

5月 番組表

時	番組内容
6	まちの話題 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	まちの話題 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	まちの話題 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	いきいき歯ッピー体操
5	お知らせ(静止画) お知らせ(音声付)
6	まちの話題 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	まちの話題 ホットニュース
10	宇陀市政なう お知らせ(静止画)
11	まちの話題 ホットニュース
0	宇陀市政なう お知らせ(静止画)

動きのまち

令和5年4月1日現在
※()内は前月比

0~9歳	1,293人	60~69歳	4,487人
10~19歳	2,048人	70~79歳	5,484人
20~29歳	1,896人	80~89歳	3,189人
30~39歳	1,960人	90~99歳	902人
40~49歳	3,045人	100歳以上	24人
50~59歳	3,369人		
総数	27,697人 (-122)		
世帯数	12,716世帯 (-73)		

Uda-ch 自主放送スタジオ (☎/IP ☎ 82・2497)

※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。

番組内容	1日~10日	11日~20日	21日~末日
ホットニュース	○宇陀市消防団 入退団式 ○宇陀市内の桜(総集編)	○未定	○宇陀市最先端デジタル体験イベント
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: レタスとトマトの玉子スープ	○図書館 今月のおすすめ	○うだしなかよし献立 ○UDA UDA ENGLISH
まちの話題	○いなさの春祭り ○さくらまつり	○佛隆寺千年桜の花見会 ○「東西南北方位磁石」 第11回内牧区民の森	○竹工芸教室「竹愛会」 竹工芸作品展 ○宇陀のサクラ
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④】

～スポーツ吹矢をはじめてみませんか～

公民館活動自主グループ「一般社団法人スポーツ吹矢振興協会 奈良阿騎野支部」では、中央公民館大ホールで毎月第1、第3月曜日の午前9時から正午まで活動をしています。

スポーツ吹矢は腹式呼吸をベースとした、誰もが楽しく始められるスポーツです。スポーツ吹矢式腹式呼吸法には酸素不足、血行不良が解消され筋肉の緊張がほぐれ、横隔膜の動きによって内臓が刺激され活発になるなど、様々な健康効果があります。

的をねらって矢を放つ爽快感、精神力と集中力の向上、健康にも効果的で仲間づくりにもなるスポーツ吹矢は、きっとあなたの生涯スポーツになるはず。一度体験してみませんか。



代表：阪口重幸
(080・5367・3288)
※電話に出られないときがあります。ご了承ください。

中央公民館 (☎ 83・0551 / IP ☎ 88・9180)

5月と言えばゴールデンウィークですね。コロナも少しずつ落ち着いてきており、昨年より国内外の旅行や地元へ帰省する人が多くなると思われます。私も長期で国内旅行に行きたいと思っています。私の中、市役所の日直業務(市役所で臨時受付業務)に当たってしまいましたが、休みの中日直勤務以外の日は、近場旅行や田植えを子どもたちと一緒にし、家族孝行をした



ウッピーは編集員が、時どきの想いを綴ります

UDA Star



宇陀おもちゃ病院 永原 保さん 堂下 慎哉さん

第13回

おもちゃ修理のうだスター

毎月第4土曜日に天満台東交流センターで子どもたちの壊れたおもちゃを「治す」ボランティア活動をしています。おもちゃの種類によっては、部品の交換や部品が入手困難なときは3Dプリンターを活用し、修理・整備します。宇陀おもちゃ病院を始めようと思っただけは、おもちゃ病院のドクター講習会のチラシを見たことがきっかけで、令和元年11月から始めることになりました。現在、宇陀おもちゃ病院では、7人のドクターと2人のナースで活動しています！昨年は、うだ産フェスタで出張宇陀おもちゃ病院を開催することや、市内のこども園、保育園、幼稚園等にも訪問し、197台のおもちゃを修理しました。

子どもが依頼主になることが多いのですが、大人の方が30年前に壊れたオルゴールを持って来られ、30年間動かなかったオルゴールが再び動き出し、喜んでもらえたことは印象深く思い出に残っています。壊れたおもちゃが、治ることはもちろん嬉しいですが、それ以上に依頼者の喜ぶ顔が見られることが一番嬉しいです。子どもたちには、壊れたおもちゃ等を捨てるのではなく、治すことにより物を大切にすることを養ってもらえればと常に思っています。子どもたちの笑顔を見るために、これからも元気に活動を続けていきます！壊れたおもちゃ等は私たちにお任せください！(※修理できないおもちゃもあるので、相談してくださいね)



ホームページも見てくださいね

てんいち先生



5月3日は憲法記念日。日本国憲法は、戦禍を繰り返さないとの決意から生まれた憲法です。「国際平和」や「武力行使禁止」は国連憲章とも共通しています。

現在世界では、連日戦争の話題が報道されており、ウクライナ侵攻という侵略の目的の戦争が起きて一年以上が過ぎています。日本でも日々の生活にも影響が出ている昨今ですが、日本は平和なのでしょうか。

ウクライナ侵攻を聞いて「民間人が殺されるのはよくない」「戦争はいけない」と皆さん思われると思います。ではどうすれば？との問いには、なかなか答えにくいのではないのでしょうか。「支援物資を寄付す

る」や「ウクライナ製品を買わない」などもありますが、国と国の戦争をとめるのは国の力、まず自身の国「日本」に向き合い、注視し、参加していくのが重要ではないでしょうか。

対岸の火事でないことはわかってはいるけれど、「私ひとりは何をしたって」と思うかもしれませんが、一人ひとりが政治に目を向けることで、即効性はないかもしれませんが、10年後または子どもが生まれた時、日本および世界が平和へと進んでいるかもしません。

まず自分のできる範囲で、平和な世界に、私たちがみんなで作っていく、このことが大事かもしれません。

権者

「憲法記念日と平和」