



市の花  
すずらん



市の木  
ひのき



市の鳥  
うぐいす

# うだ

# 3

平成30年

## その視線の先に

野生動物追ひ払い犬の活躍

野生動物追ひ払い犬の活躍	2
コンビニ交付サービスがスタート	8
地場産業と観光振興のために募集	11
まちづくり活動応援補助金事業を募集	13
カラダヨロコブ～ウェルネス運動教室	28



# STOP! 獣害!

あれっ?またアイツらが!  
これ以上、近づいてきたら  
吠えるで~



ソロモン  
宇陀市野生動物追い払い犬  
第1期認定犬(雑種犬 16歳)

その視線の先に・・・

問 農林課 (☎ 82・3679 / IP ☎ 88・9090)

## ■ニホンザルによる農作物被害

季節	被害を受ける作物
春	大根、えんどう豆、玉ねぎ、 植え付け直後のじゃがいもの種いも
夏	夏野菜全般
秋	稲、さつまいも、柿、栗
冬	大根、納屋に保管している 野菜、穀物など

当時の宇陀市での野生動物による農作物被害は8千万円以上(H19)にも上りました。  
ニホンザルは、昭和51年頃から旧室生村南東部で被害が拡大し始め、年間を通じて、作物だけでなく、民家の屋根瓦や雨どいなどへの建物被害や屋内

県境で隣接する宇陀市室生地域と三重県名張市。両地域ではかねてよりニホンザル・ニホンジカ・イノシシなどの野生動物による農作物被害が深刻で、特にニホンザルについては、大きな群れが両地域の山間を自由に往来し、被害は拡大の一途でした。

## 日々の暮らしに関わる獣害



宇陀・名張地域鳥獣害防止  
広域対策協議会

ひろた  
宇陀市農林課 廣田

への侵入、時には人を襲ってけがを負わせるなど、一刻を争う課題となっていました。

## 広域での獣害対策

そこで平成18年、市では名張市と連携し、宇陀・名張地域鳥獣害防止広域対策協議会を設立し、県域をまたいだ広域的な有害鳥獣対策に取り組むことになりました。

協議会では、ニホンザルの生態調査をはじめ、群れの位置情報をメール発信するシステム構築や防護柵設置、ロケット花火による威嚇などを行ってきました。

しかし、サルたちも人への警戒心が少なくなり、追い払い効果も薄れてきたことから、平成21年、新たな取り組みとして、追い払いの労力を軽減するため飼犬による追い払いを行う「野生動物追い払い犬(モンキードッグ)育成事業」を行うことになりました。

※モンキードッグ(以下、MD)とは、ペットとして飼われていた犬が訓練を経て、野生動物を追い払う使役犬としての役割を担うことになったもの。

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

子育て・保健

お知らせ

掲示板

うだちゃん

エサもらいに来てで～



### 近隣で初の取り組み

平成21年度から奈良県初の取り組みとして協議会で行ったMD訓練講習会には、初めての開催にもかかわらず12頭が参加。そこで約半年の訓練を経て、追い払い犬としてのテストに合格した犬は、宇陀市と名張市が野生動物追い払い犬として公式に認定することになりました。

認定を受けた犬は、活動できる各区域に看板を設置することで、MDとしての追い払い活動を行うことができるようになります。普段は飼い主によるリードを必要とする飼い犬ですが、追い払い中はリードを外すため、周囲への周知と理解を求めためこのような掲示が必要になります。

過去には、モンキードッグ倶楽部、地域住民、そして行政機関との合同作戦により大規模な群れの捕獲に成功した例もあります。

平成27年12月から餌付けを始め、名張との県境を活動範囲とする40頭規模の群れを捕獲。被害が最小限になるよう、群れの規模を小さくしました。それとともに捕獲したサルに発信機を着けることで、その動向を把握し、引き続き生息調査を行っています。

### 具体的な効果

獣害対策にはもちろん駆除や捕獲、また柵の設置などにより防御する取り組みも重要ですが、近づく野生動物を

繰り返し追い払うことで学習させ、近づきにくくする、この「追い払い」は相手を傷つけず本来住むべきところに帰すという深い意味もあります。

その趣旨から、今月号の特集では「モンキードッグによる追い払い」をテーマに取り上げました。

現在この取り組みは、平成23年に宇陀市・名張市の市民有志のみなさんにより設立された「モンキードッグ倶楽部」と連携して行っています。今後も地域の景観保全、農林業の維持のためにも追い払い活動の推進と担い手育成に、みなさんのご理解とご協力をお願いします。

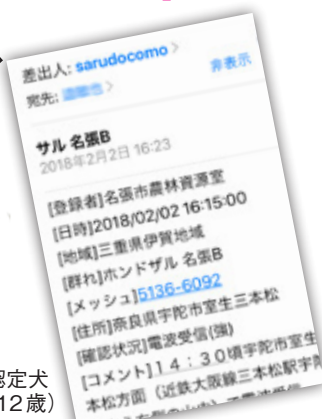
モンキードッグ活動に関心のある方からのご連絡をお待ちしています。

▶サルに着けた発信器を利用したサルの出没情報メールサービス「サルどこネット」(登録制)

「サルどこネット」  
利用ご希望の方は、  
農林課まで連絡ほしい  
ワン!



シロ  
第2期認定犬  
(雑種犬12歳)





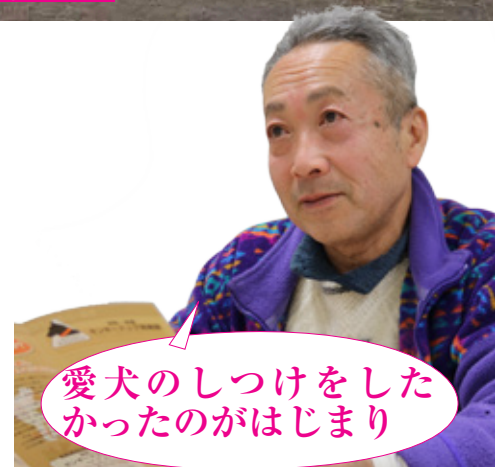
# 家庭犬から社会に役立つ犬に変身 ～地域で愛される犬へ～



## モンキードッグ倶楽部

Facebook：モンキードッグ倶楽部 @ monkydog1048

モンキードッグ倶楽部への問い合わせや連絡は、農林課まで



愛犬のしつけをした  
かったのがはじまり

モンキードッグ倶楽部  
代表：達 敏也さん（室生深野）

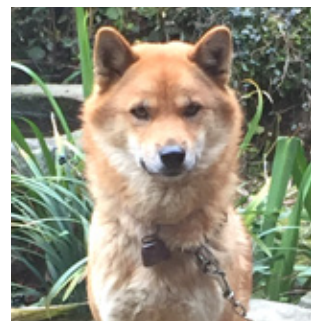
組織として結成したのは平成23年の4月。現在は名張市と室生地域在住のモンキードッグ（以下、「MD」）20頭と飼い主、地域の方や支援してくれる方など約50名で活動しています。

私たちが参加したのは、もともと住まいの周辺で日常的にサルやシカ、イノシシなどの野生動物の被害を目の当たりにしており、自分たちの愛犬で何とかできないかと思ったこと、また犬の訓練士により愛犬のしつけをしてもらえると思ったのが動機です。

ですから最初は、参加したみんなの意識も知識も犬のしつけのレベルもまちまちでしたね。

でも、訓練を通して、「愛犬と良好な関係を築きたい」「少しでも地域貢献できれば」「愛犬と一緒に何か成し遂げたい」という各々の目

愛犬：次郎長  
第6期認定犬（川上犬3歳）



標が少しずつ具体的に目に見えてきました。MDが各地域に個々に点在するよりも集まることで、さらに効果的に活動できるのではなにかと思ったのが結成したいきさつです。

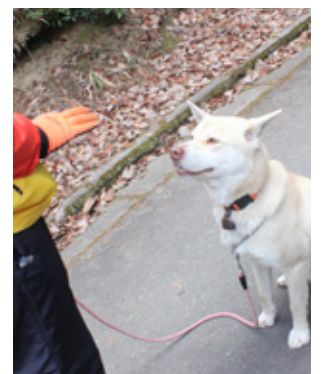
今は、みんな使命感に燃えていますよ。

### 愛犬からパートナーへ

実際に、訓練を経た愛犬が追い払いをして役立っているのを見て、本当にうれしく思いました。とはいえ、愛犬をMDとして育てるのはなかなか苦労します。

ペットといえども犬には野生の本能がありますし、ほかの犬と出会うとはしゃいだり、トラブルになったりもします。

何より実際に追い払いをする場合には、首輪からリードを外す必要があります。リードを外した場合、愛犬が実際に自分の言うことを聞くのか？ 慣れない場所で走り回り迷子にならないか？ そんな



▲愛犬が自分の合図をきちんと聞くような関係づくりが必要

### 犬の訓練より飼い主の意識づくりが重要

ですが、その道のは大変。まず使役犬としての愛犬のレベルを保つには、訓練や日々の愛犬との接し方、互いの信頼関係の構築に気を配らなければなりませんし、心構えが必要です。

犬は、基本的に群れを作り、リーダーのもとで生活する動物ですから、まずは飼い主が犬にとって上位に立ち、愛犬が「この人が私のリーダー」と認めないと、この活動は始まりません。



特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

病院・ウェルネス

子育て・保健

お知らせ

掲示板

うだちゃん



▲うだ産フェスタなど、様々なイベントで活動のPR



▲モンキードッグ犬のユニフォームと首輪



▲パトロールや複数犬による追い払い活動も重要



▲各MDの活動地域内に立てられた活動周知の看板や活動啓発のパンフレット

私たちの活動は、犬の能力維持の訓練、複数犬による追い払いを兼ねたパトロール、指導者として人材やMDの育成、地域の方にMD活動の周知を行なうことです。しかし現実的に、避けては通れないのは高齢化。これは私たちも愛犬も一緒に、追い払いを続けるには、今後ますます自分自身が山

### 追い払い活動は継続が大事

そのためには、愛犬について犬種としての特性を知り、性格を理解することが重要なのです。愛犬をきちんと育成しないと活動中、追いかけたイノシシから反撃を食らったり、人が仕掛けたワナに掛かったりして犬が命を落とす危険もあるのです。

に立ち入れるくらいの体力や、愛犬に対しても体力や判断力の面で安全に行動できるかを見極める能力が必要になってきます。そこで私たちは、滋賀県のMD活動の団体や広島県のピースワンコ・ジャパン、また視察研修や講演で出会った方々など、様々な交流を通して刺激を受けることで、活動の活性化を図り、また倶楽部内にMDトレーナーを4名育成することで新たな参加者の受け入れ体制づくりを進めています。今は名張・室生地域だけですが、MDの輪を市内各地域に広げ、活動を次につなげていけたらと思っています。

### みんなで集落を守る

市内各所には、まだ行動が把握できていないサルが点在し、シカやイノシシは日々出没し、多大な損害を与えています。

実際に野生動物が出没して困る際は、みなさんから情報提供をいただきたいですし、私たちの活動に興味を持たれた方からも連絡をいただきたいと思っています。現在の私たちだけではなく、地域の方と一緒に仲間になってくれる方がいなければ、この野生動物の防除は継続していきません。

みなさんに分かってもらいたいのは、MDだけが野生動物防除の手段ではないということ。

自宅の飼い犬でも、野生動物が追い払いやすいように、畑にワイ

ヤーを張り、そこにリードを繋ぐなどによって野生動物が近づくのを食い止めることができます。また、集落の周辺を散歩しながら犬の匂いを周りに付けることによって、ある程度は侵入を防ぐことができるのです。

市内には、きちんと訓練すれば、まだまだ人の役に立てる犬がもつといるはず。人も犬も地域の方も連携し、互いに理解し合うことで、獣害から私たちの生活を守ってほしいと思います。





# 野生動物から

## 農地を守る 集落を守る

みんなで守る!

ピノコ / 第5期認定犬  
(ジャックラッセルテリア9歳)



### 獣害対策は 順序が大事

- 一、みんなで勉強
- 二、集落点検
- 三、柵や囲い
- 四、最後に捕獲

### 集落内で野生動物 のエサ場を絶つ!

集落内では

「食べたなら怒られるエサ」  
よりも

「食べても怒られないエサ」  
を食べられていることが

**大問題!!**

獣害対策は「目的」  
ではなく「手段」

本当の「目的」は作物が  
獲れるようになること。

その事を見失わない!!

### 獣害対策の順序 とは?

①まずは、地域のみなさんで、敵を知りましょう。被害がどんな野生動物によるものなのかを見極め、その上で彼らの生態を知りましょう。

②次に、なぜこの集落が狙われたのか原因を知りましょう?きつと彼らのエサとなるものがあるはずです。

③敵を知り、原因がわかっていても防除できない場合は、柵など物理的な方法で集落を防御するしかありません。

④最後の手段は、捕獲・駆除するなど敵の数を減らすこと。そのため檻やワナなど実際に敵と対峙する決意が必要です。

### 集落全体で闘う

獣害対策は各々バラバラで行うよりも、みんなで取り組むことが経済的、労力、時間の面でも有利。「相手を知り、自らを知る」みなさんの知恵と努力、チームワークでこの危機を脱しましょう。

### 集落内で野生動物 のエサ場を絶つ!

「食べたなら怒られるエサ」とは、人がこれから食べようとするもの。例えば、農作物や果樹。

しかし、「食べても怒られないエサ」とは収穫後、畑に残された野菜や稲のひこばえ、放置されたままの柿や栗、生ゴミなど。雑草も彼らのエサとなります。これらを理解して無くすることが必須。

#### モンキードッグに適している犬は、

- ①体の丈夫な中・大型犬
- ②8か月～8歳程度
- ③穏やかで人好き、好奇心旺盛
- ④基本的な警戒心があること

桃太郎  
第2期認定犬  
(柴犬9歳)



でも、どんな犬でも訓練次第でみんなのために活躍できるようにするよ

ベコ  
第4期認定犬  
(雑種犬7歳)





新人モンキードッグ倶楽部員

山本さんと愛犬「なる」の日常



山本竹男さん  
(室生大野)  
なる  
第7期認定犬  
(雑種犬2歳)

私は犬を飼っている  
周りの方は田畑が獣害で困っている  
そこで、私たちが何かできないか

「なる」と一緒に暮らして約2年。モンキードッグ(以下、「MD」)として活動を始めて半年が経ちました。

モンキードッグ倶楽部の方に犬のトレーナーになってもらっているのですが、なかなかしつけは大変ですね。飼い主よりもトレーナーの言うことを聞くこともあるので、ジェラシーを感じることもよくありますよ(^^)

でも、しっかりしつけないと、リードを外した時、私の言うことを聞かないと愛犬も危険ですし、何より使役犬として役立てないですからね。

今、不安に思うのが、複数の犬や人と一緒に行動した場合、きちんと行動できるのかということ。もっと訓練が必要なのですが、実戦の場で追い払いができないと自信が持てないし、犬自身も勘が養えません。

毎日、服従訓練と周辺パトロールを兼ねて「なる」と4キロ近く散歩をしています。これは私自身の健康維持にも、地域との関わりの中でも十分効果がでていると思います。

そんな生活の中で、飼い主としての自分と「なる」の成長を感じることがあると本当にうれしく思います。今は、MDだけではなく、犬の訓練競技会にも出場しようと目標を立てています。おかげで楽しい毎日を送っていますし、彼はまるで子どものような存在です。

ともあれ、私たち自身の充実だけでなく、私たちの日々が地域での獣害防止に対して少しでも貢献できれば、と思っています。

▶定期的に訓練や活動の状況を話し合います。先輩倶楽部員の方は、私たちにとても、まるで先生のような存在



▲MDとしての認定と連絡先を記した首輪



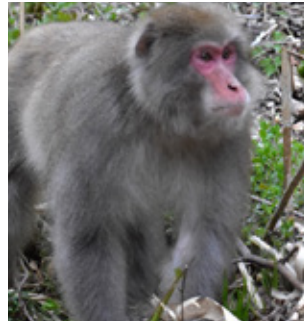
▲散歩ではリードを外して命令の訓練も

まず知ろう！野生動物！



ニホンザル

警戒心はありますが、いったん慣れると家の中に入るなど非常に大胆な行動を。雌は生まれた群れで一生暮らします。雄は成長すると単独で行動するか少数の群れで過ごします。



ニホンジカ

警戒心は強いですが、凶々しさもあります。跳躍力は2m以上。また地面に隙間があれば潜って侵入することも。大好物は若葉ですが、硬い樹皮やササなど、ほとんどの植物を食べます。



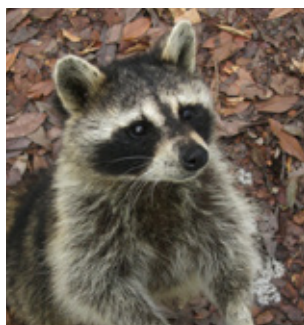
イノシシ

臆病で注意深いですが、パニックになると襲ってきます。跳躍力は1m以上。視力は良くありませんが、嗅覚は犬並。力が強く、鼻先で50kg以上持ち上げられます。牙で大けがをすることも。



アライグマ

最近、市内各地で見られるアライグマは、アメリカ原産で特定外来生物に指定されています。雑食で、生ごみを散らかしたり、農地を荒らします。見かけによらず狂暴で、繁殖力も強いです。



▶協議会が作成した獣害対策の手引きのパンフレットでは、野生動物の特徴や柵設置などより詳しい内容を掲載。ホームページでご覧になれます



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

子育て・保健

お知らせ

掲示板

うだちゃん



## マイナンバー（個人番号）カードでの コンビニ交付サービスがスタート！！

問 市民課 ☎82・2143 / IP ☎88・9076

いよいよ



▲初日にはローソン榛原萩原店でセレモニーを開催

2月1日から、市内10店舗をはじめ、全国のコンビニエンスストアなどで、住民票の写しや印鑑登録証明書などを取得できるサービスを開始しました。

このサービスは、県内で13番目に利用するにはマイナンバーカードの取得が必要ですが、市役所に行かなくても、住民票の写しなど利用頻度の高い証明書を取得することができます。

市長はいいさつで、「住民票の写しの取得などは、住民の方にとって身近で利用頻度の高い行政手続きの一つ。このサービスにより少しでも住民生活の利便性向上につながれば。マイナンバーカードについても、今後ますます利用の幅が広がってくる制度。みなさんにもぜひ取得いただきたい」と述べました。

### ◆取得できる証明書

- 住民票の写し
- 印鑑登録証明書
- 住民票記載事項証明書
- 戸籍謄本・抄本
- 戸籍の附票の写し
- 所得証明書
- 住民税課税証明書
- 住民税非課税証明書

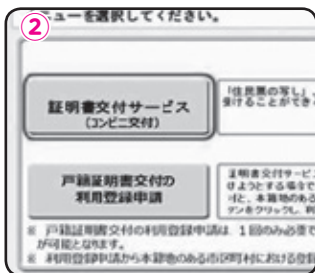


## コンビニ交付 どうやって使うの？

コンビニ交付サービス開始に伴い、毎月第2・第4土曜日の市民課窓口は、4月より終了させていただきます。



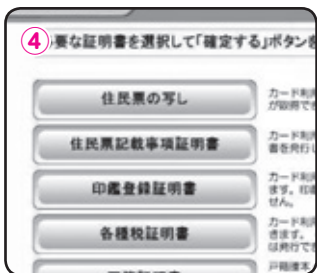
1 マルチコピー機を発見！行政サービスボタンから



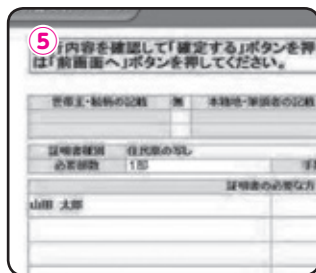
2 メニューを選択



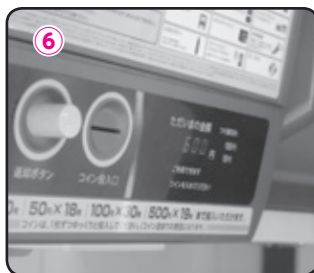
3 マイナンバーカードを置いて



4 必要な証明書を選択し



5 発行する内容を確認！



6 料金を支払い、印刷を待つ  
領収書も出てきます！



3分程度で発行されました (^^)

## 宇陀市長選挙及び宇陀市議会議員選挙

18歳・19歳の有権者が、初めて投票する市の選挙

これからの宇陀市の未来をつくる選挙

市長・市議会議員選挙は、まちの代表者を選び、未来の市政を託す大切な選挙

候補者の情報を知ろう

今回の選挙から選挙公報（候補者の氏名や政見などが掲載されたもの）を発行します。市内全世帯に戸別配布します。また市役所や各地域事務所にも備えつけるほか、市ホームページにも掲載します。

【告示日】 4月15日(日)  
【投票日】 4月22日(日)



あなたの大切な1票で  
まちの未来が変わる  
有権者みんなで  
投票しましょう！

問 市選挙管理委員会【総務課内】  
☎82・1302 / IP ☎88・9068



# 市内の空き家解消を目指します

## 空き家セミナーと相談会開催

問 まちづくり支援課 (☎82・3910 / IP ☎88・9094)



まちが元気になってほしいなあ

空き家でお困りの方向けの相談会を開催します。

市内でも空き家が増加していますが、適正な管理には早めの対策が必要です。空き家の管理や活用でお困りの方は、ぜひ、ご参加ください。

【日時】 3月24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】 市役所会議室

【主催】 宇陀市・NPO法人空き家コンシェルジュ

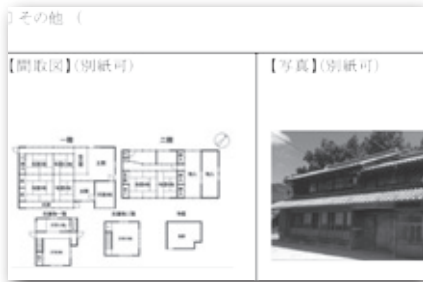
※相談会には予約が必要です。前日までにご連絡ください。  
※相談会の日以外は常設の相談員が相談を受けています。お気軽にご連絡ください。

【連絡先・受付時間】

NPO法人 空き家コンシェルジュ  
橿原市小房町9-32  
(☎) / FAX: 0744・35・6211

### 空き家情報バンクを「活用」ください

市では、ホームページ内に「空き家情報バンク」サイトを開設するほか、移住定住情報をまとめたパンフ「宇陀で暮らしてみませんか」を掲載しています。空き家を売りたい人・借りたい人は、ぜひお役立てください。



▲空き家情報バンクには写真のほか、間取りや詳しい情報も掲載。

宇陀市 空き家情報バンク

# 市民参加の未来づくり

## 総合計画策定

第2回

## 宇陀市みらい会議開催!

問 企画課 (☎82・1362 / IP ☎88・9074)

1月17日、宇陀市総合計画策定に向けて2回目となる宇陀市みらい会議を開催し、約30名の方々の参加をいただきました。

昨年開催した前回のみらい会議では、宇陀市の未来に関わる数多くのテーマが浮かび上がってきました。そこで、テーマごとに意見をより深くお聞き

するため、6つのテーマ①観光・情報発信、②教育・子育て、③雇用・農林業、④健康、⑤まちづくり・交通、⑥自然・景観に

絞って、関心のあるテーマに分かれて市民のみなさんにお集まりいただき、話し合いました。みなさんからいただいた貴重なご意見やアイデアを元に検討を重ね、来年度の完成に向けて、宇陀市総合計画策定に取り組んでいきます。

※宇陀市総合計画とは、市の最上位に位置づけられる計画のことで総合的かつ計画的な市政運営の指針、市民にまちづくりの長期的な展望を示すものです。



▲みらい会議での意見発表の様子

### 明日の宇陀市づくりに向けて 参加者のみなさんからの提案

#### ■観光・情報発信

- ・観光客の楽しみ 道の駅をもっとおしゃれに
- ・宇陀の資源を活かした観光  
自然、景観、水を情報発信
- ・宇陀市内のウォーキング企画
- ・歴史ある建造物やかやぶき民家を巡る旅
- ・廃校の利用
- ・高原植物が育つヨーロッパ並みの気候をアピールなど

#### ■教育・子育て

- ・教育のレベルアップ
- ・親の子育て力向上 など

#### ■雇用・農林業

- ・雇用の創出 ・体験農業
- ・宇陀市株式会社 客は市外、利益は市内
- ・農産物の集積システムと販売先
- ・ブランド化の為に SNS、イベント、有名シェフなど

#### ■健康

- ・高齢になっても元気で仕事や遊びに楽しむ健康人の街
- ・普段から健康、体について学ぶ など

#### ■まちづくり・交通

- ・交通の不便を感じない街
- ・高齢者が生活しやすい地域づくり
- ・行うなら今! 団塊世代の活用 など

#### ■自然・景観

- ・きれいな街 ・郷土愛を育む
- ・人間を育む街 その中に景観がある
- ・景観→教養→知性→品性になり存在意義につながる

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



# 伝統産業技術者育成研修

## 研修生を募集!

問 商工観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9008-1)

市では、伝統産業である毛皮革産業を担う人材を育成するため、その技術を継承する意欲のある方に各事業者による実習を伴う研修を実施します。

多数の方々のご応募をお待ちしています。

**【研修コース】** 鹿皮なめし・毛皮なめし・毛皮縫製・毛皮商品企画など

**【研修期間】** 4月1日(日)～

平成31年3月31日(日)

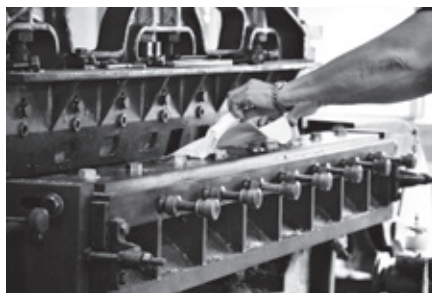
平日午前9時～午後5時

(応相談)

**【内容】** 毛皮革産業の将来を担う人材を育成するため、毛皮革に関するそれぞれの基礎知識と専門的技術について実習を中心とした教育指導をする。

**【定員】** 若干名 **【費用】** 無料

**【申し込み】** 随時募集



▲鹿皮の割り(厚みの調整)



▲毛皮の縫製

宇陀市の毛皮革産業とは・・・  
 ・歴史ある高品質製造直売  
 ・コートからバッグ、小物まで  
 ・メイドインジャパンに恥じない職人技  
 ・日本の伝統を支える技法

### 平成の薬草のまちを目指して

## 大和当帰栽培を推進中

現在、市では薬草協会が中心となって大和当帰の栽培を推進しています。

今年度は、7月～10月に大和当帰の葉の買取りを行いました。当帰の葉は、薬草料理やお茶、入浴剤などの原材料として利用され、健康食品として注目されています。また、12月～1月には、市内各地で収穫された大和当帰の根を集積し、大きさに応じて買取りしました。買取りした根は当協会で乾燥・湯もみ・調整し、生薬問屋に販売する予定です。

### ■大和当帰苗の予約を受付します

今年も苗の配布を予定しています。栽培方法などは、資料とともに説明します。

**【対象】** 市内で栽培される方  
(数量限定の場合あり)

**【配布価格】** 1本10円



問 宇陀市薬草協会(産業企画課内)  
(☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075)

## 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・9008)

#### はじめに

「まず、知ることから  
はじめましょう」

私たちが暮らす社会には、性別や年齢、障がいの有無などさまざまな人がいます。では、障がいにはどんなものがあるのか知っていますか。

まずは、障がいを「知ること」からはじめましょう。知ることができれば、どうすれば「助け合うこと」ができるかを考えることができるようになります。

みんなで知って、一緒に考え、みんなで笑顔で暮らせる社会をつくりましょう。

#### 「障がい」って?

「障がい」とは、何らかの原因で身体や心のどこかがうまく働かないために、日常生活や社会生活で、まわりからの理解や協力が必要な状態です。

生まれたときから障がいのある人もいれば、病気や事故などによって障がいをうける人もいます。障がいは、だれにとっても身近なことです。

まずは、どんな障がいがあるかを知りましょう。そして、どんな手助けができるのか考えていきましょう。

※これから「広報うだ」では定期的に障がいに関わる内容をシリーズで掲載します。



市では、「あいサポート運動」に参加し、全庁をあげて「障がいを知り、ともに生きる」ことを目指しています。



「広報うだ」には、記事の大半に、文字そのものが「わかりやすく」「読みまちがえることがない」ユニバーサルデザインフォントを使用しています。



# 宇陀市の産業振興を目指して

## 地場産業と観光振興のためご意見を募集!

問 商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

### 毛皮革産業新商品開発事業 商品モニター募集

原皮のなめし加工、縫製、販売までの一貫したシステムを持つ全国唯一の毛皮革産地である菟田野。市を代表する地場産業として、市や奈良県にも認定されています。

市菟田野産業振興協議会(事務局・商工観光課)では、この度、毛皮革産業振興のため市民のみなさんから広く意見を聞くため、毛皮革商品のモニターリングを行います。

毛皮革産業のさらなる発展と新規商品の開発のヒントとなるような、みなさんのアイデアやご意見をお寄せください。

**【概要】** 商品モニターに採用された方に、菟田野毛皮革事業者や関連事業者とのワークショップやアンケートに答えさせていただきます。

※実際に毛皮革商品を手にとっていただき率直な意見をいただきます。

**【実施日】** 3月19日(月)

**【場所】** 菟田野産業振興センター(菟田野古市場)

**【報酬】** 特にありません。若干の毛皮革商品の贈呈あり

**【募集定員】** 10名

**【募集要件】** 毛皮革商品に興味があり、またファッションやデザインに興味のある方

**【審査】** モニター採用にあたっては、応募締切後、協議会において選考のうえ通知します。

**【申し込み】** 3月16日(金)までに問へ



### 市観光協会新規人材発掘事業 人材募集

市観光協会はこの度、宇陀市における観光振興を目的に、新しく宇陀市観光に対する意見をいただける方、また4つの観光協会支部でのイベントにおいて協会員と一緒に活動いただける方を募集します。

**【概要】** 2部門の人材を募集

**① アドバイザー部門**

様々な経験を持った方で、観光協会の活性化や宇陀市の観光について4地域全体のアドバイスを行っていただける方。

**② ボランティア部門**

宇陀市観光協会4地区のイベントに横断的に参加していただける方。

**【面接日】** 3月下旬(応募者に個別に連絡)

**【場所】** 宇陀市役所

**【報酬】** 特にありません。採用後は観光協会員として会費の納入(個人1000円)をお願いします。

**【募集定員】** 若干名

**【募集要件】** 観光について興味があり、宇陀市の観光について協会員と一緒に盛り上げていただける市内在住または市内在勤の方

**【審査】** いずれも観光協会の代表、事務局による面接および書類の審査を行い、審査通過後、協会員として加入いただきます。

**【活動期間】** 原則1年間。その後協会との協議の中で更新を行います。

**【申し込み】** 3月16日(金)までに問へ



### 広報うだ配布場所

★市役所・地域事務所で配布しています(土・日曜日、祝日も可)★

◎道の駅宇陀路大宇陀

◎市文化会館

(火曜日、祝日)

◎菟田野人権交流センター

(日曜日、祝日)

◎菟田野分館(月曜日、祝日)

◎ひのき坂公民館

◎大和富士ホール(月曜日)

◎市立中央図書館(ひら内)(火曜日・祝日)

◎伊那佐体育館

◎たかぎふるさと館

(月曜日、第1・3火曜日、祝日)

◎自主放送スタジオ(土・日曜日、祝日)

◎天満台東交流センター

◎榛見が丘集会所[ひまわり会館]

◎市観光案内所「うだ観処」(年末年始)

◎室生福祉保健交流センター(土・日祝日)

◎榛原ゲートボール場

◎市役所[1階ふるさとテラス]

◎各地域事務所

※( )内は休館日です。



2年連続!

# 広報うだ奈良県代表作品として

## 全国広報コンクールへ!!

問 秘書広報情報課 (☎82・3912 / IP ☎88・9083)

広報うだ12月号「特集…できる限りわが家で暮らしたい」が平成30年全国広報コンクール県代表作品として選ばれました!

県広報協会による作品審査では、「誰にとっても身近で関心の高い介護問題を、「在宅」という視点で切り取った特集は充実した内容。記事量は多いものの、カラーを生かした写真のあしらいや、小見出しを上手く使ってメリハリの効いたレイアウトにしたことで、「読んでみよう」と思わせる誌面になった。笑顔の多い写真も目を引く。

「うだちから」「記紀万葉と宇陀市」「薬草逍遙」といったコーナーも全体の中でバランスよく配され、読者の手に取らせる効果を生んでいる」と高い評価をいただきました。

また、映像の部では今年放送した宇陀市ホットニュース特別番組「全国学校給食甲子園」決勝大会を出演。

残念ながら入選とはなりません



▲広報うだ12月号



また、9月号「特集・カラダヨロコブ」は全国広報専門誌で紹介されました

んでしたが、

「給食メニューにする上での学校や地域のみなさんの思いや工夫、そして子どもたちがどんなふうにもこの給食を味わい、そこで何を感じ、地域をどう見るようになったかなどが描ければ宇陀市のすばらしさが市内だけでなく外の人たちにも伝わると思う」とアドバイスをいただきました。

これからも、みなさんに楽しんでいただける紙面・番組づくりを進めていきますので応援よろしく願います。



▲特別番組「全国学校給食甲子園」H 30.1月放送

YouTube 宇陀市ホットニュース

## 市長日記

春は、もうそこまで



多くのカメラマンの方がSNSで宇陀市の美しい雪景色を発信してくれました

▼2月は、日本列島が寒波に見舞われ、宇陀市でも、寒い日が続きました。寒い寒いと感じ、考えていると何事もおつくうになりがちです。皆さんあまり屋外に出ず、室内で暖かく過ごされているのではと思います。

私自身の健康観は、少し体温を上げる工夫をしています。毎日、庁舎まで徒歩で通勤することにより、体が温まり、朝一番の会議や決裁に積極的に臨めている気がします。

▼市長としての任期満了を間近に控え、会議や地域での懇談などの場で「少し不安がある」との声を耳にします。

しかし、様々な政策に積極的に取り組んでいます。それぞれが、宇陀市にとってかけがえのない重要なものばかりです。これからも宇陀市のまちづくりのために、市民皆さんに政治に参加していただき、市の今を思い、将来を考え、今何をなすべきかを自ら発言し、行動してほしいと願っています。

▼宇陀市の財政が悪いとの意見をいただきます。その時の説明で、確かに合併当初は、非常に悪く、破綻した夕張市に次ぐくらい、経常収支比率が高い数値を示していましたが、人件費削減

減をはじめ、不断の努力により、県の中位ぐらいまで健全になってきています。ですがまだ、決して良いとは言えません。平成32年頃になると、負債の返還など完了する計画ですので、その頃には県平均より健全になっていると思います。

▼市の行政課題は、少子高齢、人口減少であり、地域経済の再生です。その課題を解消するのは産業振興であり、雇用の創出であると考えています。

これらの政策を実行することが、社会福祉を支える仕組みになると考えています。宇陀市のまちづくりは、ウエルネスシティ構想、まちづくり協議会など、新たな展開を図り、今以上に発展してほしい、充実してほしいと願っています。

▼3月は、議会も始まります。予算は、骨格予算となりますが、継続事業は、執行できる状況を、議員の皆さんと議論し、創っていきたくと考えています。

寒い日が続きますが、心と体を鍛えて、ウエルネスシティ宇陀市を自ら実践してください。春は、もうすぐそこまできます。



みなさんのまちづくりを応援!

# 宇陀市まちづくり活動応援補助金事業を募集!!

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

市民活動の活性化を目的に、まちづくり活動に必要な経費を補助します。

地域の個性を活かしたまちづくりの提案を待っています。

## 【応募期間】

3月1日(木)～26日(月)

## 【対象】

次の要件に該当する団体  
○市内で主に活動し、3名以上で構成されていること(うち半数以上が市内に在住、在勤または在学)

- 定款、規約、会則等に基づいて活動が行われていること
- 政治活動、宗教活動、営利を目的としない団体であること
- 【対象事業】 市内において実施する新規または既存事業拡充となる事業など
- 産業・ものづくりの振興
- 観光振興
- 健康・福祉の推進、児童生徒の健全育成推進
- 芸術・文化・スポーツ等の生涯学習の振興
- 景観美化、環境保全、地域の安全推進
- その他、地域の活性化につながる事業

## 【事業期間】

原則単年度の事業とします。

※複数年事業については、3年限度で対象になる場合があります。

## 【補助金の交付額】

補助対象経費から事業によって得られる収入を差し引いた額とし、50万円が上限。

※複数年事業については、2年目は40万円、3年目は30万円が上限。

## 【募集要領など】

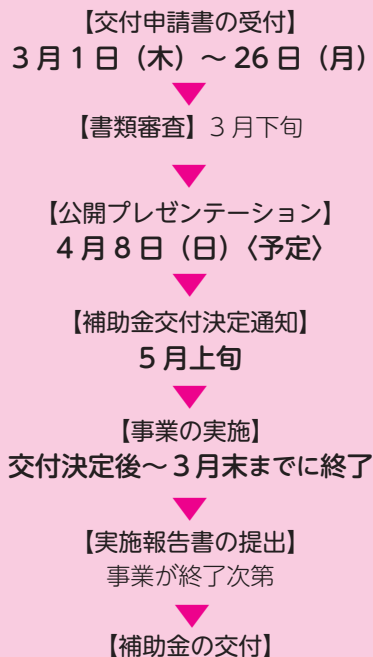
詳しくはまちづくり支援課 各地域事務所、ホームページで  
【審査の基準】 ○新規性 ○公益性 ○必要性 ○実現性 ○発展性  
【事業の公表】 事業団体名・代表者・事業内容は、広報やホームページなどで公表

※本事業は、平成30年度予算成立後、速やかに事業が開始できるよう事前に募集手続きを行うものです。そのため、予算成立に伴い、内容変更があり得ることをご了承ください。



宇陀市 まちづくり応援 検索

## ◇補助金交付までの流れ◇



Kirari UDA-Bito

## 善塗多望

「本物を目指していきたい」

左官業

宮奥淳司 さん  
(大宇陀黒木)



## 親子2代で左官業を営んでいます。生まれ育った大宇陀町には古いまちなみがあり、国の重伝建地区に選定された「宇陀松山」で仕事のご縁をいただけてきました。現場からの学びは多く日本伝統建築「職人技術の最盛期」といわれる江戸末～明治期の職方の残した手業、建物の修復に携われる機会に恵まれたことは職人人生の大きな糧となっています。

**特**に海外での経験は本当に印象深く、アウトサイドな視点から日本文化・生業の左官というものを再認識する機会になりましたし、職人としての幅も広がりました。最近では、法隆寺などの重要文化財の修復作業にも関わられるようになり、職人としての自分の方向性も定まってきました。

**今**は、時代の流れで価値観も変わり、昔のように生家の古民家を補修し長く住むということが困難になっていくのかもしれませんが、活躍できる場が限られてきましたが、先人の手業から感銘を受けたように、職人として「本物」の手仕事を追及していくことが自身の進むべき道だと思っています。

**昔**は「大工・瓦屋・左官屋がいれば家が建つ」といわれましたが、今は「建てる」というより「家を買う」といわれるようになりました。我々左官業も次第に絶滅危惧種のように感じる時もありますね。

**私**も「モノづくり」に携わる職人として、日本人が古来から持つ価値観や「モノ」に対して向き合う心を大事にしていきたいし、仕事を通じて、そんな想いを伝えていきたいと思っています。

**そんな中、** 家業PRのためホームページを作成したのですが、それが功を奏してテレビ局から海外でかまど作りの技術指導のオフアアがあったり、全国各地からかまど作りの依頼をいただくようになりました。



法隆寺土塼の修復作業



特集

市政トップニュース

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

うだちゃん



# うだんします かだちから

「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。

問 まちづくり支援課 82・3910/IP 88・9094

## 1 田口の郷

### 光のキャンパス

〈田口地区まち協〉

すっかり冬の恒例行事になりました「田口の郷 光のキャンパスイルミネーション」を、12月16日から1月12日まで室生下田口のふるさと元氣村で行いました。

この催しは、「灯り」をテーマに地域住民の交流と明るく新年を迎えていただく取り組みとして続けているもので、今回は電飾数を増やしたことで、ま



▲ふるさと元氣村を彩る光の芸術

た今年の干支である「戌(いぬ)」をキャンドルで描いたことなどが特色です。

まず、初日に点灯式を行いました。午後6時、会場に訪れた100人余りがカウントダウンを開始。「ゼロ」の声を合図に一齐にイルミネーションが点灯されると大きな歓声が上がりました。また、運動場には参加者が点火した500基のキャンドルが並び、揺らめく灯りが幻想的な模様を描いていました。

この日は大変寒くなりましたが、たぐちきっちんの豚汁で体を温めながらしばし光の祭典に見入っていました。



▲今年の干支である「戌」を描いたキャンドル

## 2 うたの魅力発見

### 体験ツアー

〈菟田野まち協〉

1月20日、「真冬の林業体験」を開催しました。この日は、暦では大寒にあたりますが、珍しく暖かな日和に恵まれました。募集人員30人のところ、65人もの応募があり、若い家族づれの参加者が多い中、神奈川県から林業分野の専攻をされている女子大生の参加もありました。

今回の新たな取り組みとして、まち協と奈良県立大学の学生との世代間交流を行いました。真冬の林業体験を行うにあたり、事前に「地域観光と産業」をテーマに研修を行い、当日もスタッフとして参加いただきました。



▲一生懸命部材を運ぶ子どもたち

体験内容は、枝打ち・原木伐採・皮むき体験・背引き見学・製材・木工・カンナ掛け体験・ミニ棟上げ体験。そして、昼食は岩端地区にある古民家の森田家をお借りして、田舎料理をいただきました。

みなさんから、「将来こんな家に住みたい」「泊してみたい」「手料理が美味しかった」等の嬉しい感想が聞けました。

体験での目玉は菟田野建築組合によるミニ棟上げです。匠の技による約四畳半の釘を使わない組子によるログハウス風の寄棟作りを、大工さんたちの指導により参加者のみなさんも加わり組み上げていきました。一本一本重い部材でしたが、子どもたちも一生懸命運んでいました。そして完成(上棟)すると、参加者やスタッフから自然に拍手が湧き起こりました。



▲今回の事業で宇陀市に興味を持ち、交流により移住定住につながるよう願っています「参加者全員でバンザイ!!!」



### ③ あなたの家の「小さな困りごと」をお助けします

（東榛原まち協）

「ワンコインライフサポート事業」は、「困りごと」のお手伝いをする事業で、平成29年5月に市社会福祉協議会が立ち上げました。現在、東榛原地域をモデル地区として実施され、当まち協も協力しながら活動しています。事業の内容は、困った人を助ける「ライフサポーター」を派遣するもので、現在、同協議会の養成講座を修了したサポーター21名が登録しています。

しかし、スタートしたばかりでこの事業を知らない方も多いようですが、「近所の方には頼みづらいけど、これなら気軽に料金も安く助かる」など利用者の声を励みにこれからも周知・広報活動にも力を入れていきます。高齢者でも暮らしやすいまちづくりを目指して、この東榛原地区のモデル事業が軌道に乗り、さらに市内全域へ拡大できることを願っています。

#### ■主なサービス（作業）例

- ・家具を動かしたい！
- ・部屋の掃除や整理をしてほしい！
- ・庭の手入れや草取りが大変！
- ・食事の後片付けをしてほしい！
- 他

#### 【利用料金】

ワンコイン（500円）／30分

（1時間以内の作業が原則）

【会員登録】入会金500円（初回のみ）

【問い合わせ・利用会員登録申し込み先】

宇陀市社会福祉協議会（中谷）

☎84・4116



◀庭先の草刈り作業



▶室内の家具移動作業

### まち協などの催し予定 3月 （2月13日現在）

日	曜日	イベント案内	主催
3	土	高齢者安全運転講習会	西谷地区まち協
4	日	宇陀三将 澤氏と「伊那佐の里」歴史物語	伊那佐地区まち協
11	日	防災訓練	笠間地区まち協
18	日	協和ふれあいまつり	大宇陀中央地域まち協 協和分会
24	土	第2回東榛原歴史勉強会	東榛原まち協
25	日	ふれあいアマゴ釣り大会	田口地区まち協
31	土	子ども自転車交通安全教室	東榛原まち協



## ウド

ウドは八百屋さんやスーパーに並んでいるので、知らない人はいないと思います。しかし、いざ山に入って採集しようと思っても、案外見つけるのは難しいものです。というのも、八百屋に並ぶウドは成長が良く、また、室内で軟化栽培をしているため、太く、白く、みずみずしく、長い立派なものですが、山に自生しているウドは、それと比べて細く、短く、青いものだからです。

栽培のウドには、ほのかなにおいがあり、自家製のウドは荒々しく毛が生えており、刺激性の味と香りが強烈です。しかしその味は、一度食べたら、また食べたくなるほど濃

厚でおいしいものです。

ところで、ウドは薬用植物として古くから使用されている生薬で、すでに中国最古の薬物書「新農本草経」（217年）に記載されています。そこには、根を1日15g煎じて服用すれば、強壮、解熱、鎮痛剤となり、頭痛、風邪、めまい、半身不随、神経痛、リウマチ、関節炎、腎臓病、胸膜炎、肝臓病、歯痛、化膿止めなどに効果があることが書かれています。

また、根を浴湯料として風呂に入れ、入浴すれば痔に効果があり、さらに茎や根の絞り汁を飲めば強壮剤となる生薬です。

薬草造遥（やくそうしやうしやう）  
毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。



▲強壮・解熱・鎮痛に効果のあるウド

※当市で「薬草活用講演会」をさせていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 産業企画課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

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

## 宇陀市歴史文化講演会を開催 しました！

1月20日

文化会館かぎろひホールにおいて歴史文化講演会を開催しました。当日は約160名の参加がありました。

講師として、「続日本100名城」選定委員である、奈良大学文学部教授 千田嘉博先生をお迎えし、「城から宇陀の歴史を考える—続日本100名城 宇陀松山城から辿る—」の演題で、市内の中世城郭や、宇陀松山城のことについてご講演いただきました。

中世から近世の山城を通した宇陀の歴史や、全国・世界のお城の様子もご紹介いただき、参加者からは「分かりやすかった」「楽しく歴史を学びました」などの声が聞かれ、有意義な講演会になりました。



## 女性の就職サポートセミナー 開催！

1月23日・30日

市役所において「女性の就職サポートセミナー」を開催しました。このセミナーは、女性が就職に向けて役立つ情報を学び、新たな一歩を踏み出すためのセミナーです。

1回目は、FPオフィス will 代表の前野彩さんに、妻の収入で変わる夫の税金や社会保険の話と、自分で作る年金 iDeCo (イデコ) のポイントなど、知っておきたいお金の知識について学びました。

2回目は、MNキャリア代表の高橋紀子さんを講師に、自分らしく働くために、自分らしさをどう活かすかをワークショップ形式で自己分析し、楽しく学びました。受講生からは「知らない知識を得ることができ、今後に活かしたい」「自分を見つめなおす良い機会になった」との声があり、働き方について前向きに考えていただく機会となったようです。



▲セミナーの様子



▲前野彩さん



## 宇陀市の伝統芸能を披露 ～奈良大立山まつり～

1月28日

1月26日～28日、平城宮跡において「奈良大立山まつり」が行われました。

イベントでは、県内各地で開催されている伝統行事が一堂に集まりました。市からは、「菟田野水分神社秋祭り」として宇賀志太鼓台保存会と、「室生龍穴天地人の祭」として室生青龍会が出演しました。

1トンを超える太鼓台を、約100人の担ぎ手が掛け声とともに会場を所狭しと練り歩く姿は迫力がありました。

また「あったかもんグランプリ」には、昨年うだ産フェスタで優勝した、うだ夢創の里の「もちそう+黒米 黒龍麵」が出展され、冷えた体を温めてくれました。



▲うだ夢創の里のみなさん

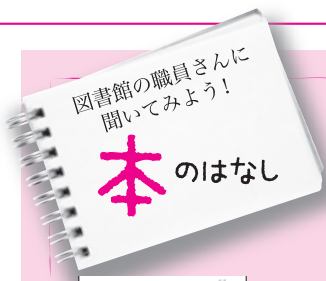


◀室生青龍会の龍の舞



▲宇賀志太鼓台保存会のみなさん



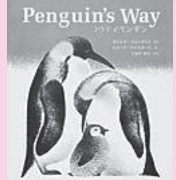


話題の  
**新刊本!**



すべては股関節から変わる  
～1日1分運命を変える奇跡の整体～  
南 雅子 著  
出版：SBクリエイティブ

股関節は全身の血流・リンパの流れ、神経やホルモン、そして内臓の働きにも密接に関わっている。肥満、むくみ・冷え、生理痛、便秘、肩こり・腰痛などに効果がある、股関節のストレッチを紹介する。肩・首のストレッチも収録。(大宇陀図書館所蔵)



コウテイペンギン  
ヨハンナ・ジョンストン さく  
レナード・ワイスガード え  
こみや ゆう やく  
出版：好学社

夏が終わると、何百羽ものコウテイペンギンが、南極大陸に移動します。パートナー探し、ひな鳥の誕生、子育て…。コウテイペンギンたちの暮らしを、美しい絵とともに描きます。(大宇陀図書館所蔵)

## 図書館からの まとめ知識 Vol.48

3月といえば別れと新たな出会いの季節です。中央図書館も新たな出会いに向かって動き出します。いよいよ大規模改修の終わった総合センターへ戻って、4月1日からの開館に備えての準備を始めます。みなさん、長らくお待たせして申しわけありませんでした。4月からは新たに利用しやすい図書館として開館いたしますので、よろしくお願ひします。

また短い間でしたが、カエデの郷ひららで半年近く図書館として可愛がっていただきありがとうございました。春になれば、紅葉よりきれいといわれている、カエデの若葉が図書館だった校舎の窓から眺められることでしょう。ちょっと遠くなってしまいますが、ぜひ続けて図書館をご利用ください。みなさんにとって図書館が、気軽な本との出会いの場であり続けられますように。

おはなし会やその他のお知らせは P27

## 榛原東小で自然を再発見!

1月22日

榛原東小学校の2年生と4年生が生活科と理科の学習で、自然と季節変化について学びました。

当日は、東京大学空間情報科学研究センターの中村和彦先生を講師に迎え、先生が考案された「フェノロジートランプ」を使って学習しました。トランプには、視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚に関する質問が書かれており、子どもたちはゲームをしながら、身近にある自然について考えを出し合いました。

子どもたちの答えをまとめると、榛原東小では季節を耳から感じている子どもたちが多くことに中村先生も驚かれました。

この学習で、普段なにげなく感じている感覚を再認識し、またお互いの答えを聞いて新たな五感を再発見できる良い機会になりました。



## チェーンソー整備および間伐講習会

2月3日

宇陀市森林組合および付近の山林において、当森林組合と宇陀林業振興協議会による「枝打ち・間伐講習チェーンソー整備および間伐講習会」が開催され、約60名が参加しました。

午前の整備講習会では、刃の目立てや点検方法などの講習を受け、その後持参したチェーンソーの点検やヤスリを使って刃の手入れを行いました。参加者は「手入れ後のチェーンソーで丸太を切ると、力を入れずに切れた」と満足されました。

午後からの間伐講習会では、三本木康祐組合長のユーモア溢れる話を交えながら、間伐しなくてはならない木の見分け方について学習しました。続いて、森林組合員による間伐の実演後、参加者も体験されました。大木が倒れる瞬間の振動はとても迫力がありました。最後は、山の神様に感謝して講習会を無事終了しました。主催者による焼き芋と番茶の振る舞いに、冷えた体もほっこりしました。



▲刃の手入れの様子



▲間伐講習の様子

## 「おはなしらんどカンブリア」 がやって来る!!

お話や人形劇を見て、親子で一緒に楽しみましょう。

**【対象】** 市内在住および里帰りの就園前の乳児と保護者

**【日時】** 3月6日(火) 午前11時～

**【参加費】** 無料 **【申し込み】** 不要



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!

**【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

## ★ 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

## 3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	2 2歳児親子教室 (ばんだ)
5 2歳児親子教室 (うさぎ)	6 「おはなしらんど カンブリア」講演	7 つどいのひろば (大和富士ホール) 保健師相談日	8 子育て講座 (プリザーブドフラワー アレンジ) ※要予約	9
12 1歳児親子教室 (りんご)	13 1歳児親子教室 (いちご) 家児相談日	14 つどいのひろば (ぬく森の郷) 0歳児親子教室 (はいなっふる)	15 0歳児親子教室 (みかん) ミニ誕生会	16 0歳児親子教室 (ばなな)
19 なかよしひろば	20 子育てサポート day	21 春分の日	22	23
26	27	28	29	30 

23日～30日は、「すこやかルーム」開放のみ

→ 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

## 《お詫びと訂正》

広報うだ2月号15ページに掲載しました、子育て講座「プリザーブドフラワーアレンジ」(3月8日実施)の講師先生のお名前が間違っていました。ここにお詫びし、訂正いたします。

講師:  
フラワーデザイナー  
中野真弓さん



なかよしひろば  
(親子ふれあい事業)  
申込不要  
親子で楽しく遊びましょう。

**【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】** 3月19日(月)  
午後2時30分～3時30分

**【内容】** 体を動かして遊ぼう!

**【持ち物】** 水筒、タオル



▲1月「新聞で遊ぼう!!」の様子



## 平成30年度 親子教室(すくすく教室)募集! (年間登録制)

子育て支援センターでは、毎月のテーマにそった活動内容で、年齢に応じたものを計画したり、子育ての情報を提供したりしながら、親子で楽しい遊びを体験していただきます。

**【対象】** 市内在住の平成27年4月2日～平成29年11月30日の間に生まれたお子さんとその保護者  
(保育園等に在籍されているお子さんは登録できません)

**【実施日】** 平成30年5月～平成31年3月(月1回程度)

**【場所】** 子育て支援センター(2階)

**【参加費】** 登録料年間500円(その他実費徴収あり)

**【申し込み】** 4月4日(水)～13日(金) 午前9時～午後4時  
(土日を除く) までに子育て支援センターへ



※お子さんの月齢によって、15～20名程度のクラス分けを行います。

※詳細については、登録終了後連絡します。

※平成29年12月1日～平成30年4月1日生まれのお子さんは、9月に二次募集をします。

## 発達の違いについて 語り合いませんか?

保護者同士の交流の中で、子育てのヒントを探してみませんか?

● **かるがもくらぶ** (申込不要)

**【日時】** 3月9日(金) 午前10時～正午

**【場所】** 市役所 213会議室

**【内容】** お子さんの現在の様子や困りごとを何でも気軽にお話ししています。話を聞くことでヒントを得られたり、安心できることもあるかもしれません。ぜひ、一度お越しください。

問 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

## 「子育てサークル」を 作ってみませんか?

子育て支援センターには、「子育てサークル」が6団体登録されています。毎月活動され、交流の輪が広がっています。

**【対象】** 市内在住の就学前の乳幼児とその保護者3組以上

**【場所】** 子育て支援センター2階

**【費用】** 年間登録料 お子さん1人200円

活動内容についての相談も受けています。詳しくは、子育て支援センターへ  
広報うだ4月号より、各サークルを紹介いたします。お楽しみに!!

## 平成30年度 子育てボランティア募集!

子育て支援センター事業をお手伝いいただけるスタッフを募集中!

**【対象】** 子育てに興味のある方、子育てが一段落された方など

**【活動時間】** 午前中(活動により変更あり)

**【活動内容】** 支援センター事業のお手伝い(託児・補助等)

**【申し込み】** 3月1日(木)～16日(金) までに子育て支援センターへ

※ボランティア保険に加入させていただきます。

## 子育て サポート day 3/20 10:00～16:00

申し込みは5日前まで!

託児の専門講習を受けた子育てサポーターがお子さんを預かります。  
お母さんもたまにはリフレッシュ!

**【対象】** 生後6か月～就学前のお子さん

**【場所】** 子育て支援センター すくすく

**【費用】** 1時間:500円～延長30分ごと:300円

問 ファミリー・サポート・センター(こども未来課内)  
(☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9080)

## 「もの忘れ・神経内科疾患の専門外来（予約制）」を行っています

「もの忘れが気になる」「記憶があやふや」

「今までできていたのに・・・」「性格が変わった？」

年をとると「もの忘れ」をして困るという経験は、どなたにもあるかと思います。多くの場合、あまり心配いりません。しかし、もし「もの忘れ」がだんだんひどくなるようでしたら要注意です。

「もの忘れ」の原因にもアルツハイマー病から脳梗塞までいろいろとあり、中には治療法があるものもあります。ご自身あるいはご家族の方に、次のような変化がありましたら、ご相談ください。

いま何時？ここはどこ？

大切な物をなくしたり、置き忘れたりする

以前よりもひどく  
疑い深くなった？



最近の出来事が  
思い出せない

簡単な計算の間違いが  
多くなった

日課をしなくなった

【主な診察】

- ・もの忘れ相談（ご家族からの相談も可能です）
  - ①もの忘れが気になる
  - ②認知症の方との接し方がわからない など
- ・身障診断、年金診断
- ・脳ドック など

【診療日】月・火・木・金曜日の午後

【担当医】拾尾（じゅうお）和彦（神経内科）

【申し込み】完全予約制。受診希望の方は受付窓口までお問い合わせください。内容によっては、診察できないことがあります。

問 医務課 ☎ 82-0381  
(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

## ■整形外科からのお知らせ

新しく常勤医師となった先生を紹介します

▶森本 安彦（もりもと やすひこ）医師

1月に奈良県立医大から赴任してきました。医大では手、腕や脚のしびれや痛みの原因となる脊椎脊髄疾患を担当していました。お薬や注射による保存治療を中心に、できる限り患者さんの負担の少ない治療を提供したいと思っています。腰痛や手、腕や脚のしびれ、痛みでお困りの方は気軽ににご相談ください。よろしく申し上げます。



診療日：毎週木・金曜日

■骨粗鬆症教室（完全予約制・病院Aブロック）

【3月の予定】

6日（火）骨粗鬆症とは：病態・検査・治療について

13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

20日（火）食事療法：栄養の基本と簡単なレシピ

27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名

【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  
(土・日・祝日を除く午後2時～5時)

■糖尿病教室 3月はお休みします。

## ■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

○事務員（パート）若干名

対象者：昭和43年4月2日以降生まれの人

採用試験：小論文、面接 提出書類：履歴書

○看護師（パート）若干名

対象者：看護師免許を有する人

採用試験：小論文、面接 提出書類：履歴書

○看護助手（パート）若干名

対象者：病棟、外来での掃除・ベットメイキング・移動介助・食事介助など

採用試験：小論文・面接

提出書類：履歴書

※全てにおいて試験日は後日連絡

問 経営企画課 ☎ 82-0381

(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時)

## 病院へお越しの際は 保険証とお薬手帳をお忘れなく

健康保険証は、毎月1度の確認を行っています。  
必ず、月の初めに窓口にご提出ください。

お薬手帳は、ご自身の状態を把握するために。



～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!

☎ 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX85・2501)

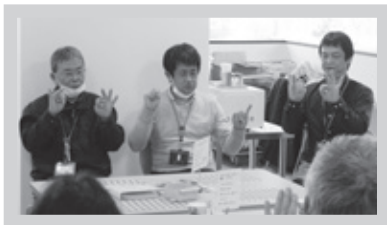
～認知症支援への取り組み～

## オレンジカフェ



オレンジカフェは、認知症の人やその家族が、ホッとひと息ついて日頃の溜まった思いを語れる場所です。

医療・介護の専門家がカフェスタッフですので、お茶を飲みながら気軽にご相談いただけます。みなさんの参加をお待ちしています。



第5回!

【日時】3月16日(金)

午後2時30分～4時

【場所】市立病院 2階 職員食堂

【参加費】100円(飲み物・お菓子付)

【その他】申し込み不要

1月に実施した4回目のカフェでは、12名の参加がありました。家族同士が交流できる、よい機会になりました。

美味しいクッキーとコーヒー、また簡単な体操で、ころもからだも和むような内容になっています。

昔の写真を見ながら、その頃を思い出し、楽しくおしゃべりしています!

## 奈良県若年性認知症サポートセンター 出張相談 (毎月第2水曜日)

【日時】3月14日(水) 午後1時～4時

【場所】医療介護あんしんセンター

【内容】奈良県から委託を受けた一般社団法人 SPS ラボ若年性認知症サポートセンターきずなやの若年性認知症支援コーディネーターが対応します。

【申し込み】☎ 0742・81・3857

# 健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

こころの健康!

3月は  
自殺対策  
強化月間です!

☎ 中央保健センター (☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175)

わが国の自殺者数は平成24年に3万人を下回り、その後も減少しています。しかし、まだまだ多くの大切な命が自死という形で失われていることは大きな問題です。

市では、自殺対策強化月間に合わせて講演会を行います。

自殺予防のためにあなたにも  
できることがあるはず!

気づき

家族や仲間の変化に気づき、耳を傾ける

つなぎ

早めに専門家に相談するように促す

見守り

温かく寄り添いながらじっくりと見守る

健康イベント  
健康事業

≪3月のウェルネスイベント≫

●こころの健康づくり学習会

『それってこころの病気かも!?  
～あなたや大切な人を守るために～』

【日時】3月3日(土)

午後1時30分～3時30分(受付1時～)

【場所】農林会館

【講師】天理よろづ相談所病院 精神神経科  
橋本 和典 医師



# 保健センターからの おしらせです!

問 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

## 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	5日(月)	平成30年1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
榛原・室生	10～11か月児健康診査	27日(火)	平成29年4月～5月生まれの児	中央保健センター	午後1時～1時50分

## お知らせ

### なかま会のご案内

- 【日時】 3月12日(月) 午前11時～午後2時頃
- 【場所】 中央保健センター
- 【内容】 ○みんなで作って、みんなで食べよう  
○情報交換・来年度の計画検討
- 【対象】 精神保健福祉手帳を持っている統合失調症の方
- 【持ち物】 エプロン、三角きん(バンダナ)、手拭きタオル、材料代(500円程度)
- 【申し込み】 問へ

### 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。ぜひご参加ください。
- 【日時】 3月9日(金) 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29年10月～12月生まれの乳児と保護者・妊娠中の方
- 【持ち物】 母子健康手帳

## あなたも

# 「ゲートキーパー」の輪に加わりませんか?

自殺の多くが

「うつ病などの精神疾患」

「身体の病気」「経済的な問題」「過労」など

様々な悩みが重なって、心理的に追い込まれた末の行為と言われ、誰にでも陥るおそれがあります。周囲の人が悩みを抱えた人の存在に気づき、適切にかかわることが自殺の防止につながります。



## 『ゲートキーパー』とは?

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な人につなげ、見守る人のことです。まずは、声をかけることから始めてみませんか。

## 宇陀市では

専門職だけでなく市民一人ひとりが「ゲートキーパー」になっていただけるよう、あらゆる機会を通じてゲートキーパーの養成を推進しています。これまで市職員や民生委員、健康づくり推進員などに対して養成講座を実施してきました。

## 養成講座

ご希望があれば各種団体に  
対してゲートキーパー養成  
講座を行います。ご希望の  
方は問へ





3月1日～8日まで

# 「女性の健康週間」です！

国は、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごせるよう、3月1日から8日までの8日間を「女性の健康週間」と定めています。

市が行う女性に特化した健康づくり事業

- ◆子宮がん・乳がん検診
- ◆骨粗鬆症検診
- ◆上記の病気の予防と早期発見のための講演会や教室



4月1日から各種検診の申し込みが始まります。これからの人生を豊かにするため、検診を受けましょう！

広報うだ4月号にがん検診の案内と申込用紙を折り込みます。お早めにお申し込みください。

## Cooking

うだちゃん11chで2月放映したレシピです。

野菜たっぷりクッキング\*レシピ\*

八宝菜・さばのおろし煮 (4人分)



### 八宝菜

#### [材料]

ブロッコリー…120g、鶏ささみ…50g、塩…少々、えび(中)…4尾、[塩・こしょう・酒・片栗粉…各少々]人参…20g、茹で竹の子…40g、白菜…150g、しいたけ…2個、白ねぎ…1/2本、サラダ油…大さじ2、砂糖…小さじ1、しょう油・酒…各大さじ1、塩…少々、中華スープ…65cc、[片栗粉…大さじ3/4、水…大さじ1.5]

#### [作り方]

- 1 ささみは薄切りにして、塩をまぶし、えびは背わたを取って半分に切り、塩、こしょう、酒をふり、片栗粉をまぶす。
- 2 竹の子は薄切り、白菜はそぎ切り、白ねぎは1.5cm幅の斜め切り、人参は短冊切りにして下茹でする。しいたけは軸を取り4つ割りにする。ブロッコリーは小房に分けて茹で、水気をきっておく。
- 3 フライパンにサラダ油大さじ1を入れてささみを炒めて取り出し、次にえびも同様にする。同じフライパンにサラダ油大さじ1を入れて、竹の子、白菜、白ねぎ、人参、しいたけを炒めたらささみとえびをもどして、砂糖、しょう油、酒、塩、中華スープを入れて煮立てる。

その他のレシピは、ホームページをご覧ください。

- 4 最後にブロッコリーを加えてひと煮立ちさせ、水溶き片栗粉でとろみをつける。

### さばのおろし煮

#### [材料]

さば…400g、小麦粉・サラダ油…各適量、大根…260g、ねぎ…2本、[だし汁…300cc、砂糖…大さじ1、薄口しょう油…大さじ3、みりん…小さじ2]

#### [作り方]

- 1 ねぎは斜め切りにする。大根はすりおろし、軽く水気をきる。
- 2 さばは皮を下にして置き、食べやすい大きさに切り、薄く小麦粉をまぶす。
- 3 フライパンにサラダ油を入れて170～180℃に熱してさばをからりと揚げる。
- 4 鍋にだし汁、砂糖、薄口しょう油、みりんを入れて火にかけ煮汁を作る。
- 5 沸騰したら火を弱めて揚げたさばを入れ、ひと煮立ちさせて大根おろしとねぎを加え、再度煮立てる。

宇陀市 野菜たっぷりクッキング

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)

### 国民年金 学生納付特例 制度を活用ください

20歳以上の方には、国民年金への加入と、保険料納付の義務があります。

しかし、学生については、本人の所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

#### 【対象となる学校】

- 学校教育法による大学・大学院
- 短期大学
- 高等学校
- 高等専門学校
- 専修学校
- 各種学校(修業年限1年以上の課程)
- 一部の海外大学の日本分校
- 夜間・定時制課程・通信制課程

#### 【学生納付特例の承認期間】

4月から翌年3月まで

#### 【手続き】

4月以降に年金手帳、印鑑、学生証、在学証明書等を持参の上、保険年金課または各地域事務所まで  
※承認期間中は、老齢基礎年金などを取得するために必要な期間に算入されます。

#### 【問】桜井年金事務所

(☎0744・42・0033)

#### 【問】保険年金課

(☎82・3672 / IP ☎88・9088)

## 3月中に

### 軽自動車・バイクの廃車手続き、譲渡手続きを

【問】税務課 (☎82・13006 / IP ☎88・9072)

■軽自動車税は4月1日現在の所有者に課税されます

譲渡・解体・盗難・紛失により軽自動車やバイクを所有しなくなった方は、3月中に廃車、譲渡手続きを行ってください。

3月中にこの申告をなされていない場合は、平成30年度も課税されます。必ず手続きを！

※盗難・紛失の場合、警察署への届出が必要です。届出日、受理番号をご確認ください。

※三輪以上の軽自動車は、初度検査年月から起算して13年を経過した翌年度の軽自動車税について、標準税率(新税率)の概ね20%の重課になります。(平成30年度は同17年3月までに新規登録された車両が対象)

■廃車手続きの際には、ナンバープレートが必要です

バイクを廃品回収業者などに回収してもらう場合は、予めナンバープレートを取り外してください。廃品回収業者では、廃車手続の代行をしてもらえない場合があります。各自で廃車手続きをする必要があります。

■転入された方で、軽自動車・バイクを所有の方は、車両の登録変更が必要です

次の車両を所有の方は、左下の手続き場所で登録地(住所)変更の手続きをしてください。

- 他都道府県ナンバープレート(二輪・三輪・四輪車)
- 他市町村ナンバープレートの原動機付自転車(125cc以下)
- 奈良ナンバーで他市町村で登録されている二輪・三輪車など

※提出書類などは事前に各窓口でご確認ください。

※3月末は、届出が集中し混雑します。早期の手続きにご協力をお願いします。

■トラクターなどの農耕作業用の小型特殊自動車は軽自動車税の課税対象です

トラクター、コンバイン、田植機などの農耕作業用小型特殊自動車は課税対象です。購入された場合や、未登録の場合はお手続きください。

なお、農耕作業用の車両については、ご連絡いただければ、税務課職員がご自宅などへ訪問し、手続きすることも可能です。

※農耕作業用の車両に係る軽自動車税については、農業基金として積立てし、農業振興費に充てています。

【持ち物】印鑑、販売証明書(すでに所有されている場合は、メーカー名・型式・車台番号が分かるもの)

#### 【座振替の注意】

軽自動車税を口座振替にて納めていただいている方は、所有されている全ての軽自動車税が指定の口座より引き落としとなり、車両ごとに引落先の口座を設定することはできません。あらかじめご了承ください。

#### 【手続き場所】

原動機付自転車(125cc以下の車両)・小型特殊自動車(農耕作業用含む)  
↓税務課、各地域事務所

軽二輪車(125cc超〜250cc以下)  
↓奈良県軽自動車協会

二輪小型車(250cc超)  
↓近畿運輸局奈良運輸支局

軽自動車(二・四輪)  
↓軽自動車検査協会奈良事務所

(☎050・3816・1845)



## 国民健康保険証を更新します

現在発行している国民健康保険証の有効期限は平成30年3月31日です。保険証の更新にあたり、新しい保険証を確実にお届けするため、3月中旬に世帯主あてで簡易書留にて送付します。  
※保険年金課でお受け取りをご希望の方は、3月8日(木)までにご連絡ください。

## 国民健康保険税に未納がある場合

有効期間の短い保険証または国保資格者証明書を交付し、次回の保険証の更新は来庁での窓口交付となります。

また、これまで納付相談などに応じていたでない方は、保険年金課で納付相談の後、保険証を更新しますので、必ずご来庁ください。

## 就職・退職に際して国保の届出をお忘れなく!

【就職など、職場の健康保険等に加入された場合】  
新たな保険証を持参のうえ、国保の喪失の届け出と国保保険証の返却が必要です。届出がないと引き続き保険税が課税されます。

【退職など、職場の健康保険の資格を失った場合】  
資格喪失日を確認できる書類を添えて速やかに国保への加入手続きをしてください。届出が遅れた場合、その間の医療費は全額自己負担となります。

※国保の届出にはマイナンバーと本人確認書類が必要です。

問 保険年金課  
(☎ 82・3672 / IP ☎ 88・9089)

## 高萩台自転車駐車場をご利用ください

近鉄榛原駅北側の高萩台自転車駐車場では、自転車と250cc以下のバイクの駐車ができます。

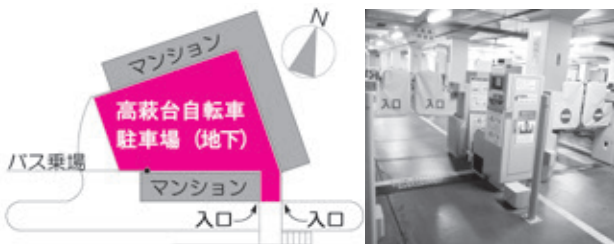
### 【利用料金】

利用区分 自転車等の種類	一時利用 (1日1回)	定期利用 (単位:円)			
		1か月		3か月	
		一般	学生	一般	学生
自転車	150	2,200	2,000	6,300	5,700
原動機付自転車・90cc以下のバイク	230	3,500		10,000	
90cc超～250cc以下のバイク	250	3,800		10,800	

※身体障がい者、生活保護受給者の定期利用は半額です。  
※利用できる時間：午前5時～24時30分

【定期利用】新規の方は、窓口で申し込みください。

受付時間：午前7時～9時、正午～午後1時、5時～8時  
継続の方は、精算機にて更新が可能です。



問 まちづくり推進課 (☎ 82・5624 / IP ☎ 88・9092)  
高萩台自転車駐車場 (☎ 82・5575 上記受付時間に限る)

## 【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

※バス料金は無料

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	→ 8:35 9:15
【2回目】	10:15	→ 10:23	→ 10:26	→ 10:27	→ 10:28	→ 10:50 11:30
【3回目】	13:30	→ 13:38	→ 13:41	→ 13:42	→ 13:43	→ 14:05 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	→ 8:35 9:15
【2回目】	10:15	→ 10:18	→ 10:26	→ 10:27	→ 10:28	→ 10:50 11:30
【3回目】	13:30	→ 13:33	→ 13:41	→ 13:42	→ 13:43	→ 14:05 14:45

※渋滞等により、時間が多少ずれる場合があります。ご了承ください。

## 市営赤人霊苑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】3月21日(水・祝) 【現地滞在時間】40分間

※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)

## 宇陀市営 赤人霊苑 墓地分譲中

お墓をお求めの方は、お気軽にご相談ください。窓口での説明や現地案内をさせていただきます。

【場所】室生ダム湖畔(榛原山辺三)

【申し込み】使用料や区画など詳細は問まで  
詳細はホームページでご覧になれます

問 環境対策課 (☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)



現在、赤人霊苑は台風被害により、榛原山辺三方面からの通行はできません。ご来苑の場合は、室生ダム方面からの通行をお願いします。

宇陀市 赤人霊苑 検索

## 住民票写し等の第三者交付に係る本人通知制度をご存じですか

この制度は、住民票の写しや戸籍謄(抄)本、戸籍の附票などの不正請求・取得を防止するため、第三者からの請求でこれらを交付した時に、本人に通知するものです。通知を希望する方は、事前登録が必要です。

### 【対象】

○宇陀市に住民登録されている方(以前に住民登録をしていて削除されてから5年以内の方を含む)  
○宇陀市に本籍がある方(除かれた戸籍も含む)

### 【登録期間】

登録した日から3年間。満了後は、再度申請が必要

### 【必要書類】

○写真付の公的身分証明書(運転免許証、マイナンバーカードなど)  
写真付でないものは2点(保険証、年金手帳など)  
○法定代理人の場合は、戸籍謄本や資格を証明するもの(宇陀市に本籍があり、法定代理人の資格が確認できる場合は不要)

※委任状による代理人申請や郵送申請の場合も、本人確認書類の写しが必要です。

なお、この制度は交付の事実(発行書類や通数など)を通知するもので、交付を受けた第三者の氏名、住所等は通知しません。また、住民票の写し等交付の可否を事前に本人に確認する制度ではありません。

### 問 市民課

(☎ 82・2143 / IP ☎ 88・9076)

## マイナンバー(個人番号)

持って便利!  
マイナンバー  
カード



マイナンバーの記載が必要な手続きの際には、2つの確認が必要!  
**番号確認**…通知カードまたは個人番号付きの住民票  
**本人確認**…運転免許証またはパスポートなど  
顔写真が無いものは2種類以上の本人を確認できるものが必要  
(例:国民健康保険被保険者証と年金手帳 など)

マイナンバーカードがあれば、  
そのカード1枚で番号確認と本人確認ができます!

問 市民課 (☎ 82・2143 / IP ☎ 88・9076)

## Jアラートの全国一斉試験放送を実施

『Jアラート』は、地震や武力攻撃などの災害時に、国からの緊急情報を人工衛星などを活用して情報伝達される全国瞬時警報システムです。

この試験放送は機器の起動確認を行うためのもので、住民の反響調査や避難行動を伴うものではありません。

防災行政無線(屋外スピーカー・屋内受信機)を使用し、緊急一斉放送として、最大音量で放送します。

### 【実施日時】

- ① 3月14日(水) 午前11時
- ② 3月28日(水) 午後2時

### 【試験放送内容】

チャイム↓これは、Jアラートのテストです(3回)↓「こちららほ、ぼっさい宇陀市役所です」  
↓チャイム

### 問 危機管理課

(☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070)



## 確定申告 市県民税申告の受付は 3月15日(木)まで

受付場所	受付期間
市役所 (4階大会議室)	3月7日(水)～15日(木) ※土・日曜日を除く
菟田野地域事務所	3月1日(木)～2日(金)
室生地域事務所	3月5日(月)～6日(火)

※受付はすべて午前9時～午後4時30分です。

### 各会場での受付期間が変わっています

今年度より申告相談は、市役所と各地域事務所を巡回して行います。各地域事務所での受付期間中は市役所での受付は行いませんのでご注意ください。

問 税務課 (☎ 82・1306 / IP ☎ 88・9072)

## 福祉 Welfare

### 特別弔慰金の請求期限が近づいています

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日現在で、公務扶助料等の受給者がいない場合、額面25万円、5年償還の記名国債を支給します。

### 【請求期限】

平成30年4月2日(月)

※請求期限を過ぎると、法律の規定により弔慰金を受ける権利が消滅します。ご注意ください。

### 【対象】 次の順位で上位の一人

1. 弔慰金の受給権者
2. 戦没者等の子
3. 戦没者等の死亡時生計関係を有し戦没者死亡後氏を改めていない①父母②孫③祖母④兄弟姉妹
4. 上記3以外の ①父母 ②孫 ③祖母 ④兄弟姉妹
5. 上記1～4以外で、戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた三親等内の親族

問 厚生保護課  
(☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)



県立橿原考古学研究所  
室生埋蔵文化財整理収蔵セン  
ター第9回 宇陀文化財講座

県立橿原考古学研究所では、  
県東部・南部地域の文化遺産を  
紹介する催しとして、定期的に  
公開講座を開催しています。

〔日時〕 3月24日(土) 午後1時  
～3時

〔場所〕 室生埋蔵文化財整理収蔵セ  
ンター(室生大野 旧室生高校)

〔演題・講師〕

「石仏と遣唐使  
―飯降・石位寺像を中心に―」  
竹下 蘭子氏(県地域振興部文  
化資源活用課 学芸員)

「古墳時代の甲冑と宇陀地域」

吉村和昭氏(県立橿原考古学  
研究所附属博物館 学芸係長)

〔展示〕 宇陀地域の仏教遺跡や  
古墳、出土の写真など

〔定員〕 90名(先着順)

問 県立橿原考古学研究所  
(☎0744・24・1101)



▲市内で出土した短甲

## 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)

3月10日(土) 10:30～ 場所:カエデの郷ひらら

〔宇陀市立大宇陀図書館〕

★おはなし会(約60分)

3月3日(土) 10:30～ 場所:和室(2F)

★映画会(約25分)『さんまのおふだ』ほか

3月10日(土) 10:30～ 場所:研修室(1F)

■3月の休館日(再開準備のため臨時休館します)

中央図書館:3月6・13～31日

大宇陀図書館:3月6・13～21・27日

中央図書館 ☎82・4749/IP 88・9110

大宇陀図書館 ☎83・0976

大規模改修終了 中央図書館 4/1  
榛原総合センターで再オープン

## 全国図書館を使った調べる 学習コンクールで入選!

昨年、図書館で初開催した  
「第1回宇陀市図書館を使った  
調べる学習コンクール」の優秀  
作品が、見事全国コンクールで  
佳作に入選しました。

3月9日には榛原東小学校で  
賞状が渡されました。

▶岩竹美侑さん(3年)  
西田雄紀さん(3年)



## 3月の文化会館だより

かぎろひホールの催し(2月14日現在)

日	曜日	催し物案内	主催者	時間	対象
4	日	宇陀市男女共同参画集会 『大切な人の「想い」とともに』 ～112日間のママ 講師 清水 健	宇陀市 宇陀市教育 委員会	開場 13:00 開演 13:30	一般 (無料)
5	月	大宇陀中学校 3年生を送る会	大宇陀中学校 大宇陀中育友会	開演 13:10	生徒 保護者
17	土	日本を楽しく学ぼう 「古事記から日本を学ぼう」 講師 竹田恒泰	奈良竹田研究会 宇陀の歴史と 神話を考える会	開場 12:30 開演 13:00	一般(有料) 学生無料 (学生証提示)
25	日	ささなぎコーラス コンサート	ささなぎ コーラス	開場 13:00 開演 13:30	一般 (無料)
4/1	日	山本好文歌謡教室練習会	山本歌謡教室	開催 9:00 ～16:00	一般 (無料)

展示ホールの催し

■文化会館 文化教室受講生 作品展

【展示期間】開催中～3月12日(月)まで  
文化会館で開講している陶芸教室と絵手紙教室  
受講生の作品を展示しています

文化教室の受講生を募集

【申し込み】3月10日(土)～24日(土)

文化会館へ直接申し込み

※申し込み多数の場合は抽選

【受付時間】午前9時～午後5時

(火曜日 休館日を除く)

教室名	開催日	月額受講料	定員	講師	内容
絵手紙 教室	毎月第3木曜日 午後1時～3時	1,000円 教材費:6,000円/年	20名	村上里美氏	墨筆で輪郭を描き、色をつけ、 心を添えたお便りを描く
陶芸教室	毎月第1・3日曜日 午前9時～正午	1,500円/回 教材費:6,000円/年	15名	野口 彰氏 (赤膚焼き 陶芸家)	陶芸の基本を身につけ、オリ ジナルの焼物作りに挑戦する
ヨガ教室	Aコース:毎月第1・3月曜日 Bコース:毎月第2・4月曜日 いずれも午後1時30分～3時	1,000円/回	各15名	大澤一榮氏	ヨガを通して、心身ともに健 康な身体づくりを目指す
フラダンス 教室	毎月第2・4木曜日 午前10時30分～正午	1,000円/回	10名	近藤智榮氏	ゆったりとした音楽に心も身体 もリフレッシュ。心身ともに健 康的な身体づくりを目指す

3月の休館日(6・13・20・21・27日)

問 宇陀市文化会館(☎83・0977)

# カラダ ヨロコブ

ウダ市  
シナプス

いずれも通院中・治療中の方、  
75歳以上の方は、  
必ず事前にご相談ください

健康  
事業

## 脳と身体のいきいき運動教室

脳を活性化する「シナプロジー」と、ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動など、健康づくりのために必要な運動をバランスよく行います。

- 【実施日】4月～平成31年3月の毎木曜日（月3～4回）
- 【時間】14:30～16:00 【対象】20歳以上の市内在住の方
- 【場所】総合体育館 【定員】40名程度（先着順）
- 【講師】井上明美氏（健康運動指導士・シナプロジーインストラクター）
- 【受講料】1,500円～2,000円/月
- 【申し込み】3月9日（金）から問へ

問 中央保健センター（☎92・5220/IP ☎88・9175）



健康  
事業

## メンズ貯筋教室

筋力・バランス・有酸素運動・脳トレなどの様々なトレーニングにより、男性に多い内臓脂肪蓄積による肥満や生活習慣病を予防するための教室です。

- 【実施日】4月～平成31年3月の第1・3・5水曜日
- 【時間】13:30～15:00
- 【対象】40～75歳の市内在住の男性
- 【場所】室生福祉保健交流センター

随時受付

問 中央保健センター（☎92・5220/IP ☎88・9175）



健康  
事業

## 大人のための運動教室

音楽に合わせた体操や、ゆったりとしたストレッチ、たっぷり汗をかく有酸素運動など身体を痛めることの少ない効果的な教室を取り揃えています。

始めようと思った時がチャンス！  
あなたにピッタリの教室を見つけてください。

随時受付

- 【対象】20歳以上の市内在住の方 【場所】総合体育館・室内温水プール

		時間	月	火	水	木	金	土	受講料 (月4回)	保険料 (年間)
大人のための運動教室	アクアエクササイズ ※10～3月（プール内）	13:30 ～14:15	○						800円/回	1,850円 (希望者のみ)
	膝腰機能改善 ウォーキング(プール内)	13:30 ～14:15			○					
	健康エクササイズ ※4～9月のみ	13:15 ～14:15	○					2,000円		
	エアロビクス	13:15 ～14:15				○				
	ピラティス	14:30 ～15:30				○				
	リラックス・ヨガ	13:15 ～14:15				○				

問 室内温水プール（☎82・2200/IP ☎88・9106）※火曜日休館（祝日の場合、翌日が休館）



▲リラックス・ヨガ



▲膝腰機能改善ウォーキング



# 宇陀市室内温水プール プール教室受講生募集

(アクア・グリーン榛原)

☎室内温水プール (☎ 82・2200/IP ☎ 88・9106)

	時間	月	火	水	木	金	土	受講料 (月4回)	保険料 (年間)
成人コース	11:00 ~12:00	○			○		○	5,040 円	1,850 円
幼児~生徒コース	15:30 ~16:30	○		○	○	○		4,620 円	800 円
幼児~生徒コース	16:30 ~17:30	○	休館日	○	○	○			
児童・生徒コース	17:30 ~18:30	○		○	○	○			
選手コース ※コーチ推薦者のみ	18:30~20:00 木曜のみ17:30~	○		○	○	○		8,500 円 1万円(高校)	800 円 1,850 円(高校)
水中エアロビクス	19:00 ~20:00				○			6,300 円	1,850 円

【無料体験】各教室、1回限り  
(要事前申し込み)

随時受付

※受付後、翌月から受講開始  
となります。

※プール教室は、毎週決めて  
いただいた曜日・時間の受講  
となります。

機器修繕のため プールを臨時休館します

ご迷惑をおかけしますがご理解、ご協力をお願いします。  
休館中テニスコートについては午後5時まで営業します。

受付はプール窓口で

【日時】3月29日(木)~31日(土)



▲水中エアロビクス

## 春の全国火災予防運動

3月1日(木)~7日(水)

火の用心 ことばを形に 習慣に

(全国統一防火標語)

空気が乾燥し、火災の増加が予想されるこの時季を迎えるにあたり全国一斉に火災予防運動が実施されます。

みなさんの注意や声かけなどにより、火災ゼロ、火災による死傷者ゼロのまちづくりを進めましょう!

### ◎住宅防火 命を守る 4つの対策

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を!
- ②寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐために防災品を!
- ③火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を!
- ④お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近との協力体制を!



### 市役所ふるさとテラスで 防火ポスター展開催!!

3月9日(金)まで、市内小学4年生から応募いただいた作品を多数展示します。

☎奈良県広域消防組合 宇陀消防署  
予防課 (☎ 82・3199)

「人権を確かめあう日」  
市民の集いを開催

Event&Others  
イベント・その他

奈良県では、毎月11日を「人権を確かめあう日」として、お互いの人権について話し合い、確かめあう日として、様々な啓発活動を行っています。その一環として、毎年4月11日に「人権を確かめあう日」一斉集会を県内各地で行っています。  
宇陀市でも、市民一人ひとりの尊厳が大切にされ、心豊かに暮らすことができる地域社会の実現に向けて、「人権を確かめあう日」市民の集いを開催します。  
様々な視点から、お互いの人権を確かめ合う機会としたいと考えています。みなさんご参加ください。

【日時】4月11日(水) 午後1時30分~3時30分

【場所】榛原総合センター(榛原萩原)  
【その他】手話通訳・要約筆記・無料託児あり

☎人権推進課  
☎ 82・2147/IP ☎ 88・9077

**職員募集**

**■公営住宅課 (臨時職員)**

- ①事務員 1名
- ②家賃徴収員 1名
- ③修繕作業員 1名

**【職務内容】**

- ①庶務、電話応対等
- ②市営住宅家賃の徴収および庶務
- ③市営住宅の簡易な修繕作業

**【勤務場所】** 市役所内

**【要件】** いずれも63歳未満でワード・エクセル(初級程度)が使える人

③については、日曜大工程度の作業もできる人

**【雇用期間】** 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

**【勤務時間】** 午前8時30分～午後5時15分(休憩1時間)

**【時給】** 840円

**【申し込み】** 3月19日(月)までに、履歴書を提出

**問 公営住宅課**

(☎82・5642 / IP ☎88・9096)

**■生涯学習課**

室内温水プール・総合体育館

事務員(臨時職員)

**【募集人員】** 若干名

**【職務内容】** 施設利用の受付業務

**【要件】** 63歳未満で週3・4日(土・日・祝日含む)勤務可能な人 ※高校生以下不可

**【雇用期間】** 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

(☎85・2500)

**【勤務時間】** 午前8時30分～午後8時30分までのシフト制

**【休日】** 毎週火曜日(祝日の場合、翌日休館) 年末年始

**【時給】** 840円(昼間) 880円(夜間)

**【申し込み】** 3月19日(月)までに履歴書を提出

**問 総合体育館**

(☎82・6561 / IP ☎82・0511)

**■医療介護あんしんセンター**

専門員(臨時職員)

**【募集人員】** 2名

**【職務内容】** 介護予防ケアマネジメントおよび地域包括支援センターに関わる業務

**【勤務場所】** 医療介護あんしんセンター

**【要件】** 次の要件のいずれかに該当する65歳未満の人

- 保健師 ○社会福祉士
- 介護支援専門員

**【雇用期間】** 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

**【勤務時間】** 午前8時30分～午後5時15分(休憩1時間)

**【休日】** 土・日・祝日

**【申し込み】** 3月15日(木)までに履歴書を持参

**問 医療介護あんしんセンター**

(☎85・2500)

**■宇陀衛生一部事務組合 (臨時職員)**

事務員 1名

**【職務内容】** パソコンの入力作業、書類の整理、電話対応など

**【勤務場所】** 宇陀衛生センター(大宇陀和田)

**【要件】** 63歳未満でワード・エクセル(中級程度)が使える人

**【雇用期間】** 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

**【勤務時間】** 午前8時30分～午後5時15分(休憩1時間)

**【休日】** 土・日・祝日

**【申し込み】** 3月20日(火)までに履歴書を提出

**問 宇陀衛生一部事務組合(宇陀衛生センター)**

(☎84・2337 / IP ☎88・9197)

**■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

**【勤務体制】** 日勤・夜勤など相

談に応じます

**【申し込み】** 履歴書・資格証明書の写しを提出

※随時募集中

**問 さんとぴあ榛原**

(☎85・2525 / IP ☎88・9065)

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





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]	3月7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)
	3月14日(水)		室生振興センター	
	3月15日(木)		大宇陀人権交流センター	
	3月22日(木)		宇陀市役所(212会議室)	
人権相談	3月14日(水)	9:00~12:00	室生振興センター	人権推進課 (☎82・2147 / IP ☎88・9077)
	3月15日(木)		大宇陀人権交流センター	
消費生活相談窓口 [予約不要]	3月1日・5日・8日・12日・15日・19日・22日・26日・29日 (各月・木曜日)	13:00~16:00	宇陀市役所 (213会議室) ※1日のみ212会議室	商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)
こころの健康相談 [要予約]	3月20日(火)	13:30~16:30	宇陀市役所	介護福祉課 (☎82・3675 / IP ☎88・9088) 中央保健センター (☎92・5220 / IP ☎88・9175)
DV相談 [要予約]	3月28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]	3月7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)
	3月14日(水)		室生振興センター	
	3月15日(木)		大宇陀人権交流センター	
	3月26日(月)		農林会館 ※榛原総合センターの改修工事に伴い場所を変更しています。	
若者自立のための 無料相談 [要予約]	3月13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)	【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]	3月16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]	3月14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]	3月1日・15日 (各木曜日)	10:00~16:00	宇陀市役所 (211会議室)	こども未来課 (☎82・2236 / IP ☎88・9080)

■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。



消費生活相談  
窓口開設!

### 個人情報流失に便乗した詐欺商法にご注意!!

公的機関を名乗って、個人情報を聞き出したり、『流失した個人情報を削除してあげる』と、不審な電話やメールがあるとの相談が寄せられています。  
いったん世に流れ出た個人情報は削除できません!  
詐欺グループは、世間の話題性によって、いろいろな詐

欺の手口を考えます。消費者も常に情報のアンテナを立て、最新の詐欺情報に敏感になりましょう。  
困った時には気軽にご相談を!!

市役所で月・木曜日の午後に相談室を開設しています

問 商工観光課 (☎82・2457 / IP ☎88・9081)

▶場所 菟田野分館 いきいきホール

▶入場料 無料

問 宇陀市文化協会芸能部  
萩野方 (☎ 82・0080)

### ■うだ・アニマルパークから

▶日時・内容 【3月開催】

4日(日) ピザ作り体験

18日(日) ミニ盆栽作り体験

21日(水・祝) 春色フェスタ2018

27日(火)～28日(水) スプリ  
ングスクール(野鳥を観察しよう)

▶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)

## その他

### ■室生漁業協同組合

「あまご解禁」情報

室生漁業協同組合では、あまご  
(成魚) 300kgを放流予定です。

▶解禁日 3月11日(日)

午前5時～

▶漁区 室生田口地区

(宇野川橋より上流)

▶遊漁券 5,000円(年券のみ)

▶追加放流 3月24日(土) 予定

問 田口地区役員 田中方

(☎ 090・1134・6411)

### ■新春綱引き大会の結果

1月28日総合体育館において開  
催し、6チームが参加しました。

結果は次のとおりです。

▶一般の部

優勝：綱引いちゃうぞ！A

### ■自衛官募集

	資格	受付	試験期日
一般幹部 候補生	大卒 程度 22歳以上26歳未満 (20歳以上22歳未満は大 卒(見込含)、修士課程終 了者等(見込含)は28歳 未満)	5月1日 まで	1次 5/12・13 (13は飛行要員のみ) 2次 6/12～15 3次 (海・空飛行要員のみ) 海 7/9～13 空 7/14～8/2
	院卒者 修士課程終了者等(見込含) で、20歳以上28歳未満		
一般曹 候補生	18歳以上27歳未満		1次 5/26 2次 6/27～7/2

問 自衛隊天理募集案内所 (☎ 0743・63・2540)

ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/nara>

準優勝：綱引いちゃうぞ！B

3位：市立病院クラブ

▶小学生の部

優勝：宇陀サイクルレーシング A

問 市綱引連盟事務局 藤田方

(☎ 82・3581)

### ■福祉の就職総合フェア2018開催

▶日時 3月17日(土)

午前10時30分～午後3時30分

▶場所 榎原ロイヤルホテル2階

▶内容 福祉・介護職場の合同求人  
説明会です。

・福祉の仕事内容や業界の展望  
が分かる「業界研究セミナー」(要  
予約)、福祉施設・事業所等との  
面談コーナー、福祉の仕事相談  
コーナー、資格相談コーナー等

▶対象 平成31年3月卒業予定の  
大学・短大・専門学校生等で福祉  
職場に就職希望の方、福祉の仕事

に就職または転職希望の方、福祉  
の仕事に関心のある方

▶その他 事前申込不要。参加費・  
履歴書などは不要。キッズルーム  
(要予約・無料)

問 奈良県福祉人材センター

(☎ 0744・29・0160)

### ■「遺言の日」記念無料法律相談

▶日時 4月13日(金) 午前10時  
～正午・午後1時～3時

▶場所 奈良弁護士会(奈良市中筋  
町22番地の1)

▶相談時間 1人30分間 先着8名

▶予約受付 4月2日(月)～12  
日(木)までに問へ(午前9時  
30分～午後5時)

問 奈良弁護士会

(☎ 0742・22・2035)

### ■東京空襲犠牲者名簿を作成

東京都では、東京空襲で犠牲と  
なった方々を追悼し平和を願うた  
め「東京空襲犠牲者名簿」を作成  
しています。名簿への登載は、遺  
族および関係者などの申し出に基  
づき行います。お心当たりのある  
方は問へ。詳しくは、ホームペ  
ージをご覧ください。

問 東京都生活文化局文化振興部文化事  
業課 (☎ 03・5388・3141)

### 市民課 窓口業務のご案内

◆毎月第2・4土曜日

◇午前8:30～正午

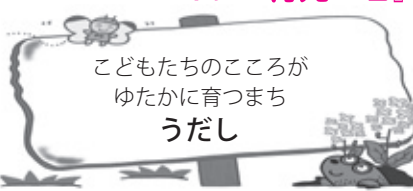
3月は10日・24日です。

全国のコンビニで住民票などが  
取得できるコンビニ交付サー  
ビス開始に伴い、4月から土曜窓  
口は終了させていただきます

コンビニ交付も  
利用してね



### 毎月19日は「うだ育児の日」



問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP☎ 88・9080)

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

## B型肝炎訴訟 (給付金請求)について

## 無料個別相談会

弁護士法人 弁護士 奥庭 一(あいば こういち) 東京弁護士会所属 登録番号 35029  
プレシャス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 榎ビル6-A 【営業時間】平日 9:00～18:00

TEL 03-5363-6333

FAX 03-5363-6334

E-mail: info@precious-law.jp

http://precious-law.jp/

3/30(金) 大和郡山市民交流館 小会議室

3/31(土) 天理市 男女共同参画プラザ 2階小会議室

4/1(日) 奈良県文化会館 集会室C

対象者

昭和16年7月2日～

昭和63年1月27日生まれ

※ご遺族の方も  
給付金請求でき  
ます

給付金

50万円～

3,600万円

※病態に応じて  
給付金等の内  
容が異なります

完全予約制

0120-013-621

〈ご予約受付時間〉

平日 9:00～18:00

個別相談なので、他の方と顔を  
合わせることはありません。

弁護士費用

着手金・相談料 無料

成功報酬制

※訴訟費用別途

無料電話相談も

同時受付中! お気軽にお電話下さい。



# 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

### ■宇陀市民農園(花とみどりのクラブ) 平成30年度新規会員募集

緑の山里に囲まれた榛原澤地区で、自然に親しみながら安全で新鮮な野菜や花などを作り、収穫の喜びを味わいませんか。

鳥獣害防護柵、散水用水道、トイレ完備。

- ▶募集 20～100㎡(10区画)
  - ▶使用料 10㎡あたり1か月160円
  - ▶入会料 無料
  - ▶募集受付 3月1日(木)～
- 問 竹内方 (☎ 82・2654)

### ■町家で至福のカフェスイーツ婚活 参加者募集♪

- ▶日時 3月25日(日) 午前11時～午後3時30分
- ▶場所 まちなみギャラリー石景庵
- ▶内容 プロから教わるコーヒーセミナー、町家のカフェランチ
- ▶対象 20代～40代の独身男女
- ▶申し込み 3月24日(土)まで 詳しくは、HPをご覧ください。

問 大和棟古民家 JINYA 冠方 (☎ 090・1245・2704)

### ■第7回 ピアノ体験 春の3日間 楽譜ってなに？音符って？

- ▶日時 3月26日(月)～28日(水) 午前11時～正午
- ▶場所 自宅(榛原西小学校前)
- ▶参加費 無料▶持ち物 筆記用具

問 東方 (☎ 82・2988 / 090・7110・2402)

## 催し

### ■第12回 リコーダー・フルート・オカリナ コンサート開催!

マーガレット(リコーダー・フルート・オカリナを楽しむ会)は日頃の練習成果を聴いていただき、講師 松岡徳郎氏(フルート・オカ

- リナ奏者)による演奏も行います。
  - ▶日時 3月24日(土) 午前10時開場 10時30分開演
  - ▶場所 大和富士ホール
  - ▶曲目 マタイ受難曲よりアリア 365日の紙飛行機 他
  - ▶その他 会員も募集しています。
- 問 マーガレット佐伯方 (☎ 82・2160)

### ■ささなきコーラス コンサート 多数の参加をお待ちしています。

- ▶日時 3月25日(日) 午後1時開場 1時30分開演
  - ▶場所 文化会館かぎろひホール
  - ▶内容 【曲目】わらべ歌、童謡、いい日旅立ち、晴れたらいいね 他 【指揮】堂下操子 【ピアノ】衣笠まゆ 【ゲスト】みどりの丘児童合唱団
  - ▶その他 団員も募集しています。
- 問 吉川方 (☎ 82・3544)

### ■大亀和尚民芸館 春期展(無料)

- ▶日時 3月25日(日)～6月3日(日) 午前10時～午後4時(月曜休館)
  - ▶場所 大亀和尚民芸館(大字陀迫間)
  - ▶内容 ・昔なつかしい“綿つむぎ”の実演(土曜日のみ) ・宇陀地区の民具や松山小唄の楽譜等なつかしい品々
- 問 大亀和尚民芸館 (☎ 83・3867)

### ■芸能発表会スプリング in 菟田野

今回は菟田野地区で発表会を開催します。ぜひお越しください。

▶日時 3月31日(土) 午後1時30分～3時30分

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

**生活応援隊**

身近な方に頼みづらい ちよとしたことを お手伝いします。

日常のお困り事 15分程度

500円程度

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。

- 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
- 金 お子様(小学生以下)無料入浴デー

木曜定休(4・8月を除く)

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

お湯じまん! 天然源泉 極めの湯ピュウ

あきののゆでは温泉源泉地ポンプ故障のため、利用料金を変更し、水道水での営業を行っております。3月上旬ころの復旧を予定しておりますので、温泉のご利用を楽しみにされているみなさまには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。左下のクーポン券については、復旧後からご利用ください。

～工事に関するお問い合わせ～

健康増進課 (☎ 82・3692 / IP ☎ 88・9087)

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

エピローグ

『万葉集』は、日本に現存する最古の歌集で、約一四〇〇年〜一三〇〇年前の歌、四五一六首が収められ、貴族・歌人の大伴家持(おおもものやかもち)が編纂したという説が有力です。

この『万葉集』の最後には、次のような大伴家持の歌が収められています。

新(あらた)しき年の始めの

初春の 今日降る雪の いや重け吉事

(いやしげよこと)

(『万葉集』 卷二〇・四五一六)

この歌は、天平宝字(てんぴょうほうじ)三年(七五九)の春正月一日、因幡(いなば・現在の鳥取県東部)の国庁で詠んだものです。「新しい年の始め、正月の今日、めでたく降り積もる雪のように、もっともっと吉事(幸福)が重なれ」と、新年に降り積もった雪に、めでたい兆しを託しています。

この歌は、新年の吉祥歌(めでたい歌)というばかりではなく、『万葉集』結びの歌としても知られ、秀歌のひとつともなっています。万葉集編纂の最大の功労者である家持の歌を特に選んで、最後を飾ることとしたのでしょう。

(斎藤茂吉『万葉秀歌』下巻 岩波書店)

現在、奈良県内各所では、「記紀・万葉プロジェクト」が展開されています。二〇一二年の『古事記』完成

一三〇〇年」から二〇二〇年の『日本書紀』完成一三〇〇年」というふたつの節目の年をつなぐ九年間にわたるプロジェクトです。現代と古代、古代と未来、そして、一人ひとりが楽しみながら、歴史とのつながりを実感する取り組みです。

宇陀市内にも「記紀・万葉」に関係した多くの歴史的な素材があります。これらが今後私たちの暮らしのなかで伝えられ、活用されていくことを願いつつ、今回をもって、この連載をひとつの区切りとさせていただきます。

今は弥生、三月。新年ではありませんが、新しい年度がみなさんにとつて「いや重け吉事」となりますように。



雪景色

文・柳澤一宏(文化財課)

人権 ナー

アンガーマネジメントについて②

先月号でもお話した「アンガーマネジメント」、今回は「怒らないですむ方法」を中心にお話します。

その方法の一つとして、怒りの内容を記録し、その背景にある自らが考える、「すべき」【例：時間を守るべき】の詳しい内容を書き出していきます。【約束の15分前に到着】なら「許せる」、「3分前」なら「まあ許せる」、「1分でも遅刻」は「許せない」というように分類すると、自分の隠れた信念や価値観を知ることができます。同じ「べき」でも人によってその解釈は違うので、自分や他人が、これからも納得できる健全な「べき」であるか見直します。柔軟な発想で【2分遅刻】ぐらいなら「まあ許せる」と思える部分をもっと広げられないか、見つめ直すことで、重要でない部分に気づくことができ、怒る必要はなくなり、心の器を大きくできます。

そして、無駄なイライラを避けるには、自分の心の持ち方を変えるもの一つです。例えば「理想を追い求め過ぎない」「普段から笑顔で過ごし、怒りをプラス

に変え、奮起する」「異なる考えを持つ人を認める」などが大切です。

しかし、時には上手に怒ることも必要で、相手を責めるのではなく、自分を主語にして希望を正確に伝えることが大切です。また、過去を持ち出さず、今、起きている事実をもとに、低いトーンでゆっくり話し、相手に伝えるのがいいようです。さらに、本や映画、音楽など多様な文化に触れたり、異なる職業や地域の人と話したりすると、視野が広がり、豊富な語彙で自分の気持ちを表せます。

このように相手の立場に立つて考え、相手を傷つけず、自分も傷つけないように心がけると、上手に怒り、感情をコントロールできるようになります。社会全体でそんな人々が増えれば、様々な問題の背景にある怒りの連鎖を断ち切ることにつながれるのではないのでしょうか。

※協力…一般社団法人日本アンガーマネジメント協会





時	1日~20日	21日~末日	番組内容	1日~10日	11日~20日	21日~末日
6	まちの話題 ホットニュース		ホットニュース	○かき餅作り(おおうだ南部地域まち協) ○地域包括ケアシステム推進講演会	○かぎろひ短歌入賞作品展 ○軽スポーツ大会(室生地区まち協)	○第13回市町村対抗子ども駅伝大会 ○宇陀市男女共同参画集会
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		(野菜たっぷり)クッキング	-	-	・かわいいの野菜あんかけ ・昆布ときのこのさっと煮
8	ストレッチ/タオル体操 お知らせ(音声付き静止画)		まちの話題	○墨坂神社「豆まき」 ○大宇陀野依 白山神社「豆焼き」 ○菟田野古市場・松井初えびす	○はいばら初えびす ○宇陀初えびす	○きのこ栽培技術研修会 ○菟田野小と天理大学国際参加プロジェクトの学生との交流
9	まちの話題 ホットニュース		サイエンスA	ザ・メイキング：レトルト食品(カレー)メンデレーエフの奇妙な棚：チタン	ザ・メイキング：食品サンプルメンデレーエフの奇妙な棚：リチウム	ザ・メイキング：消火器メンデレーエフの奇妙な棚：水銀
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)		サイエンスB	偉人たちの夢：ジメンス	偉人たちの夢：メアリー・アニング	偉人たちの夢：ウイリアム・ハーヴィ
11	サイエンスチャンネル A お天気カメラ		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
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 B					
3	サイエンスチャンネル A					
4	お知らせ(静止画)					
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 B					
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)					

Hello my friends

From: キキ (大宇陀中・菟田野中)



みなさんこんにちは！  
 この町が大好きです(^^)v  
 みなさんがこの広報を読んでいる頃、私は宇陀市にいないはず。3年間のALT(外国語指導助手)を終えるので、今回が最後のメッセージとなりました。  
 宇陀市での生活は、私に多くの素晴らしい経験をさせてくれました。私を歓迎してくれた方、助けてくれた方、話しかけてくれた方、毎日笑顔を見せてくれた方、宇陀市の方々には心から感謝しています。ここで過ごした幸せな時間を忘れません。これからも頑張りますので、心配しないでくださいね。  
 英語でのあいさつ「This isn't a "goodbye", it's only a "see you later"」これは「さよなら」ではなく「またね！」です。また会える日を願っています。  
 みなさん、今まで読んでくれてありがとうございました。またね！



平成30年2月1日現在  
 ※( )内は前月比

総数	31,067人 (-95)
男	14,857人 (-31)
女	16,210人 (-64)
世帯数	13,024世帯 (-40)

▼これからも「広報うだ」では、身近な問題と市が重点的に取り組んでいることなどいろいろな情報をお伝えします。市民のみなさんに関心を持ってもらえる紙面作りをしていきたいと思っております。

「広報うだ12月号」が全国広報コンクールの奈良県代表に選ばれました。このことを特集で取材した服部さんに報告すると、大変喜んでくださり、また広報紙に掲載されたことで、外出先で知らない方から「頑張ってください」と「広報紙を読んでください」と「私も頑張ります」と「私も声をかけられたそうです。」など声をかけられたそうです。▼「私も声をかけてもらい、元気をもらいました」と喜び服部さん。編集者の私たちも、市民のみなさんの声を聞くことができ、広報紙を作るパワーとなりました。



ウッピー編集員が、時どきの想いを綴ります

みわのみこみむすひめじんじゃ  
**神御子美牟須比命神社**  
 (菟田野大神)



「三輪の奥宮」と称され、嘉平5年(893)に大神社(桜井市三輪)の分霊を遷し祀られたことが由緒となっています。またこのことから地名も大神といわれるようになったとも伝えられています。

毎年、この神社から4月の大神神社の鎮花祭には百合根、夏には氏子が収穫した小豆が、また6月の大神神社撰社である率川神社(いざかわじんじゃ・奈良市)の三枝祭にはササユリが奉納されており、現在も大神神社との関わりは深いものとなっています。

昔は社殿がなく、後方の山を御神体として拝んだといわれ、境内から続く山道の先にある奥宮社、道中にあるいくつかの祠などはその名残を残しています。

境内は、大神集落を西方に望む高台にあり、ここから望む美しい農村風景は、心に安らぎを与えてくれます。

▶集落の入り口には、大神神社宮司の名とともに「三輪明神 御神縁社 式内神御子美牟須比命神社」と彫られた道標

**DREAM ~夢があるから強くなる~ 元プロスポーツ選手が夢を語る夢先生に!!**  
**全小学校で JFA こころのプロジェクト「夢の教室」を実施**



7月~12月にかけて、市内の小学校5年生全クラスを対象に「JFA こころのプロジェクト『夢の教室』」を実施しました。これは、日本や世界の舞台上で活躍した元スポーツ選手が「夢先生」として教壇に立ち、「夢を持つことの大切さ」を生徒たちに直接伝える事業です。



▲新井 周先生 (元卓球選手)  
 「夢を叶えるには感謝の気持ちをわすれないこと」



▲藤村 智美先生 (元サッカー選手)  
 「自分の力を信じて、好きなことに向かってほしい」

前半は、みんなで運動をしながら協調性の大切さを、後半は教室で、成功や挫折を繰り返しながらも夢に向かって進んでいくことの大切さ、すばらしさをわかりやすく教えてくれました。

また、生徒たちは「ぜひ夢を実現させてください」と励ましの言葉をうけ、最後に記念写真を撮ったあと、夢先生と握手をしたり、抱き合ったりして、楽しく授業を終えました。



▲富平 辰文先生  
 (元プロキックボクサー)  
 「夢はだまっていなくて話すことで、応援やアドバイスがもらえる」



▲大山 峻護先生  
 (元総合格闘技選手)  
 「失敗も自分の宝になる」



▲新井 麻衣先生  
 (元プロゴルファー)  
 「夢は必ず出会う。出会ったら全力で行動をすること」