

KASHIBA



広報かしば

3

2022
3.22
No.657

特集

18歳、大人の扉をひらく



今月の表紙

特集記事を組むにあたり、香芝高校に赴き、市内在住の生徒に「18歳成人」についての想いや抱負などを聞いてきました。

市制施行30周年を迎えた香芝市のこれからを担う若い世代の活躍に期待です。



ひとの動き

—2月末日現在—

人口	78,962人 (前月比-32人)
男	37,689人 (前月比-33人)
女	41,273人 (前月比+1人)
世帯数	32,161世帯 (前月比+25世帯)



香芝検定

certificate examination for KASHIBA

平成3年10月1日の市制施行時にすでに締結されていた災害協定はどれでしょうか。

- ① 西名阪自動車道消防相互応援協定
- ② 奈良県水道災害相互応援に関する協定
- ③ 災害時等における放送に関する協定
- ④ 福祉避難所の確保に関する協定

(答えは11ページにあります)

CONTENTS

もくじ



- 03 新型コロナウイルスワクチン情報／コロナに関連する相談窓口
- 04 市制施行30周年記念フォトブック／市民図書館・二上山博物館 開館30周年
- 05 特集
18歳、大人の扉をひらく
- 08 住まう香芝 vol. 76
みんなでのばそう 健康寿命
- 10 市政トピックス
自宅でできる介護予防体操のDVDが完成しました
- 11 市民ペンリレー／パパッと簡単クッキング
- 12 今昔アルバム

市ホームページやFacebook、LINEでも市の情報を発信しています。

〇市公式ホームページ

URL <http://www.city.kashiba.lg.jp/>



〇市公式Facebook

URL <https://www.facebook.com/香芝市役所-329720634057435/>



〇市LINE公式アカウント

アカウント名 香芝市
アカウントID @kashiba.city



*広報かしばは市ホームページでご覧になれます。

「録音ボランティア山びこ」による音訳広報があります。詳しくは社会福祉協議会ボランティアセンターへ。
☎76-7179

次回発行は、お知らせ版 4月5日(火) 広報かしば 4月21日(木)

新型コロナウイルスワクチン情報(3月14日時点)

◆予約(集団接種)・問合先 新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター[受付時間:9:00~17:00(土・日・祝日を除く)]
☎44-8970 ☎76-6775 ※電話の際は、おかけ間違いのないようお願いします。

◆追加(3回目)接種

18歳以上のかたは、職種や年齢に関係なく、**2回目接種より6か月経過**で追加接種ができます。

	場所	使用ワクチン	予約方法
集団接種 (香芝市)	保健センター 総合体育館	モデルナ社製	電話、LINEまたは FAX(聴覚に障がいのあるかた)
個別接種 (医療機関)	各医療機関	ファイザー社製	各医療機関の指定する方法
大規模接種【大阪】 (国:防衛省)	堺筋本町会場(ハ木ビル) 北浜会場(日経今橋ビル)	モデルナ社製	Web、LINEまたは電話

◆小児(5~11歳)接種

小児接種の予約を受け付けています(接種券は発送済)。予約方法などは市ホームページ(QR①)、使用するワクチンや効果、安全性などは、厚生労働省ホームページ(QR②)にてご確認ください。



◆初回(1・2回目)接種

追加接種と並行し、集団・個別ともに初回接種の予約も受け付けています。

*県では副反応に関する専用の相談窓口を設けています。心配なことがあれば、お一人で悩まずご相談ください。

奈良県新型コロナワクチン副反応コールセンター(24時間、土・日・祝日対応可)
☎0120-919-003 ☎0742-36-6105 ✉nara-vaccine@bsec.jp

<コロナに関連する相談窓口>

※相談先が分からない場合などは、
コロナ総合案内(☎44-3325:企画政策課)まで

相談内容	連絡先
自宅待機・自宅療養中のかたへの支援に関する事	☎76-2001(危機管理課)
コロナワクチン接種に関する事	☎77-3965(保健センター)
生活資金などの困りごとに関する事	☎76-7107(香芝市社会福祉協議会)
発熱や陽性者との接触等による感染への不安や濃厚接触に関する事	☎0742-27-1132 ☎0742-27-8565 (奈良県新型コロナ・発熱患者受診相談窓口) *発熱等の症状があるかたは、まずは身近な医療機関に電話相談してください。
感染症に関する一般的な事	☎0744-48-3037 ☎0744-47-2315(奈良県中和保健所) ☎0120-565653(厚生労働省)
新型コロナウイルスに関連した詐欺的な消費者トラブルに関する事	☎0120-797-188(新型コロナ関連詐欺消費者ホットライン) *つながりにくい時間帯は「消費者ホットライン☎188」まで

「子どもが休校になり困っている」や「税金・社会保険料が払えない」など、
困りごとに対する支援策が探せる「支援情報ナビ」(内閣官房ホームページ)はこちら ⇒





30周年記念フォトブック

を作成しました!



香芝市 30周年

今年度実施してきた市制施行30周年事業。

その締めくくりとして、香芝市の魅力が詰まった記念フォトブックを作成しました。

写真のテーマは「香芝市で続いてきたもの、これから残していきたいもの」。

香芝市の変わらぬ風景や意外な風景、日常の1コマを切り取った写真など、皆さまよりご応募いただいた約70点の作品を、エピソードとともに掲載しています。

ぜひご覧ください。



<https://www.city.kashiba.lg.jp/soshiki/4/7447.html>
30周年事業特設ページ

記念フォトブックは、令和4年4月以降にインターネット上で公開します。詳細は、30周年事業特設ページでお知らせします。



◆問合先 香芝市市制施行30周年事業実行委員会事務局(企画政策課) ☎44-3325



市民図書館・二上山博物館 開館30周年!



市民図書館及び二上山博物館は、4月2日に開館30周年を迎えます。

これを記念し、各種イベントの実施を予定していますので、ぜひ、お立ち寄りください。

*イベントの詳細は、各館のホームページにてご確認ください。*当日は、カッシーがお祝いにくる予定です。

市民図書館



▲開館初期の様子

開館30周年を記念して、
4月2日(土)は**貸出3倍Day!**

図書・雑誌・紙芝居など 30冊
視聴覚資料(CD・DVDなど)12点
いつもの3倍借りることができます。
(電子書籍は除く)

○毎月30日は貸出2倍Day!

令和4年4月~令和5年3月まで
の間で開館する30日は図書・雑誌・
紙芝居を20冊借りることができます。
(視聴覚資料・電子書籍は除く)

*貸出期間は通常通り(2週間)です



▲現在の様子

市民図書館
ホームページ



○秋の読書週間 開館30周年事業

市民図書館30周年を記念した事業の実施を
予定しています。

二上山博物館



▲館内ジオラマ
(約30万年前のゾウ狩りの様子)

開館30周年を記念して、
4月2日(土)は**入館無料!**

*無料となるのは市内在住・在勤
のかたです。来館の際に、ご住
所がわかるものをご持参ください。

開館から30年間、
一度も休むことなく
働き続けています!



▲現在の様子(博物館入口)

○今後のイベントの詳細は、
博物館ホームページをご確認ください。

二上山博物館
ホームページ



◆問合先 市民図書館 ☎77-1600 二上山博物館 ☎77-1700

— できること —

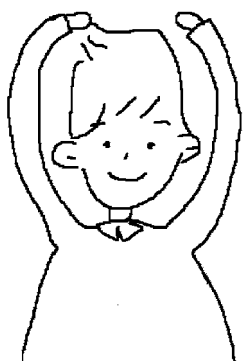
クレジットカードを作る



部屋を借りる



スマホを契約する



— できないこと —

お酒を飲む



タバコを吸う



公営ギャンブル



特集

18歳、大人の扉をひらく

◆問合せ先 市役所秘書広報課 ☎44-33323

◆成年年齢引き下げとその背景

4月1日に成年年齢を18歳とする改正民法が施行され、高校3年生を含めた18、19歳が一斉に「成年(大人)」となります。明治9年に現行の20歳に定められて以降、約140年ぶりの見直し・改正となります。

その背景には、海外では18歳成年が主流であることや、日本でも近年、選挙権年齢や国民投票の投票権年齢を18歳と定めるなど、将来を担う若者の国政参加のための政策が進められてきたことがあります。

こうした中、最も身近な法律である民法でも18歳以上を大人として扱うのが適当ではないかという議論がなされ、成年年齢が18歳に引き下げられることになりました。

◆成年年齢引き下げでできること、できないこと

民法では成年年齢を、「一人でも有効な契約をすることができる年齢」であり、「父母の親権に服さなくなる年齢」と定めています。

成年に達すると、親の同意を得ずとも次のようなことが、一人でできる「ようになります」。

○スマートフォンを契約する、部屋を借りる、クレジットカードを作る、ローンを組む

○住む場所や進学・就職先を決める
○10年有効のパスポートを取得する、公認会計士などの資格を取得する

○女性が結婚できる最低年齢は16歳から18歳に引き上げられ、男女ともに結婚できるのは18歳以上となります。

一方、健康面への影響や非行防止、青少年保護等の観点から、飲酒や喫煙、競馬・競輪・競艇などの公営ギャンブルはこれまでどおり、20歳になるまでできません。

◆大人の扉をひらく、あなたへ

大人になると一人でできることが増え、行動に責任が伴う機会も増えることとなります。一方、社会に出てすぐに一人前になることは、誰しも容易ではありません。

契約などに関する消費者トラブルは未然に回避する、回避できなかったときには被害を最小限にとどめることが大切です。

契約を結ぶ際にはその意味や責任を十分に理解するとともに、トラブルへの備えとして、相談窓口を事前に確認しておきましょう。

また、現代社会は価値観の多様化、グローバル化が進んでいます。協働の心を持って、他者とうまくつきあひ、物事を進めていきましょう。

次ページでは、これから大人になる高校生の想いや抱負、学識経験者のメッセージ、消費者契約の注意点などにつき、紹介します。

大人の扉をひらき社会生活を送る際の参考にしていただければ、幸いです。

高校生の声、想い

これから大人の扉をひらくことになる高校生はどのような想いを抱いているのか。香芝高校に赴き、生徒の生の声を聞いてきました。



取材当日、集まってくれたのは、香芝高校表現探究コース2年生の4名の皆さん。いずれも市内在住とのこと。表現探究コース担当の川下先生と公民担当の西本先生にも同席いただき、座談会形式で取材を開始しました。

大人になって、 どういうこと

- ・自分のことは自分で管理しなければならない
- ・進むべき道は、自分で決める
- ・行動に責任が伴うようになる
- ・焼き鳥屋で砂肝をオーダーする(笑)



大人になったら してみたいこと

- ・何ができるか、まだわからない
- ・ネットで買い物やクレジットカードを作りたい
- ・車やバイクの免許を取って、一人旅やキャンプに行ってみたい
- ・銀行口座を作って、お金の管理をしてみたい



選挙があれば 投票しますか

「する」と答えた理由

- ・希望や願いと一致する公約があれば、する
- ・若い世代の声を反映させるために必要

「しない」と答えた理由

- ・興味がわからない
- ・投票によって、自分の生活がどのように変わるのかが、イメージできない



こんな大人に なります(抱負)

- ・今から考えていきたい
- ・多数派の意見に流されない大人になる
- ・感謝の気持ちを伝えられる大人になる
- ・仕事をして、責任感のある大人になる



取材に応じてくれた皆さんは、冒頭こそ緊張の面持ちを見せていたものの、意見を出し合う中で、自身に問いかけ、そして考え、大人としてあるべき姿など、将来について多くのことを話してくれました。

大人としての社会経験がない中での取材となり、将来のことに想いを馳せるその目には期待と不安が入り交じっていましたが、最後に話してくれた抱負には、大人になることへのそれぞれの決意が込められていました。

これからの時代を担い、新しい未来を切り開く若い世代の今後ますますの成長と活躍に期待します。

4月から新科目「公共」が必修化されます



高等学校では、4月から新科目として「公共」が必修化されます。職業選択や選挙など、“世の中のしくみ”をアクティブ・ラーニング形式で学び、実社会でのさまざまな課題を解決していく力を養うことを目的としています。これに対し西本先生は、限られた授業時数や教師の政治的中立の立場を課題に挙げながらも、「参加型の授業として、模擬選挙を行ったときの生徒の反応は良かった。コロナ禍でさまざまな制約があるが、工夫を重ね、生徒たちが主体的に取り組めるような授業を展開したい。大事なことは、生徒たちが主体的に考え、議論し、決定することだ」と話してくれました。

求められるのは、『自立』と『協働』

「価値観の多様化、グローバル化が進む現代社会において、私たちに求められるのは『自立』と『協働』の力です」そう話すのは、道徳教育を専門とする畿央大学の島教授。
 まずは自立と協働の意味を正しく理解する必要がある、と次のように話してくれました。



畿央大学
 大学院教育学研究科
 教育学部現代教育学科
 島 恒生 教授

―『自立』について―

ここに、家で一人で留守番をしている高校生がいます。親の不在を理由に、塾をさぼり、大好きなゲームを一日中楽しんでいます。
 一見すると、この高校生は自由を満喫しているように見えますが、実はそうではありません。

なぜなら、本来とるべき行動（塾に行く）がとれず、欲望に負けてゲームをしているこの高校生は、自身が持つ力がままな心に支配・束縛されている状態にあると言えるからです。

わがままな部分を含め、自身のあらゆる心と向き合い、認識し、それさえも自分でコントロールできるようになれば、本当の意味での自由となる、それが『自立』です。

―『協働』について―

一方、現代社会では誰しも、価値観や立場、国籍などが違う多様な他者につきあいつつ、物事を進めていくこととなります。

そのために必要となるのが、社会参画の力。社会参画とは、自身

が集団や社会の作り手であり、主人公であるという意識を持って、社会に参加することです。

一人ひとりが、自分も集団や社会の一員であるという意識を持ち、相互に補完し合いながら、みんなで社会をよりよくしていこうとする、それが『協働』です。

―『自立』『協働』できる大人に―

私たちは、他者の目や世間体を気にするあまり、主体的になれず、周りの空気に流されがちになつたり、誰かがしてくれるだろうと集団や社会に他人事になったりする 때가あります。

一人の大人として、『自立』と『協働』の力を身に付けることは、とても大事なことで、我が国では、学校教育の場などを通じて、その力を育てています。

”成人“になるということは、これまで育んできた力を社会の中で発揮し、実践していくということです。

一人の大人としての自分を大切に、『自立』と『協働』の力に磨きをかけていってください。

自分で決められる権利と自分で責任を負う義務

～香芝市消費生活センター 消費生活相談員より～

大人になると、「クレジットカードを作りたい」など、一人でできることが増える喜びや楽しみがあるかもしれませんが。

しかし、そういった権利があるということは、自分自身で責任を負うという義務も発生することをしっかりと覚えておいてください。スマホひとつで簡単にモノが買え、契約ができる今、そこには多くの危険が潜んでいます。

- ・ネットで見つけた『空いた時間でスマホで稼げる副業』という話に釣られて大金を支払ったが、全く儲からない
 - ・『初回購入割引』といった一見お得に見える商品が、実は高額な定期購入になっていた
- など、契約に関するトラブルが発生したとき、未成年なら「未成年取り消し」が適用できますが、「大人」になると取り消せないということもあります。また、カード払いのしくみをよく知らないままクレジットカードを作り、『リボ払い』にしていたら、利息がついて支払残高が全然減らないといったケースもあります。

トラブルに遭わないために、今、こういったトラブルが多いのか、困ったときはどう対処すべきなのか、といった情報を入手し、備えておくことが大切です。国民生活センターのホームページにはこれまであったさまざまな事例が掲載されていますので、他人事と思わず、ぜひ一度、目を通してください。

また、被害に遭ったがどうしたらいいかわからないといったときは、消費生活センターに相談してください。



香芝市消費生活センター

- ◆時間 毎週月・火・水・金曜日
10:00～12:00、13:00～15:00
- ◆場所 市役所1階
- ◆電話 ☎44-3313

広陵町消費生活相談窓口

- ◆時間 毎週木曜日
10:00～12:00、13:00～15:00
- ◆場所 広陵町役場1階
(広陵町大字南郷583-1)
- ◆電話 ☎55-1001(代表)

- *市内在住・在学・在勤のかたはどちらの窓口も利用できます。
- *相談は無料です。
- *感染症拡大防止のため、まずは電話でご相談ください。

LINE 公式アカウント「消費者庁若者ナビ!」

消費者トラブルに遭わないために、知って安心の最新情報をお届けします。
 LINE友達登録はQRコードから⇒



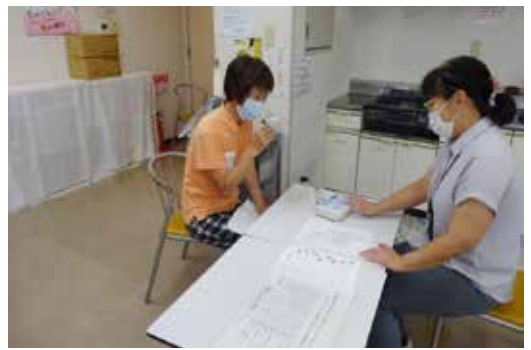
消費者ホットライン「^い ^や ^や ☎188」

全国共通の電話番号で、身近な消費生活センターや相談窓口をご案内します。
 困ったときは一人で悩まずお電話ください。

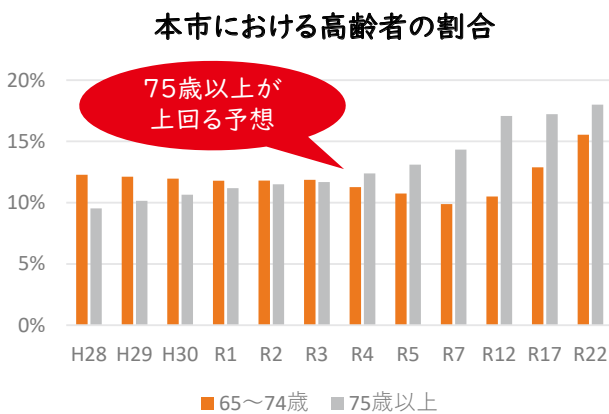
みんなでのばそう

健康寿命

保健と介護が連携し、進めますの巻



◆問合先 総合福祉センター国保医療課
☎79-7528



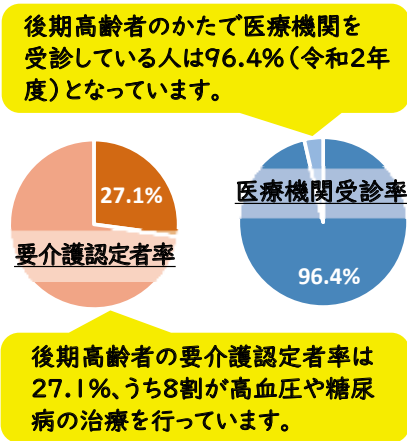
高齢化の推移

我が国の総人口に占める65歳以上の割合（高齢化率）は29.1%（令和3年9月15日時点）であり、団塊の世代が高齢期を迎え、全国的に急速に高齢化が進行しています。

本市の高齢化率は23.3%（令和2年9月末時点）であり、全国平均を下回っているものの、高齢化の波は着実に押し寄せています。65歳以上の人口は増加をたどり、令和7年（2025年）には高齢化率は24.2%となる見込みです。また、令和4年中には後期高齢者（75歳以上）の割合が、前期高齢者を上回り、逆転することが予想されています。

*資料：香芝市高齢者福祉計画及び第8期介護保険事業計画

こういった状況から、高齢者のかたを支援するために、これまでの介護予防に加え、病気の重症化予防も行う必要があります。



健康の現状と課題

後期高齢者のかたは一人で複数の病気を抱えていることが多く、左のグラフのとおり、医療と介護の必要性を併せ持つ状況にあります。

健康寿命延伸の必要性

高齢者が生涯健康で生きがいをもつて暮らせる社会を築き、明るく活力ある超高齢社会を迎えることができるよう、環境整備を進めることが必要です。その前提として、特に、予防・健康づくりを強化して、健康寿命の延伸を図ることが求められています。

*健康寿命：健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。

高齢者のかたへの個別支援

- ・低栄養防止・重症化予防
- ・口腔機能低下予防（お口の相談）など

通いの場などへの積極的な関与

- ・歯科及び栄養相談
- ・フレイル予防の講座

後期高齢者のかたを対象とした講座・健康相談

3課が一体となって高齢者の健康課題に対応するため、令和3年度より、国保医療課に企画・調整を行う専任の保健師及び地域を担当する看護師を配置しました。

健康寿命の延伸に向けて、3課が連携し、高齢者のかたへの個別支援や通いの場への積極的な関与を行っています。（図2）

高齢者の保健事業と介護予防等の一体化と本市の取組

厚生労働省が令和元年5月に発表した『健康寿命延伸プラン』には、高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施を展開することが示されました。

本市ではこれまで、国保医療課、介護福祉課、保健センターで高齢者の事業を実施してきましたが、国の方針に従い、令和3年度より国保医療課が窓口となり、3課と関係機関が連携し、医療・介護データの分析や地域の健康課題に応じた保健事業の取組を進めています。（図1）

本市における高齢者の保健事業と介護予防等の一体的取組

図1 一体化のイメージ

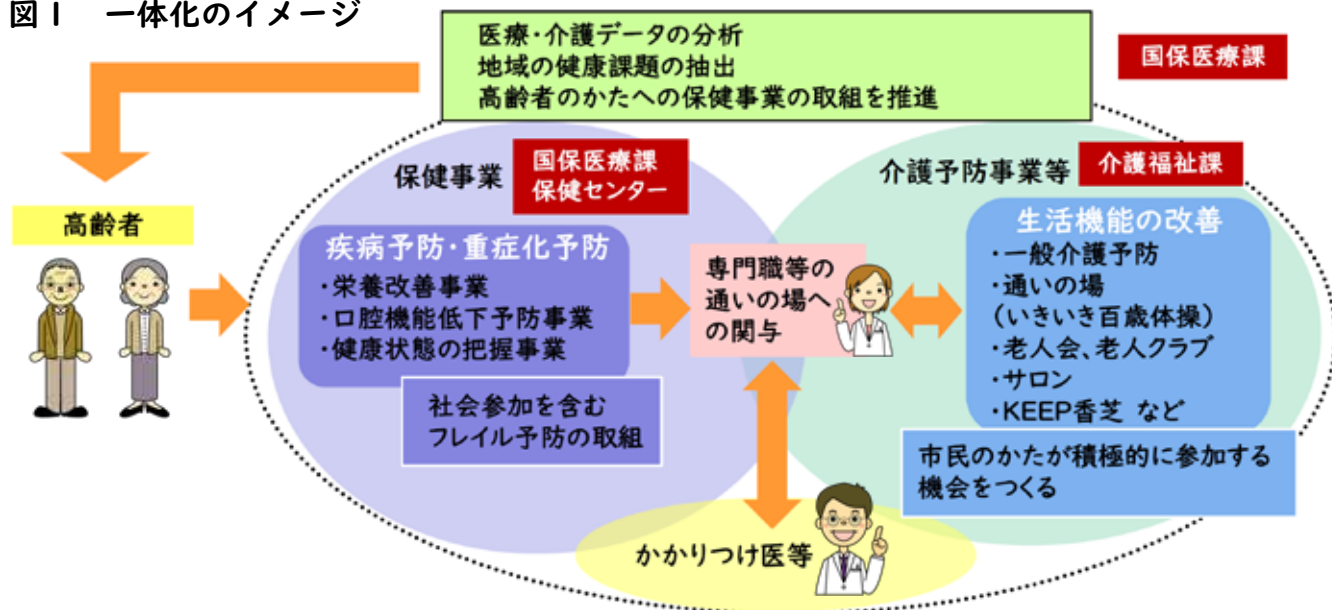



図2 本市が行う講座・健康相談

高齢者のかたへの個別支援	通いの場などへの積極的な関与
<p>1) 糖尿病性腎症重症化予防 かかりつけ医の指示のもと、保健・栄養指導を6か月間行い支援します。</p>	<p>通いの場などに出向き、フレイル予防等の講話や個別相談を行います。</p> <p>1) 歯科相談事業（お口の健康講話）</p> <p>①口腔機能測定（パタカ測定） ②フレイルについての講話（国保医療課職員） ③口腔機能低下についての講話（歯科衛生士） ④個別相談 などを行います。</p> <p>かむ力・飲み込む力の測定</p> 
<p>2) 口腔機能低下予防事業（お口の相談） 口腔機能低下のリスクがあるかたへの支援 口腔機能測定（パタカ測定）や咀嚼判定ガムによるかむ力・飲み込む力の測定や結果説明と舌体操や唾液腺マッサージなどの、一人ひとりの口腔状態に応じたアドバイスを行います。</p>	
<p>3) 栄養改善事業（低栄養・生活習慣病重症化予防） 低栄養に陥る可能性があるかた、または生活習慣病などの慢性疾患をもっているかたへの支援</p> <p>①塩味測定（塩分濃度の感じ方） ②体重測定や食事調査を実施し、食事バランスや個々に応じた食事メニューの提案をします。</p>	
<p>4) 健康状態の把握事業</p>	
<p>5) 看護師・保健師による健康相談事業 健診結果や身体のことなどのお悩みごとについて個別相談を行います。</p>	
	<p>2) 栄養相談事業</p> <p>①フレイルについての講話（国保医療課職員） ②低栄養についての講話（管理栄養士） ③個別相談 などを行います。</p>
	<p>3) フレイル予防等の普及・啓発 フレイル予防の健康講座を実施し、ボランティアの育成や市民のかたが、みずから健康づくりに取り組めるような働きかけを行います。</p>

*上記講座・健康相談をご希望のかたは、総合福祉センター国保医療課（☎79-7528）まで電話にてお申し込みください。

～人生100年時代を迎えようとする今、すべきこと～

ご自身の健康に興味を持ち、健康寿命を延ばし、住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごしましょう。

コロナ禍だからこそ、始めよう

自宅でできる介護予防体操のDVDが完成しました！



新型コロナウイルス感染症の流行により、これまで参加していた介護予防教室や地域の通いの場に参加できなくなり、身体を動かす機会が減っていませんか？身体を動かさない、社会参加ができないことで、筋力や脳の働きが低下し、歩くことや身の回りのことなどが行いにくくなり、フレイル（虚弱）が進んでいきます。

本市では、市制施行30周年記念事業として、コロナ禍でもフレイルにならないために、自宅でできる介護予防体操動画を作成しました。動画を見ながら約10分間の体操を行い、筋力を維持してフレイルにならないようにしましょう。

介護予防体操DVDを配布します

【収録内容】

①コロナフレイルについて

講師：畿央大学健康科学部理学療法学科教授 高取 克彦氏

②体操（約10分）

立位、座位どちらでもできる体操です。

③メッセージ

活カアップ教室の講師や KEEP 香芝などの皆さまからのメッセージです。お楽しみに☆

【配布方法】※窓口、電話での申込はできません。

はがきに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤「介護予防体操 DVD 希望」の旨を明記してお申し込みください。後日、郵送します（お一人様1枚限り、申込状況により郵送に時間がかかることがあります）。

*下記のとおり動画の名称を募集します。併せて応募されるかたは下記の⑥及び⑦を追記してください。

【配布対象】

市内在住のかた

*YouTube (QRコード) でもご覧いただけます。

*市民図書館でも貸し出ししています。

家族のみんなにも
おすすめしてね

コロナフレイル
について



介護予防体操
(解説あり)



介護予防体操
(解説なし)



スクワット運動

椅子からの立ち上がり/スクワット運動



肩の運動

肩の運動



脳トレ ステップ運動

脳トレ② ステップ運動



動画の名称を募集します

より多くのかたに視聴し、愛着を持っていただけるよう、以下のとおり介護予防体操の名称を募集します。皆さまのご応募、お待ちしております。

【名称の条件】

- ・介護予防体操の目的や特徴がイメージできるもの
- ・高齢者に親しみやすく、覚えやすいもの
- ・ほかの名称や商標などに類似していないもの
- ・自身が創作した未発表のもの
- ・ひらがな、カタカナ、漢字で表記されるもの
- *名称の前に(仮称)「香芝市介護予防体操」がつきます。

【応募方法】※窓口、電話での申込はできません。

4月27日(水)まで(当日消印有効)に、はがきに①氏名②住所③年齢④電話番号⑤DVD配布希望の有無⑥動画の名称(フリガナ)⑦その名称にした理由を明記し、ご応募ください(お一人様1点限り)。

*香芝市介護予防体操動画作成検討会議にて審査し、決定します。(採用数1点)

*その他、詳細については市ホームページ(QRコード)をご覧ください。

採用されたかたに
カッシーグッズ
をプレゼント!



◆応募・問合せ先 総合福祉センター介護福祉課 地域包括支援センター係
〒639-0251 逢坂1-374-1 ☎79-0802



今思うこと

月日が経つのは早いもので、私たちが香芝市に引っ越してきて20年経ちました。

「広報かしば」でいつも楽しく拝読しているペンリレーが、今回まさか自分に回ってくるなんてビックリでしたが、改めて香芝での思い出を振り返る良い機会をいただいたと思います。

香芝は大阪へのアクセスがよく、公園なども多く自然に触れる環境が身近にあり、都会過ぎないのんびりとした雰囲気ながらも気に入っています。ご近所の皆さんにも恵まれ子育てにもよい環境だったと思います。学校活動や自治会活動などを通して子どもを見守っていただけただけでなく、さまざまな世代のかたと触れ合う機会を得て、私自身もコミュニティの中でたくさんのお話を学ばせていただきました。

そんな子どもたちも成人し、今は別々に暮らしています。なかなか帰ってはきませんが(笑)、香芝で育った経験は間違いなく彼らの人生の糧になっていることでしょう。

二階堂 みのりさん

そして現在、コロナ禍により日常生活が大きく変化してしまいました。20年前には想像もつかなかったことです。不自由な日々が続いてネガティブになりがちですが、ひとつのことにたくさん時間をかけることができると考え方を変えて、今ある時間を有効活用して自分自身のスキルアップを目指していきたいなあ…なんて思っています。



次回は江頭さんにリレーします。

香芝検定のこたえ

① 西名阪自動車道消防相互応援協定

香芝町時代に締結されていた災害に関する協定は①のみでした。その後30年間の市政の中で県内外の自治体及び諸団体との間で多数(50件)の協定が締結されています。

☆編集後記☆

本号の特集記事の題材は「18歳成人」です。取材の中で、「自立」という言葉の本当の意味を知ることができました。自分の弱い心に支配されず、流されず、あらゆる心と向き合い、認識し、コントロールできるようになれば、それが真の自由であり、自立であると。

時おり、我が子のわがままに付き合い、自由にさせていたことが、むしろ自立への道を阻んでいたのだと気づき、目からうろこが落ちました。

まずは、私自身が自立できるよう、日々、自己研鑽に努めます。

< 温咲 >



パパッと簡単
クッキング! No.84

シンプルだけど華やかな汁物

はんぺんのすまし汁

(1人分 13kcal)

【材料(2人分)】

- はんぺん…20g
 - かいわれ大根…1/8パック
 - だし…300ml
 - (水…350ml、かつお節…5g)
- A { 醤油…小さじ1/4
塩…少々

【作り方】

- ①だしをとる…鍋に分量の水を入れ、火にかけて沸騰したらかつお節を入れ、火を止め1~2分おいてからこす。
 - ②はんぺんは、1cm角に切る。かいわれ大根は根元を切り落として洗い、半分の長さに切る。
 - ③鍋にだしを温め、はんぺんを入れひと煮立ちさせ、Aで調味する。
 - ④お椀にかいわれ大根を入れ、汁をはって出来上がり☆
- *残りはんぺんは冷凍可能
*はんぺんは麩、かまぼこに替えてもよい

*レシピ協力：食のサポーターかしば

食のサポーターかしばは、より良い食生活を自ら実践し、住民に広めていくために活動をしているボランティア団体です。





今の様子
(令和3年4月発行広報かしば表紙)



昔の様子
(昭和46年4月発行町勢要覧掲載)



岳のぼり

二上山の山頂でごちそうを食べ、五穀豊穡を祈る行事で、現在は二上山美化促進協議会主催の清掃活動・美化啓発活動を兼ねたイベントとして親しまれています。

ニ上山

ニ上山は雄岳と雌岳の2つの山頂を持つ山で、かつては大和言葉による読みで「ふたかみやま」と呼ばれました。桜や新緑、紅葉といった四季折々、季節の移ろいのなかでその優美な姿を変え、古くから人々に愛されてきました。毎年4月23日には、二上山へ登る伝統行事「岳のぼり」を実施しています。

香芝市は、令和3年10月1日に市制施行30周年を迎えました。30周年を記念し、今年度の今昔アルバムは、街並みや風景だけではなく、行事や出来事などのさまざまな変化を振り返る特別版としてお届けします。また、皆さまからの写真の提供もお待ちしております。

広告

広告

広告

広告