



うだ 3



▲能登半島地震被災の建物被害認定調査をしている様子(上)
能登半島地震被災地支援出発式(下)

- エストニア企業等との基本合意書締結・・・6
- メタバース婚活イベント・・・・・・・・・・9
- まちづくり活動補助金事業実施団体募集・・・25



能登半島地震派遣特集

謹んで災害のお見舞いを申し上げます。
令和6年能登半島地震の被災地応援

建物被害認定調査のため、市から2人の職員が派遣されました

建物被害認定調査とは

被災地では、地震によって倒壊したり、倒壊の危険がある建物が多数発生しました。それらの建物の外観や構造、基礎の状態、壁や柱の傷み具合などを詳細に調査し、必要に応じて測量や画像撮影などの作業を行います。被災地の復興に向けて不可欠な作業です。危険な建物への適切な対応や早期復旧が行われることで、地域全体の安全と安心を確保することができるようになります。

人の強さを再確認した瞬間

私たちは、穴水町での建物被害認定調査にあたりました。現場では、倒壊したり倒壊の危険がある家屋の診断が行われていました。穴水町は、まだ断水が続いており、ひび割れた道路や土砂崩れ、倒れた電柱も見受けられました。倒壊を免れた家屋には住んでいる方もおられ、私たちが伺うと「遠くからありがとうね」など、苦しい状況にも関わらず、温かい言葉をかけてくれる住民の方々に「人間の力強さ」を感じた瞬間でした。

実際の現場から見える課題

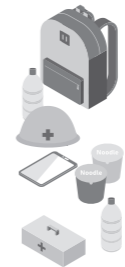
現地の職員たちは休日も昼夜問わず奮闘し、被災地の状況に即した支援物資の配分や人員配置など、地域の専門知識が不可欠であることを、現地での活動を通じて痛感しました。災害時にどのように動くかといった想定をしておくことも大切ですが、やはり職員だけでは難しい部分もあり、地域の方々との協力、連携についての必要性を強く感じました。もしもの時には、市民の方々を合わせていければと思っています。

危機管理課からの防災メッセージ 安全な場所の再確認を

防災グッズの点検や備蓄食料の賞味期限などを確認してみてください。また、もしもの時に自分が避難すべき避難所の場所やハザードマップの確認など、日頃からの準備が不可欠です。もし逃げ遅れてしまった場合など、家の中の安全な場所はどこだろうと考えておくことも大切です。一人ひとりが安全を確保し、助け合いながら行動して命を守りましょう。

震災対策 日常の心得

- ☑ 家具類の転倒・落下防止対策をし、出入り口や通路に物を置かないようにしましょう。
- ☑ 避難場所までの安全な避難方法やルートを確認しましょう。
- ☑ 非常持ち出し品を準備し、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。



宇陀市立病院

災害派遣医療チームDMATが出勤しました

DMATとは

災害派遣医療チームという意味の Disaster Medical Assistance Team の頭文字を取って「DMAT」と呼ばれています。災害時に医療支援を提供するために組織された専門チームで、災害が発生した場合に、迅速かつ効果的な医療支援を提供するために活動し、災害現場で負傷者の治療、医療設備の設置、救急輸送の実施など、様々な任務に従事します。

宇陀市立病院災害派遣医療チーム DMAT



駒井悠一 看護師
鴻池雅美 看護師
本田歳子 看護師
金田沙織 医師
西尾健治 医師

安心を届けたい

普段の診療とは違い、患者であり被災者でもある方々の声を聞く中で、どのようにお声をかければいいのか悩む場面もありました。

西尾医師からの防災メッセージ

私はこれまで様々な災害現場に医療支援に行きましたが、やはり**非常用の持ち出しバッグ**の重要性を感じました。また、災害時に家族が揃っているとは限りません。自宅だけでなく、職場や学校で災害にあった時にはどこに避難するのかといったことも家族で話し合いましょう。災害時にインターネットが利用できない時、伝言ダイヤルは有効なことが多いです。伝言ダイヤルのかけ方を把握しておくといでしょう。

災害用伝言ダイヤル



詳しくはこちら

派遣消防士が見た被災地 海水を使った消火活動

私たちは、輪島市で起きた大規模な火災の残火処理にあたりました。私たちが到着したとき、まだいたるところから煙が出ているような状態でした。通常、消火活動は消火栓や防火水槽からの水を利用します。しかし、現場は断水で危機的状況でしたが、海に近い場所でしたので海水を消火に活用することができました。もし、海水がなければ・・・と思うと背筋が凍る思いでした。

まずは「消火することが最優先」です。でも「もしかしらこの下に人がいるかもしれない」と思いながらも、水をかけ続けなければならず、助けられなかった命がそこにあるかもしれない、ということがとてもつらかったです。

命を守る地域の力

他の震災でも同様ですが、能登半島地震でも地域のつながりで連絡をもらい、倒壊建物に閉じ込められた方の救助ができたという事例がありました。備蓄といった個人的な防災対策も大切ですが、それに加えて、地域のつながりを大切にしておくことも防災対策の重要な要素だと思います。



令和6年能登半島地震
現地リポート



奈良県広域消防組合
宇陀消防署
中谷 太一さん



特集

市政トピックス

うだちから

まちのわだい

みんな子育て

病院・あんしん

お知らせ

掲示板

うだチャン

備えて安心 地震対策!

自宅における備蓄品・避難時の持ち出し袋

避難リュックに入れて持ち出すもの

- 飲料水 □健康保険証等 □懐中電灯
- 保温アルミシート □メモ用紙・ペン □新聞紙
- 歯ブラシ □ウェットティッシュ □生理用品
- ラジオ □携帯電話の充電器 □ビニール袋
- 防寒具・雨具 □タオル・靴下 □応急医療品
- 携行食（ビスケット、チョコレート） など

避難所などでの感染症対策に

- マスク □体温計 □アルコール消毒液 など

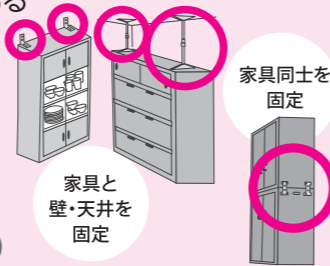
自分にしかあわないもの

- 常備薬 □コンタクトレンズ □入れ歯 など

耐震化はお済みですか?

家具を固定して被害を防ぎましょう

地震で起こる家具の動きは、家具の種類や設置状況などにより様々です。家具類がどんな動き方をしているかを知っておき、地震対策に生かしましょう。



家の耐震化

市では既存木造住宅の「耐震診断」や「耐震改修補助」を行っています。実施の募集期間は広報うだや市ホームページにてお知らせしています。

地震発生時の行動を確認!

地震が発生する前に

シェイクアウト訓練をしよう!

シェイクアウト訓練は、地震の際の安全確保行動を身につける訓練です。①②③の安全確保行動を1分間行ってください。ご家庭だけでなく、職場や学校でも訓練しましょう。



地震発生時の行動パターン

避難生活では	～3日程度	10分～数時間	5～10分	5分	3分	1～2分	地震発生
<ul style="list-style-type: none"> ● 3密を避け衛生管理に注意する ● 自主防災組織を中心に行動する ● 集団生活のルールを守る ● お互いに助け合う 	<ul style="list-style-type: none"> ● 生活必需品は備蓄でまかなう ● 壊れた家には入らない ● 避難所での生活する ● 家屋倒壊などの恐れがあれば、避難する 	<ul style="list-style-type: none"> ● ラジオなどで正しい情報を確認 ● ラジオなどでの正しい情報を確認 ● 家屋倒壊などの恐れがあれば、避難する 	<ul style="list-style-type: none"> ● ガスの元栓を閉める。 ● 電気のブレーカーを切る。 ● さらに出火時防止する ● 子どもを迎えに行く 	<ul style="list-style-type: none"> ● ラジオなどで正しい情報を確認 ● 家屋倒壊などの恐れがあれば、避難する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 隣近所の安否を確認 ● 余震に注意 	<ul style="list-style-type: none"> ● 火元を確認し、出火時は消火 ● 家族の安全を確認 ● 非常持出品を手近に用意 	<ul style="list-style-type: none"> ● 落ち着いて、自分の身を守ろう ● すばやく火の始末をしよう ● ドアや窓を開け、逃げ道確保

情報を得る手段を事前に確認!

災害時に適切な行動を取るためにあらかじめ自分が必要とする情報入手方法について確認しておきましょう。

安全・安心メール

気象警報発令や避難情報等をメールでいち早くお知らせします。

登録がまだの方はこちらから



ガラケー



PC・スマホ

災害時生活用水協力井戸の登録募集

ご協力をお願いします



詳しくはこちら

災害対応

令和6年能登半島地震 宇陀市の取り組み

人的支援

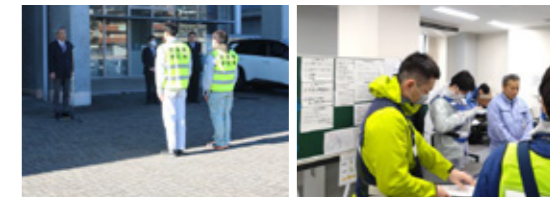
応援派遣 避難所運営業務支援



日時：1月30日～2月8日
派遣人数：職員2人
場所：石川県鳳珠郡穴水町
業務：避難所運営職員の補助（散乱した施設内図書館の片づけ、炊き出し補助、支援物資搬入補助など）

人的支援

応援派遣 建物被害認定調査業務支援



日時：1月17日～25日（その後も要請に応じて応援派遣を行っています）
派遣人数：職員2人
場所：石川県鳳珠郡穴水町
業務：建物災害を受けた、木住家造の一次調査（外観のみ）等

人的支援

DMAT隊の派遣



奈良県DMAT隊の第2陣として市立病院から医師・看護師5人が派遣されました。
日時：1月10日～14日
派遣人数：医師2人、看護師3人
場所：石川県立中央病院（金沢市内）
業務：病院の支援および患者の搬送業務

人的支援

応援派遣 保健師



被災者の健康管理などが十分に行えない状況にあるため、奈良県より支援要請があり、市健康増進課により職員を派遣し、支援にあたりました。
日時：2月17日～23日
派遣人数：職員1人
場所：石川県鳳珠郡能登町
業務：避難所における住民の健康管理・衛生管理など

支援準備

災害救助犬についての締結式

今後30年以内に発生する確率が70%～80%と言われている「南海トラフ地震」に備え、市では東日本大震災が発生した日に合わせて、3月11日、生駒警察犬訓練所内救助犬訓練チーム 公益財団法人「SAR-DOG CWC」と災害救助犬出動に関する協定を締結します。



物的支援

義援金の受付について

被害を受けられた被災者を支援するため、市役所をはじめ市内9か所に義援金箱を設置し、義援金の受け付けを行っています。

ふるさと納税代理寄附受付

災害規模の大きい石川県珠洲市、七尾市、志賀町、穴水町のふるさと納税業務を代理で行っています。

「代理寄附」とは、被災していない自治体が被災自治体の代わりに寄附を受け付ける仕組みです。被災自治体は寄附金受領証明書発行等の業務負担を大幅に減らし、優先度の高い災害対応に注力できます。



ふるさと納税代理寄附

エストニア企業・大学との連携 基本合意書を締結

問 行政経営課 (☎82・3632/FP88・9084)



▲クレボンが開発した自律走行配送ロボット



▲エストニアのスタートアップが一堂に会するビジネスフェスティバル「sTARTUp Day」の中で基本合意書締結

○エストニアとは
1991年、旧ソ連から独立後、国の政策として、観光、IT、教育に力を入れ、独立から30年で、IT国家として強固な国となった。アントレプレナーシップ教育に力を入れており、その成果として人口当たりのスタートアップ企業数がEU1位と起業が盛んな国。九州ほどの大きさで、人口は奈良県と同程度。国土の50%が森林で覆われ、4分の1近くが自然保護区。オーガニック農業においては、農地面積の割合がヨーロッパ2位の国であり、SPA、サウナ習慣の歴史も長く、ウエルネスへの関心が高い国である。

市では、今年度より、欧米でトップのIT・教育国家であるエストニアとの交流を開始しました。昨年7月には全国で初めてエストニアのサーレマー市と教育の連携に係る基本合意書を締結し、子どもたちの国際的な視野を広げるとともに、自ら課題を発見し、考えるアントレプレナーシップ教育に取り組んでいます。このような教育のまちづくりを通して、関係人口の創出・移住定住の促進・産業振興等につなげていきたいと考えています。

この取り組みを進める中で、市は、自律走行配送ロボットを開発するエストニアの企業「クレボン」等と連携し、ロボット工学分野のスペシャリストの育成を目的とした3年間の留学プログラム「クレボンアカデミージャパン」の来年度の開校を目指すこととなりました。市民が連携・協力し民間資金を活用し、運営を行う予定です。

あわせて、クレボンアカデミーで学んだ人材が宇陀で活躍できるよう、宇陀市へのクレボン日本支社の誘致に向けて協力することも合意しました。



▲左から
・エストニアアントレプレナーシップ応用科学大学 学長 Andrus Pedai 氏
・クレボンアカデミー アカデミック コーディネーター Laido Valdvee 氏
・金剛市長
・ネクストイノベーション OÜ CEO 熊谷 宏人氏

○「クレボン」とは
自律走行配送ロボットを開発する企業。欧州で初めて公道での無人車両走行ライセンスを取得。米国テキサス州ダラスに研究拠点と米国本社を開発するなど、市場拡大を目指している。

○「クレボンアカデミー」とは
クレボンが運営する自律走行車開発の専門教育機関。ICTエンジニアの育成を目的として設立され、クレボンのエストニアから直接指導を受けることができる。エストニアアントレプレナーシップ応用科学大学と連携し、3年間で工学士が取得できる。

連携協定の締結により 奈良日産自動車株式会社から 災害派遣車両を提供

問 危機管理課 (☎82・1304/FP88・9070)

日産自動車株式会社、奈良日産自動車株式会社と、電気自動車を活用したカーボンニュートラルなまちづくりに取り組むことを目的として、令和5年1月31日に連携協定を締結しました。

協定に基づき、奈良日産自動車株式会社から災害派遣車両をご提供頂いております。

災害派遣車両は、今年1月1日に発生した「令和6年能登半島地震」発生に伴う石川県鳳珠郡穴水町（あなみずまち）への災害派遣に活用し、災害現場での被害状況の確認等に役立てています。

（提供車両は「エクストレイル」の四輪駆動モデル1台。スタッドレスタイヤを装着し、悪路にも対応できる災害仕様となっています。）



▶現地で移動手段に使用



▲災害派遣車両



さんとおびあ榛原からの お知らせ

～入所中の医療費について～

問 さんとおびあ榛原
(☎85・2525/FP88・9065)

当施設へ入所される方は、なんらかの疾患やケガが原因で、要介護認定を受けている方がほとんどです。そのため、介護保険と医療保険を併用して少しでも費用を抑えたいと考えている方が多いと思いますが、日本の法律では介護保険制度と医療保険制度は併用できません。保険の自己負担額については介護保険制度が1割であることに対し、医療保険制度は2割3割です。併用できなくとも入所された方が不利益になることはありません。当施設に入所している間に発生する診察や薬の処方などの医療費は、原則として全額を当施設が負担します。

しかし、例外としてレントゲンやCTスキャンなどの医療ケアに必要な検査を市立病院で受けられる場合や、協力歯科医院の往診を受けられる場合などは、医療保険が適用されることになります。

さんとおびあ榛原は、病状が安定している要介護認定された高齢者に、医師による医学的管理のもと

現在、多床室（大部屋）、個室とも空きがあります。まずは気軽にお問い合わせください。

リハビリ職員募集！
さんとおびあ榛原では、多くのご利用者さんが、元気になり、ご自宅へ退所していただきことができました。令和6年2月から、在宅強化型老健施設に移行することができました。今後も継続してリハビリテーションを充実するため、理学療法士/作業療法士を募集しています。

ごみの減量にご協力ください！ 家庭用生ごみ処理機補助金を交付します！

家庭用生ごみ処理機または処理容器を購入し、ごみの減量に取り組まれる方に、予算の範囲内において購入費用の一部を補助します。

資源循環型のまちづくりを目指すため、家庭から出る水分量の多い生ごみを効率的に減らし、家庭菜園の肥料として再利用するなど、誰もができるSDGsとして生ごみ処理機の利用が注目されています。

※申請受付は、先着順とし予算がなくなり次第終了します。

【補助対象機種】 令和5年4月1日以降に購入したものが対象となります。

			
生ごみ処理機乾燥式	生ごみ処理機バイオ式	生ごみコンポスト容器	生ごみ EM ボカシ容器
かくはんしながら電気で生ごみを加熱し、乾燥させる方式で、臭いが出ないので屋内で使用できます。	保温等により微生物が活動しやすくし、生ごみを分解し堆肥化させます。	庭や畑に置き、土の中の微生物等により生ごみを分解、発酵させ、堆肥化します。	ボカシと呼ばれる微生物により生ごみを分解し、堆肥化させます。

【補助金額】

購入金額（消費税除く）の1/2（以下の限度額あり）

容器の種類	限度額
生ごみ処理機（電動式または手動式）	1世帯につき1台 30,000円
生ごみコンポスト容器	1世帯につき2個まで 1個につき3,000円
EMボカシ容器	1世帯につき2個まで 1個につき2,000円

【補助を受ける要件】

- ◆過去5年以内に当補助金の交付を受けていない方
- ◆市税の滞納がないこと
- ◆近隣住民、住宅等に迷惑をかけない等の設置場所を確保していること
- ◆処理機等から作られた堆肥の活用を自ら適切に行えること
- ◆処理機の維持管理を自ら行えること

【必要書類】

- 家庭用生ごみ処理機等設置費補助金交付申請書（様式第1号（第6条関係））
- 家庭用生ごみ処理機等設置費補助金交付請求書（様式第3号（第8条関係））
- 納税等確認承諾書（様式第4号（第6条関係））
- 印鑑
- 通帳番号のわかるもの（キャッシュカード・通帳等）
- 購入したレシートまたは領収書

【申請先】

- ◆環境対策課
- ◆各地域事務所

問 環境対策課

(☎ 82・2202 / IP ☎ 88・9078)

子育て・高齢者いきいき生活支援ウツピー商品券の配付開始

広報うだ2月号でも掲載しています「子育て高齢者いきいき生活支援ウツピー商品券」の配付を3月初旬より行います。詳しくは、広報うだ2月号6ページをご覧ください。

問 介護福祉課 (☎ 82・2675 / IP ☎ 88・9088)
問 こども未来課 (☎ 82・2236 / IP ☎ 88・9088)
問 宇陀商工会 (☎ 82・2211)

▲広報2月号(6~7ページ) QRコード



「じゅうだテラス」シニアキッチン開催

問 観光課 (☎ 82・2457 / IP ☎ 88・9081)

3月27日(水)「じゅん cafe SOU」による焼菓子、飲み物、おむすびのテイクアウト販売を行います。ぜひお立ち寄りください。

ご購入の方で提携駐車場をご利用の方には、駐車サービス券(1時間無料)を配付。

※提携駐車場については、市観光ポータルサイト「うだ探訪ナビ」QRコードをご覧ください。

▲うだ探訪ナビ QRコード



メタバース婚活イベント

デジタル恋愛革命を巻き起す

1月21日、県初の試みである「メタバース婚活イベント」は、非現実の世界で現実のロマンスを芽生えさせることを目的に実施しました。このイベントには男性5人、女性6人が参加し、市民を含む3組のカップルが誕生。デジタル空間での恋愛模様が現実の縁を結びました。新鮮な交流、リアルに感じる魅力参加者たちは、アンケートでメタバース空間における新鮮な交流や、顔が見えないことによる先入観のないコミュニケーションの面白さを高く評価しました。メタバース空間では外見の情報が少ないため、相手の人柄や声に焦点を当てられたと感じています。自宅でリラックスしながらの参加は、素の自分を出しやすく、新しい出会いの形として好評でした。イベントへの反響については、技術的な問題（BGMの音量問題など）にもかかわらず、参加者からは肯定的な反応

問 政策推進課 (☎ 82・3910 / IP ☎ 88・9094)

が多く、新しい婚活形式への関心と期待が感じられます。未婚化・晩婚化対策として、地域社会への新たな貢献を示すものとなりました。



「新型コロナワクチン接種」を「希望の方へ」

新型コロナワクチンの全額公費による臨時接種は、令和6年3月31日で終了します。

初回接種、秋開始接種をご希望の方は、期間内に接種をお願いします。(秋開始接種は期間中に1人1回)

※初回接種を希望する方は新型コロナワクチン接種コールセンターまでお問い合わせください。

問 健康増進課 (☎ 82・3692 / IP ☎ 88・9087)

【新型コロナワクチン接種コールセンターの電話番号が変わります】

3月22日から、市新型コロナワクチン接種コールセンターの電話番号が☎96・9030から、健康増進課☎82・3692に変わります。電話をおかけいただく際は、電話番号をよく確認いただき、おかけ間違いのないようお願いいたします。

手話の扉

第44回

今年度起業家精神を学んでもらおうと市内中学生10人が、エストニアへ短期留学されました。国際的な視野が広がり、今後が楽しみです。

【勉強】両手を開き、前に並べ軽く同時に前後する。

【外に出る】右手の親指を立て前に出す。

【短い】両手2指で作った輪を、中央に同時に近づける。

【エストニア】右手親指をあごに当て、斜め前におろす。

行政経営課



【行政】手の甲を上に出した両手3指を、同時に斜め前に2回出す。



【経営】左手掌の上で右手2指の輪(お金)を2回出す。



【課】指文字の「か」

エストニア短期留学



【エストニア】右手親指をあごに当て、斜め前におろす。



【短い】両手2指で作った輪を、中央に同時に近づける。



【外に出る】右手の親指を立て前に出す。



【勉強】両手を開き、前に並べ軽く同時に前後する。

うだぢから

「うだぢから」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、市が取り組む「まちづくり」やNPO団体などを紹介します。
 問 政策推進課 ☎82・3910/IP☎88・9094

1 自分たちで作った白味噌で料理づくり!

～榛原地区まち協～
 昨年11月26日に、子ども料理教室で、白味噌づくりを行いました。煮込んだ大豆をミンチにし、塩と糀を混ぜて慣れない手つきで味噌団子を作りました。1か月以上寝かせるととても美味しい白味噌になりました。お正月に利用した方も多く、家族で美味しくお雑煮を食べたようです。
 2月4日には、この白味噌を使用して、味噌ラーメンと五平餅作



▲味噌づくりは楽しい

りにチャレンジしました。キャベツを切り、ひき肉を炒め、ラーメンの具材を手分けして用意。五平餅はクルミ入り味噌だれを作って餅にぬり焼きました。できあがった料理に「味噌ラー



▲五平餅できた～

2 移住定住に向けた空き家調査の実施

～菟田野まち協～
 令和5年度事業として当まち協の地域部会では、人口流出によって増加している「空き家」についての取り組みを実施しました。
 まず、空き家調査に関する知見を広めるために、6月に近畿大学工業高等専門学校 立神 靖久教授をお招きし、全国的な空き家の実態や地域の課題、また空き家に関する法律の改正について学びました。
 その後、調査にあたり、空き家の定義や調査の方法等、部会で検討を重ね、市の政策推進課にも相談しながら、これなら調査できるとなったのが11月末。



▲空き家について学びました

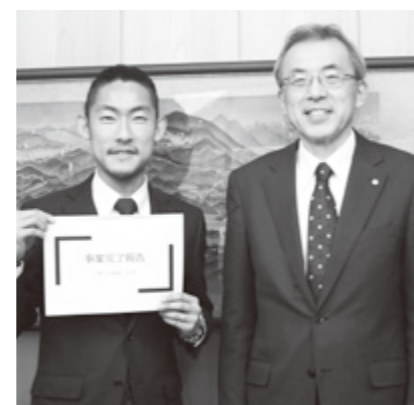
また、菟田野地域の17自治会長にご協力頂き、2か月かけて調査を行い、約150件の空き家と思われる物件が浮き彫りとなり、調査内容を市に報告しました。
 今後、市ではこの情報を活用して、所有者の意向調査などを行い、空き家情報バンクへの登録や移住につなげていく取り組みを行います。今後も、地域の情報を、まち協と市が継続的に共有していきたいと思



令和6年度では、まち協同士の横のつながりを強化し、他のまち協へ手法を紹介するなど、共通のテーマになるように取り組みを進めていきます。

3 薬草のまち宇陀市で薬膳カレーを提供

～宇陀市仕事づくり推進隊～
 1月末で仕事づくり推進隊の任期を終了しました、入江透です。
 令和3年2月に市へ着任し、最初の半年は、人脈づくりに取り組むため、多くの方々とお会いするとともに、薬膳の勉強、試作品、そして野



▲事業完了報告を市長に説明

菜作りを行うなど、時間をつくり知識や経験を得ることに取り組みました。幸いなことに、空き店舗も皆さんのご協力をいただき、奈良県産材を使ってイメージ通りに仕上げることができました。

当店は、お客様一人ひとりの体質に合わせた薬膳カレーを提供しています。
 そのためにも、これからも努力を惜しまず日々研究を行っていきます。
 この3年間、隊員として活動するなかで、どのようにして生きていきたいかが見えてきました。「自分の為だけでなく、人の為に何ができるのか」、「自分の役目は何なのか」を少し気づけたような気がします。今後は、宇陀の自然を楽しみ、宇陀をもっと知るとともに、皆さんから与えて頂いたモノを少しずつ返していきます。



▲手作りで完成した店舗

問 TORU CURRY
 大宇陀迫間56-1
 ※詳しくはこちら↓



ハマボウフウ

ハマボウフウは結構強い植物で、水はけがよく時々冠水する所ならどこでも育ちます。種子を摂ってきて庭にまけば、確実に発芽し、成長した若葉は刺し身のつまにしたりと、重宝すること請け合いです。砂浜に薄黄緑色に茂るハマボウフウは見つけやすく、今なら種子もまだ遠くには流されず、葉の下にたくさん落ちていて、葉の下に拾った種子を少し深めのプラン

ターにまいておけば、いつでも葉を得ることができます。根の部分に水がたまれば根腐れを起こしやすいので、排水だけには注意しましょう。
 ハマボウフウの根を掘り上げて乾燥させたのが、生薬の浜防風です。発汗、解熱、鎮痛剤となり、風邪、痰切り、頭痛、肩こり、皮膚の発疹、関節の痛み、リウマチ、脳出血などに効果があります。



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

※当市で「薬草活用講演会」をしていた村上市光太郎先生の連載より一部抜粋

問 商工業課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

図書館の職員さんに聞いてみよう!
本のはなし

話題の
新刊本!



(一般書)
山ぎは少し明かりて
著：辻堂ゆめ
出版：小学館

ある時、自分たちが生まれ育った村がダムの中に沈むことになるという計画が浮上する。愛する夫と共に故郷を守るため反対運動に奮闘するが……。変わりゆく日本の「故郷」を壮大なスケールで描いた感動作。
(大宇陀図書館所蔵)



(児童書)
楽しいオーケストラ図鑑
監修：東京フィルハーモニー交響楽団
出版：小学館

オーケストラの音楽は古くてむずかしい? いいえ、実はオーケストラ音楽はあなたの生活の中にもあふれている身近な存在です。楽器の種類や歴史、楽しみ方などからオーケストラについて触れてみませんか。
(大宇陀図書館所蔵)

図書館からの
まめ知識

Vol.120

春の訪れを楽しむ

春の風物詩といえば、桜。皆さんは、桜にちなんだ記念日があることをご存知ですか?

3月27日は「さくらの日」の記念日です。この日は「日本さくらの会」によって、1992年に制定されました。日本さくらの会は、桜を保護する活動や素晴らしさを普及させる活動などを行っている公益財団法人です。

この日ができた由来には、2つの説があり「咲く(3×9)=27」の語呂合わせという説と、七十二候の一つ「桜始開(さくらはじめてひらく)」にあたる時期であることからきている説です。

桜にまつわる風習や花の本を手にとり、桜を想像しながら春の訪れを心待ちにしてみてくださいはいかがでしょうか。

図書館からのお知らせはP22

市内子どもたちの平和ポスター展示

2月5日～9日

ライオンズクラブ国際協会が主催する「第36回国際平和ポスターコンテスト」が、市内小学校に在籍する6年生の児童を対象に開催され、42人から応募がありました。

今回のテーマは「Dare to Dream (夢見る勇気を)」で、社会科の学習で得た知識を応用し想像力を働かせた作品や、一人ひとりにとっての平和とは何なのかを考えた作品などが集まり、市役所ふるさとテラスにて展示されました。



▲▲ふるさとテラスに展示された42点の作品

合同企業説明会を開催

2月9日

宇陀商工会と連携した「合同企業説明会」を宇陀商工会館において開催しました。

説明会には、市内の様々な企業が8社参加され、宇陀市でお仕事をお探しの方や宇陀市の企業に興味のある方が多く来場されました。

次回は9月に開催を予定していますので、宇陀の企業に関心のある方、皆さんのスキルを宇陀市で活かしてみませんか。



大和高原 特産品フェア!

1月20日～2月25日

大和高原(東吉野)観光振興協議会主催の「大和高原特産品フェア」が、榛原駅前交流施設じゆうだテラスにおいて開催されました!

大和高原は、宇陀市・御杖村・曾爾村・山添村・東吉野村の5市村で構成されています。ゆずを使用した商品や、お米や味噌など20品目以上の自慢の特産品を販売しました。特に柚子胡椒など、ゆずを使った商品が人気でした。

このイベントを通して、協議会の活動を多くの方に知ってもらいたい機会になりました。

今後も、じゆうだテラスで様々なイベントを実施する予定ですので、またぜひお越しください。



▲じゆうだテラスにて



かぎろひを観る会

2月11日

2月11日(日・祝)に「第52回かぎろひを観る会」が開催されました。

今年は天候にも恵まれましたが、2月にしては気温が高かったこともあり「かぎろひ」を観ることができませんでした。しかし、当日は早朝にも関わらず150人の方に参加いただき、当時に思いを馳せることができたのではないのでしょうか。

来年も開催予定ですが、次回こそは皆さんと「かぎろひ」を観ることができることを楽しみにしています。



第17回「かぎろひ短歌」入賞作品

第52回かぎろひを観る会の開催にあわせて、「かぎろひ」や「大宇陀」にちなんだ短歌を募集したところ、67首の短歌の募集がありました。このうち、10首の入賞作品をご紹介します。(敬称略)

かぎろひ賞

蔵元の仕込の湯気の その向う かぎろひ立つや 今朝のこの冷え
宇陀市 岡村喜美子

人麻呂賞

真清に月ののこれる 暁を 爪先立ちつ 待つやかぎろひ
名張市 増田笑子

入賞

朝まだき 重伝建の 町並みに 酒米を蒸す 湯気立ち上る
宇陀市 木下瑞子

阿紀神社にまつりの能の 奉げられお下がり 御供 十まり拾ふ
宇陀市 大谷みゆき

ふるさとに 帰る家なく 親も無し それでもふるさと 大宇陀懐かし
明口香村 西村道子

佳作

コロナ禍で 迷える 我の 生き方を あの大空の かぎろひに 問ふ
宇陀市 岡野富美代

豪快に 花咲く 阿騎野の 滝桜 舞い散る花を 見るも 又 美し
宇陀市 橋本征四郎

束の間の いのちを 燃やす 蛍光の ふはり 舞ひ来し 阿騎野の 杜に
宇陀市 渡辺勇三

凍て空に 君と 幾度 登りし か 明ける むらさき かぎろひの 丘
桜井市 谷口委佐子

亡き父母に 見せて やりた やかぎろひを 長年の 夢は たさずにして
桜井市 原野ツヤ子

問 宇陀市観光協会(観光課内) ☎82・2457 / IP ☎88・9081

子育て支援センター

～ 英語であそぼう ～

子育て支援センターでは、英語文化に触れたり、興味をもったりするきっかけづくりのために、毎月ALTによる「英語であそぼう」を開催しています。一緒に英語を楽しみましょう！



【英語であそぼうの様子】

クリス先生と一緒に遊んだり絵本をみたり、リズムに合わせて体を動かしたりしました。3月は12日(火)と21日(木)の2回です。ぜひお越しください。



【時間】 午前9時30分～11時

【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

【その他】 申込不要

発達のお悩みについて語り合いませんか？

お子さんの現在の様子や、困りごとを話したり、聞いたりしませんか？
子育てのヒントが見つかるかも。
お気軽にご参加ください。



かるがもくらぶ

【日時】 3月12日(火)
午前10時～正午

【場所】 市役所 213会議室

発達についての個別相談

【相談日】 3月18日(月)

【場所】 市役所 211会議室

【相談時間】 1人50分
午前10時・11時・
午後1時・2時・3時～

【定員】 5人(先着順)

【申し込み】 3月12日(火)
までに☎へ

☎ 介護福祉課 (☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088)

「すこやかルーム」開放

※申込不要

子育てをしている家族が、自由に遊べるように施設を開放します。

【日時】 月～金曜日(祝日は除く)
午前9時～午後4時

【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

📖 お話の日(毎週火曜日)
午前10時30分～11時

🎵 リズムの日(毎週木曜日)
午前10時30分～11時

※健康ポイント事業です。ポイントを集めて応募しましょう。

おはなしなあに

※申込不要

【日時】 3月14日(木)
午前10時30分～

【内容】 中央図書館から絵本の読み聞かせに来てくれます。

★ つどいのひろば

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。
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。

【時間】 午前10時～11時

【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

【持ち物】 水筒、タオル、帽子

支援センターであそぼう

※申込不要

「支援センターってどんなところかな？」と気になっている方、行きたいけど一人でお子さんを連れて行くのが大変だと感じている方など、パパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃんも一緒に大歓迎！好きな時間に遊びに来てください。



【日時】 3月16日(土)
午前9時～11時30分

【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



宇陀市で子育て中のママ・パパ・ご家族を応援するページ

♪♪ みんなで楽しく子育てしませんか ♪♪

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
4	5 2歳児親子教室(ぱんだ)	6 ※保健師相談日	7 1歳児親子教室(いちご)	8 0歳児親子教室(ぼなな)(みかん)
11	12 ALT「英語であそぼう」※家児相談日	13 つどいのひろば(大宇陀保健センター)なかよしひろば	14 おはなしなあに ミニ誕生会	15 16 支援センターであそぼう
18	19	20 春分の日	21 ALT「英語であそぼう」	22
25	26	27	28	29 午後開放中止

📖 → お話の日 🎵 → リズムの日(健康ポイント事業) 時間：午前10時30分～11時



～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〈県宇陀川浄化センター3階〉 (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX85・2501)

脳もいきいき コグニサイズ!

「コグニサイズ」とは?

認知(コグニション)と運動(エクササイズ)の2つの言葉を組み合わせましたものです。脳と身体を同時に使うことで、脳を活性化すると、認知症予防になると言われています。



簡単にできるコグニサイズを2つ紹介!

★足踏みしながら 3の倍数、5の倍数★

足踏みしながら、1から30まで数えます。

- ① 3の倍数の数字で「手拍子」
- ② 5の倍数の数字で「万歳」
- ③ 3の倍数でもあり、5の倍数でもある15と30は「手拍子」と「万歳」どちらもしましょう。

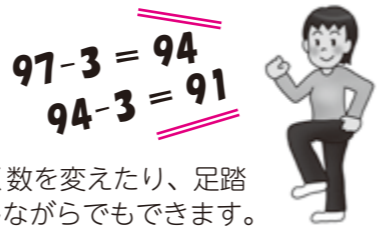


※3と7の倍数など、他の組み合わせでもできます。

★足踏みしながら 引き算★

足踏みしながら、100から3を引いていきます。

- 例) ① $100 - 3 = 97$
- ② $97 - 3 = 94$ のように計算し続けます。



※3以外にも引く数を変えたり、足踏みではなく散歩しながらでもできます。

室生地域で認知症サポーター養成講座を開催!

認知症についての正しい知識や理解、認知症の方への接し方など講座を行いました。



- ・1月19日 室生地域民生児童委員
- ・1月26日 室生小学校5年生
- ・2月4日 笠間まちづくり協議会

●オレンジカフェのご案内●

認知症の方やその家族が気軽に交流や相談ができ、地域の方が認知症についての理解を深めることができる場です。市民の方はどなたでも参加することができます。気軽にお申し込みください。



～ニコニコカフェ～

【場所】室生園
【日時】3月16日(土) 午後2時～3時30分
【申込先】室生園 ☎ 93・2525

～やまびこカフェ～

【場所】やまびこ 1階ダイルム
【日時】3月30日(土) 午後1時～3時
【申込先】やまびこ ☎ 84・9800

～オレンジカフェ～

【場所】医療介護あんしんセンター
【日時】3月22日(金) 午後2時30分～4時
【申込先】問へ

～ラガールカフェ～

【場所】グループホームラガール 1階ダイルム
【日時】3月31日(日) 午後2時30分～4時
【申込先】グループホームラガール ☎ 83・0088

※参加費は各カフェ一律で、100円(お菓子、飲み物付き)です。

宇陀市立病院から

病院の休診日:
土・日・祝日・年末年始



宇陀市立病院 ^{ディーマット} DMAT を派遣!



令和6年能登半島地震の発生を受け、1月10～14日までの5日間、市立病院の医師2人・看護師3人で組織する「宇陀市立病院DMAT」を石川県金沢市内の県立中央病院に派遣しました。

県立中央病院においては病院指揮所に配属され、MCC業務支援を行いました。当院DMATが行った業務は次のとおりです。

●DMATとは?

「災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム」と定義されており、災害派遣医療チーム Disaster Medical Assistance Teamの頭文字を取り、DMATと呼ばれています。

病院指揮所としての業務

当院は公立能登総合病院・珠洲市総合病院・公立宇出津総合病院の、病院避難および高齢者施設の避難に際し、患者・避難者の集積、トリアージ、転院先の選定(他病院、待機ステーション、1.5次避難所)を行いました。



MCC業務

MCCとは Medical Check Centerの頭文字を取った組織の名称であり、搬送されてきた被災者の状況等を判断し、重症度に応じた医療処置と転院先の決定を行いました。

■腎臓病教室

(申し込み不要・参加費無料)

【日時】3月8日(金)
午後2時～3時
①慢性腎臓病患者の旅行時の心得
②食事療法について
【場所】北館5階 大会議室

■糖尿病教室(申し込み不要・参加費無料)

糖尿病の診断から治療、合併症などについて5回シリーズで説明する糖尿病教室。糖尿病について知りたい方はどなたでも参加していただけますので、お気軽にお越しください。

【日時】第1回:3月15日(金) 糖尿病について
第2回:3月22日(金) 糖尿病の治療・食事療法
第3回:3月29日(金) 糖尿病の治療・運動療法
午後2時～3時
【場所】北館2階 栄養指導室

■職員募集

○薬剤師(会計年度任用職員) 1人

対象者:資格取得者で、令和6年4月までに就労可能な方
勤務日:週4日～5日勤務

採用試験:論文、面接
提出書類:履歴書(写真貼付)・職歴書・資格免許証の写し
応募締切:随時
試験日:後日、受験者に連絡します。



宇陀市立病院 ☎ 82・0381 <https://www.city.uda.nara.jp/udacity-hp>



インボディ 体組成 (Inbody) 測定

～体の各部位の筋肉量や脂肪量をチェックしよう～



【日程】 3月11日(月) 午前9時～正午、午後1時～4時の間で **完全予約制**
【場所】 中央保健センター (室生福祉保健交流センター)
【対象・定員】 宇陀市民 30人 (定員になり次第締め切り)
【参加費】 1人1回100円 / 健康ポイント50P / 運動いりは (運動情報誌) の無料券
【内容】 インボディを使った体組成測定 (裸足で機械に乗り、棒を握って測定します。人工関節の方は測定できませんが、立位姿勢が保てない方、ペースメーカーをつけている方は測定できません。測定時、ストッキング等の着用は避けてください。)
【申し込み】 3月1日(金) から電話で☎へお申し込みください。(土日を除く)

3月は自殺対策強化月間です



国は、毎年月別自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、地方公共団体や関係団体等と連携し、自殺予防の取り組みを行います。
 3月に自殺者が多いのは、就職や転勤、転居など生活環境が大きく変動する時期で、自殺対策に関する理解と関心を深めることが大切です。
 市では、「宇陀市自殺対策計画(第2次)」を策定しており、様々な機関と連携・協働し自殺対策について検討、推進しています。

子ども予防接種週間

子どもに対する予防接種に関心を高め、予防接種率の向上を図るため3月1日から7日までの7日間は「**子どもの予防接種週間**」です。
 詳細はこちらをご覧ください。



「相談窓口のご案内」を2月に作成しました。



市役所ふるさとテラスや公共施設等に置いてありますのでご利用ください。

Cooking

野菜たっぷり
クッキング
レシピ

カレー風味玉じゃが

【材料】 (2人分)
 豚もも肉…75g、たまねぎ…200g、じゃが芋…300g、にんじん…100g、油…小さじ2、砂糖…小さじ1、酒・みりん・薄口しょうゆ…各大さじ1、和風だし…小さじ1、水…3/4カップ、純カレー粉…小さじ1/2

【作り方】
①じゃが芋は皮をむき、1/8に切り、水にさらします。
②たまねぎは大きめのくし形に切ります。
③人参は乱切り。
④豚肉は1cm幅に切ります。



カレー風味玉じゃが

⑤鍋に油を入れ豚肉、にんじん、じゃが芋を炒めます。
⑥たまねぎを加え、じゃが芋の表面に火が通ったら砂糖、みりん、酒、和風だしと水を入れ落としぶたをし水分が半分くらいになるまで煮て、薄口しょうゆを加え、さらに煮ます。
⑦カレー粉を入れ煮汁がなくなるまで煮ます。

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

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	赤ちゃんのための予防接種説明会	26日(火)	令和6年2月生まれの児の保護者	中央保健センター	午前10時

※ ZOOMでの参加も可能

乳幼児健診

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	受付時間
全地域	4か月児健康診査	21日(木)	令和5年11月生まれの児	市立病院	時間を分けて実施 ※個別に案内します。
	10か月児健康診査		令和5年4・5月生まれの児		
	1歳6か月児健康診査	27日(水)	令和4年7月生まれの児	中央保健センター	
	2歳児歯科健康診査		令和3年12月生まれの児		
3歳児健康診査	令和2年7月生まれの児				

お知らせ

すずらん会 (酒害教室)

アルコール問題でお悩みの方、相談したいと思っている方は、ぜひこの機会を利用して一緒に学びませんか?
【日時】 3月11日(月) 午後1時30分～3時
【場所】 榛原保健センター
【内容】 酒害に関するミニ講義・個別相談
【参加費】 無料 ※秘密は厳守します。

たまひよサロンのお知らせ

“子育て”について、妊娠中のママと先輩ママ達で、楽しく交流や情報交換をしませんか。パパの参加もお待ちしています。
【対象】 令和5年10月～12月生まれの乳児の保護者、妊娠中の方
【日程】 3月1日(金) 午前10時～11時20分
【場所】 子育て支援センター (菟田野保健センター)
【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具
【内容】 子育てについて、妊娠中のママと先輩ママの交流会、子育て支援センターの見学・紹介
【申し込み】 要予約。開催日の4日前までに☎へ

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を過ごすことを支援するため、厚生労働省では3月1日から8日までの「**女性の健康週間**」と定め、様々な啓発が行われています。
 市では、女性の健康づくりのための事業として、子宮がん・乳がん検診の他、骨粗しょう症検診を行っています。(今年度の検診は終了し

ました。) 4月から令和6年度各種検診の申し込みが始まります。
 あなたのこれからの人生を豊かにするため、骨粗しょう症検診、がん検診や特定健康診査を受けましょう。



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)

国民年金保険料改定のお知らせ

4月分から令和7年3月分までの国民年金保険料は、月額16980円です。
国民年金保険料額は、国民年金法第87条において17000円とされていますが、平成16年度からの物価と賃金の変動に基づく令和6年度の保険料改定率「0.999」を乗じたことにより、16980円となりました。
保険料は、納付期限(翌月末)までに納めていただくようお願いいたします。
保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢年金」や「障害年金」を受け取ることができなくなる場合があります。
経済的な理由により、保険料を納めることができない場合は、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」がありますので、**問**や各地域事務所へご相談ください。
問 日本年金機構枚井年金事務所 ☎0744・42・0003
問 保険年金課 ☎82・33672 / IP ☎88・90086

市県民税の試算および申告書の作成は「市県民税申告書作成システム」をご利用ください！

市ホームページ上に、市県民税の試算および申告書を作成できるシステムを掲載しています。
作成した申告書は、「宇陀市役所税務課宛」に郵送で提出可能です。(確定申告とは違って電子申告はできません。また、このシステムの計算結果はあくまでも

現時点での「試算」となります。実際の税額とは異なる場合がありますので注意してください。
申告書作成システムの使い方は、広報うだ12月号(24ページ)、またはQRコードからご覧ください。



▲申告書作成システム

問 税務課 ☎82・13006 / IP ☎88・90072

市県民税申告は市役所・各地域事務所へ

受付場所	受付期間
市役所 (4階大会議室) 各地域事務所	3月15日(金)まで ※土・日曜日、祝日を除く

開設時間：午前9時～午後4時
(受付は午後3時まで)

※申告用紙は、税務課、各地域事務所にも備えています。相談会場では入場整理券を配付しています。配付状況に応じて早めに受付を終了する場合があります。

問 税務課 (☎82・1306/IP ☎88・9072)

確定申告は

e-Taxによる電子申告が便利

e-Taxを利用すると自宅からいつでも確定申告ができます
マイナンバーカード方式・IDパスワード方式による事前準備がお済みの方は、国税庁HP「確定申告書作成コーナー」をご利用ください。
問 枚井税務署 (☎0744・42・3501)

3月中旬

軽自動車・バイクの廃車手続き、譲渡手続きを

□座振替の注意点

■軽自動車税は毎年4月1日現在の所有者に課税
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月中旬に廃車、譲渡の手続きを行ってください。
※3月中旬に手続きをされていない場合、次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になります。届出日、受理番号をご確認ください。
※バイクを廃品回収業者等に回収してもらう場合は、ナンバープレートを取り外して回収してもらってください。廃品回収業者では、廃車手続きの代行をしてもならない場合がありますので、各自で廃車手続きをしてください。廃車手続きの際、ナンバープレートが必要となります。
■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
トラクター、コンバイン、田植機等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となる車両です。
購入された場合や未登録の場合は、手続きを行ってください。
【持ち物】 本人確認ができるもの(免許証・マイナンバーカード)(免許証・マイナンバーカード)(免状証・マイナンバーカード)
■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 ☎0743・58・3700
二輪小型車(250cc超)
↓近畿運輸局奈良運輸支局 ☎050554020063
軽自動車(二・四輪)
↓軽自動車検査協会奈良事務所 ☎050338161845

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期の口座より引き落とされるため、車両ごとに引落先の口座を設定することはできません。また以前に軽自動車を所有していたことがある場合は、過去に口座を登録していただいている可能性がありますので、**問**までお問い合わせください。
※軽JNKの導入により、軽自動車税を口座振替で納められた方に、車検用納税証明書を郵送いたしませんので、あらかじめご了承ください。(二輪小型車(250cc超)を除く)
■近畿運輸局奈良運輸支局からのお知らせ
毎年3月末は、決算期や自動車税の賦課期日の終期等による影響のため、各種申請が窓口集中し、申請者の皆さんにお待ちいただいています。
このような状況を緩和するため、各種申請につきましては、早期に済まされるようお願いいたします。
各種申請につきましては、ヘルプデスク(05055402006)またはホームページ <https://www.tbmit.go.jp/kinji/> にアクセスしていただけます。

市営赤人霊苑お墓参り臨時送迎バス運行

予約制となりますので、**3月12日(火)まで**に予約をお願いします。

【市営赤人霊苑 お墓参り臨時バス時刻表】

バス停	1回目	2回目	3回目
榛原駅北口 ロータリー	8:00	10:15	13:30
↓	↓	↓	↓
旧榛原町役場 跡地	8:05	10:20	13:35
↓	↓	↓	↓
福地 奈良交通バス停	8:10	10:25	13:40
↓	↓	↓	↓
ひのき坂3 スクールバス乗り場	8:15	10:30	13:45
↓	↓	↓	↓
天満台西2 奈良交通バス停	8:18	10:33	13:48
↓	↓	↓	↓
天満台西4 奈良交通バス停	8:19	10:34	13:49
↓	↓	↓	↓
天満台東2 奈良交通バス停	8:20	10:35	13:50
↓	↓	↓	↓
赤人霊園(到着)	8:40	10:55	14:10
赤人霊園(出発)	9:25	11:40	14:55

※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。

※当日の悪天候などにより運行を中止にさせていただきますようよろしくお願いいたします。

霊苑の空き聖地については **問** へお問い合わせください

問 環境対策課 ☎82・22022 / IP ☎88・90078

高萩台自転車駐車を

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。

利用区分	一時利用(1日1回)	定期利用	
		1か月	3か月
自転車等の種類		一般	学生
自転車	150	2,300	2,090
原動機付自転車・90cc以下のバイク	240	3,660	10,470
90cc超～250cc以下のバイク	260	3,980	11,310

【定期利用】新規の方は窓口で。継続の場合は精算機で更新可。
受付時間：午前7時～9時
午後5時～8時



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

国民健康保険証を 更新します

現在お持ちの国民健康保険証の有効期限は、3月31日(日)までとなっております。新しい保険証を3月中旬に世帯主あてに世帯分をまとめて簡易書留で送付します。※保険年金課窓口で受け取り希望の方は、**3月5日(火)**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証明書を送付します。次回の保険証更新は窓口に来庁いただいたの交付となります。

また、これまで納付相談などに応じていただいていた方は、**問**で納付相談の後、保険証を更新します。必ず「来庁」ください。

■**就職・退職に伴う手続き**
【就職など、職場の健康保険等に加入された場合】
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。

【退職などで、職場の健康保険等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。

下水道に未接続の方へ

下水道は、健康で快適な生活環境の実現と公共用水域の水質保全に大切なものです。

公共下水道を使用できる区域で下水道に接続していない方は、一日も早く接続していただくことにより、下水道はその役割を果たすことができます。

接続工事を行う際は、必ず宇陀市指定工事店に工事を依頼してください。

上下水道料金のみずほ銀行窓口における納付書の取り扱い終了

みずほ銀行窓口における上下水道料金の納付書の取り扱いが3月31日をもって終了します。お手持ちの納付書に取扱金融機関として、みずほ銀行の記載がある場合でも、4月1日以降は同銀行窓口では納付書による支払いはできませんのでご注意ください。

なお、口座振替のみずほ銀行を利用されている方については、引き続きご利用いただけます。

水道局総務課
☎82・2185 / IP ☎88・9006 / ☎82・5627 / IP ☎88・9104

※国保の手続きにはマイナンバーがわかるものと本人確認書類をご持参ください。

結婚新生活支援補助金 対象者について

市民で住居費、引越費用、住宅リフォーム費の一部について補助金を支給します。

【申請期日】3月15日(金)まで

【対象者】令和5年3月1日から令和6年3月15日までの間に婚姻届を受理された次の要件を全て満たす世帯

- ①新婚世帯の合計所得金額が500万円未満
- ②婚姻日において夫婦のいずれも39歳以下
- ③市税の滞納がない など

【対象経費】次の①②③の費用(上限30万円)

- ①住居費(住宅に係る賃料、敷金、礼金、共益費等。住宅取得費や光熱水費は対象外)
- ②引越費用(引越業者または運送業者に支払った費用)
- ③住宅リフォーム費(倉庫、車庫、外構、家電は対象外)

【政策推進課】
☎82・3910 / IP ☎88・9094

【問】保険年金課
☎82・3972 / IP ☎88・9086

Education・culture&sports 教育・文化・スポーツ

うだし電子図書館体験

来て見て、さわって電子図書館を体験してみませんか？
待ち合わせ時間や通勤、通学時間など空き時間にスマホ(PC)タブレット(ヤブあればいつでもどこでも利用でき便利です)。「なんだか難しそう・・・」という方も、お気軽にお越しください。

【開催日時】3月23日(土) 特設コーナーにて、電子図書館の使い方説明と体験

- ①午前10時30分～正午
- ②午後2時～3時30分

【申し込み】不要

【対象】市内在住・在勤・在学の方

薬草のまちづくり ヤマトトウキ 大和当帰苗の 販売予約を受付

市では、薬草を活用したまちづくり、薬草のまちを目指して、薬草協議会が中心となって、大和当帰の栽培を進めています。栽培に興味ある方は、ご連絡ください。

【対象】市内で栽培される方
※多数の申し込みがあった場合は、数量を限定する場合があります。

【配布価格】1本10円

【配布時期】4月上旬(予定)

【申し込み】3月15日(金)までに**問**へ



大和当帰
セリ科の多年草で、根は冷え性や血行障害の改善、強壮、鎮痛剤などの漢方「当帰」として処方され、主に婦人科系疾患に効果があるといわれています。

近年では、葉は食材としての使用が認められ、様々な活用方法が注目されています。

【問】宇陀市薬草協議会(商工産業課内)
☎82・5874 / IP ☎88・9075

図書館からのお知らせ

- おはなし会(約30分)
★すくすくひろば(0～3歳)
3月13・27日(水) ①10:00～②10:45～
場所:中央図書館おはなしの部屋
- ★おはなしクラブ(幼児・小学生)
3月9・23日(土) 10:00～
場所:中央図書館おはなしの部屋
- ★職員によるミニおはなし会
3月16日(土) 10:30～
場所:大宇陀図書館 児童書コーナー近く
- 総合センター工事について
※総合センター改修工事の関係で、騒音発生や仮設トイレ使用などにご迷惑をおかけしています。

2024年3月						
日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
					1	2
3	4	5 休館	6	7	8	9
10	11	12 休館	13	14	15	16
17	18	19 休館	20 休館	21	22	23
24	25	26 休館	27	28	29	30
31						

※20日(水)は、春分の日の祝日で休館します。

中央図書館
☎82・4749 / IP ☎88・9110
【開館時間】9:30～17:00

大宇陀図書館
☎83・0976
【開館時間】9:00～17:00

3月の文化会館だより かぎろひホールの催し(2月15日現在)

3月の休館日(5.12.19.20.26日)
【問】文化会館(☎83・0977)

日	曜日	催し物案内	入場方法	時間	主催者	問い合わせ
24	日	SDGs推進・能登半島地震復興支援第7回すてきなともだちコンサート	一般無料	開場:午後0時45分 開演:午後1時15分	すてきなともだちコンサート実行委員会	人権推進課内 ☎82・2147
31	日	リトル・ピアニスト・コンサート	関係者	1部:午前10時15分 2部:午後1時15分	貴師田 三紀子 藤岡 あづさ	☎-----

●**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:3月1日(金)～17日(日) 午前9時～午後5時まで
展示場所:文化会館1階 展示ホール
文化会館で開催している絵手紙教室と陶芸教室の作品展です。
四季折々のモチーフを描いた心あたたまる絵手紙、個性豊かな陶芸作品など受講生の力作をどうぞご覧ください。

マイナンバーカード**夜間・休日**手続きの予約について

マイナンバーカードの申請・受取・更新について、予約制で次のとおり夜間・休日受付をしています。
※平日の午前9時30分から午後4時30分までの受付は予約不要です。

マイナンバーカード交付通知書(ハガキ)が届きましたらお早めにお受け取りください。

【問】市民課(☎82・2143 / IP ☎88・9076)

■3月の夜間・休日窓口

日	曜日	場所	時間
15	金	本庁市民課	午後5時30分から7時30分までの予約受付
24	日	本庁ふるさとテラス	午前9時から正午までの予約受付

文化会館文化教室

文化会館 (☎ 83・0977/FAX83・0976)
 メール: bunkakaikan@city.uda.lg.jp
 ※火曜日休館 (祝日の場合、翌日が休館)

【申込期間】 3月1日(金)～10日(日) 午前9時～午後5時

【申し込み】 文化会館窓口・電話・応募フォーム (https://logofom.jp/form/bG5b/483613)

【その他】 応募者多数の場合は抽選。気象状況(警報発令時)や講師等の都合により受講日時変更有り。

【対象者】 市内在住・在勤の方



教室名	開催日	月額受講料	定員	講師	内容
絵手紙教室	Aコース(初級コース) 午前10時～正午	(年12回) 1,000円/月 ※別途教材費が必要 ※用具をお持ちでない方は一式(6,000円程度)が必要	各10人	村上 里美氏	毎月違う季節のモチーフを使って、ハガキや巻紙・和紙などに絵手紙を描きます。
	Bコース(中級コース) 午後1時30分～3時30分 毎月1回・第3木曜日				
陶芸教室	Aコース 第2・4水曜日	(年24回) 3,000円/月 ※別途材料費が必要	各10人	こめだ みゆき氏	初心者から経験者までそれぞれに合わせた指導で、茶碗や皿などの陶器を作成します。
	Bコース 第2・4日曜日 いずれも 午前9時～正午				
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	(年24回) 2,000円/月	各8人	大澤 一榮氏	ヨガのポーズや呼吸法で身体のバランスを整え、健康的な身体づくりを目指します。
	A/B両コースを受講: 毎月1～4月曜日 午後1時30分～3時	(年48回) 4,000円/月	8人		ヨガの基本から、様々な体の状態に合わせたポーズやポディワークを行います。

受講生大募集!

アクア・グリーン榛原

総合体育館(室内温水プール)

大人のための運動教室

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!

総合体育館 (☎ 82・6561/IP ☎ 82・0511)
 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)

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が少なく体力向上に効果的

【申込期間】 3月1日(金)～15日(金)

【受付場所】 総合体育館(午前8時30分～午後5時)
 温水プール(午前8時30分～午後8時)

教室名	時間	月	火	水	木	金	対象	定員	受講料(月4回)	保険料(年間)
大人のための運動教室	膝腰機能改善 ウォーキング(プール内)	13:30～14:15			○		20歳以上の市内在住者 ※治療中の方は、医師の許可が必要	60人	3,200円/月	(65歳未満) 1,850円 (65歳以上) 1,200円 ※任意
	リラックス・ヨガ	13:15～14:15			○			60人	2,000円/月	
	筋力・体力アップ体操 老けないからだづくり	13:15～14:15	○				40人			
	エアロビクス	13:15～14:15				○	40歳以上の市内在住者 ※治療中の方は、医師の許可が必要	40人		
	ピラティス	14:30～15:30				○		50人		

【無料体験】

新規申し込みの場合、各教室一人1回限り可能。(前日まで申し込み必要。定員数に達している場合は、お断りする事もあります)

【その他】

正式に受講を希望される場合、必ず事前申し込みが必要。受講料は月払い。自己都合での欠席は受講料をお返しの事ができませんのでご了承ください。

水泳教室

子どもも大人も楽しく泳ぎましょう!
 水中での全身運動は、膝や腰に負担なく代謝や体力向上の効果が期待できます。

【申込期間】 3月1日(金) 申し込み開始

【受付場所】 温水プール(午前8時30分～午後8時)

教室名	時間	月	火	水	木	金	土	対象	定員	受講料(月4回)	保険料(年間)
成人コース	11:00～12:00	○			○		○	16歳以上	30人	5,280円	(65歳未満) 1,850円 (65歳以上) 1,200円
幼児 児童 生徒 コース	15:30～16:30	○		○	○	○		3～15歳まで	45人	4,840円	800円
	16:30～17:30	○		○	○	○			45人		
	17:30～18:30	○		○	○	○		3～15歳まで ※9級以上の方	30人		
選手コース	18:30～20:00 木曜のみ 17:30～19:00	○		○	○	○		高校生まで ※コーチの推薦者のみ	—	8,500円 10,000円(高校)	800円 1,850円(高校)

【無料体験】

新規お申込みの場合、各教室一人1回限り可能。(前日まで申し込み必要。定員数に達している場合は、お断りする事もあります)
 ※受付後、翌月から受講開始。(月の途中入講は不可)
 ※水泳教室は、毎週決まっていた曜日・時間の受講となります。

【その他】

祝日や都合により、月の教室回数に変更になる場合がありますので、開講回数により受講料は異なります。自己都合での欠席は受講料をお返しの事ができませんのでご了承ください。

皆さんのまちづくりを応援します!
宇陀市まちづくり活動応援補助金
事業実施団体を募集!!

NP〇団体・ボランティア・市民グループなど、皆さんのまちづくり活動をバックアップします

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。
 地域の個性を生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(金)～22日(金)

【対象】 全ての要件に該当する団体
 ○市内で主に活動し、3人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、会則など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。
- 【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。
 ※複数年度事業については、2年目は40万円、3年目は30万円が上限。4・5年目は別事業のみそれぞれ20万円が限度
- 【募集要領など】
 詳しくは☎窓口、または市ホームページに掲載
- 【審査の基準】 ○新規性 ○公益性 ○必要性 ○実現性 ○発展性

補助金交付までの流れ

【交付申請書の受付】
 3月1日(金)～22日(金)

【書類審査】 3月下旬

【プレゼンテーション】
 4月14日(日)【予定】

※交付申請書提出後のプレゼンテーションや、その後のスケジュールについては、変更となる場合があります。

【事業の公表】 事業団体名代表者・事業内容は、広報うだや市ホームページなどで公表

※本事業は、令和6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。

政策推進課 ☎ 82・3910/IP ☎ 88・9094

特集

市政トピックス

うだごから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・あんしん

お知らせ

掲示板

うだちゃん

大和都市計画用途地域の変更案および大和都市計画地区計画の決定案の縦覧について

大和都市計画用途地域の変更案と併せて、良好な居住環境の保全と形成を目指すために、大和都市計画地区計画の決定案を次のとおり縦覧します。

【案の内容】

- ①大和都市計画用途地域の変更（大宇陀拾生地区の一部、黒木地区の一部）
- ②大和都市計画地区計画の決定（大宇陀拾生地区の一部、黒木地区の一部）

【案の縦覧期間】

3月1日（金）～15日（金）

【変更案の縦覧場所】

まちづくり推進課（市役所2階）
市ホームページに掲載

【意見書の提出方法】

この①大和都市計画用途地域の変更案と②大和都市計画地区計画の決定案に対して意見のある方（市民の方、または利害関係者）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載し、3月1日（金）～15日（金）午後5時までに、

まちづくり推進課（市長宛）へ直接または郵送で提出（15日必着）してください。

まちづくり推進課

（☎ 82・5624 / IP ☎ 88・9096）

大宇陀温泉あきののゆ レストランの営業休止

3月のレストラン営業に関して、営業体制変更のため次の日程の間お休みさせていただきます。なお、温泉・物販・グラウンドゴルフについては次の期間中も営業します。

ご利用の皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお祈いします。

今後引き続き、大宇陀温泉あきののゆをご愛顧の程よろしくお祈いします。

【休業日程】

3月18日（月）～31日（日）
※4月1日より営業再開を予定

問 大宇陀温泉あきののゆ

（☎ 83・4126）



第17回宇陀シティマラソン開催

大会運営・交通規制にご協力をお願いします

3月10日（日） 午前9時～11時30分

【開始】 午前9時（開会式） 雨天決行、荒天中止

【会場】 市役所および周辺道路

【交通規制場所・時間】

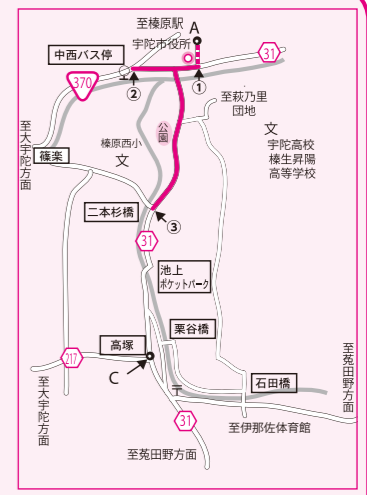
◆マラソンコース内外の規制

○ポイントA→①→②→③午前9時～11時30分

【奈良交通バスの運行について】

菟田野・榛原方面の県道31号線①～②～③の区間については、③⇄篠原交差点⇄榛原駅で迂回運行。県道31号線③～Cの区間については通常運行します。

問 宇陀シティマラソン実行委員会（生涯学習課内）（☎ 82・3975 / IP ☎ 88・9364）



令和6年宇陀市消防団員表彰一覧

問 危機管理課（☎ 82・1304 / IP ☎ 88・9070）

この表彰は、消防団員として多年にわたり消防業務に従事し、地域消防の担い手として、地域住民の安全確保、防災思想の普及などに尽力した団員に対し、その功績を称えるものです。今年は以下の団員が表彰を受けました。

【表彰および感謝状受賞者】（階級順・敬称略）

◎奈良県知事表彰（分団長）高岡 定功・横谷 吉教・浦 賢彦、（副分団長）西浦 辰弥、（団員）大國谷 則彦・内田 悦生・北口 政明・西山 潤

◎消防協会長表彰（分団長）吉原 禎之、（副分団長）池ノ上一夫・楠谷 剛志・勝田 誠一、（部長）松田 寿一・佐々岡 史郎・寺澤 貴晴・山口 和也・仲田 俊一郎、（班長）小西 淳昭、（団員）梶窪 照雅・辻 広一

◎警察署長感謝状（分団長）丸谷 和樹、（副分団長）山本 徳章、（班長）加留 宗一郎、（団員）新 辰雄

◎市長表彰（副分団長）寄能 和也、（部長）下泉 章・小西 泰二・蛭原 浩行・大黒 祥幸、（班長）松久保 光寛・植田 和宏・別所 貴之・辻 勇・赤土 浩之・中村 雅昭、（団員）松本 展博・中山 光生・植松 靖雅・澤田 龍伸・太田 明夫

◎団長表彰（副分団長）岩井 雅之・東口 正弘、（部長）中西 一藏・上西 剛司、（班長）中西 宣弥・楠田 正則、（団員）田中 信貴・藤原 成憲・神野 智史・松村 英昭・小泉 勇人・太田 貴之・飯降 康弘・森田 哲也・勝井 恭平・安浪 宗彦



今日の無料相談

必要なとき、困ったときは電話してね！

そうだんのしゅるい	そうだんできる日	場所は？	時間は？	くわしいことが聞きたい
行政相談 [予約不要]	3月6日（水）	宇陀市人権交流センター	9:00～12:00	総務課 (☎ 82・1302 / IP ☎ 88・9068)
	3月13日（水）	室生振興センター		
	3月15日（金）	大宇陀人権交流センター		
	3月21日（木）	市役所（212会議室）		
人権相談	3月13日（水）	室生振興センター	9:00～12:00	人権推進課 (☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)
	3月15日（金）	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4日・7日・11日・14日・18日・21日・25日・28日 (各月・木曜日)	市役所 (213会議室)	13:00～16:00	商工産業課 (☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075)
こころの健康相談 [要予約]	3月19日（火）	予約の際にお知らせします	13:30～16:30	中央保健センター (☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175)
DV相談 [要予約]	3月27日（水）	予約の際にお知らせします	13:00～16:00 (1人50分・1日3人)	人権推進課 (☎ 82・2147 / IP ☎ 88・9077)
心配ごと相談 [予約不要]	3月6日（水）	宇陀市人権交流センター	9:00～12:00	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13日（水）	室生振興センター		
	3月15日（金）	大宇陀人権交流センター		
	3月25日（月）	市役所（213会議室）		
若者自立のための無料相談 [要予約]	3月27日（水）	市役所 (213会議室)	14:00～17:00 (※相談員の都合で中止となる場合があります。)	【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12日（火）	市役所 (211会議室)	13:00～16:00	【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)	市役所 厚生保護課（2階）	9:00～12:00 13:00～16:00	厚生保護課 (☎ 82・2221 / IP ☎ 88・9079)
巡回職業相談 [要予約]	3月13日（水）	市役所 (213会議室)	9:00～12:00 13:00～15:00	
ひとり親福祉資金貸付相談 [要予約]	毎週月・火・木・金曜日 (祝日除く)	市役所	10:00～16:00	【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]	3月12日（火）	宇陀市権利擁護センター ほっとサポートうだ (医療介護あんしんセンター内)	10:00～12:00 (1人60分・1日2人)	宇陀市権利擁護センター ほっとサポートうだ (☎ 88・0778)
精神科医による専門相談 [要予約]	3月25日（月）		14:00～16:00 (1人60分・1日2人)	
家計改善支援相談 [要予約]	毎週月～金曜日 (祝日除く)		9:00～12:00 13:00～16:00	

◇はい！こちら消費生活相談窓口です◇

●住宅賃貸借トラブルを避けるために

契約内容や住宅の現状をよく確認しましょう。退去時の原状回復トラブルを避けるために、入居時の新聞の日付部分と一緒に、気になる箇所の写真をとって保存・連絡しておきましょう。入居中にトラブルが起きた時にも、すぐに貸主側に相談しましょう。退去時には精算内容をよく確認し納得できない点は説明を求めましょう。

問 商工産業課（☎ 82・5874 / IP ☎ 88・9075）

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

募集

- 市民農園 新規会員の募集
健康づくりは、野菜作りで！「いきいき健康年齢」で過ごしましょう。
榛原澤にある市民農園で野菜作りを始めませんか。
令和7年2月末まで、年会費の1/4でお試し利用が可能です。
▶場所 花とみどりの澤市民農園
▶利用面積 60㎡
▶使用開始日 4月1日予定
▶申し込み 4月30日まで
▶千野方 (☎090・8533・0294)

- ささなきコーラス (シニア女声コーラス) メンバー募集
60歳以上の方、一緒に歌いませんか！楽しいですよ！50歳以上の方も大歓迎です。
▶日時 月2回 木曜日 午後1時～3時
▶場所 天満台東交流センター
▶講師 指導：堂下操子先生
ピアノ：衣笠まゆ先生
- ささなきコーラス
中島方 (☎82・3414)
庄子方 (☎82・4712)

催し

- 米作り勉強会
「大和高原・米・食味向上委員会」主催の米作り勉強会を開催します。一緒に米作りについて学びませんか
▶日時 3月17日(日) 午後1時受付、1時30分開場
▶集合 農林会館 2階
▶内容 昨年度米コンクール受賞者5人の栽培履歴を基にした講義と質疑応答
▶参加費 500円 (テキスト代等)
▶定員 80人
▶事務局 林方 (☎82・0679)
- 宇陀松山会館 薬草の講座のご案内
▶テーマ 奈良・宇陀地方のくすり と薬用植物の話
▶日時 4月14日、5月26日、6月9日、7月14日、8月11日、9月8日、10月20日、11月10日の全8回開催
各午後2時～3時
▶講座内容 宇陀松山会館フェイスブックを参照ください
▶場所 宇陀松山会館
▶講師 奈良県薬事センター 総括

- 研究員 西原 正和先生
▶定員 30人
▶費用 市内の方無料、市外の方は1,000円 (別途実費あり)
▶申し込み 問へ
▶宇陀松山会館 (☎88・9253) ※水・金・土・日の午前10時～午後4時まで

- 室生漁業協同組合 「アマゴ釣り解禁」情報
室生漁業協同組合では、アマゴ成魚約200kg放流予定です。
▶解禁日 4月14日(日) 午前5時～
▶漁区 室生川上流(黒岩口)～下田口(宇野川橋)
▶禁止事項 ルアー釣り禁止
▶遊漁券(年券のみ) 5,000円 ※1人1竿
▶遊漁券販売所 田口地区【アマゴ入漁券販売所】のぼり旗役員宅
▶田口地区役員 田中方 (☎090・1134・6411)

その他

- 「遺言の日」記念無料法律相談
▶日時 4月15日(月) 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)
▶内容 相続遺言に関することに限ります【相談時間1人30分間 先着16人】
▶予約受付 4月1日～12日までに電話予約で先着順 ※受付時間 平日午前9時30分～午後5時
▶奈良弁護士会 (☎0742・22・2035)


- 令和6年度奈良県警察官(第1回)採用試験
▶第1次試験日 教養・論文試験：5月12日(日) 体力・口述試験：5月25日(土)・26日(日)のうち指定する1日
▶受験資格 平成3年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、または令和7年3月末日までに卒業見込みの方
▶受付期間 インターネットのみ(県警ホームページから) 3月1日(金)～4月12日(金)
▶奈良県警察本部警務課採用係 (☎0120・351・204) URL <https://www.police.pref.nara.jp/>

- Webでの就職相談を受け付けています
奈良県(奈良・高田)しごとiセンターでは、Webでの就職の相談(Webキャリアコンサルティング)を受け付けています。対面での相談が難しい方や、Web面接の練習をしたい方におすすめです。
詳しくは、下記URLをご覧ください。
▶奈良しごとiセンター (☎0742・23・5730) URL <https://www.pref.nara.jp/56565.htm>

■自衛官等募集案内

種目	資格	受付	試験期日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	随時	受付時にご連絡

詳しくは問へ
▶自衛隊天理募集案内所 (☎0743・63・2540) ホームページ <https://www.mod.go.jp/pc0/nara>





奈良県警察安全・安心アプリ「ナポリス」運用開始

3月1日に皆さんの暮らしの安全・安心を守る奈良県警察公式アプリが誕生しました。

【主な機能】

- ・お知らせ機能：身近な犯罪・不審者情報等がプッシュ通知で届く
- ・マップ機能：身近な犯罪・不審者情報等をマップで確認
- ・防犯ブザー&ちかん対策機能：警告画面と音で犯人を撃退
- ・今ココ通知機能：お子さんやご家族の現在地を確認

その他にも数多くの便利な機能を搭載しています。
▶奈良県警察本部 生活安全企画課 (☎0742・23・0110)

近鉄榛原駅、近鉄室生口大野駅にデジタル駅スタンプ導入！

近畿日本鉄道株式会社では、2月1日より、71駅でデジタル駅スタンプアプリ「エキタグ」を導入し、近鉄榛原駅と近鉄室生口大野駅の2駅でもデジタルスタンプを作成しました。「エキタグ」は、スマホなどで全国の駅スタンプを集めて楽しむサービスです(参加費無料、通信料は別途必要)。ぜひ皆さんも駅スタンプを集めてみませんか。

▼「エキタグ」アプリのダウンロードはこちら




～ 春季火災予防運動 ～

全国統一防火標語
火を消して 不安を消して つなぐ未来

停電復旧後の通電により破損した器具や配線からの出火



地震発生時、使用中の器具の破損や転倒等による火災

地震による電気火災を防ぐ 感震ブレーカーを付けましょう！

阪神淡路大震災の本震による火災が285件のうち、原因が特定されたものが139件、そのうち約6割が電気関係の出火、東日本大震災の本震による火災が111件のうち、原因が特定されたものが108件、そのうちの過半数が電気に起因する火災でした。

いざという時のために準備をして宇陀市から火災を無くそう！

▶県広域消防組合 宇陀消防署 予防課 (☎82・3199)

農産物直売所 旬の駅 クロスウェイなかもち店 NEW OPENにつき 出荷農家大募集!

宇陀に集荷場あります 集荷場から旬の駅全6店舗に出荷OK

農産物直売所 旬の駅ならやま本店 担当/北尾まで

お気軽にお問い合わせください! Tel.0742-22-2930 Tel.090-9988-4417

株式会社ナガサワばらす

住まいのリフォームお任せください!

リフォーム ローン低金利 住居設備 水漏れ・給湯器・水道工事 ご提供! リフォーム キッチン・浴室・トイレ・内装

介護用品 介護用ベッド・手すり・車いすなどのレンタル・販売 ...など

☎0745-83-2266

営業時間/9:00-17:00 定休日/日・祝日 〒633-2125 奈良県宇陀市大字院大東198-1 奈良県知事許可:建築工事業(般-5)第18375号

バス運転者募集

営業所見学会の 運転体験会実施中

奈良交通(株) 総務人事部 ☎0742-20-3119



有料広告を募集

広報紙やホームページに広告を出しませんか

詳しくはお問い合わせください

宇陀市 有料広告募集 検索

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

3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
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
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
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	講演会
5	いきいき歯ッピー体操 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
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
11	まちの話題 ホットニュース
0	宇陀市政なう



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	○ささえあい地域づくり講演会 ○市職員災害派遣出発式と報告会	○第52回かぎろひを観る会 ○国道165号(中和津道路)整備促進協議会 臨時総会	○こころの健康づくり学習会 ○宇陀市獣肉利活用施設「UDA GIBIER FACTORY」竣工式
講演会等	○高齢者が生き生きと活躍できる社会実現について 軟骨伝導集音器・イヤホン体験会より		
宇陀市政なう	○野菜たっぷりクッキング:カレー風味玉じゃが ○うだしなこよし献立他	○野菜たっぷりクッキング:カレー風味玉じゃが他	○UDA UDA ENGLISH ○うだしなこよし献立他
まちの話題	○墨坂神社「節分祭」～榛原秋原～ ○白山神社「豆焼き」～大宇陀野依～	○宇陀の初えびす	○かき餅作り～大宇陀関戸～ ○チェンソー整備・選木・間伐講習会
宇陀の気になる企業	○株式会社クスダ		

*「宇陀の気になる企業」は、「まちの話題」終了後に放送しています。

生涯学習だより

～手編みを楽しみませんか～

【公民館自主グループ⑩】

室生分館で公民館活動自主グループ「手編みクラブ」(代表 窪田美津子)が毎月 第4金曜日、午前9時30分～午後3時までの間、澤 まり子先生の指導のもと、楽しく活動しています。

かぎ針、棒針を中心に小物から様々なセーター類まで、自分だけの作品づくりに取り組んでいます。手編みは時間がかかりますが、指と目と頭を使い、たった1本の毛糸で、一針一針に夢を広げながら編み上げ、できあがった時の喜びと満足感はひとしおです。

時には楽しいトークタイムもあり親睦を深めています。初めての方、blankがある方でも大歓迎です。先生がわかりやすく教えてくれますので、興味のある方は一度教室をのぞいてみてくださいね。



☎窪田 (☎ 92・2778) まで ▲自分だけの作品を作りませんか



令和6年2月1日現在 ※ () 内は前月比

0～9歳	1,248人	60～69歳	4,356人
10～19歳	1,969人	70～79歳	5,463人
20～29歳	1,957人	80～89歳	3,253人
30～39歳	1,833人	90～99歳	864人
40～49歳	2,923人	100歳以上	30人
50～59歳	3,380人		
総数	27,276人 (-64)		
世帯数	12,716世帯 (-5)		

☎ 82・30675 / IP ☎ 88・90604

生涯学習課

『中学校部活動について 地域の力をかりる改革』③

市内中学校部活動の現状について、令和5年11月時点では、14種類の部活動があり、スポーツ系が8種目(陸上競技・野球・ソフトテニス・バスケットボール・バレーボール・バドミントン・卓球・剣道)また文化・科学系が6種目(吹奏楽・書道・科学・美術・文芸・文化研究)があります。その中でも、休日に活動を行っている種目が9種目(陸上・野球・ソフトテニス・バスケットボール・バレーボール・バドミントン・卓球・剣道・吹奏楽)となっています。

近年の少子化の影響により単独チームが組めず、合同チームで試合に出場しているケースがあります。今回の「中学校部活動の地域移行」では、土・日・祝日の活動について地域の力をお借りし、子どもたちが活動できる体制を作っていきます。

てんいち先生



元日の午後、テレビの正月番組を見ながらお節を味わっていたら、初詣中だったり、皆さんそれぞれに過ぎたり、正月気分は、緊急地震速報とその後の揺れ、次々と吹き飛ばされてしまいました。

コロナ禍の後、久しぶりに、お正月だと思っていたのに、災害は本当に怖い。年明けで悲しいの、被害が続いて悲しいの、被害が甚大に悲しいの、被害がなすればと気が緩んではいませ

元日の午後、テレビの正月番組を見ながらお節を味わっていたら、皆さんそれぞれに過ぎたり、正月気分は、緊急地震速報とその後の揺れ、次々と吹き飛ばされてしまいました。

コロナ禍の後、久しぶりに、お正月だと思っていたのに、災害は本当に怖い。年明けで悲しいの、被害が続いて悲しいの、被害が甚大に悲しいの、被害がなすればと気が緩んではいませ

また、「災害弱者」と呼ばれる、自力での避難が困難で支援を必要とする方がいます。障がい者、傷病者、高齢者、妊婦や子どもが思い浮かぶかと思えますが、それ以外にも、日本語が堪能でない外国人や、旅行者等も含まれます。今回の地震でも、能登に帰省中や旅行中に被災した方がいて、誰もが災害弱者になる可能性があることに気づきました。

災害時には平時以上に周囲との協力が重要になります。普段から自分も他人も大事にして、ひとにやさしいまちをつくっていきましょう。



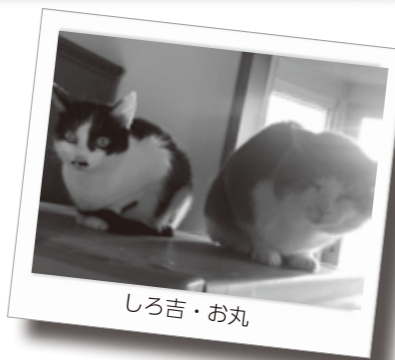
人権

能登半島地震に思うこと

うだちゃん

Q. どんな性格?
A. しろ吉・・・人見知りで気の強い性格
お丸・・・人懐っこくマイペースな性格

Q. 家族から一言
A. よく庭に来ていた野良猫2匹を保護。しろ吉は夏に3匹の子どもを産みました。庭に来てくれてありがとう。



しろ吉・お丸



トト(弟)・キキ(姉)・メイ(母)

Q. どんな性格?
A. お姉ちゃんは凶暴、お母さんはやや凶暴、弟はのんびりマイペース

Q. 家族から一言
A. 長生きしてね♥

広報うだでは、皆様のご自慢のペットの写真を募集します。(宇陀市在住に限る)

【応募方法】住所・氏名・連絡先・ペットの名前・掲載するコメント(各質問のコメント30文字以内)を記入のうえ、ペットの写真を添えて、申請フォーム、郵送、窓口へ持参のいずれかでお申し込みください。先着順に掲載しています。1家族1枠でお願いします。

☎秘書広報情報課 (☎ 82・3912 / IP ☎ 88・9083)

申請フォーム▶





子どもの読書活動推進啓発ポスター 優秀作品展

県教育委員会が、県内の小・中学生・高校生を対象に、「子どもの読書活動推進」を啓発するためのポスターを募集したところ、29校より172人の応募があり、今回、20作品が優秀作品に決定しました。当市からは、下記の3人の

作品が優秀作品に選ばれました。
この作品の展示を2月28日(水)から3月4日(月)まで中央図書館で展示していますので、皆様のご来館をお待ちしています。

(優秀作品)



榛原中学校 1年生
上岡 瑞季さん



榛原中学校 3年生
笹目 理紗さん



榛原中学校 3年生
福井 榛奈さん

菟田野小学校にて「子供 夢・アート・アカデミー」

1月18日、菟田野小学校において、文化庁主催事業「子供 夢・アート・アカデミー」から、日本を代表する画家、絹谷幸二さんを講師にお迎えし絵画の授業を行いました。著名な講師の先生から直接一人ひとり褒めてもらい、指

導いただいた子どもたちは楽しく作品づくりを行いました。また、「絵でもなんでもいい、好きなものを見つけてそれをずっとやり続けなさい」と子どもたちの未来に向けて熱いメッセージをいただきました。

