

やまとたかがだ



2017

7

No.986



磐園小学校でゴーヤの植え付け (5月22日撮影)

INDEX

- 姉妹都市リズムー市への派遣学生決定 ① 新庁舎建設基本構想(案)に対する意見募集 ②
 いま、市立病院では ③ 人権シリーズ ④ 消費生活センターから ⑤ BOOKサロン ⑥ 各種相談 ⑦

第31回交換学生

姉妹都市リスモーン市への派遣学生決定



5月28日(日)に行われた選考試験の結果、5名の派遣学生が決定しました。派遣学生と随行教諭は、7月27日(木)に日本を出発します。約2週間をリスモーン市で過ごし、8月10日(木)に帰国します。なお、引率者として、高田西中学校の福岡彬教諭が随行します。

派遣学生&随行教諭 一問一答ーク

Q.一番楽しみにしていることは？



高木 千裕さん

A. オーストラリアではどのような生活スタイルなのか知りたいです。お風呂の入り方の違いなど、日本の家庭との違いを学びたいです。

Q. 派遣に向けて、自主的に行っていることは？



小柳 凜さん

A. 学校のALTの先生と積極的に話し、少しでも英語力がつくようにしています。いろいろな人と話したいです。

Q. 食べてみたいものは？



森島 龍一さん

A. 日本ではあまり見かけない野菜や果物を食べてみたいです。パンが好きなので、使っている小麦が変わることや、どれだけ味などが変わるのか、楽しみです。

Q. 高田をどのように紹介したいか？



篠本 暉さん

A. 高田千本校など、高田の見所を写真で紹介したいです。また、マスコットキャラクター「みくちゃん」もグッズなどを使ってPRしたいです。

Q. リズモーン市に伝えたいことは？



吉村 悠希さん

A. 大和高田での祭り行事です。7月7日の「蓮とり行事」や、春秋の「おかげまつり」など、楽しいイベントを紹介したいです。

Q. 学生たちに期待することは？



福岡 彬 教諭

A. 毎日、文化の違いを楽しんでもらいたいです。また、ホストファミリーや市役所の人と、積極的にコミュニケーションをとり、街の人たちとも気軽に話せるようになってほしいです。

〔大和高田・リスモーン都市友好協会 事務局 内線273〕

「大和高田市新庁舎建設基本構想(案)」に対する 意見募集(パブリックコメント)を実施

新庁舎建設基本構想とは、新庁舎の建設に向けて、「現庁舎の現状と課題」、「新庁舎の基本理念・基本方針」、「新庁舎の建設場所・規模」など、基本事項を示すものです。

次のとおり構想(案)を公表し、市民の皆さんを中心に広く意見を募集します。多くの意見を待っています。

▽公表する構想(案)

大和高田市新庁舎建設基本構想(案)

▽公表と意見の募集期間

7月5日(水)～25日(火)の午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く。郵送の場合は、必着)

▽意見を提出できる人

・市内在住の人・市内に通勤・通学している人・市内に事務所や事業所を有する人・市内に土地、建物を所有する人

▽公表場所

市役所本庁舎1階ロビー、中央公民館玄関ホール、市民交流センター2階交流ロビー、市ホームページ

▽意見書の提出方法

所定の意見書に住所、氏名などの必要事項と意見を書いて、次の方法で提出してください。

(1)直接提出 大和高田市役所 庁舎建設準備室(市役所本庁舎2階)

(2)郵便 〒633-5851 大和高田市大字大中100番地1 大和高田市役所 庁舎建設準備室

(3)Eメール chousha@city.yamatotakadanara.jp

※電話での意見の受け付けは行いません。

▽意見書の様式

各公表場所に用意しています。また、市ホームページからダウンロードできます。

▽意見及び市の考え方の公表

提出された意見と、これに対する市の考え方を公表します。類似の意見については集約することがあります。なお、提出された意見以外(個人情報に当たる部分)は公表しません。また、個別の回答はしません。

〔庁舎建設準備室 内線2996〕

7月は「社会を明るく する運動」強調月間

「犯罪や非行を防止し、
立ち直りを支える」

地域のチカラ

「社会を明るくする運動」とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする、全国的な運動です。7月は、その強調月間です。

・犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えましょう。

・犯罪や非行に陥らないよう、地域社会で支えましょう。

・これらの点について、地域社会で理解と協力の輪を広げましょう。

〔社会福祉課 内線534〕

「青少年の非行・被害 防止」強調月間

7月1日(土)～8月31日(木)

市民の非行防止意識を高め、青少年の非行防止や被害防止、健全育成を図る運動期間です。

▽実施機関 大和高田市・大和高田市教育委員会・奈良県高田警察署

〔青少年センター

☎23・1322〕

空き家の放火防止対策

火災の発生原因第1位は放火です。

放火が起こる要因として、次の点が挙げられます。

・敷地内、建物内へ容易に入りができる。

・建物周辺に燃えやすいものが大量にある。

・付近住民の関心が薄い。

これらを解決することが予防の第一歩です。また、放火犯は「人の目をもっとも嫌います。地域のコミュニティが充実している地域では、放火の被害が少ないとの報告もあります。自宅を放火から守るため、周囲の空き家にも放火されない環境づくりが重要です。

〔奈良県広域消防組合

高田消防署 ☎25・0119〕

大和高田市 70年の歩み



福祉センターオープン(昭和48年)



昭和48年、今里に福祉センターがオープンしました。当センターは、高齢者の皆さんが、積極的に社会活動に参加することを目標に作られました。たくさんの方に利用されてきた当センターは、平成17年に建物と設備の老朽化で閉館となりました。

児童館オープン(昭和49年)

昭和49年、旭北町に児童館がオープンしました。児童館では、今も変わらず、定期的なイベントを行い、子どもたちの自由な遊び場として、また子育て中の親同士の交流の場として、皆さんに親しまれています。



〔企画広報課 内線273〕



大和高田市立病院の整形外科について

大和高田市立病院整形外科は専門医3名と後期研修医1名で運営しています。専門医3名はそれぞれ専門領域があり、(膝(関節外科)、肩(関節外科)と腫瘍を専門としています。そのため手術も膝、肩の症例が多くなっています。代表的な膝疾患は半月板損傷、膝関節症、靭帯損傷などです。小さな傷で治す関節鏡による半月板縫合術や靭帯再建術が増えています。また自分の骨を生かして、関節の動きを制限することなく痛みを軽減する骨切り術(膝の変形に対して骨切りなどを行って変形を矯正する手術)などが治療法になります。肩の代表的な疾患は腱板損傷です。腫瘍に関して、今後増える

と思われるのは、高齢者のがん患者増加に伴う転移性腫瘍です。骨シンチやMRI、CTなどを行って、その後、生検などで診断することになります。これまでは診断がつくと、他の施設で治療ということもありましたが、昨年から当院で放射線治療も可能になりました。またそれ以外で重点を置いているのは、高齢者の骨折治療です。高齢者に多い股関節、手関節、肩関節周囲の骨折の手術を積極的に行っています。高齢者の人では、もともとの疾患によって、バイアスピリンなどを服用している場合は出血しやすくなるため、薬の影響がなくなるまで待つてもらわないといけない場合があります。また、術後のリハビリについては、当院の理学療法士が増えているので、一人の患者に掛け

られる時間も増加傾向にはあります。ただ、回復期病棟などで行われる時間と比較すると、少なくなっています。希望があれば、回復期リハビリを行っている病院に紹介します。術後、ある期間を過ぎると、転院ができなくなるので、早めに相談してください。

今後とも、整形外科診療をより充実するように努めていきますので、よろしくお願ひします。



大和高田市立病院

副院長 森下 亨
〔市立病院 〆53・2901〕

健やかな毎日を おくるために



天満診療所
医師 梅本典江

「夏の正しい水分補給」

梅雨が明けると熱中症の患者さんが急増します。身体が暑さに慣れず、体温をうまく調節できないからです。熱中症予防のための水分補給のポイントをあげてみます。

① 普段の水分補給には水・お茶(麦茶)でOKです。1日に2ℓを7〜8回に分けて、のどが渇く前にこまめな水分補給をこころがけましょう。

② コーヒー、紅茶、緑茶は利尿作用があるので、摂りすぎないように。また、アルコールでは水分補給にはなりません。

③ 軽い運動や入浴時は、水分だけでなく汗とともに失われた塩分の補給を。スポーツドリンクが手軽ですが、糖分の摂りすぎにならないように気をつけましょう。カロリーの少ないものを選ぶなどの工夫を。

④ 炎天下での運動や労働では大量の汗をかいて水分や塩分が急速に失われます。熱中症になる前に、スポーツドリンクや経口補水液で水分補給をしましょう。熱中症をおこしてしまつて、自分で水分を摂れない場合は、病

院で点滴治療を行います。

⑤ 冷たい飲み物を一度に大量に摂ると、胃腸に負担がかかつて消化機能が低下し、食欲低下や夏バテの原因にもなります。腸で吸収されやすい5〜15℃の温度にして、少しずつ飲むようにしましょう。

⑥ 〆をつけて飲んだペットボトルを常温で放置していると飲料水内で細菌が増殖し不衛生です。早めに飲み切る、コップにつつして飲む、飲み切れなかつた場合は冷蔵庫で保管を。

⑦ 糖分の入つた清涼飲料水、スポーツドリンクを大量に飲み続けると、急激に血糖値が上昇し糖尿病を発症してしまつことがあります(ペットボトル症候群)。甘い飲み物はほどほどにしましょう。

天満診療所健康教室

▽とき 7月20日(木)

▽ところ 午後1時〜2時 天満診療所

▽テーマ 「夏に気をつけたい病気を」

▽講師 梅本典江

〔天満診療所 〆52・5555〕

てんいち先生



人権シリーズ 172

七夕に願いを込めて



私たちの住む地球は、太陽系の中の惑星のひとつです。水星・金星・火星・木星・土星・天王星・海王星などと共に太陽の周りを公転しています。そして、太陽も「天の川銀河」と呼ばれる銀河系約2,000億個の中の恒星のひとつです。さらに、そのような「銀河」と呼ばれるものが、無数に存在するのが「宇宙」なのです。

この広い宇宙の中で、地球は約46億年前に誕生しました。月という衛星があることにより、潮の満ち引きができたり、地球の地軸が23度傾くことにより、季節が変わったりする。爆発的な進化がありました。そして、その中で私たち人類は約600万年前から700万年前に誕生したと言われています。次に、私たちの「いのち」の誕生を考えてみましょう。私たちは両親(2人)から「いのち」を引き継いでいます。例えば、今から30世代をさかのぼったとすると、私たちが誕生するために、2人の30乗、つまり約10億人の先祖の「いのち」を引き継いでいることになります。そして現在、世界の人口は約73億人

です。私たちはその中の一人です。これはまさに奇跡ではないでしょうか。この広い宇宙の中で「たった一人の私」たった一人のあなたとして生まれてきたかけがえない「いのち」なのです。しかし、この地球には、未だに戦争や紛争など、「いのち」の危険に侵されている人がいます。だからこそ、この機会に平和の尊さを思い、自分や他人の「いのち」を大切さについて考えていきたいものです。

七夕に願いを込める7月、夜空の星を見上げて、天の川や壮大な宇宙における「いのち」の誕生と存在に改めて思いをさせてみてはどうですか。

「人権施策課 内線2008」

おしえてく生活困

生活困窮者自立支援法 就労支援センター

失業・離婚・借金をし、生活苦に陥ったSさん(45歳男性)のお話です。Sさんは長年勤めた会社をクビになったことで家庭不和になり、離婚し借金を負い、職を転々としながら生活することにしました。家賃を滞納したことをごまかすために相談に来たSさんですが、失業・離婚を経験したため自信や活力を失い、仕事もなかなか決まらず、就職が決まってもすぐに辞めてしまいました。Sさんには元々能力があったこともあり、ときには奮い立たせる意味を込めて、厳しい発言をすることもありました。そうしていくうちに、市役所・ハローワーク・市社会福祉協議会の連携による支援を続ける中で少しずつやる気が戻り、離婚のため離れてしまった子どもたちのためにも頑張りたいという気持ちを取り戻してくれました。現在Sさんは仕事の経験を生かし、しっかりと働いています。わたしたちにできることは決して多くはありません。寄り添い、ときにははぶつかることもありますが、皆さんが一歩でも前に踏み出せるお手伝いができればと考えています。

自分自身、家族のこと、地域で気になる人や子どものこと、どんなことでも先ずは一度お話を聴かせてください。いね。

ここから始まる。

☎44・3111(直通)

消費生活センターから

架空請求の相談が急増しています！

「民事訴訟管理センター」というところから、「総合消費料金未納分訴訟最終通知書」というハガキが届いた。内容は「未納の総合消費料金について契約会社、運営会社から民事訴訟として訴状が提出されたことを通知する。裁判取り下げ最終期日を経て訴訟開始となるので、必ず本人から連絡するように」というもので、給与や不動産等の差し押さえという文言も記載されている。全く身に覚えがない。どのように対処すればよいか。

(50歳代女性)

毎年、消費生活センターに寄せられる相談で、最も多いのが架空請求と呼ばれるものです。これは全く利用していないアダルト情報サイトなど、有料サイトの利用料金が多く、請求手段はハガキや電子メールです。「サイト運営会社から債権譲渡を受けた」「通信会社から委託を受けた」など債権譲渡を受けたとする架空請求、公的機関や実在する企業などの名称を使った架空請求、ハガキなどには訴訟するか、給与、預貯金、不動産、その他あらゆる財産を強制執行で差し押さえるといった強硬な文言が並べられています。

架空請求は、業者が何らかの名簿を入手して、その名簿を元に不特定多数の人にハガキなどを送

りつけたり、また携帯電話などにショートメールを送信したりします。請求された人は全く身に覚えがないので、こんな請求はおかしい、何か変だと大半の人は無視します。ただ、中には過去に利用した別のサイトと関係があるのではないか、家族の誰かがサイトを利用したのではないか、よくわからないが、家や職場に取り立てに來られたら困るし、トラブルに巻き込まれたくないし心配になり、問い合わせたことで、結果的に脅かされて支払ってしまう人もいます。悪質な業者はこういった人がいることを狙い、架空請求を繰り返していると思われま

消費者へのアドバイス

1. 一切無視すること、業者には絶対連絡を取らないこと、相手方のメールにあるURLをクリックしない、脅されても支払わない。請求され支払ってしまうと、さらに別業者からの請求が続きます。
2. 有料サイトを利用する人は、日ごろから自分がどのサイトを利用しているかを把握していることが大切です。友達などに携帯電話を貸したため、有料サイトを利用されたという事例もあるので注意しましょう。
3. 家族の誰かが有料サイトなどを利用したと思っても、事実を確認するまで支払ってはいけません。
4. 脅しのようなことを言っているのは、あくまでも連絡させ、支払わせるための手口です。

困ったときは、一人で悩まず、できるだけ早く消費生活センターへ相談してください。



格安スマホのトラブル

何か問題でも?

話題の格安スマホを買いたいのですが。

月額の使用料などが、かなり安くなるらしいね。

わ! 格安スマホだけでも、提供している会社がいくつもあるんですね。知りませんでした。

色々デメリットもあるんですね。

テレビでCMをしている会社もあれば、初めて聞く名前の会社もあるね。

安いからと、安易に購入してはダメじゃよ。よく研究して、自分にあった、最善の買い物をするのじゃ

購入するときは、何に気をつければいいんですか?

さすが博士! 新聞で最新の情報を収集しているのに、ひとつも競馬で的中させていない人の発言とは思えませんね!

まず当たり前だけど、各社の説明をよく読むことじゃ。

BOOK

サロン

新着図書のご案内



「忍者の末裔」

高尾善希著／KADOKAWA

天下泰平の徳川時代。戦に出なかつた忍者の子孫たちは、どんな生活をしてきたのか。江戸城大奥に勤める伊賀者の日常が記録されている。



た古文書をもとに、江戸の下級武士の生活を細やかに記す。

古地図からみた古代日本

金田章裕著／吉川弘文館

食の思想

小林カツ代著／河出書房新社

はじめてでも安心！幸せに暮らす猫の飼ひ方

山本宗伸監修／ナツメ社

不思議の国の海

鍵井靖章／著、ハイインターナショナル

ひとめぼれ

（まんまこと）シリーズ6）

国際理解につながる宗教のこと

全4巻 池上彰監修／教育画劇

日本の郷土料理

竹永絵里画／河出書房新社

ナンシー探偵事務所

小路すず文／岩崎書店

なまけてなんかいい！

北原明日香絵／岩崎書店

つかまるわけないだろ！

シモーナ・チラオ絵／徳間書店

四文字熟語365日



四字熟語の成り立ちや構成もくわしく説明する。

1日一つ、四字熟語をおぼえよう。365日の記念日や行事にぴったりの四字熟語をイラスト入りで紹介。

青木伸生監修／小峰書店

「つかってみよう！」

四字熟語365日

児童書・絵本

一般書

催しのご案内

7月のおはなし会

◎絵本のよみきかせ

- ▷とき 7月1日・15日(出)
ごぜん10じ30ぷんから
- ▷ところ としょかん
えほんコーナー
- ▷たいしょう どなたでも

◎おはなし会

(担当:たかだおはなしろうそくの会)

- ▷とき 7月8日(出)
ごぜん10じ30ぷんから
- ▷ところ としょかん2かい
プレイルーム
- ▷たいしょう 4さいいじょう

●えほん 「だってだっておばあさん」

●おはなし「がちょうのおいのり」

◎えほんとわらべうたの時間(きらら)

(担当:たかだおはなしろうそくの会)

- ▷とき 7月22日(出)
ごぜん10じ30ぷんから
- ▽ところ としょかん2かい
プレイルーム
- ▷たいしょう 3さいいか

●えほん 「やまをおわたたくじら」

●おはなし 「まねっこ」

■図書館教養講座「がんの話」

専門家に、がんまつわる話をしてもらいます。

- ▷とき 7月29日(出) 午前10時30分～正午
- ▷ところ 市立図書館 2階プレイルーム
- ▷講師 大石 元さん(奈良県健康づくりセンター所長)
- ▷定員 25人 ※定員になり次第締め切り。▷費用 無料
- ▷申込方法 7月1日(出)～28日(金)までの期間、図書館カウンター、電話で受付。

■夏休み学び隊「税のはなし」

夏休みの課題に使える、税のはなしをもらいます。

- ▷とき 8月5日(出) 午後2時～3時
- ▷ところ 市立図書館 2階プレイルーム
- ▷講師 藤原 靖雄さん(藤原靖雄税理士事務所)
- ▷対象 市内中学生
- ▷定員 20人 ※定員になり次第締め切り。▷費用 無料
- ▷申込方法 7月1日(出)～8月4日(金)までの期間、図書館カウンター、電話で受付。

■「図書館で調べ隊」隊員募集 第2弾

自分たちのふるさと「大和高田」について調べる隊員を募集します。「町なか探検隊」の隊員となって一緒に大和高田を探検しよう!

	とき	内容	講師
①ワキ製薬工場探検	8月3日(休) 午前9時30分～正午ごろ(図書館集合は午前9時15分です。)	ミミズをつかった薬の作り方を見学します。	ワキ製薬さん
②虫とり探検	8月10日(休) 午前9時30分～正午ごろ(図書館集合は午前9時15分です。)	虫のとりの方を学びながら、実際に虫とりをします。	松村忠志さん(檀原市昆虫館統括調整員)

▷対象 市内在住の小学生各30名(低学年は保護者同伴) ※定員になり次第締め切ります。

▷申込方法 ①7月1日(出)～8月2日(休)、②7月1日(出)～8月9日(休) までの期間、図書館カウンター、または電話で受付。

各種相談

困っていることや心配事など、ご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。
※市外局番は、「0745」です。

相談名	曜日	時間	場所	問合せ
消費生活相談 (予約優先)	月～金曜日	午前10時～正午 午後1時～4時	大和高田市 消費生活センター	消費生活センター ☎22-1101
人権相談	第4火曜日(6,12月のみ第1火曜日)	午後1時～4時	総合福祉会館	人権施策課 ☎22-1101
行政相談	第4火曜日(6,12月のみ第1火曜日)	午後1時～4時	総合福祉会館	企画広報課 ☎22-1101
中小企業金融相談 中小企業経営相談	随時(内容に応じて、産業振興課で相談窓口をご案内します)			産業振興課 ☎22-1101
母子父子相談	月・水・金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分		児童福祉課 ☎22-1101
心配ごと相談	第2・4金曜日	午後1時～4時		社会福祉協議会 ☎23-5426
	第2・3火曜日	午後1時～4時	総合福祉会館	社会福祉協議会 ☎23-5426
法律相談 (要予約)	第1・3・4・5木曜日 相談日の2週間前から前日までに予約	午後1時～4時	総合福祉会館	奈良弁護士会 ☎0742-22-2035
司法書士の法律相談 (要予約)	月曜日	午後1時～4時	総合福祉会館	社会福祉協議会 ☎23-5426
生活相談	第2・3・4・5水曜日 事前に問い合わせてください。	午後1時～4時		社会福祉協議会 ☎23-5426
健康相談・栄養相談 (要予約)	毎月1回、所定の日	午前9時～10時		保健センター ☎23-6661
子育てホットライン 健康ホットライン	月～金曜日	午前9時～正午 午後1時～4時30分		保健センター ☎23-6661
教育ガイダンス	月～金曜日	午前10時～午後5時		青少年センター ☎23-1322
家庭児童相談室	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分		家庭児童相談室 ☎23-1195
女性相談 (要予約)	○第1火曜日・ 第3金曜日 ○第2土曜日	○午前9時15分～ 午後0時5分 ○午後1時～3時50分		人権施策課 ☎22-1101
住まいづくり相談	第3水曜日 第1水曜～第2水曜の間に予約 定員4名	午後1時～4時10分		営繕住宅課 ☎22-1101
税理士による税務相談	2月・3月を除く、第3金曜日	午後1時～4時	総合福祉会館	近畿税理士会葛城支部 ☎22-5288
就業相談	月～土曜日	午前9時～午後5時	県産業会館3F	高田しごとiセンター ☎24-2010
借金おなやみダイヤル	火・金曜日	午後1時～4時		奈良弁護士会 ☎0742-20-7830
相続・遺言お悩みダイヤル	月～金曜日	午前9時30分～午後5時		奈良弁護士会 ☎0742-22-4611
ひまわりあんしん (高齢者・障がいのある人のための法律相談)	火・木曜日	午後1時30分～4時		奈良弁護士会 ☎0120-874-737
電話相談は無料。来所・出張相談は有料				



大和高田市役所 TEL.22-1101 FAX.52-2801	
中央公民館	TEL.22-1315 FAX22-1316
市立土庫公民館	TEL.23-3560
市立菅原公民館	TEL.23-3561
市立陵西公民館	TEL.23-3562
さざんかホール	TEL.53-8200 FAX53-8201
図書館	TEL.52-3424 FAX52-9415
水道部門	TEL.52-1365 FAX23-3850
総合福祉会館	TEL.23-0789 FAX24-2730
社会福祉協議会	TEL.23-5426 FAX23-2298
保健センター	TEL.23-6661 FAX23-6660

市立病院	TEL.53-2901 FAX53-2908
天満診療所	TEL.52-5357 FAX52-5100
青少年課	TEL.23-1322 FAX23-2344
生涯学習課	TEL.53-6264 FAX53-6364
葛城コミュニティセンター	TEL.23-8001 FAX23-8001
クリーンセンター	
企画整備課	TEL.52-1600 FAX52-1685
美化推進課	TEL.53-5383
総合体育館	TEL.22-8862 FAX22-8863
総合公園	TEL.52-4700 FAX52-4701
さくら荘	TEL.23-4126 FAX23-8535
下水道課	TEL.52-1258 FAX52-1295
高田消防署	TEL.25-0119 FAX22-4565
高田警察署	TEL.22-0110 FAX22-2292
JR西日本	TEL.0570-00-2486

近鉄大和高田駅	TEL.52-2414
近鉄高田市駅	TEL.53-2531
市民交流センター	TEL.44-3210 FAX44-3212
親と子のすこやか広場	TEL.44-3213 FAX44-3214
高齢者いきいき相談室	TEL.44-3215

大和高田市 市民憲章

一、おたがいに、人権を尊重し、働くよるごびをもちましよう。

一、スポーツに親しみ、健康をかちとりましよう。

一、老人に生きがいを、こどもに夢と希望をあたえましよう。

一、教養をふかめ、文化をたかめましよう。

一、自然をまもり、平和なくらしをきよめましよう。