

9月 番組表



自主放送スタジオ (☎/ IP ☎ 82・2497)

※4月より市内の企業を紹介する新番組「宇陀の気になる企業」を「まちの話」の後に放送しています！
※番組内容および、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	番組内容
6	まちの話 ホットニュース
7	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
8	お知らせ(音声付) からだほぐしストレッチ
9	まちの話 ホットニュース
10	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
11	お知らせ(音声付) うきうきダンス
0	まちの話 ホットニュース
1	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
2	お知らせ(音声付) ウェルネスうだ体操
3	お知らせ(静止画)
4	いきいき菌ッピー体操
5	お知らせ(静止画) お知らせ(音声付)
6	まちの話 ホットニュース
7	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
8	うきうきダンス ウェルネスうだ体操
9	まちの話 ホットニュース
10	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
11	まちの話 ホットニュース
0	宇陀市政なう お知らせ(静止画)

番組内容	1日~10日	11日~20日	21日~末日
ホットニュース	○宇陀市・奈良東病院グループ 吐山学園連携事業外国人 留学生採用式典 ○包括連携に関する協定 締結式	○地域商社に関する シンポジウム ○宇陀市内の風景 夏(大宇陀・菟田野)	○宇陀市内の風景 夏(榛原・室生)
宇陀市政なう	市の取り組みや行政情報		
	○うだしなかよし献立 ○野菜たっぷりクッキング: トマトオムレツのあんかけ	○図書館 今月のおすすめ	○うだしなかよし献立 ○UDA UDA ENGLISH
まちの話	○奈良のシャボン玉おじさ んの夢の世界 ○第3弾 宇陀・じまん・クイズ	○はいばらコロナ 撲滅祈願花火大会 ○向洲夏まつり	○涼をもとめて藍を染める ○宇陀松山夢街道~町 なみライトアップ~ ・ほんのりあんどん
産業情報	○宇陀の気になる企業		

生涯学習 だより

公民館活動自主グループをご存知ですか？

公民館では、現在 43 団体の公民館活動自主グループが活動を行っています。ヨガやダンスなどの体操、絵手紙や手芸などの趣味、書道や陶芸などの文化活動といった様々な活動を通じて、地域社会の連携意識を高め、活気あるまちづくりの推進を目指して活動しています。次回(隔月)から自主グループの活動をご紹介します。

定期講座で開催している「エコクラフト教室」の自主グループの立ち上げを検討しています。クラフトテープを使ったカゴやカバンを作ってみませんか？興味のある方は☎か、榛原分館(☎82-3377)へお問い合わせください。



☎中央公民館 (☎ 83・0551 / IP ☎ 88・9180)

動きのまち 令和4年8月1日現在

※()内は前月比

0~9歳	1,351人	60~69歳	4,636人
10~19歳	2,100人	70~79歳	5,485人
20~29歳	1,960人	80~89歳	3,158人
30~39歳	2,087人	90~99歳	945人
40~49歳	3,137人	100歳以上	28人
50~59歳	3,348人		
総数	28,235人 (-44)		
世帯数	12,822世帯 (-4)		



ワッピー編集委員が、時どきの想いを語ります

昨年、目標に掲げていた家庭菜園に挑戦中です。自己流の栽培方法で、最初は葉が黄色くなったり、葉を虫に食べられたり、娘に葉を干切られたり、毎日、悪戦苦闘していました。▼最近世話の結果も出てきて、葉の数も増え、順調に成長してくれています。娘も葉を引張ることもなくなり、水やりに協力的で、野菜や果物の成長を楽しんでいるようです。このまま枯れずに、秋には実をつけてくれるといいのですが。(一)

きらめけ！うだスター

第5回

書道のうだスター



榛原中学校 大宇陀中学校
米田 日和さん 中森 千紗さん

中森さん・米田さん
習字を通じて、思い出に残っていることはJAならけんが開催するコンクールで入賞したこと。中学3年生の今年がコンクールに挑戦する最後の年になるので、今年も2人で入賞できるようにがんばります！



▲集中し、文字を書きあげる米田さん ▲条幅にダイナミックに文字を書く中森さん

てんいち先生



「権」コーナー
皆さんは、災害時の備えをしていますか。最近ではゲリラ豪雨や迷走台風など、以前にはなかった異常気象も出現してきました。住んでいる地区に大きな災害が発生した場合の備えが必要で、では具体的にどのように「備え」ればよいのでしょうか。
第一に考えられるのは「物の備え」です。具体的には、数日分の食糧・水・懐中電灯・ラジオ・防寒具・軍手・救急セットなどです。現在のコロナ禍中では、マスクも用意しておいた方がよいでしょう。非常用物品は取り出しやすい所に収納し、家族でどこにあるか共有しておきましょう。次に考えられるのは「情報の備え」です。皆さんは自分の

の住んでいる地域の避難所がどこをご存知ですか。災害時、自宅に居ることが危険になった場合、避難する場所を知っておきましょう。また、災害用伝言ダイヤル「171」などは、伝言を録音・再生することができ、家族や身内、周りの方との安否の確認方法を話し合っておきましょう。
最後に備えなければならぬのは、「自分自身の心構え」です。災害は起きないかもしれませんが、自身の生命の危機に陥った時、自分の身を守るの自分自身です。ぜひ日常から備え、心構えをしておき、いざという時に落ち着いて行動できるようにしておきましょう。

備えましょう！