使用に対して2年に1回の検査を受けることが義務づけられています。

奈良県工業技術センターでは、次のとおり定期検査を実施しますので受検してください。合格した計量器には「合格

月日	時間	検査場所
9月10日(月)	9:00~16:00	運搬が困難なはかりの所在場所
9月11日(火)	9:00~16:00	〃
9月12日(水)	10:30~12:00	中央公民館(大字陀)
	14:00~15:00	農村環境改善センター(菟田野)
9月13日(木)	10:00~11:30	室生振興センター(室生)
	13:30~14:30	奈良県農協宇陀営農経済センター「田口経済店舗」(室生)
9月14日(金)	10:00~12:00	宇陀市役所(榛原)
	13:00~14:30	

シール」を貼付します。不合格になったものは「不合格票」を添えて返還し、修理していただくこととなります。また、定期検査を受けずに取引に使用されると処罰を受けることがあります。

**【手数料】** 1台につき 250円(2,200円(計量器の種類等により異なる))

※家庭用のヘルスメーターやキッチンスケールは対象外

**【問】** 商工観光課  
(☎82・2457 / IP ☎88・9081)

## Education,culture&sports 教育・文化・スポーツ

### 薬草教室の受講生募集

薬草でリフレッシュ  
〜体の不調を和らげる  
薬草ボール作り〜

**【日時】** 9月18日(火)

午前11時〜正午

**【場所】** まちづくりセンター千軒舎(大字陀拾生)

**【対象】** 市内在住、在勤の方

**【定員】** 20名(先着)

**【参加費】** 500円(材料費)

**【内容】**  
○大和トウキやヨモギなどの薬草を使った薬草ボールの作成  
○薬草茶の試飲・薬草入り焼き菓子の試食

**【講師】** クレメンツ・カオリ先生

(自然療法 森の学校校長)

**【申し込み】** 8月1日(水)〜

10日(金)の期間中に、☎もしくは窓口にて

**【問】** 宇陀市薬草協議会(産業企画課内)  
(☎82・5874 / IP ☎88・9075)

### 中央公民館講座の受講生募集

市民教養講座

お片づけ基礎講座

お片づけのキホンを学びましょう

**【日時】** 9月7日(金)

午後1時30分〜3時

**【場所】** 室生分館(室生振興センター)

**【対象】** 市内在住、在勤の方

**【定員】** 30名(抽選)

**【参加費】** 無料

**【講師】** 吉田章子先生(整理収納アドバイザー1級)

**【申し込み】** 8月1日(水)〜15日(水)の期間中に、☎もしくは中央公民館窓口にて

**【問】** 中央公民館  
(☎83・0551 / IP ☎88・9180)

**【休館日】** 木曜日・祝日

### 人権文化講座受講生募集

男の料理教室

「将来の自立に備え料理を覚えたい」けれど「包丁を握ったことがないから」といって一歩

踏み出せない方も多いのでは? 初心者の方大歓迎。簡単な家庭料理に挑戦してみませんか!

**【日時】** 9月11日(火)・9月27日(木)・10月9日(火)

午前10時〜午後1時

**【場所】** 菟田野人権交流センター(菟田野古市場)

**【対象】** 市内在住、在勤で継続して参加できる男性の方

**【参加費】** 有料(材料費)

**【申し込み】** 8月1日(水)〜17日(金) 午前9時〜午後5時

時まで(日曜日を除く)、☎もしくは窓口にて

**【問】** 菟田野人権交流センター  
(☎84・2031 / IP ☎88・9179)

## 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)

8月8・22日(水)

①10:00~ ②10:45~

2回内容同じ

おはなしクラブ

8月25日(土)

①10:30~(小さい子) ②11:15~(大きい子)

★夕涼みおはなし会(約30分)

8月4日(土) 18:30~

★映画会(約30分)

『ぴったんこ!ねごさかな 10話あり』

8月18日(土) 11:00~

新作です!!

講座「親子で楽しむあらべうた」

日時:8月23日(木) 10:30~12:00

講師:岩出景子氏(野の花子育てサポート一む主宰)

対象:未就学児とその保護者 定員:20組(先着)

申し込み:電話または各図書館まで

(宇陀市立大字陀図書館)

★おはなし会は、お休みです

★映画会(約45分)

『かいけつゾロリ』

8月25日(土) 10:30~ 場所:研修室(1F)

8月の休館日 7・11・14・21・28

中央図書館 ☎82-4749 / IP 88-9110

【開館時間】 9:30~20:00

大字陀図書館 ☎83-0976

【開館時間】 9:00~17:00

10月末まで  
試験的に延長

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

産業・まちづくり他

掲示板

うだちゃん

# ご活用ください！ 緊急通報装置

ひとり暮らしの高齢者の方に  
貸し出しています（有料）

市では、急病や災害等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図るため、押しボタンによる緊急通報や相談ができる緊急通報サービスを提供しています。

【対象】ひとり暮らし（高齢者、重度の身体障がい者）、常に配慮を要する高齢者のみの世帯

【利用料】500円/月（生活保護費受給者は0円）

【協力員】緊急時に対応できる近所の方や民生委員、親族の方など2名以上を協力員として依頼してください。

【サポート体制】24時間365日、看護師などに緊急通報や相談ができます。（電話回線を使用します）

詳しいことを  
市役所に聞いてみるか～



▲緊急通報装置イメージ



装置のボタンを押すと、サポートセンターに繋がって連絡できます。連絡を受けたセンターは状況により医療機関の案内や救急車、協力員への連絡などを行います。

問 介護福祉課 ☎ 82・3675/IP ☎ 88・9088

## 8月は道路ふれあい月間 『8月10日は道の日』です。

安全で快適な道路環境を保持するため、道路を正しく・広く・美しく・安全に利用しましょう。

次の行為は、交通の妨げや事故の原因にもなります

- 道路敷地への木材・資材・土砂・粗大ごみ・自動車などの放置
- 車からのたばこ・空き缶・ゴミのポイ捨て
- 無許可で道路上への看板等の設置や道路法面の埋め立て・切り取りなど

問 建設課 ☎ 82・5638 / IP ☎ 88・9095



## プレミアムハッピー商品券発行！

申込締切/8月20日（月）午後5時必着



※応募多数の場合は抽選

1冊10,000円で11,000円分！！

詳しくは今月号折込チラシで！

問 プレミアムハッピー商品券事業事務局  
(宇陀商工会館内) ☎ 82・2211



## みんなが笑顔になるために 障がいのある人について知ろう

問 介護福祉課 ☎ 82・3675/IP ☎ 88・9088

### 発達障がいを知ろう

■発達障がいとは・・・

脳の発達の一部に障がいがあったり、集団生活などで困ってしまう場合がある状態です。本人の努力不足や家庭の問題と誤解されることがあります。

### ■発達障がいの特性や困りごと

多くは低年齢のときから症状があらわれます。ただし、大人になっても障がいがわかることもあります。

- ・学校の勉強などに必要な「読む」「書く」「聞く」「話す」「計算する」といったことのなかで、とても苦手なものがあったりします。
- ・気が散りやすく集中できないので、うっかりミスなどが多くなります。
- ・長い時間じっとしていられず、勝手に動き回ったりします。
- ・相手の気持ちや、まわりの状況などを考えてから行動することが苦手だったりします。

自分の興味のあることや、得意にしていることでは、とてもすぐれた才能をあらわします。

### ■わたしたちができること

障がいを知っておく

まずは、このような障がいがあるということを知っておくことが大切です。障がいは本人のせいではありません。

### ■みんなで手助けする

自分のまわりやクラスメイトなどに発達障がいのある人がいたら、親や学校の先生といった大人たちといっしょに、あたためた目で見守ることから始めましょう。



職員募集

■さんとぴあ榛原

介護職員(臨時職員)

【募集人員】若干名

【要件】60歳未満

【時給】850円

介護福祉士資格取得者には優遇措置あり

【勤務体制】日勤・夜勤など

応相談

【申し込み】履歴書・資格証

明書の写しを提出

※随時募集中

【問合せ】さんとぴあ榛原

(☎85・2525 / IP ☎88・9065)

逢いたい人に逢える星の夜会 in青蓮寺

「逢いたい人と夢かなう寺」の異名をもつ中将姫ゆかりの山中の尼寺青蓮寺。中将姫のお話とともに、人工の光が届かない木々の狭間から瞬く夏の夜空を鑑賞しませんか。

【日時】8月11日(土)

午後6時～9時(予定)

雨天時中止

【場所】青蓮寺(菟田野宇賀志)

【内容】青蓮寺入山口から片道約1キロのウォーキング。

境内にて歴史よもやま話と星空観賞。

【対象】小学生以上(保護者同伴)

【持ち物】動きやすい服装、懐

中電灯

【定員】40人(事前申込要)

【参加費】無料

【申し込み】8月6日(月)まで

に参加者氏名、住所、電話番号を郵送、FAX、メールで。

【問い合わせ】

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで



【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

【申し込み】8月6日(月)まで

つながれ心!ひろがれ笑顔!  
宇陀子どもフェスタ2018開催

子どもフェスタは子どもたちの好奇心を刺激し、楽しく学んで遊んで体験できる子ども向けイベントです。今年も楽しいコーナーが盛りだくさん!

実行委員会では「つながれ心!ひろがれ笑顔!」をスローガンに、参加者の皆さんをお待ちしています。遊びや創作体験を通じて、笑顔で友達をたくさん作りましょう。

【日時】9月9日(日)

午前9時～午後0時30分(予定)

【会場】総合体育館

※詳しくは9月号の折込チラシをご覧ください。

ボランティアスタッフ募集

子どもたちの笑顔や元気とともに、フェスタを一緒に創り上げましょう。お手伝いしていただける中学生以上の方を募集中。

【問合せ】宇陀子どもフェスタ実行委員会事務局(生涯学習課内)

(☎82・3975 / IP ☎88・9364)



菟田野人権交流センター  
体育館の使用を中止します

この体育館は、住民交流の拠点となる開かれたコミュニティセンターとしてご利用いただいていたのですが、耐震診断の結果、耐震安全性の目安である最低Is値(構造耐震指標)を満たしておらず、大地震の際に倒壊する危険性が高いことがわかりました。

そのため、昨今の大地震の発生が懸念されているなか、利用者の安全・安心を考え、**7月5日から使用を中止**することとしましたのでお知らせします。

市民の皆さんには、大変ご迷惑をおかけいたしますがご理解ご協力をお願いします。

【問合せ】菟田野人権交流センター  
(☎84・2031 / IP ☎88・9179)

8月の文化会館だより

かざろひホールの催し (7月2日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象など
5	日	ピアノ・フルート発表会	瀬山登紀子	開場 12:30 開演 13:00	一般(無料)
18	土	ふるさと文化のつどい	宇陀若藤会 代表 眞田英隆	開場 12:30 開演 13:00	一般(有料) 1,200円
26	日	リトル ピアニストコンサート	貴師田三紀子 藤岡あづさ	開場 12:30 開演 13:00	一般(無料)

8月の休館日(7・11・14・21・28日)

【問合せ】宇陀市文化会館 (☎83・0977)

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

イベント・その他

お知らせ

掲示板

うだチャン

第61回

宇陀市はいばら花火大会

第4回 全国花火まほろば競技会

日時 8月5日(日) 午後7時30分～9時  
(荒天中止)

場所 宇陀川河畔

交通規制のお知らせ

【規制時間】午後6時～10時

※状況により変更する場合があります

【駐車場利用時間】

午後4時～10時

※環境整備協力金10000円が必要(ただし、総合体育館駐車場は無料)

※交通規制後は渋滞となります。お車での来場はご遠慮ください。

※総合体育館駐車場から榛原駅まで、直通バス(片道200円)が便利です。

問 宇陀市はいばら花火大会実行委員会事務局  
(☎82・2211 / ☎82・2457)

集い、ふれあい、楽しめる「ふるさと」の夏まつり

第27回 阿騎野ふるさと夏まつり

日時 8月15日(水) 午後2時30分～9時  
(荒天中止)

場所 大宇陀ふれあい交流ドーム周辺

交通規制のお知らせ

【規制時間】午後2時～10時

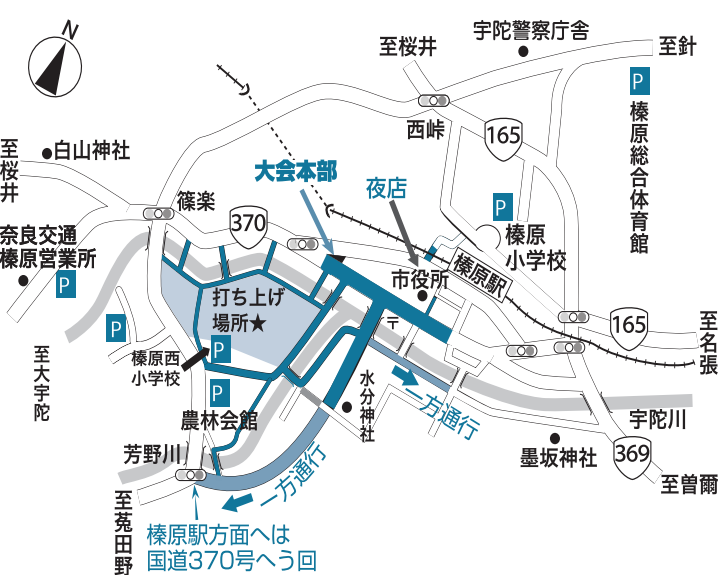
※ご来場の方は大宇陀運動場から会場まで無料シャトルバスでお越しください。

※混雑を避けるため、会場周辺道路への駐車はご遠慮ください。

【イベント内容】

午後2時30分 開会

- 模擬店開店
- パルーンパフォーマンス
- 手話歌
- ダンスパフォーマンス
- ちびっこビンゴ大会(小学生以下対象、先着350名)
- パトカー展示など



- 車両通行禁止区間
- 立入禁止区域
- 一方通行
- P 駐車場

詳しくは公式ホームページで  
<https://haibara-hanabi.com/>



日差しの強い午後からのイベントです  
熱中症対策を忘れずに!!



車両進入禁止 午後5時～10時  
車両出入禁止 午後2時～10時

- 琉球和太鼓
- 盆踊り
- ミュージックライブ
- 8時 納涼大花火
- 『まばたき忘れる連打2000発』

問 阿騎野ふるさと夏まつり実行委員会事務局へ大宇陀地域事務所内  
(☎83・2251 / IP ☎88・9114)

古くから伝わる伝統の大盆踊り  
「納涼夏まつり」

【日時】 8月16日(木)  
午後3時～10時

(荒天時、翌日に順延)  
場所 宇太水分神社境内

- 【内容】
- 【第一部】 午後3時～7時30分
  - 菟田野中学校吹奏楽部演奏
  - フラダンス(フラサークルクワイ)
  - カラオケ大会(みくまり長寿会)
  - うたの笛物語
  - 和太鼓演奏(和太鼓「奏」)
  - 【第二部】 午後7時30分～10時
  - 恒例の大盆踊り
  - 抽選会
- ※今年の秋まつりは10月21日(日)に開催予定。
- 問 古市場納涼夏まつり実行委員会事務局 太井方(☎84・2465)

# 宇陀消防署からお知らせ

## 普通救命講習会開催

9月9日は「救急の日」です。  
救急についてみんなで関心や理解を深めましょう。  
当組合では救急の日に『心肺蘇生法』や『AEDの使い方』  
を学んでいただく講習会を実施します

- 【内容】** 普通救命講習Ⅰ（3時間講習）  
実技講習が中心です。動きやすい服装で。
- 【日時】** 9月9日（日）午前9時～正午まで
- 【場所】** 奈良県広域消防組合 宇陀消防署（榛原萩原）
- 【対象】** 管内在住・在勤・在学の方（中学生以上）
- 【定員】** 20名 **【申し込み】** 9月3日（月）までに問へ

## 上級救命講習会開催

普通救命講習会で学ぶ内容に加えて、骨折、外傷、やけどなどをした場合の応急手当や搬送法を学んでいただく8時間の講習です。

- 【内容】** 上級救命講習Ⅰ（8時間講習）  
実技講習が中心です。動きやすい服装で。
- 【日時】** 8月20日（月）午前9時～午後6時まで
- 【場所】** 奈良県広域消防組合 桜井消防署（桜井市上之庄）
- 【対象】** 管内在住・在勤・在学の方（中学生以上）
- 【定員】** 20名 **【申し込み】** 8月13日（月）までに問へ

問 奈良県広域消防組合 宇陀消防署（救急課）  
（☎82・3199）  
詳しくは <http://www.naraksk119.jp/>

# 熱中症に注意



屋内でも注意が必要！

めまい・立ちくらみ・頭痛・虚脱感  
高い体温・まっすぐに歩けないなど



こんな症状があれば熱中症かも！

### 予防のために

のどがかわかなくても水分補給  
涼しい日陰やクーラーの利用  
こまめに身体を冷やして



## 宇陀市室内温水プールを無料開放

今年も猛暑における節電対策・避暑対策の一環として  
プールを無料開放します。皆さんご利用ください。

**【日時】** 8月23日（木）～26日（日）  
正午～午後3時まで ※荒天中止

**【場所】** アクアグリーン榛原（榛原萩原）  
**【対象】** 市内在住の4歳～中学生以下の園児・児童・生徒  
※小学3年生以下の園児、児童には、保護者の付き添いが必要  
（対象者1名につき付添い保護者1名 無料）  
※付き添いの保護者も水着、水泳キャップを着用

- 問 総合体育館（☎82・6561 / IP ☎82・0511）
- 問 宇陀市屋内温水プール（☎82・2200）

### ■公共施設IP電話番号・ダイヤルイン番号

課名	IP電話	ダイヤルイン	課名	IP電話	ダイヤルイン	施設名	IP電話	ダイヤルイン
<b>【市役所】</b>						<b>【公民館】</b>		
議会事務局	88-9082	82-5771	介護福祉課	88-9088	82-3675	市中央公民館	88-9180	83-0551
秘書広報情報課	88-9083	82-3912	こども未来課	88-9080	82-2236	菟田野分館	88-9190	84-3521
管財課	88-9084	82-3632	厚生保護課	88-9079	82-2221	榛原分館	82-3377	82-0374
人事課	88-9069	82-1303	商工観光課	88-9081	82-2457	室生分館	92-2496	92-2496
総務課 (市役所内代表)	88-9068 88-9099	82-1302 82-1301	農林課（農業委員会）	88-9090	82-3679	<b>【公共施設】</b>		
危機管理課	88-9070	82-1304	産業企画課	88-9075	82-5874	水道局	88-9067	82-2185
企画課	88-9074	82-1362	地籍調査課	88-9091	82-5608	下水道課[水道局内]	88-9104	82-5627
財政課	88-9071	82-1305	まちづくり推進課	88-9092	82-5624	医療介護あんしんセンター	88-9480	85-2500
徴収対策課	88-9085	82-3643	公園課	88-9093	82-3674	子育て支援センター	84-9925	84-9925
税務課	88-9072	82-1306	建設課	88-9095	82-5638	総合体育館	82-0511	82-6561
まちづくり支援課	88-9094	82-3910	公営住宅課	88-9096	82-5642	<b>【地域事務所】</b>		
市民課	88-9076	82-2143	宿泊施設用地・公園整備課	88-9089	82-3980	大宇陀地域市民課	88-9114	大宇陀地域事務所
保険年金課	88-9086	82-3672	出納室	88-9098	82-5673		88-9195	83-2251
環境対策課	88-9078	82-2202	<b>【教育委員会】</b>			菟田野地域市民課	88-9187	菟田野地域事務所
人権推進課	88-9077	82-2147	教育総務課	88-9259	82-3973		88-9188	84-2521
健康増進課	88-9087	82-3692	生涯学習課	88-9364	82-3975	室生地域市民課	88-9181	室生地域事務所
			文化財課	88-9365	82-3976		88-9182	92-2001

# 第12回宇陀市民スポーツ大会の結果を報告します

問 生涯学習課 ☎82・3975 /  
IP ☎88・9664

## 【バレーボール】

開催日 4月15日(日)  
場所 大宇陀体育館

- ①榛原クラブ ②MUROCO ③ルピナス

## 【軟式野球】

開催日 4月22日(日)  
場所 大宇陀運動場

- ①ゴブリンズ ②フォーネッツ

## 【ゲートボール】

開催日 4月27日(金)  
場所 室生やまなみドーム

- ①花水木 ②天満台 ③福地

## 【ソフトテニス】

開催日 5月13日(日)  
場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

- 〔一般男子〕 ①辻本智資・秋丸裕樹 ②清家博司・西谷勇人 ③木下滉大・西浦洋介  
〔一般女子・スパー壮年〕 ①奥村真衣・木村真綾 ②斎藤美操・八幡亮子 ③三木志織・尾上真衣

## 【ソフトボール】

開催日 5月20日(日)  
場所 総合運動場

- 〔男子〕 ①SILVER FOX ②宇陀フェニックス ③グランソール奈良・D.A.I.O

## 【ゴルフ】

開催日 5月16日(水)・17日(木)  
場所 宇陀カントリークラブ

- ①島岡孝一 ②浦秀人 ③松野義則

- ①佐々岡明美 ②高橋弘 ③松本義知

## 【グラウンド・ゴルフ】

開催日 5月17日(木)  
場所 総合運動場

- ①土手昌廣 ②川合茂男 ③勝林喜代

## 【パドミントン】

開催日 5月19日(土)・20日(日)

場所 総合体育館

- 〔小学生1・2・3年〕 ①久本隼翔 ②井谷真鈴 ③大田風真・磯橋瑠愛

- 〔小学生4・5・6年〕 ①日樞聖 ②久本優 ③日樞誉・福井健生

〔中学生〕 ○男子シングルス ①寺田圭吾 ②鴻池祐輝 ③松原直柔 ○女子シングルス ①藤本歩那 ②三宅遼 ③佐々岡涼葉 ○女子ダブルス ①井谷真花・磯橋悠愛 ②川上涼花・福井友香 ③吉岡優羽・南浦愛菜

〔一般男子〕 ①大笠大樹 ②藤本勝也 ③石田将大

〔一般女子〕 ①桧谷香菜 ②福田綾美 ③中村舞香

③吉岡優羽・南浦愛菜

〔卓球〕

開催日 5月20日(日)  
場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

- ①Bチーム ②Aチーム

## 【硬式テニス】

開催日 5月20日(日)  
場所 大宇陀ふれあい交流ドーム

- 〔男子ダブルス〕 ①前田爽・中岡健司 ②中久保久仁・岡本和芳 ③西本圭祐・宝部修  
〔女子ダブルス〕 ①西川直己 ②十亀利子 ③西本圭祐  
〔女子シングルス〕 ①前田爽 ②中久保久仁 ③西本圭祐  
〔男子シングルス〕 ①前田爽 ②中久保久仁 ③西本圭祐  
〔女子シングルス〕 ①西川直己 ②十亀利子 ③西本圭祐

## 【ボウリング】

開催日 5月26日(土)  
場所 エムポウル

- 〔男子〕 ①山口龍治 ②山根鐵造 ③阪口宏治

- 〔女子〕 ①久保田トシ子

十亀利子・向山美代子

## 【少林寺拳法】

開催日 5月27日(日)  
場所 総合体育館

- 〔単独演武〕 〔少年白帯〕 ①中森佳世 ②森田莉子 ③

今西みゆ(少年黄帯A) ①岸本有加 ②中川奈弓 ③濱本翔真(少年黄帯B) ①後藤彩巴 ②大西あかり ③龍岡千桜(少年緑帯) ①大西篤希 ②大西将太 ③清須壮(少年茶帯) ①夢田奈央 ③後藤颯斗 ③福田瑛大(中学生段外) ①赤松雄月 ②大西晴斗(中学生有段) ①中西季 ②丸谷啓人 ③高臺優快(一般有段) ①園田弘恵

## 【運用法(幼年)】

- ①泉岡煌心 ②尾崎結音 ③中西蓮

- 〔小1〕 ①清須壮 ②後藤彩巴 ③大西芭奈(小2) ①濱本翔真 ②中西新 ③泉岡一心(小3) ①清須仁 ②大西篤希 ③森田莉子(小4) ①福田瑛大 ②後藤颯斗 ③赤松優(小5) ①大西将太 ②宮森琉葵 ③夢田奈央(小6) ①大西ひなた ②中村皓太郎 ③松本明音(一般男子) ①丸谷啓人 ②赤松雄月 ③大西晴斗

〔組演武〕 〔少年白帯〕 ①中森佳世・森田莉子 ②森田健慎・森田悠聖(少年黄帯) ①岸本有加・岸本百加 ②安井健琉・濱本翔真 ③龍岡千桜・大西あかり(少年緑帯) ①清須仁・大西篤希 ②木原悠翔・赤松葉優 ③坊井奏汰・清須壮(少年茶帯) ①夢田奈央 ②後藤颯斗・安井智秋 ③北脇陽都・中村皓太郎(中学生) ①大西晴斗・大西将太

〔団体演武〕 ①大王クラブチームE ②大王クラブチームD ③大王クラブチームB

## 【ソフトバレーボール】

開催日 6月10日(日)  
場所 大宇陀体育館

- 〔混合〕 ①メトロノーム ②OSVCA ③Rookies

- 〔女子〕 ①Butterfly-B ②Butterfly-A ③シトラス

## 【サッカー(ラットサル)】

開催日 6月17日(日)  
場所 総合体育館

- ①Aチーム ②Kチーム ③Dチーム

税

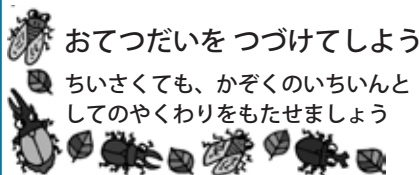
金

市県民税(第2期)および  
国民健康保険税(第2期)  
の納期限は

**8月31日(金)です。**

税金は納期限内に納めましょう。

## 毎月19日は「うだ育児の日」



おてつだいを つづけてしよう  
ちいさくても、かぞくのいちいんと  
してのやくわりをもたせましょう

問 こども未来課 ☎82・2236 / IP ☎88・9080

## J-ALERT 全国瞬時警報システム

全国一斉試験放送を実施

防災行政無線の屋外スピーカーおよび屋内受信機により放送試験を行います。

8月29日(水) 午前11時頃

〔内容〕 チャイム→「こちらはぼうさい宇陀市役所です」→「Jアラートのテストです」→チャイム

問 危機管理課 ☎82・1304/IP ☎88・9070



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]	8月1日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター	総務課 (☎82・1302 / IP ☎88・9068)
	8月8日(水)		室生振興センター	
	8月15日(水)		宇陀市役所(212会議室)	
	8月20日(月)		大宇陀地域事務所	
人権相談	8月1日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	8月15日(水)		宇陀市役所(212会議室)	
消費生活相談窓口 [予約不要]	8月2日・6日・9日・13日・16日・20日・23日・27日・30日 (各月・木曜日)	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]	8月22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]	8月21日(火)	13:30~16:30	宇陀市役所	中央保健センター (☎92・5220 / IP ☎88・9175)
DV相談 [要予約]	8月22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]	8月1日(水)	9:00~12:00	菟田野人権交流センター	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)
	8月8日(水)		室生振興センター	
	8月20日(月)		大宇陀地域事務所	
	8月27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]	8月22日(水)	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 (214会議室)	【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]	8月17日(金)	13:00~16:00	宇陀市役所(211会議室)	【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)	9:00~12:00 13:00~16:00	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]	8月8日(水)	9:00~12:00 13:00~15:00	宇陀市役所 (213会議室)	
ひとり親福祉資金 貸付相談[要予約]	8月2日・16日 (各木曜日)	10:00~16:00	宇陀市役所 (301会議室)	【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]	8月8日(水)	10:00~12:00 (1人60分・1日2人)	宇陀市社会福祉協議会	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]	8月27日(月)	14:00~16:00 (1人60分・1日2人)		

### ■子どもの人権110番[無料・秘密厳守]

**【日時】** 8月29日(水)~9月4日(火)  
午前8時30分~午後7時  
ただし、土日は午前10時~午後5時まで

**【対象】** 県内在住の児童・生徒およびその保護者

**【相談員】** 人権擁護委員および法務局職員

**【相談先】** 全国一斉「子どもの人権110番」電話番号  
**0120-007-110** (フリーダイヤル)  
※携帯電話・PHS使用可。一部のIP電話使用不可

**問** 奈良地方法務局人権擁護課 (☎0742・23・5457)

あんどんに絵を描こう  
24日(金)・25日(土)開催  
ほんのりあんどん  
▶場所 うだ・アニマルパーク  
問 県営うだ・アニマルパーク  
(☎ 87・2520)

■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 9月8日(土) 午後1時30分～3時30分  
▶場所 御杖小学校運動場  
▶対象 市内在住の4歳～小学生 (サッカー経験や性別は問わず)  
▶定員 60人(先着順)  
▶持ち物 運動靴(金属スパイク不可)、タオル、飲み物(雨天時は上履き)  
▶申し込み 9月3日までに参加申込書をFAXまたは郵送にて問へ  
問 桜井宇陀広域連合サッカー教室係  
(☎ 0744・47・7077/  
FAX0744・47・7078)

その他

■オストメイト(人工肛門、人工膀胱保有者)の方への無料個別相談会

▶日時・場所 ①8月21日(火) 県文化会館 第2会議室  
②8月25日(土) 県社会福祉総合センター2階  
※時間は午前9時～正午  
問 (公社)日本オストミー協会奈良県支部 三田村方  
(☎ 0742・49・1839)

■奈良県浄化センター施設見学会

▶日時 9月8日(土) 午前10時～午後4時(受付は3時まで)  
▶場所 宇陀川浄化センター  
▶内容 浄化センターの下水道施設見学、子ども向けイベント  
問 宇陀川浄化センター  
(☎ 82・5725)

■知ればトクする!認知症予防と成年後見 (参加費無料)

▶日時 9月9日(日) 午後1時20分～4時40分  
▶場所 内膳町自治会館すみれホール(檀原市内膳町1-2-24)  
▶内容 認知症予防と成年後見に関する講演会・成年後見相談会  
▶定員 講演会:80名 成年後見相談会:8組(事前申込優先)  
▶申し込み 不要(当日参加可。但し事前申込を優先)  
問 (公社)成年後見センター・リーガルサポート奈良支部事務局  
(☎ 0742・22・6707)

■風しん抗体検査

～将来の妊娠に備えましょう～  
妊娠中の女性(特に20週以前)が風しんに感染すると、生まれてくる赤ちゃんに難聴や白内障、心疾患など「先天性風しん症候群」

とよばれる症状が発症することがあります。

県では、風しんの予防接種を受けたかどうか不明な方で妊娠を希望される方やその配偶者を対象に「風しん抗体検査」の助成をします。詳しくは問へ

▶受付期間 平成31年1月31日まで  
▶費用 無料  
問 県疾病対策課 感染症係  
(☎ 0742・27・8612)  
<http://www.pref.nara.jp>

■平成30年度奈良県広域消防組合消防職員採用募集【後期】

県広域消防組合では、平成31年4月1日採用予定の消防職員を募集します。詳しくはHPをご覧ください。  
▶募集区分 短大、高校卒業

問 県広域消防組合消防本部人事企画課人事係(☎ 0744・20・1119)  
<http://www.naraksk119.jp>

■警察官募集 問 県警察本部警務部警務課(☎ 0742・23・0110)

種目	資格	受付期間	試験期日
A 男性	昭和63年4月2日以降に生まれた者	(郵送・持参) 8月24日まで(インターネット) 8月20日まで	【第1次試験】 体力試験 9月1日・2日のうち指定する1日 教養試験・論作文試験 9月16日
A 女性			
B 男性	昭和63年4月2日～平成13年4月1日に生まれた者	(郵送・持参) 8月24日まで	口述試験 10月6日・7日のうち指定する1日
B 女性			
武道B 男性	平成5年4月2日～平成13年4月1日に生まれた者		
武道B 女性			

※試験種目や試験会場など、詳しくは問へ

■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
防衛医科大学校看護学科学学生	高卒(見込) 21歳未満の男女	9月5日～28日	1次 10月20日 2次 12月1日・2日
防衛医科大学校医学科学学生			1次 10月27日・28日 2次 12月12日～14日
防衛大学校学生	高卒(見込) 21歳未満の男女	推薦 9月5日～7日	9月22日・23日
		総合選抜 9月5日～7日	1次 9月22日 2次 10月27日・28日
		一般 9月5日～28日	1次 11月3日・4日 2次 12月11日～15日

株式会社 永澤住宅設備

☎ 0745-83-2266

営業時間 / 8:00～18:00 定休日 / 日・祝日

住宅設備

リフォーム

介護リフォーム

福祉用具

草引き

蛍光灯交換

荷物運び

整理整頓 など

日常生活のお困り事 15分程度

500円

私たちができることはなんでも「15分500円」で引き受けます。

**生活応援隊**

身近な方に頼みづらいちょっとしたことをお手伝いします。



# 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 / FAX82・3900)

## 募集

- 宇陀シティソフトテニス選手権(他市町村交流大会)参加者募集
- ▶日時 9月9日(日) 午前9時～午後6時
- ▶場所 大宇陀ふれあい交流ドーム
- ▶内容 一般男子の部(中学生以上) 一般女子(中学生以上)・スーパー壮年(65歳以上の男子)の部
- ▶申し込み 8月26日までに問へ
- 問 宇陀ソフトテニス部 清家方 (☎ 090・3948・0546)

## 催し

- なつていと仲間たちの音楽会
- 宇陀を中心に音楽活動中のなつ

- ていと仲間たちによる音楽会です。ぜひお越しください。
- ▶日時 8月13日(月) 午後2時～4時
- ▶場所 大宇陀温泉あきののゆ
- ▶内容 シャノワールクラリネットアンサンブル、アコーディオン、ギター弾き語り、三味線デュオ
- ▶観覧料 無料(別途入浴料必要)
- 問 梅本方 (☎ 090・6824・1136)

- 第39回「ふるさと文化のつどい」
- ▶日時 8月18日(土) 午後1時～
- ▶場所 文化会館
- ▶内容 講演: 念仏者の生き方(野村康治氏)、仏教と農業(玉井鉄宗氏)
- ▶参加費 1,200円(講師料等)
- 問 宇陀若藤会 眞田方 (☎ 82・4045)

- 親睦囲碁大会
- ▶日時 8月19日(日) 午前9時～午後5時
- ▶場所 総合センター 2階
- ▶内容 1回戦は手空きの相手を選んで対局。2回戦以降は事務局で調整。
- ▶その他 参加費は無料です。昼食は準備しませんので、各自空き時間に昼食を取ってください。研修室2を昼食用に開放します。
- 問 宇陀榎原囲碁クラブ事務局 田中方 (☎ 82・0829)

- 宇陀松山夢街道 町並みライトアップ開催
- 「宇陀市松山重伝建地区」の伝統的な建物が光で演出されます。
- ▶日時 8月23日(木)～25日(土) 午後6時～9時
- ▶場所 大宇陀重伝建地区
- ▶内容 25日は夕方より賑わいイベント開催。詳しくは公式ブログで
- 問 実行委員会 田川方 (☎ 050・5243・6099) mail: udayumekaido@yahoo.co.jp

- 介護予防教室「わっはっ歯」
- ▶日時・内容
- ①8月26日(日) 午前10時～11時30分「口腔機能向上教室」
- ②9月9日(日) 午前10時～11時30分「お口と脳の機能向上レクリエーション教室」
- ③10月14日(日) 午前9時30分～11時30分「井上明美先生の体力アップ教室」
- ▶場所 総合センター(③は未定)
- ▶対象 60歳以上の方
- ▶参加費 無料
- ▶持ち物 上履き(③は運動できる服装)
- ▶申し込み 問へ ※詳細は申込みの方に順次お伝えします。
- 問 宇陀市に口腔ケアを広める会(榎見が丘歯科クリニック内) (☎ 82・8275)

- 大宇陀高校(旧制宇陀中学校)同窓会総会のご案内
- ▶日時 9月2日(日) 午前10時～
- ▶場所 大宇陀高校 図書館
- ▶内容 総会 午前10時～ 講演 午前11時～ 演題「教育現場から奈良県を元気にしよう」 講師: 竹本三保氏 懇親会 正午～※軽食の準備あり
- 問 大宇陀高校同窓会事務局 (☎ 83・1053)

- 辻村病院スマイルフェスティバル
- ▶日時 9月2日(日) 午前11時～午後3時
- ▶場所 グランソール奈良・四つ葉のクローバー(小雨決行)
- ▶内容 模擬店・フリーマーケット・イベントなど盛りだくさんです。お気軽にお越しください!
- 問 辻村病院 (☎ 84・2133)

- うだ・アニマルパークから
- ▶日時・内容 【8月開催】 7月21日～先着100人まで開催

月 ビールと温泉セットで¥1,000

火 ポイント2倍デー

水 65歳以上¥500入浴デー

木 レディースデー(女性の方のみポイント2倍)

金 お子様(小学生以下)無料入浴デー

7月13日～8月中は無休  
但し、お盆特定期間は休日料金となります。

楽しいイベントもやってるよ!

TEL 0745-83-4126

左下のクーポン券が市民特典! 癒されたい日は、あきののゆへ

あきののゆ 大宇陀温泉 天然温泉、極みの湯

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

畳・内装すべておまかせ!

畳でCOOLな夏を!!

キラーン!!

二級畳技能士 田中

たみ工房 0120-36-2960

インテリア 奈良県宇陀市室生龍口138(本店 香芝 名張)

http://www.tatamikobotanaka.com/

# 宇陀を駆けた人々

## 「松浦武四郎 篇2」

5

### 北海道の誕生

天保14年(1843)、武四郎は、ロシアが勢力を広げるために蝦夷地(えぞち)を狙っていることを知りました。日本の危機を感じた武四郎は、ロシアの南下政策によって緊張が高まっていた蝦夷地を自らが調べ、その様子を多くの人に伝えようと決意し、弘化2年(1845)から安政5年(1858)まで6回にわたって調査を重ねました。危機からどのように日本を守るべきかを考え、そのためには、どこまでが日本で、その国境に近いところがどのようなところであるかを明らかにしなければならぬという思いからの行動でした。

武四郎は、蝦夷地の詳しい地図を作製したほか、アイヌ民族の文化を紹介することにも努めました。また武四郎は、蝦夷地の調査を通じてアイヌ文化に触れ、アイヌの人々を尊重することも訴えています。

時代は江戸から明治へと変わり、武四郎は、蝦夷地に詳しい第一人者として明治政府の一員に迎えられました。武四郎は、明治2年(1869)7月には、蝦夷地に代わる新しい名称の提

案を明治政府に行っています。その候補にあがったのが「北加伊道」「日高見道」「北海道」「海島道」「東北道」「千島道」でした。最終的に「北加伊道」の「加伊」が「海」となっており、「北海道」と命名されました。アイヌ民族を示す古い言葉「カイ」を使って「北のアイヌ民族が暮らす大地」という思いを込めた「北加伊道」から「北海道」の名前が誕生しました。また、武四郎はアイヌ語の地名に基づき、国名(後の支庁、現在の総合振興局と振興局)や郡名の選定にも関与しました。しかし、明治政府の北海道開拓政策は、アイヌの人々に対しては厳しく、この政策を巡って反発した武四郎は、辞職し政府を去りました。

晩年は、趣味の古物収集のほか、東海、近畿、四国、山陽、九州などを巡り、大峯奥駈修行や大台ヶ原探査、富士山登頂などを行うなど、旅や探査への情熱は衰えることはありませんでした。探検家の武四郎、宇陀の街道も歩きました。

文・柳澤一宏(文化財課)



## 「人権」

### 当たり前な毎日

6月18日に大阪府北部を震源地とする地震が発生し、また7月上旬には、記録的な大雨となり、西日本を中心に多くの地域で河川の氾濫や浸水害、土砂災害が発生しました。これらの災害で暮らしに大きな影響が生じ、なかには、犠牲になった方もおられます。

一方、今年も終戦から73年が経過しました。戦争を経験した人の数は、日本の人口1億2千6百万人の内、2千5百万人、およそ全人口の20%です。そんな戦争を経験した人も高齢化していき、戦争の悲惨さ、残酷さ、恐ろしさを直接知っている人も年々減ってきています。

そんな中、私たちは毎日、「当たり前前」と思う平凡な暮らしを営んでいると思います。住むところが、ご飯を食べ、お風呂に入り、布団で眠る。そんな「当たり前」な生活は簡単に手に入るように思いますが、必ずしもそうではありません。病気や事故、天災などで、そんな「当たり前」な生活はあつという間に崩れてしまいます。そんな暮らしの上に「当たり前」の生活は成り立っています。

私たちは普段、そのようなことをあまり考えずに暮らしていると思います。でも、何か起こった時、あるいは、自分の身に降りかかった時、初めて「当たり前」に過ごせるということに幸せを感じ、そして、真剣に考えると思います。毎日を無事に過ごせるということは、本当は一番難しく、また一番ありがたいことではないでしょうか？

毎日生きていけば、色々なことがあります。嬉しいこと、楽しいこと、辛いこと、悲しいこと、悔しいこと…。それが、どんな日であつたとしても、今日を無事に過ごせたことに感謝しませんか？

いつまでも同じ生活が続くように思いがちですが、決してそうではありません。日々無事に過ごせることに幸せを感じながら、毎日を大切に過ごしませんか？また、私たちの今の平和な暮らしは、戦争で犠牲になった人たちの上に成り立っているということを決して忘れず、かれらに思いをはせながら、平和に暮らすことのありがたさを感じてみませんか？



# 8月番組表



問 自主放送スタジオ (☎/IP ☎ 82・2497)  
 ※番組内容及び、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。

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(音声付き静止画)	
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 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	すきまエクササイズ&タオル体操 サイエンスチャンネル	
3	お知らせ(静止画)	
4	いきいき歯っぴー体操	
5	お天気カメラ お知らせ(音声付き静止画)	
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	
8	ピカピカはみがきのうた/うきうきダンス ウェルネスうだ体操【すきまエクササイズ・エアロ】	
9	お知らせ(静止画) ホットニュース	
10	お知らせ(音声付き静止画) 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	○差別をなくす市民集会 ○第6回宇陀市長杯まちおこし遺暦野球大会	○野菜の機能性表示セミナー ○第5回宇陀市立病院まつり	○健幸都市"ウェルネスシティ宇陀市"夏休みラジオ体操会 ○夏休み特別講座「考古学体験講座」
(野菜たっぷりクッキング)	-	-	・鰯の味噌チーズ春巻き ・切干大根のカレー炒め
まちの話題	○第17回 宇陀和太鼓まつり ○宇陀ランチプロジェクト	○宇陀西国三十三所巡り(第7回) ○第10回ひがしピアノ教室発表会 ○室生向洲 正定寺 サマースクール(プログラミング教室)	○第12回 宇陀市コーラスのつどい ○2018 UDA スカイランタンフェスティバル ○夏祭り(世代間交流)盆踊り(大宇陀政始まち協)
サイエンス	ザ・メイキング：ジャージー牛乳キャンディ エコ・フロンティア：蛾の眼に学ぶ無反射フィルム	U.H.O. ヒューチャー・レスキュー：忘れたとしても 日本再生への道：科学が変える農業 漁業	スポサイ：水泳
はみがきのうた	菟田野保育所	しらゆり保育園	榛原東幼稚園



From: プレット (榛原中・室生中)

カナダの家族たちと一緒に

皆さんこんにちは！  
 最近カナダへ帰り、素晴らしい10日間を過ごしました。地元の懐かしさも感じましたが、ちょっと不思議な気持ちになったんです。  
 それは、逆カルチャーショック (reverse culture shock) です。普通のカルチャーショックと言えば、新しい文化を初めて経験した時、母国と比べて全く違うことに衝撃を受けることですが、自分の母国なのに久しぶりに帰ると、いくつかの衝撃を受けました。  
 例えば、空港のコンビニで買い物をしたとき、当たり前のように2セントのお釣りを待っていたら、店員さんは無言で私を見るのです。なぜかという、日本ではお釣りは1円までもらいますが、カナダでは1~2セントは貰わないんです。(1セント硬貨は2013年以降使用廃止のため) そのことを忘れて、お釣りをもらうまで待ち、恥ずかしい思いをしました。母国にいる頃は当たり前だったことですが、日本に3年間住むことで日本の文化に慣れたんですね。  
 皆さんも、海外に行ったときは、カルチャーショックに気をつけて！



平成30年7月1日現在  
 ※ ( ) 内は前月比

総数	30,751人 (-33)
男	14,703人 (-21)
女	16,048人 (-12)
世帯数	12,991世帯 (8)

今月は身近な病気である認知症を取り上げ、「困ったときお互いに支え合えるまちに」をテーマに特集しました。▼社会はまさに「高齢化待ったなし」。介護や認知症にどう向き合っていくのか。認知症といえ、以前は閉鎖的な印象であったように思います。家族だけで抱え込んでいた印象もあつたと思います。▼今は、市でもあんしんセンターをはじめ関係機関等と連携し、様々な取り組みを行っています。また、ボランティアで活動されている方も多く、やはり地域全体で見守っていくことも大事だと感じました。▼知ること、気づくことをまち全体ができれば、住みよいまちになると思います。他人ごとではなく、いずれやってくる自分の事として考えてみませんか。



ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

# 文化財・歴史資料を公開中！



▲宇陀松山城跡 CG  
まちづくりセンター  
「千軒舎」では、10/31  
まで宇陀松山城跡調査写  
真展を開催中  
そこでは出土資料も展示

- ◀左：篠畑神社秋祭り
- ◀中：墨坂神社秋季大祭
- ◀右：菅原神社秋祭り

文化財課では宇陀市の文化財や歴史資料の保存や活用を目的に、様々な資料を作成、また公開しています。

- 復元CG 「史跡宇陀松山城跡」
- 映像 「篠畑神社秋祭り」
- 「つたの秋祭り」
- 「墨坂神社秋季大祭」
- 「菅原神社秋祭り」
- 「龍穴神社秋祭り」

宇陀市の秋祭り 松山城跡 検索



## レッツ 訓練!

# NARA

# シェイクアウト! PickUp



7月9日「奈良県地震防災の日」にちなんで、県内一斉地震行動「NARAシェイクアウト」を実施。行政機関をはじめ各施設や組織で1分間地震から身を守る訓練が行われました。市内でも保育所・幼稚園・こども園・支援センターが訓練を実施。みんな「どうやって身を守ればいいのか」を学び、一生懸命取り組んでくれました(^^)



災害に備えて情報収集！安全・安心メールに登録を！

