一致団結し、見事な操法を披露＝9月7日（火）第23回奈良県消防操法大会（関連記事7ページ）

9
2010
No.519

PUBLIC INFORMATION
発行　香芝市役所
〒639-0292 奈良県香芝市本町1397番地
☎0745-76-2001（代表）

# 広報 KASHIBA かしば

カッシー

## 香芝市民憲章

香芝市は、悠久のシンボルである二上山の恵みを受けた豊かな生活と歴史をもち、明るい未来社会にむかって歩みつづけているまちです。

わたしたち香芝市民は、生きる喜びとやすらぎのあるまちづくりをめざして、ここに市民憲章を定めます。

一、自然を大切にし、美しいまちをつくります。
一、であいを大切にし、共に生きるまちをつくります。
一、いのちを大切にし、住みよいまちをつくります。
一、伝統を生かし、新しい文化の香るまちをつくります。
一、元気な「ひと」を育て、希望あふれるまちをつくります。

もくじ

2 知っておこう！介護保険サービスと介護予防
6 温室効果ガスの排出量の報告
7 1カ月のできごと
8 マイヘルスマイライフ
9 みんなの国保
10 くらしの相談・消防だより
11 ペンリレー

# 知っておこう！

# 介護保険サービスと介護予防

「いつまでも元気でいるための介護予防教室はどうやって利用するの？」「介護が必要になったけど、家族やご近所の手助けだけでは乗り切れない。」など、高齢になって介護が必要になるかもしれない不安を持つ人は多いでしょう。

年齢を重ねても住み慣れた香芝市で、安心して生活していくために、どこに相談窓口があって、どんなサービスがあるのか、情報として知っておくことで、いざという時も慌てずに対応することができます。

▼問合先　総合福祉センター高齢福祉課　☎79―7521

もし介護が必要になったら、どんなときに、どんなサービスが利用できるの？

介護保険で利用できるサービスには、自宅などで利用できる在宅サービスと、施設に入所して利用する施設サービスなどがあります。利用する本人の心身の状況に合ったサービスを選んで有効に活用しましょう。＊次のものは一例ですので、詳しくはお問い合わせください。

## その1　自宅での家事や介護の手助けがほしい

○訪問介護：ホームヘルパーが自宅を訪問し、本人が自力ではできない部分をサポートします。例えば、食事・入浴・排泄などの身体介護、掃除・洗濯などの生活援助。

○訪問入浴介護：家にお風呂がない場合などには、簡易浴槽を持ち込んで入浴のお手伝いをします。

## その2　家庭での介護環境を整えたい

○福祉用具の貸与・販売：手すり・歩行器・特殊寝台などの福祉用具をレンタルできます。また、入浴や排泄などに関する福祉用具の購入費の補助（上限あり）を受けることができます。

○住宅改修費の支給：手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修費の補助（上限あり）を受けることができます。

## その3　外に出て介護や機能訓練を受けたり、みんなと交流したい

○デイサービス・デイケア：通所施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援もしくはリハビリテーションを日帰りで受けられます。また、レクリエーションなどほかの人との交流もあります。

## その4　介護する家族が病気などで体調を崩した

○ショートステイ：福祉施設や医療施設に短期間に限定して入所し、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

## その5　施設へ入所したい

○施設入所：本人の状態に合った施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設、療養病床など）へ入所することができます。

なるほど。生活をいろんな面から支えてくれるサービスがたくさんあるんだね。

介護保険サービスを利用するには、介護の認定を受ける必要があります。次の流れに沿って、手続を行いましょう。

## ① 申請書の提出

高齢福祉課に申請書を提出します。本人が申請に行くことができない場合などには、家族や成年後見人、居宅介護支援事業者などに代行してもらうことができます。

## ② 認定調査が行われ、主治医の意見書が作成されます

○認定調査

調査員（市職員など）が自宅を訪問し、聞き取り調査を行います。全国共通の調査票に基づき、現在の心身の状況を本人や家族から聞き取ります。

○主治医の意見書

かかりつけの医師に、心身の状況についての意見書を作成してもらいます。

## ③ 介護認定の審査・判定

認定調査の結果や主治医の意見書などをもとに、介護認定審査会で介護の必要性や程度について審査し、要介護状態区分（もしくは非該当）が判定されます。要介護状態区分は、要支援1・2、要介護1～5に分けられます。（下表参照）

## ④ 介護認定の結果通知

介護認定審査会で決定された要介護状態区分（もしくは非該当）の通知が届きます。自分の結果を確認し、自分に合った介護保険サービスの利用を開始しましょう。（下表参照）

**キーワード解説**

**居宅介護支援事業者とは？**

都道府県の指定を受け、介護の知識を幅広く持った専門家であるケアマネージャーを配置している機関です。申請の代行やケアプラン作成のときの窓口となり、サービス提供機関と連絡・調整を行います。

**キーワード解説**

**介護認定審査会とは？**

医療・保健・福祉などの専門家で構成され、介護の必要性や程度について審査を行います。

---

**今は介護を必要としていないかた**

非該当のかたは介護保険のサービスは利用できません。今後も、できるかぎり介護が必要にならないように地域包括支援センターが実施する介護予防教室を利用しましょう。また、生活の中で困ったことや心配なことがあれば、すぐに相談しましょう。

（4、5ページの地域包括支援センターの案内をご覧ください。）

**介護保険サービスを利用したいとき**

要介護認定の申請（①～④）

- 非該当
- 要支援1
- 要支援2
- 要介護1
- 要介護2
- 要介護3
- 要介護4
- 要介護5

介護保険の介護予防サービスが利用できますので、地域包括支援センターに予防プランを作成してもらいましょう。介護が必要な状態にならないように、目的に合わせたサービス利用で、心身の状態の悪化をできる限り防ぎましょう。

（サービス例は2ページをご覧ください。＊その5を除く）

介護保険の介護サービスが利用できます。居宅介護支援事業者のケアマネージャーが作成するケアプランに基づいて必要なサービスを利用し、生活機能の維持・改善を図りましょう。

（サービス例は2ページをご覧ください。）

## 地域包括支援センターの介護予防教室に参加しよう

# どんなかたにも
# 介護予防は必要です

すでに介護を受けている人がそれ以上悪くならないようにするのはもちろんのことですが、介護を受けるほどではないけれど心身の衰えを感じている人は、今後介護が必要とならないための予防に取り組むことが大切です。

地域包括支援センターでは、介護予防のためのさまざまな教室を開催していますので、積極的に活用してください。

### 一般高齢者支援事業

市内在住の高齢者のかたなら誰でも参加できる教室です。

開催案内は、「広報かしばお知らせ版」に掲載していますので、ご覧ください。

### かしば活力アップ教室（転倒骨折予防教室）

ゆっくり運動コース、転ばないからだコースなど、毎月6回、総合福祉センターで開催しています。

理学療法士や作業療法士が、誰でも簡単にできる体操などを指導します。みんなで一緒に体を動かし、健康づくりを行いましょう。

### 筋力アップ教室

高齢者向けのマシーンを使って体を動かします。作業療法士などが、正しい動きについて丁寧に指導してくれますので、どなたでもご参加いただけます。

＊事前申込が必要です。

### ひとり暮らし高齢者栄養教室

健康を維持増進するための栄養教室です。バランスよく食べる方法や低栄養にならないための食事方法など、調理実習を通して学びます。

＊事前申込が必要です。

### 笑いのわ（認知症予防教室）

この教室では、毎回違ったテーマで脳を元気にし、物忘れを予防します。大きな声で笑ったり、新しいことにチャレンジすることは、脳を活性化し、いきいきと生活できるようになります。

### 家族のかた対象
### ふれあい家族会（家族介護教室）

家でもできるリハビリの方法や、心身のリフレッシュ方法など、家族も役立つ介護予防のお話が満載の教室です。

### 特定高齢者支援事業

市が4月に行う基本チェックリストの結果、介護予防が必要とされたかたのための教室です。対象のかたには案内文を通知しますので、積極的に参加しましょう。

- ○げんき発見教室（トレーニングマシンでの運動）
- ○はつらつ体操教室（イスに座って体操）
- ○お達者教室（水中での運動）
- ○笑いのわ学校（認知症予防）

### 指導者から

初めての教室への参加は不安がありますが、参加してくださったかたは、参加者同士が刺激し合ってより元気になり、いきいきとした意欲的な生活につながっています。ぜひ教室に参加してください。

**興味を持って第一歩を踏み出してください！**

### 参加者の声

教室に参加し始めてから、体の調子がよく、毎日がとても楽しく過ごせるようになりました。また、外出の機会も少なかったので、外へ出るきっかけにもなっています。ゆっくりした運動で、無理せず続けられるので、これからも楽しみながら参加したいです。

**何といっても毎日が楽しくなりました！**

## 地域包括支援センター

### って何をするところ？

香芝市が運営主体となって、地域で暮らす高齢のみなさんを、総合的に支援にあたります。保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士などの職員が、互いに連携をとりながら、介護予防事業のマネジメントをはじめ、さまざまな方面から皆さんを支援しています。総合福祉センター高齢福祉課内に設置されています。

### みなさんの権利を守ります

成年後見制度の紹介や、虐待を早期に発見したり、消費者被害などに対応します。

高齢者に対する虐待が社会問題となっています。早期に発見し支援するためには、地域のみなさんからの情報提供が不可欠です。虐待の「おそれ」があると思った時点でお知らせください。

### 自立した生活ができるよう支援します

要支援1・2と認定された人に予防プランの作成、評価などをします。また、介護が必要となるおそれがある人に4ページで紹介したような介護予防事業を行います。

### さまざまな方面からみなさんを支えます

みなさんを支える地域のケアマネージャーの後方支援のほか、より暮らしやすい地域にするため、医療機関を含めさまざまな機関とのネットワーク作りを行います。

### なんでもご相談ください

高齢のみなさんやその家族、近隣に暮らす人の介護に関する悩みや問題に対応します。それ以外にも、健康や福祉、医療や生活に関することなどなんでもご相談ください。

## 地域包括支援センターのサブセンター

### 24時間相談受付

## 在宅介護支援センター

市内には地域包括支援センターのサブセンターとして、4カ所の在宅介護支援センターがあり、24時間相談を受け付けています。

在宅介護支援センターで受けた相談は地域包括支援センターに報告され、内容によっては一緒に訪問しご相談をお受けします。

| 地図番号 | 名称 | 住所・電話番号 | 担当地域 |
|---|---|---|---|
| ① | 大和園白鳳在宅介護支援センター | 尼寺594－2<br>☎79－5500 | 尼寺・白鳳台・平野・上中(あしびハイツを除く)・今泉・高・旭ケ丘・北今市 |
| ② | 東朋香芝在宅介護支援センター | 瓦口211－1<br>☎71－8005 | 五ヶ所・西真美・真美ヶ丘・瓦口・別所・五位堂 |
| ③ | 在宅介護支援センターすばる | 鎌田157－1<br>☎71－7173 | 鎌田・良福寺・磯壁・狐井・下田東・下田・下田西・藤山・本町 |
| ④ | あっぷるハウス在宅介護支援センター | 関屋北5－11－1<br>☎77－2642 | 関屋・関屋北・田尻・穴虫・高山台・逢坂・畑・あしびハイツ |

市役所が取り組む温室効果ガスの削減

# 平成21年度「温室効果ガスの排出量」の報告

| 温室効果ガス排出量 | 排出量（kg－$CO_2$） | | 削減目標（平成24年度） | 平成21年度実績（平成19年度比） |
|---|---|---|---|---|
| | 基準年（平成19年度） | 平成21年度 | | |
| | 3,853,693 | 3,636,112 | －3％ | －5.6％<br>－217,581kg－$CO_2$ |

## 平成19年度比5・6％の削減を達成

市では、「香芝市地球温暖化対策実行計画」を策定し、市役所をはじめ公共施設から排出される温室効果ガスの削減に取り組んできました。

取り組み内容には、昼休みの消灯など、市民の皆さまにもご協力いただいたものもありましたが、平成21年度においては、当初の削減目標（平成19年度比3％減）を上回る5・6％減を達成することができました。

平成21年度削減量217,581kg－$CO_2$とは、どれくらいの量なのでしょう？

例えば…

吉野杉が1年間に吸収できる二酸化炭素量33,218本分

＊住宅の柱が1本とれるような吉野杉が1年間に吸収する量を6.55kg－$CO_2$として計算

25mプール272.6杯分

＊プールの容積を25m×13m×1.25mとして計算

## 達成の要因

目標は達成できたものの、その内訳をみると、灯油・A重油・電気など、いずれも空調設備に関するエネルギーによるところが大きく、平成21年度が基準年（平成19年度）に比べ、冷夏暖冬であったことが主な要因といえます。

つまり、今回の目標達成は決して楽観できるものではなく、今後はこの数値をいかに維持していくかが課題となります。

## 引き続き地球温暖化防止に取り組みます

### 香芝市地球温暖化対策実行計画

平成21年4月に、地球温暖化対策の推進に関する法律に基づき、地球温暖化防止のために策定された計画です。

この計画は、市役所もひとつの事業所（排出源）であるとの考えのもと、地球温暖化の原因とされる温室効果ガスの排出量を、具体的な目標を定めて削減に取り組むためのものです。

計画の期間は、平成21年度から平成24年度までの4年間で、本市が行う全ての事務事業を対象としています。

☆計画の詳しい内容については、市ホームページ・生活環境課のコーナーをご覧ください。

▼問合先　市役所生活環境課　☎内線133

## 具体的な取り組み

**◆照明器具**
①昼休みは原則消灯
②廊下・階段などの未使用スペースの消灯

**◆事務機器**
①退庁時など長時間電気機器を使用しない場合は、プラグを抜く
②昼休みや出張時など使用しないOA機器のスイッチオフ

**◆空調機器**
①こまめなスイッチオフなど適切な温度管理
②カーテン、ブラインドを活用し冷暖房効率をあげる

**◆公用車**
①急発進、急加速、空ぶかしの抑制や経済運転の徹底
②荷物の積み降ろし、交差点での待機時のアイドリングストップ
③出張時などの公共交通機関の利用促進

**◆紙の使用**
①会議資料などの簡素化と共有化
②ペーパーレス化の励行

**◆その他**
①エレベーターの利用を控える
②ゴミの分別回収、リサイクルの徹底

この他にも、地球温暖化防止に効果のある取り組みを実施しています。

# 香芝市消防団 優勝

## 第23回 奈良県消防操法大会

後列左から＝田中弘一（指揮者）・土家　剛（１番員）・山本進一（２番員）・
矢崎寛規（３番員）・森田寿広（４番員）・南　昌宏（補充員）
前列左から＝山下恭司分団長・楠本憲治副分団長

現場に向かうためポンプ車へ乗り込む

ホースを担いで力走

今回、ポンプ車操法の部には県内９支部の消防団が出場し、本市消防団は約４カ月にわたる練習の成果をフルに発揮し、選手一丸となって見事な操法を披露しました。

とび口を構える選手

火点に向かって放水

鎮火を報告し、終了

９月７日（火）、第23回奈良県消防操法大会が橿原市の橿原運動公園駐車場で開催されました。香芝市消防団を代表して、第１分団がポンプ車操法の部に出場し、みごと優勝に輝きました。

## 最長寿 おめでとうございます

９月２日（木）、梅田市長が本市の最長寿者を訪問し、お祝いの花束と記念品を贈りました。まだまだ残暑はきびしいですが、これからもお元気で過ごされることを願っています。

＊　男性最長寿　＊

**南　信一さん**　101歳－逢坂－

＊　女性最長寿　＊

**辻本コノさん**　107歳－良福寺－

# 受けましょう 「女性特有のがん検診」

女性特有のがんである「子宮頸がん」と「乳がん」は、他の検診に比べ、特に受診率の低い検診です。そこで、これらのがんの早期発見のため、一定年齢のかたは無料クーポン券で検診を受けることができるようになっています。この機会を活用し、定期的にがん検診を受けましょう。対象者には案内を送付していますので、ご覧ください。対象者以外のかたは、通常どおりのがん検診を受診していただけます（自己負担金が必要）。

◆問合先　保健センター　☎77－3965

## 子宮頸がん検診

**無料クーポン券対象者**…20・25・30・35・40歳

### 1 まだまだ低い検診受診率

昨年度の無料クーポン券対象者の受診率は24％と低く、厚生労働省の目標値である50％にはまだまだとどいていません。

### 2 20～40歳前半に高い発生率

発生率は、この30年間で20～24歳で約2倍、25～29歳で約3～4倍に急増しています。これは、性交渉により感染するウイルスが関係しており、性活動が活発な若い年代で感染の機会が増えているためです。他のがんと違い、「若いからまだ大丈夫」とは決していえません。

### 3 早期発見のカギは検診にあり

子宮頸がんは、子宮の入口付近に発生することが多いので、検診で早期に発見しやすく、早期であれば比較的治療しやすくほとんどが完治できます。しかし、早期ではほとんどが無症状で、症状が出たときには進行している場合が多いのです。そのため、早期発見には定期的な検診が必要となります。

**検診内容**

**問診** ← **視診と内診** ← **細胞診**

＊細胞診とは、子宮頸部の表面を綿棒などで軽くこすって細胞を採り、顕微鏡で調べます。

検診は数分で終わり、人によっては微量の出血がありますが、痛みはほとんどありません。

## 乳がん検診

**無料クーポン券対象者**…40・45・50・55・60歳

### 1 女性のがんのトップです

日本人女性が生涯で乳がんにかかる確率は約16人に1人といわれており、30歳代から増え始め50歳代を中心に最も多くなります。

昨年度の無料クーポン券対象者の受診率は28％と低い状況にあります。

### 2 やっていますか？自己検診

乳がんは、体表面近くにできるので、自分やパートナーが触って見つけるケースが多く、実際に乳がんと診断された人の約8割は自ら「乳房のしこり」に気付いて病院へ行った人です。30歳を過ぎたら月に1回は自己検診し、2年に1回は検診を受けましょう。

**検診内容**

**問診** ← **視診と触診** ← **マンモグラフィ**

＊マンモグラフィは、乳房を片方ずつ挟んでレントゲンを撮ります。若干、痛みを伴います。

## 女性特有のがん検診の受け方

○個別検診を希望のかたは指定医療機関（☆1）へ直接電話予約し、持参物（☆2）を持って受診、結果説明までを受けてください。（12月末日まで）

☆1、☆2は無料クーポン券に記載しています。その他、ご質問などは保健センターへお問い合わせください。

○集団検診を希望のかたは、検診日程を広報かしばお知らせ版に随時掲載しますので、保健センターへ電話予約してください。（来年2月まで）

# 高額療養費について 70歳未満のかた

みんなの国保

1カ月に支払った医療費が高額になったとき、左表の自己負担限度額を超えた分が高額療養費として後から戻ってきます。申請が必要ですので、次のものを持って保険医療課へお越しください。

・申請に必要なもの…医療機関の領収書、印鑑、振込先のわかるもの（通帳など）、保険証

70歳未満のかたと、70歳以上74歳までのかた（高齢受給者証をお持ちのかた）では、自己負担限度額と計算方法が異なります。70歳以上74歳までのかたについては来月号でお知らせします。

### ◆70歳未満のかたの自己負担限度額（月額）

| | 3回目まで | 4回目以降（＊3） |
|---|---|---|
| 上位所得者（＊1） | 150,000円<br>（医療費が500,000円を超えた場合は、その超えた分の1％を加算した額） | 83,400円 |
| 一　般 | 80,100円<br>（医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1％を加算した額） | 44,400円 |
| 住民税非課税世帯（＊2） | 35,400円 | 24,600円 |

（＊1）国保料の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額等が600万円を超える世帯
（＊2）同一世帯の世帯主と国保加入者全員が住民税非課税である世帯
（＊3）過去12カ月間に、同一世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額
☆住民税の申告をしていない場合は、上位所得者とみなされます。

### 自己負担額の計算上の注意

1．月の初日から末日までの1カ月ごとに計算します。
2．医療機関ごとに計算します。なお、一つの医療機関でも入院と通院は別に計算し、また歯科は別の医療機関として計算します。
3．入院時の食事代や保険のきかない差額ベッド代などは対象外です。

### 同じ世帯で同じ月に2人以上が病院にかかった場合

同じ世帯で同じ月に、1人21,000円以上の自己負担額をそれぞれ支払った場合は、それらを合算した額のうち、限度額を超えた分が支給されます。

非課税世帯のAさん一家の例

**高額療養費　54,600円**

・9万円（AさんとBさんの自己負担額の合算）－35,400円（非課税世帯の自己負担限度額）＝54,600円が、高額療養費として戻ってきます。
・Cさんの自己負担額は21,000円以下なので、合算することができません。

### 入院するときは、事前に手続を

入院する際、事前に「限度額適用認定証」を医療機関の窓口に提示することにより、入院費用の窓口での支払額が自己負担限度額までになります。

入院が決まったら、あらかじめ保険医療課で「限度額適用認定証」の交付を申請してください。

申請に必要なもの…保険証、印鑑

### 血友病・慢性腎不全に関する自己負担限度額

血友病のかた、人工透析を受けている慢性腎不全のかたなどの場合、「特定疾病療養受領証」を提示すれば、1つの病院での1カ月の自己負担額は1万円となります。

ただし、70歳未満で人工透析を受けている被保険者のうち、上位所得世帯に属するかたは、人工透析にかかる1カ月の自己負担限度額は2万円になります。

### ○脳ドックの定員に余裕があります○

①特定健診を受診したかた
②満35歳以上75歳未満のかた
③香芝市の国保加入期間が1年以上のかた
④国保料を完納しているかた

次の①～④すべてを満たすかたは、東朋香芝病院の脳ドックの補助を受けることができます。受診を希望するかたは、保険医療課までお問い合わせください。

▼問合先　総合福祉センター保険医療課・国保係　☎79－7528

## くらしの相談

# 平成21年度消費生活相談内容トップ5

消費生活相談では、消費者と事業者の間で起きたトラブルの相談や、買い物相談、生活設計（借金の整理など）に関する相談をお受けしています。

平成21年度の相談件数は、86件でした。主な相談内容は次のとおりです。

**1位〔14件〕運輸・通信サービス**

「デジタルコンテンツ（インターネット上で提供される情報サイトなど）」に関する相談が9件で、一番多い相談となりました。出会い系サイト利用料の高額請求やメールでの架空請求などが、依然として続いています。出会い系サイトの利用料を消費者金融で借りることを強要され、支払ってしまったかたもいました。

「インターネット接続回線」の相談もありました。光回線やADSLへの切替えをしつこく勧誘され困っておられました。インターネットの普及によりいろいろな利用方法が選択できるようになっています。しかしそれに伴い、契約内容、料金体系が複雑になっていますので、慎重に検討しましょう。

**2位〔12件〕教養娯楽品**

うち4件が「新聞」の相談でした。長期間にわたる契約や配達が数年先からになる契約は避けたほうがいいでしょう。契約書もしっかり保管しておきましょう。

「学習教材」の相談も4件ありました。中高生用の指導付き学習教材や行政書士資格教材などに関する相談です。

**3位〔10件〕金融・保険サービス**

そのうち5件がフリーローン・サラ金の相談です。今年6月に改正資金業法が完全施行され、借入総額が年収の3分の1を超える場合、新規の借入れができなくなりました（貸金業者からの借入れに限る）。借金の返済でお困りのかたは、絶対にヤミ金に手を出さず、相談にお越しください。

**3位〔10件〕商品一般**

主に「民事裁判通告書」「生活保全確認通知書」といったハガキの相談です。訴訟・差押え・強制執行といった言葉が並んでいます。連絡を取ると、支払いを強要されたり、裁判取り下げ費用をすぐに振り込めと脅かされたりします。

**5位〔7件〕土地・建物・設備**

住宅購入の際の契約やガスコンロ、窓のサッシに関する相談でした。

**1人で悩まずに、消費者相談にご相談ください。相談費用は無料です。**

商品・役務別割合

◀消費生活相談▶ 毎週火曜日／午前10時～正午・午後1時～3時（火曜日が祝日の場合翌日）／市役所会議室棟会議室
電話でも相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。☎76－2001（代）

## 消防だより

### 全国消防救助技術大会に出場！

8月27日に京都市で開催された、第39回全国消防救助技術大会に、香芝・広陵消防組合の奥愛友（まなと）消防士が「はしご登はん」の部に出場し、みごと入賞を果たしました。

6月17日に開催された奈良県消防救助技術指導会で優勝し、今回の全国大会への出場となりました。全国から集まった強豪たちに臆せず、日頃からの訓練の成果を遺憾（おく）なく発揮されました。

▶梅田市長に入賞報告

### 市民体育祭開催にあたってのお願い

10月11日（月・祝）に、総合体育館で市民体育祭を開催するにあたり、次の日の利用はできません。ご理解とご協力をお願いします。

- 10月9日（土）メイン競技場
- 10月10日（日）総合体育館全施設
- 10月11日（月）総合体育館全施設および駐車場（受付業務についても中止）

▼問合先 ・総合体育館 ☎76－9511
・市民体育祭実行委員会（教育部生涯学習課内）☎内線443

## お詫び

9月6日に発生しました市役所庁舎内・電話交換室からの出火につきましては、市民の皆さまに、多大なご迷惑とご心配をおかけしましたことを、深くお詫び申し上げます。

また、この出火により、電話が着信のみとなり、大変ご不便をおかけしましたが、9月9日より復旧いたしました。

今後、このようなことが起こらないよう努めるとともに、重ねてお詫び申し上げます。

## 市民ペンリレー ◆324

細川実可子さん

### 赤ちゃんが生まれた

私の家は３姉妹です。私と千恵子は双子です。今年、５年生になりました。私には妹もいます。去年の８月に生まれました。名前は、沙会子です。沙会子が生まれる前はママのおなかが大きくなって、たいへんだったので、皿洗いや、そうじなどを手伝いました。生まれる時は家族みんなで病院に行きました。ママはおなかがいたくて、なん度も、かんごふさんをよんで、背中をマッサージしてもらいました。次の朝の８時８分に生まれました。初めてだっこしたときは、とっても、うれしかったです。沙会子は９カ月で歩くようになりました。今は、１才を過ぎたばかりですが、ベットの部屋からリビングまで、たったか歩きます。私はいつも笑ってくれる沙会子の笑がおが大好きです。これから沙会子がしゃべったり、あそんだり、だんだん成長していくのが楽しみです。３姉妹仲良くしたいです。

外で沙会子をだっこしてると、地域の人に声をよくかけられます。沙会子がいると地域の人とも話ができるので、とっても楽しいです。これからも沙会子をよろしくお願いします。

次回は宮本さんにリレーされます。

## 2010 国勢調査

現在、調査員が世帯を訪問して調査票を配布しています。皆さんのご回答をお願いします。

▼問合先　市役所商工農産課
☎内線253

## 編集後記

今年の夏は、猛暑日が続く記録的な暑さとなりました。

各地で熱中症により救急搬送されたり、死亡されるというニュースが連日のように報道されていましたが、ふと、気候変動、地球温暖化という字句が頭に浮かびました。

温暖化の原因とされている温室効果ガス排出量の削減をするべく職場でも取り組んでいるところですが、我が家でも意識して取り組む必要性を改めて感じたところです。

エアコンの冷房温度設定を心持ちあげたり、照明器具などのこまめなスイッチオフなど、皆さんも身近なところから取り組んでいきましょう。〈卯〉

さわやか行政、香芝市 笑顔でニッコリ、こんにちは

**市のようす** …8月末日現在…
人　口　75,856人（前月比＋59）
男36,499人／女39,357人
世帯数　27,616世帯（前月比＋31）

◆広告掲載の問合先〈広告代理店〉
（株）奈良新聞企画　☎0742－34－6066

広報 かしば
平成22年9月21日／No.519
発行／香芝市役所　編集／秘書広報課
〒639-0292 奈良県香芝市本町1397番地
☎0745-76-2001（代表）
下記URLの市ホームページでも広報かしばをご覧になれます。
URL http://www.city.kashiba.lg.jp/
E-mail info@city.kashiba.lg.jp

## 古のかしばへタイムスリップ
# 今昔アルバム

現在のようす

西名阪自動車道北側から二上山をのぞむ

昭和39年ごろ

山下さん（上中）提供

時代の流れとともに移り変わるまち並みや、時を越えて受け継がれてきた変わらぬ風景など、古い写真を随時募集しています。みなさまのご提供をお待ちしています。

詳しくは、市役所秘書広報課までお問い合わせください。

☎76―2001（内線303）

広告

広告

広告

広告