



お母さんといっしょに英語のリズムあそび～子育て支援センター～（関連記事2～5ページ）

11

2011

No.533

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、明るく未来社会にむかつて歩みつけているまちです。

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、美しいまちをつくりまします。

一、であいを大切に、共に生きるまちをつくりまします。

一、いのちを大切に、住みよいまちをつくりまします。

一、伝統を生かし、新しい文化の香るまちをつくりまします。

一、元気な「ひと」を育て、希望あふれるまちをつくりまします。

めぐり

- 2 楽しく子育てしよう～子育て支援センター～
- 6 香芝市功労者表彰式
- 7 香芝ふれあいフェスタ2011&子どもフェスティバル
- 8 1カ月のできごと
- 9 マイヘルス マイライフ
- 10 みんなの国保
- 12 消費生活Q&A
- 13 市民ペンリレー

～子育て支援センター～

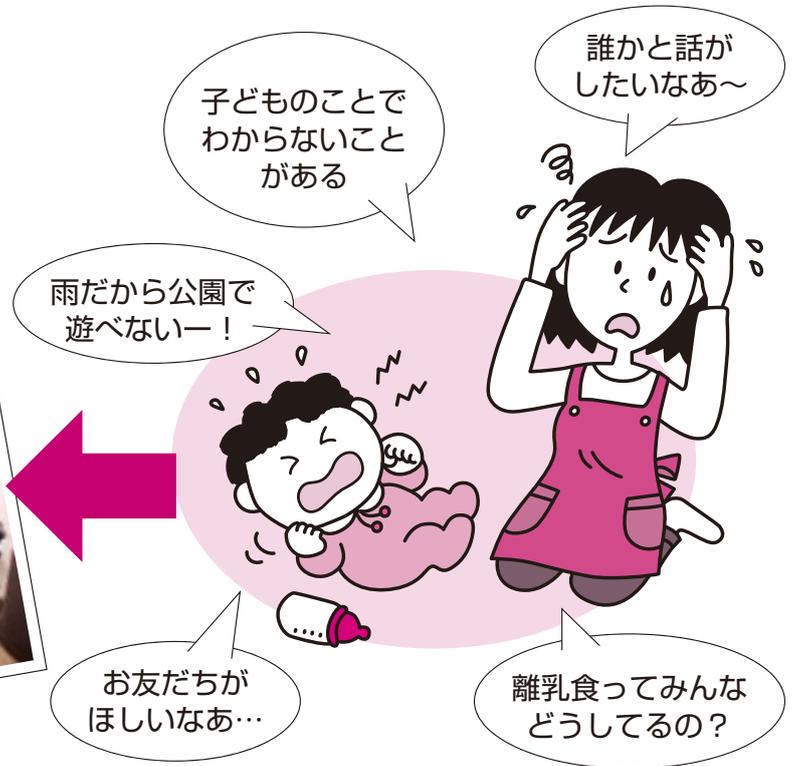


近年、少子化や核家族化が進み、子どもや子育てをめぐる環境が大きく変化する中で、子育て中の親の不安感や孤独感の増大が危惧されています。子どもたちは、成長に応じた子ども同士のかかわりや、さまざまな人々との交流を通して育ちます。また、親は不安なく子育てをしたいと願っています。

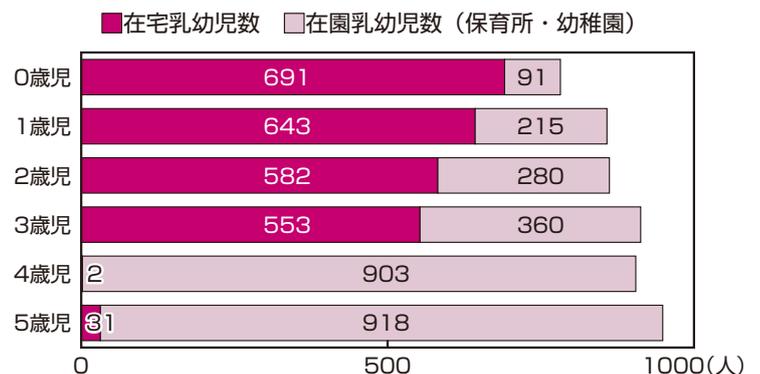
そこで今回は、そんな子育てで親子同士の交流の場を提供する「子育て支援センター（つどいのひろば）」をご紹介します。

まだご利用したことのない皆さん、ぜひお気軽にお越しください。

そんなときは
子育て支援センター
「つどいのひろば」
 をご利用ください



0～5歳児 在宅・在園児数 (H23.5.1 現在の推計)



就学前の乳幼児の約47%が在宅で育児をされています。特に0～3歳児の親子の皆さん、毎日どのように過ごされていますか？

子育て支援センターとは

「子育て支援センター」は、厚生労働省の特別保育事業に基づき、地域全体で子育てを支援する施設で、就学前のお子さんと保護者が親子で遊ぶところです。

遊びを通して子ども同士・保護者同士の交流ができるだけでなく、子育ての相談・健康相談に応じたり、さまざまな側面から子育てを応援しています。



楽しく子育てしよう



育児をがんばりすぎないで!

小さな命が宿ったときから、親は夢を持って子育てをはじめます。

けれども、いざ子どもと向き合い、子育てに追われる毎日の中で、「こんなはずじゃなかった」と落ち込むこともあるかもしれません。

それは誰もが感じる事なただけれど、つい自分を責めて、がんばりすぎてしまうものです。

がんばりすぎないポイント

- 家事は後回しにして・・・子どものお昼寝のときは、一緒に眠って身体を休めましょう。
- 少し距離をおいて・・・ときには子どもをまわりの人に預けて、リフレッシュの時間をつくりましょう。
- 仲間をつくらう・・・子育ての悩みなどを共有できる人がいると心強いです。
- 甘えてみよう・・・ひとりで抱え込まず、地域の人や祖父母などに協力してもらいましょう。



つどいのひろば

どんなところ?

- 0歳からの未就園児とその保護者が自由に過ごせるフリースペースです。
- 事前申込みはいりません。時間内ならいつでも無料で利用できます。
- 絵本や、子どもたちの好きな遊具、手作りおもちゃなど多数備えてあります。
- 親子で楽しめる催しものが、定期的で開催されています。

(つどいのひろば)の紹介～

マミつどいの広場



リズムにあわせて
“みんなであそぼう♪”

はこうなのよ」と、おしゃべりや相談もお互いにされています。

広場に何回か来られている間に、お友達ができて、保育園や幼稚園に通うようになって、仲良くされている親子がたくさんいらっしゃいます。毎回11時30分から約20分、『みんなであそぼう♪』時間で、スタッフによる手遊び・歌・親子遊び・体操を皆さんと一緒に楽しんでいます。毎月のお誕生日会や、リトミックやヨガ&マッサージ体験会も不定期に開催しています。近くの公園に立ち寄るような気分で、いつでも遊びにきて下さいね。

スタッフの私達にお気軽に声をかけてご相談ください。お待ちしております。

(スタッフの高田さん)

エコーンマミ・南館2F
住所：真美ヶ丘6-10
園児福祉課 ☎79-7522
毎週 火 9:30~14:00
毎週 水・木 10:00~15:00

”マミつどいの広場”は、同じ位のお子さんのママ、先輩ママ、お孫さんと来られたかた、いろんなかたが情報交換をしたり、「うち

住所：旭ヶ丘4-12-20
TEL：78-5340
毎週 月～金
9：00～17：00

子育て中のお母さん。
楽しく喜んで子どもさんとふれあっていますか？

いつもお子さんと一対一で向き合っているお母さん。他のお母さんの声を聞いてみませんか？

旭ヶ丘子育て支援センターでは、お母さん同士のふれあいの場、少し勉強にもなる所、何よりも空気を変えてリフレッシュできるようなサポーター自身も和気あいあいとホッとしてもらえるよう心がけています。心のこもった手作りのおもちゃ、絵本もたくさん備わっています。

毎月のお誕生日会では、かわいい手形と写真入りのカードもプレゼントさせていただいています。

今後は特技を持つサポーターの協力で、お母さん体験コーナーも企画させていただきたいと考えています。ぜひ子どもさんと遊びに来てみてください。皆さんすてきな笑顔で過ごされていますよ。

(スタッフの吉村さん)

子育て支援センター



牛乳パックやフェルトの
手作りおもちゃ！



ほっとひろば

ほっとひろばは、出会いの場。さまざまな年齢の子どもたちが集まることができます。そんな異年齢の子ども同士のかかわりをたくさん体験できるのが、ほっとひろばの特徴です。

お母さんたちにとっては、我が子よりも少し先の年齢のお友だちの姿を見ることができるので、子育てに少し見通しが持てることもあります。普段は、親子だけで過ごす時間が多いと思いますが、いろんな人たちとふれあうことが心身の育ちを豊かにしてくれます。

ほっとひろばでは、楽しく遊べる環境を用意し、経験豊かな保育士がいろいろな場面でサポートします。また、保育園児と一緒に行事に参加していただくともあります。どうぞお気軽にお越しください。

(関屋保育所
二宅所長)



～子育て支援センター～

あけぼの・保育学院内
住所：関屋北5-8-22
TEL：71-8008
親子クラブ 水 10:00~11:00
園庭解放 毎週 月~土 9:00~17:00

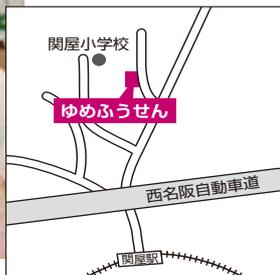
“ゆめ・ふうせん”では、子育て真っ最中の保護者のためにいろいろな活動を行っています。

未就園児の集まる親子クラブは、年齢ごとの発達に応じた楽しい取り組みを行う場で、絵の具やボンドを使って作品を作ったり、エアハウスなどのダイナミックな遊びなど、のびのびと子どもの感性を活かした遊びやリトミック、ユニークな作品を作ったりしています。

また、プール遊び、おもい掘り、クリスマス会など、家庭とは違った環境でたくさんの体験をしていただき、大きく成長されることを願って活動しています。

楽しい空間の中、子どもを中心に新しい保護者同士の輪も広がり、リフレッシュして楽しんでいただいています。子育て経験豊かな保育士がいますので、ささいなことでもお気軽にご相談ください。また、母乳マッサージも行っていますので、お悩みのお母さんをご相談ください。お待ちしております。

(スタッフの神野さん)



ゆめ・ふうせん



お母さんといっしょに
作品づくり体験

おうちのこうえん



季節ごとの壁飾りは
スタッフのお手製!

総合福祉センター3階
住所：逢坂1-374-1
閩児童福祉課 ☎79-7522
毎週 月~金
9:00~17:00

子育ては、楽しいことですが、難しく考え、悩んでしまうときもあります。

おうちのこうえんは、一人で子育てをされている

かた、また子育てに悩みをお持ちのかたに、子どもと共に気軽に訪問していただき、一緒に遊んだり、絵本を読んだり、遊びを見守ったり、世間話をする中で、笑顔になっていただけるよう応援する場所です。

これまでたくさんの親子さんと交流し、子どもたちの成長する姿に、共に驚き感動する中で、保護者のかたから「子育てを一緒に考え、共に悩んでいただき、とても安心できました。」との感想をいただいています。スタッフ一同、心より嬉しく思い、これからもますます心をつぎに接していきたいと思っています。

今までご参加いただいている皆さんには、日ごろから約束事やお願いに対してご理解とご協力をいただき深く感謝いたしております。これからもよろしくお願ひいたします。

(スタッフの竹田さん)



公立保育所の“ほっとひろば”

施設名	電話番号	場所	実施日	時間
若葉保育所	77-2758	下田西2-6-27	毎週火	午前10時~ 午前11時30分 (第5週は実施していません)
五位堂保育所	77-2023	五位堂3-464-1	毎週金	
二上保育所	77-2944	畑4-545	毎週土	
志都美保育所	77-3852	今泉382	毎週土	
関屋保育所	77-2717	関屋396	毎週金	
みつわ保育所	77-2184	良福寺419	毎週金	
真美ヶ丘保育所	76-4777	真美ヶ丘6-9-1	毎週土	



みつわ保育所でのようす

平成23年度 香芝市功労者表彰式



11月3日(文化の日)、香芝市表彰条例に基づく功労者表彰式をふたかみ文化センターで執り行いました。
 これは市の公益の増進に寄与し、その功績が顕著なかたや市民の模範となるべき行為があったかたに、その功績をたたえ表彰するものです。
 今年度は、次の6名と3団体が表彰されました。(敬称略)

特別功労者表彰

✿自治功労

市議会議員として地方自治の振興・発展に貢献された功績

黒松 康至

功労者表彰

✿自治功労

自治会長として地域住民の福祉向上に貢献された功績

中西 孝昭

✿社会福祉功労

民生児童委員として本市の社会福祉の向上に貢献された功績

石井 壽明

✿産業振興功労

農業委員として本市の農業推進・発展に貢献された功績

吉村 増雄

✿社会体育功労

スポーツ少年団理事として本市の社会体育の振興及び発展に貢献された功績

加藤 修

山崎 正一

善行者表彰

ボランティア活動を通じて地域福祉の活動向上に貢献された功績

ふれあい西真美

ボランティア活動を通じて地域福祉の活動向上に貢献された功績
 関屋近鉄住宅
 地域福祉推進委員会

国際援助ボランティア活動を通じて社会福祉活動の向上に貢献された功績

切手ボランティア



笑顔 あふれる



力強い太鼓の音が
みんなの心に響きます



今年初開催の
「ちびっ子ビンゴ大会」。
子どもたちは、
ワクワクときどき



落ち着いた
雰囲気の中、
抹茶の野点



かしわを使った
「カシバーガー」
おいしいよ！

人で賑わう

香芝ふれあいフェスタ2011&子どもフェスティバル
11月6日(日)

市役所周辺をメイン会場に、今年も開催した秋のイベント！
ときおり雨が降る天気でしたが、市内外から約3万人が来場され、特設ステージのキャラクターショーや舞台発表、各種団体・市民ボランティアが運営する模擬店などを楽しみました。



カニ、鯛、さんま！
何匹釣れるかな？





走って笑って競って！ 市民体育祭を開催

10月23日（日）、健民運動場と北部地域体育館で「香芝市民体育祭」を開催しました。

当日は、多くのみなさんが参加し、綱引きや大縄跳び、リレーといった香芝 No.1 を決める種目や、みんなで楽しめる菓子取り競争や三輪車レースなどを行いました。

参加者みなんで体を動かし、スポーツの秋を満喫しました。



地域コミュニティの場が完成 畑ノ浦自治会の畑ノ浦集会場

今泉656番地の1に、畑ノ浦自治会の畑ノ浦集会場（建物面積361㎡・鉄骨2階建て）が完成し、10月28日（金）、竣工記念式典が行われました。

記念式典では、井上自治会長が「地域住民のかたが集いあう、地域コミュニティの場として、誰もが気軽に利用できる集会場になることを期待しています。」とあいさつされました。また、地元関係者や梅田市長からもお祝いの言葉が送られました。

地域の皆さんが集い、ふれあう場となる集会場の完成、おめでとうございます。

▶あいさつをされる
井上自治会長



▼完成した集会場



笑顔と元気があふれるまちづくりへ！ 帝塚山大学と連携協定

11月7日（月）、地域の発展や人材育成などを目的に、様々な分野で連携し協力を行おうと、本市と帝塚山大学（奈良市）との間で連携協力に関する協定を締結する調印式がありました。

まちづくり、産業・文化芸術の振興、心のケアとサポートなど多様な分野において、大学の研究成果、ノウハウなどを活用し、笑顔と元気があふれる魅力あるまちづくりを進めていきます。



アンチエイジング “若返り” について

今回、加齢（エイジング）に逆らう（アンチ）ということで、若返りについてお話しします。
例えば、脳細胞や骨密度は加齢とともに減少すると言われますが、できるだけ若い状態を保っていたいものですね。 【薬剤師 吉村之伸】

老化の原因としては、

- ◎悪役の活性酸素が体をさびつかせ、エイジングを早める。
（活性酸素を増やす要因として、紫外線・喫煙・ストレスなどです。）
- ◎生命の維持に必要な各種ホルモンが、低下する。
- ◎免疫が低下する。
などがあります。

次に、老化と関係する体の変化や病気について

- ◎肥満・老眼・動脈硬化・骨粗鬆症などがあげられます。



では、**どうすれば**アンチエイジングができるかですが、

1. バランスよい食事を摂る。
2. 肥満に注意。インスリンや動脈硬化を修復するホルモン、若返りのホルモンはスリムな体型の方が出やすい。
3. 無理のない運動をする。
4. 活性酸素から身を守る。(抗酸化作用のあるビタミンC・ビタミンE・ポリフェノール・カテキンなどのサプリメントを摂る。) 紫外線は避ける。
5. 禁煙する。*最近になって、禁煙治療薬の内服薬で、意識障害の副作用が報告されているので注意が必要です。今服用されているかたや今後服用を考えているかたは、医師や薬剤師に相談すると良いでしょう。
6. 睡眠を充分取る。
7. ストレスをためない。
8. 水分を充分に取る。(体重60kgのかたで1日2リットルが目安となります。)
9. 取った水分を有効利用できるように半身浴や運動で代謝を高める。



最後に、脳も若返りできます。

方法は、否定的な考え方は老化に向かうので、常に将来ウキウキするような目標や夢を持ち、学び運動することで若返りするホルモンの影響下におかれます。

皆さんも、体も脳もアンチエイジングでいつまでも若々しく！

より美しく健康に【女性のための健康づくり教室・全5回】

自分自身の体や心に意識を向け、30歳代から始められるアンチエイジングと健康づくりの教室です。ぜひ、ご参加ください。

- ▶日程 ①平成24年1月31日(火)
②2月3日(金)
③2月10日(金)
④2月17日(金)
⑤2月24日(金)

▶時間 午前10時～11時30分

▶場所 総合福祉センター

▶対象 30～50歳代の女性

▶定員 先着25名

▶申込・問合先 保健センター ☎77-3965



骨盤周囲を気持ちよく伸ばしています！

みんなの国保

医療費の現状

香芝市国民健康保険は今

国民健康保険（国保）制度は、保険の加入者（被保険者）である皆さんが病気やケガをしたときに備えて、安心して医療が受けられるよう、お互いが助け合って医療費を負担し合う医療保険制度です。

近年、その医療費の増加により、国保財政は厳しい運営状況となっているため、香芝市国保では医療費が適正に利用されるよう取り組みを進めているところです。

厳しい財政運営

国保は、市町村が保険者となり、独立して運営する医療保険制度です。

その運営は、被保険者の皆さんに納めていただく保険料と国・県などからの公費で賄う仕組みとなっています。

国保は、高齢者や比較的所得の

国保の加入者数

香芝市内に住所を有するかたは、職場の健康保険や後期高齢者医療保険など、他の医療保険に加入している場合などを除き、香芝市国保の被保険者になります。現在、香芝市民の約4分の1のかたが国保の被保険者となっています。



表1. 香芝市国保加入状況
(平成23年3月31日現在)

加入世帯数	9,359世帯 (33.5%)
加入者数	17,923人 (23.5%)

*加入者数のうち約46%が60歳以上

低いかたの加入割合が高く、構造的に弱い財政基盤となっています。さらに近年は、被保険者の高齢化の進展や高度先進医療の普及、生活習慣病など慢性疾患の増加など、さまざまな理由により医療費が増加する一方、低迷する経済情勢の中、離職などによる収入不安定な被保険者が増加し、国保料の収入は伸び悩んでいるため、厳しい財政運営となっています。

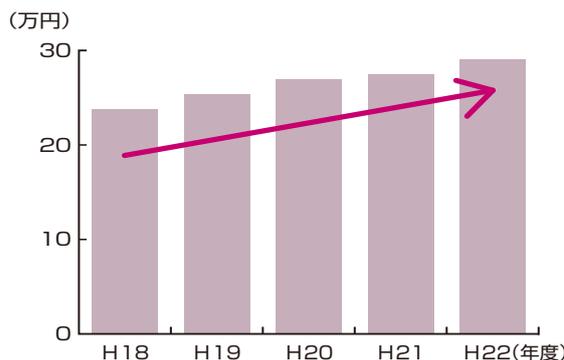


年々増え続ける医療費

香芝市国保が支払う医療費は年々増加しており、平成22年度は42億9千万円（前年度比7.5%増）となっています。

【表2】は、被保険者1人あたりの年間医療費の推移を表したものです。平成22年度の香芝市の被保険者1人あたりの医療費は、約290,700円（前年度比5.7%増）となっています。

表2. 香芝市国保の被保険者1人あたりの年間医療費



減少する国保財源

*被保険者1人当たりの年間医療費：1年間（4月から翌3月）の医科（入院・入院外）・歯科・療養費の費用総額を被保険者数（年度平均値）で除して得た数

被保険者の皆さんが医療機関を受診した場合、窓口で支払う一部負担金として、医療費の3割（または1割）を負担します。そして、残りの7割（または9割）は国保で負担しています。

被保険者の皆さんでできること

医療費の節約にご協力を！

国保負担の財源の一部として、被保険者の皆さんに納めていただいている保険料が使われています。しかし、経済不況などの影響で収入額は近年減少傾向にあります。

国保事業は、市の一般会計から独立した国保特別会計を設けて運営しています。しかし、他の会計とは異なり、医療費の支出状況に応じて収入を確保する必要があり、収入が少ないからといって、医療費などの支出を抑えることはできないという性質もっています。

取り組みと今後の課題

今後、医療費の伸びをいかに抑えるかが保険者の最重要課題となります。

香芝市国保では、国保財政の健全化に向けて、次のような取り組みを進めています。

- (1)平成20年度～
特定健診の実施による予防対策
- (2)平成23年度～
レセプト点検業務の拡大強化や

ジェネリック医薬品促進通知事業

被保険者の皆さんにおいても、国保財政の現状をご理解いただくとともに、国保財政の健全化にご協力をいただくようお願いいたします。

①「時間外診療」を減らしましょう！

急病など止むを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

休日や夜間など個々の医療機関が定めた診療時間外の受診は、割増料金がかかります。

また、早朝や夜間などに開業している一部の診療所では、診療時間と定めている時間内であっても「夜間・早朝等加算」の算定がされます。

②「重複受診」は避けましょう！

安易な理由で受診する病院を変える「重複受診」は避けましょう。

「初診料」を再度支払うだけでなく、何度も同じ検査を繰り返すことにもなります。同じ薬を処方されれば、医療費の無駄も増えていきます。

治療方針などに対して主治医以外の意見を聞きたい場合には、遠慮せず「セカンド・オピニオン」を申し出てください。「セカンド・オピニオン」は重複受診ではありません。

③「ジェネリック医薬品」を利用しましょう！

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、特許期間の過ぎた新薬（先発医薬品）と同じ有効成分をもっている低価格の薬です。

ジェネリック医薬品が低価格の理由は、新薬の開発では膨大にかかる研究開発費を低く抑えられるためです。薬事法の厳しい基準もクリアしています。変更を希望する場合は、診療を受ける医師や薬剤師に相談してみましょう。

☆香芝市国保では、40歳以上で、薬を調剤薬局でもらっているかたを対象に、ジェネリック医薬品の使用促進通知を送付しています。一定額の差額が出るかたを対象としていますので、全員には送付していませんが、関心のあるかたは、医師や薬剤師に相談をしてみるといいでしょう。



④「特定健診」を受診しましょう！

心臓病や脳卒中などの生活習慣病は増加を続けています。

香芝市国保では、生活習慣病の原因となるメタボリックシンドロームの早期発見を目的に「特定健診」を実施し、改善が必要な場合は「特定保健指導」を行っています。

対象は、40歳以上75歳未満の被保険者です。健診は年1回の受診で、健診データは香芝市国保が保管し、効果的な保健指導に役立てています。

*メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に加え、高血糖・高血圧・脂質異常の危険因子を2つ以上持っている状態をいいます。この状態になると、動脈硬化が急速に進行します。運動と食生活の改善で内臓脂肪を減らし、予防・改善をしましょう。



高速バス予約のトラブル増加



Q 夜行高速バスをネットで予約し、代金を支払った。利用日を間違えて入力していたことに気づき、すぐに変更を申し出たが、取消料として代金の3割を請求された。キャンセル料を払わないといけないのか。

A

「高速バス」には、運行形態で分けると「高速ツアーバス」と「高速乗合バス」があります。

「高速ツアーバス」は、旅行会社がバスを貸し切り、旅行業法における「募集型企画旅行」（いわゆる「パック旅行」）を行なうものです。それに対し、「高速乗合バス」は、バス会社が国土交通大臣から認可を受け、定期的に通大から認可を受け、定期的に運行しています。消費者は運賃をバス会社に支払い、旅客としてバスを利用します。

ご相談のかたは、「高速ツアーバス」を申し込んでいました。そのため旅行会社の約款に拘束され、キャンセルすると出発日までの日数に応じてキャンセル料が段階的に発生します。利用日の変更もいったん解約して、新たに別の「パック旅行」を契約することになるため、キャンセル料が発生します。

「高速乗合バス」の場合は、一般的にキャンセルは乗車当日まで可能で、100円程度の手数料でできることが多く、利用日の変更も、バスの発車時刻前なら、無料のことが多くなっています。

高速バスを利用する時は、どちらの運行タイプかしっかりと確認しましょう。

おかしなと感じたら「消費生活相談」へ！

開催日 毎週火曜日（祝日の場合は翌日）
時間 午前10時～正午、午後1時～3時
場所 市役所会議室棟会議室 ※開催当日、電話でも相談を受け付けています。（市役所 ☎76-2001）
消費者ホットライン（☎0570-0064-370）もご利用ください。（年末年始を除く毎日）
 ☆毎週木曜日（午後1時～4時）広陵町総合保健福祉会館「さわやかホール」でも相談を受けることができます。

2010 国勢調査の確定値 が発表されました。

総務省から2010年（平成22年）国勢調査の人口等基本集計結果が発表されました。

日本の総人口は、平成22年10月1日現在で1億2,805万7,352人、前回調査（平成17年）からの増加率は0.2%でした。また、全国1,728市町村のうち、約4分の3にあたる1,321市町村で人口が減少しました。

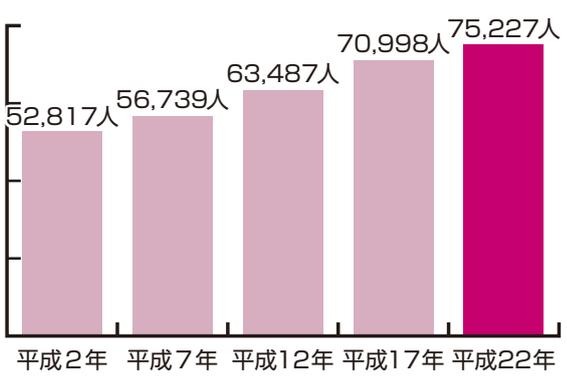
奈良県の人口は、140万728人で全国第29位、前回調査と比べ2万582人（1.4%）減少しました。

香芝市は、人口7万5,227人（男 3万6,117人 女 3万9,110人）、世帯数2万6,131世帯で、前回調査と比べ4,229人（6.0%）増加しており、県内において人口増加数は生駒市に次いで第2位、人口増加率は第1位でした。

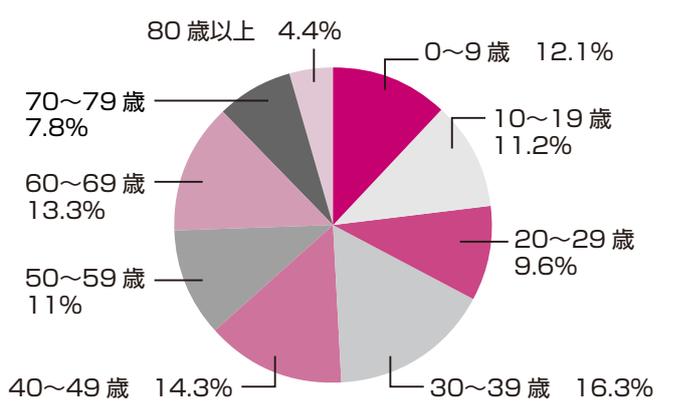
▶問合先 市役所商工農産課 内線252・253



香芝市の人口推移（各年10月1日現在）



香芝市の年齢別人口割合（平成22年10月1日現在）





初めての試練

向川 哲子 さん

我が家には、2歳10カ月の元気いっぱいの息子がいます。

毎日の体力の消耗や、そろそろ習い事を…と考えていて、息子は少し水が苦手なこともあり、2日間の体験スイミングに申し込みました。

1日1時間あり、半時間は大号泣していました。毎日ずっと一緒に居るので、1時間だけなのに、親離れ、恥ずかしいのですが子離れがすごく辛かったです。

その後2回ぐらいは泣いていましたが、今では水にも慣れて、すごく楽しく行っています。子供の方が、早く親離れができそうな感じがしました。

これからもっと色々な試練があると思いますが、がんばって乗り越えて行こうと思っています。

結婚して香芝市民になり、内気で恥ずかしがりやの私ですが、いっぱいお友達ができ、近所の方にも助けてもらい、毎日楽しく過ごすことができ感謝しています。

思ってもなかったペンリレーにも出させてもらい、すごく良い記念になりました。

読んでいただき、ありがとうございました。

次回は吉川さんにリレーされます。

ペンリレーは市民の皆さんに、日ごろ感じていること、体験したことなどを自由に書いていただくコーナーです。次回のかたは、執筆者からバトンタッチされます。

よく子育ては「自分育て」
だと言われます。
笑ったり、悩んだり、そんな子育ての波を親としての成長の過程だと思えたら、少し気持ちが楽になります。
今回取材した子育て支援センターには、様々な親子がおられました。ここで仲良しになった人たちは子どもたちの情報交換。雨だからと遊び場を求めてきたお父さん。少し人見知りでもまだ交流ができない人も、広いスペースで遊ぶ子どもの姿を目で追っているだけでも気持ちが穏やかになるそうです。
いろんな親子が集まり、助けたり、助けられたりする事で人間関係が広がり、人生が豊かになる…「自分育て」。これも、子育ての楽しさでしょうね。(凛)

編集後記

皆さまからあたたかいご支援をいただき、総額104万2,889円の義援金が集まりました。お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社奈良県支部を通じて、被災された方々に届けられます。ご協力ありがとうございました。

「奈良県台風12号災害義援金」への
ご協力ありがとうございました。

訂正

広報かしばお知らせ版第378号(平成23年11月7日)の12ページ、くみ取り便槽(非水洗)収集日程の月日の欄に誤りがありましたので、訂正してお詫びします。

▶問合先 市役所生活環境課
内線132・133

右の表の「月日」欄

(誤) 11/9(金)~15(木)
(正) 12/9(金)~15(木)

市のようす …10月末日現在…

人口 76,775人(前月比+45)
男 36,870人/女 39,905人
世帯数 28,243世帯(前月比+27)
(住民基本台帳人口+外国人登録人口)

広報 かしば

平成23年11月21日/No.533

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

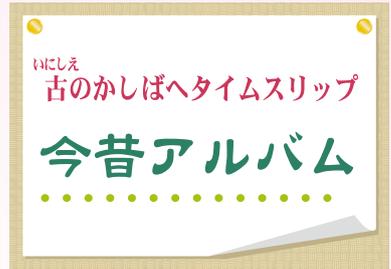
時代の流れとともに移り変わるまち並みや、時を越えて受け継がれてきた変わらぬ風景など、古い写真を随時募集しています。みなさまのご提供をお待ちしています。

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)



現在のようす



国道165号(鹿島神社前)

昭和47年ごろ
岩永さん(下田西)提供



地域密着で「お客様に喜んでいただくこと」を
モットーにおそうじをさせていただいております。

ていねいな作業できれいな仕上がり！
ハウスクリーニングのおそうじ屋siteくんない

年内、年明けの大掃除をご予約受付中です。
お待ちいたしております。
店主 向井です。
私がお伺い、担当いたします。
お気軽にご連絡ください。
<http://osoujiyakunnai.com>
info@osoujiyakunnai.com

おそうじ屋siteくんない 北葛城郡広陵町馬見北5-9-17
TEL050-1103-7736
店主直通 TEL.080-3105-8312 広告

祝ご成人

成人前写し
思い出に残るお祝い
ゆづりと良い表情を写そう

証明写真
お任せ下さい

成人式記念写真
木約承り中
お電話下さい

カシバスタジオ
0745(76)3661
香芝市下田西2-2-51(コジヤ東)

元気で長生き...幸せです!!

しつこい疲れ・だるさ 貧血 ひざ・腰のつらい痛み
めまい しつこい下痢・便秘 痔 ちくのう ダイエット
アレルギー体質 むくみ こむら返り・手足のしびれ

このような症状でお悩みの方、
まずはお電話の上一度ご来店下さい。
親身になって相談にのります。
◆「皮膚」のトラブルに関する
お悩み・相談もお受けします。
ひざ・腰元氣 プロテオグリカン健康法をお勧めします。

くすりのアム TEL0745-78-4178
御相談は予約の方優先

ホームページも見て下さい <くすりのアム> 検索 営業 AM9:00~PM9:00 日曜日定休 図あり
香芝市瓦口61-C カルタボンビルC号 近鉄大阪線五位堂駅 駅前(南口) 広告

近鉄五位堂駅前 北出口すぐ おひとりでも悩まずにご相談ください

郷原法律事務所

借金問題(債務整理・過払金返還)、交通事故、
労働問題、建築瑕疵、不動産・借地借家、
刑事事件、離婚、相続・遺言、その他

法律相談料 30分 3,150円(税込)

事前にお電話又はEメールにてご予約下さい。
借金・交通事故に関するご相談は初回無料です。

ごうら あきひろ
弁護士 郷原 章裕
(奈良弁護士会)

☎0745-77-1277 香芝市瓦口2315 香番館2階
E-mail:info@gohara-law.jp http://www.gohara-law.jp/ 広告