

2013.6.21 No.552

特集 さあ、民話の里へ出かけてみよう

今月の表紙



民話の舞台となった 場所はどんな所? 実際に訪ねてみると、読んだり聞いたりするのとは、また違う何かがあります。民話をきるかけに、香芝のいてみなところに出かけてみよう。



ひとの動き -5月末日現在一

人口 77,749人(前月比+77人)

男 37,329人(前月比+51人)

女 40,420人(前月比+26人)

世帯数 29.045世帯(前月比+48世帯)



二上山は、古来より雄岳と雌岳の間に日が沈む様子から、神聖な山として人々から崇められてきましたが、この山は、今からどれくらい前に今の山の形になったと考えられているでしょう。

- ①約2万年前
- ②約20万年前
- ③約200万年前
- ④約2,000万年前



(答えは17ページにあります)

*第2回 香芝検定より出題

CONTENTS もくじ



①成人の風しん予防接種費用を一部助成します
②市税の共同徴収が始まりました
③香芝市障がい者計画を策定
④香芝市バリアフリー基本構想を策定
⑤毎月25日はニコニコあいさつの日
⑥香芝市総合プール休止のお知らせ
⑦財政状況をお知らせします
特集
民話で知る ふるさと香芝
ふまと☆かしば12
●ワンプレーに熱い思いをかけて
❶講演会「ユーモアで心の健康を」
Ⅲ ふれあいコンサート 🕠 健康ウォーキング
住まう香芝 vol.4 ······ 14
いきいき健口生活のススメ
イキイキ!香芝っ子16
走って跳んで 陸上記録会
市民ペンリレー/ パパッと簡単朝ご飯 17

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

「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 7月5日(金) 広報かしば 7月22日(月)

平成25年6月21日 2

市政トピックス 1

成人の風しん予防接種(任意接種) 費用を一部助成します

申請は保健センター窓口へ

▼問合先 保健センター ☎77-3965

現在、風しんの流行が続いています。風しんは妊娠期にかかると、生まれてくる赤ちゃんが「先天性風しん症候群」(主症状は難聴、白内障、心奇形)という病気になる危険性が高くなります。そこで、緊急対策として次の対象者に風しん予防接種(任意)の1回分を、接種後申請することで一部償還払いとして助成します。

◆接種期間 : 平成25年4月1日~平成26年3月31日の接種に限る *申請期限: 平成26年4月4日(金)

◆対 象 者 :接種時に香芝市に住民票があり、平成7年4月1日以前に生まれ、風しん(または麻

しん風しん混合)ワクチンを2回接種していない、次のいずれかに該当するかた

①妊娠予定者および、同居しているその夫

②妊婦と同居している夫や同居家族

◆助 成 金 額 ・麻しん風しん混合ワクチン(MR)の場合、上限6,000円

・風しん単独ワクチンの場合、上限4,000円

*市民税非課税世帯または生活保護世帯の対象者は全額助成

◆申請に必要なもの

- ・医療機関が発行した領収書または接種証明書(接種を受けたかたの氏名、接種日、 接種ワクチン名、金額、医療機関名が記入されていること)
- ・印鑑(朱肉使用のもの)
- ・振込先口座の写し
- ・風しんの予防接種履歴が確認できるもの (本人の母子手帳、予防接種手帳など)
- ・妊婦の夫および同居家族は、妊婦の母子手帳

市政トピックス2

奈良県

香芝市

大和高田市

市税の 共同徴収 が始まりました

▼問合先 市役所納税促進課 ☎内線155

税は、まちづくりを支える大切な財源です。本市では6月から、税負担の公平性と更なる自主財源を確保するため、奈良県、大和高田市と共同して市税の徴収強化に取り組んでいます。市単独では解決が難しかった大口・徴収困難案件に対応するため、各自治体が有する人材やノウハウを集めた滞納整理を専門とするチームを編成し、執行体制の強化を図っていきます。

市税を滞納すると…?

納期限までに納付しない場合は「督促状」を送付します。それでもなお放置すると、地方税法・国税徴収法にもとづき本人の意志に関わりなく、財産調査を行い、預貯金・給与・不動産・生命保険解約返戻金などを差押えます。また、本税以外に「督促手数料」と「延滞金」をあわせて強制的に徴収することになります。

滞納処分の流れ 納 督 財 差 足 産 押 限 状 調 査

放置しないでご相談ください

税を滞納したまま放置すると、差押えなどの不利益を受けることになります。納期限までに納付が困難な場合は、早めにご相談ください。

市政トピックス 3



会での協議の結果、

計画(案)を公開し

画策定委員会」を設置しました。委員

などの参加のもと、「香芝市障害者計

を推進する団体の代表者、

そして、

が

い者団体や障がい福祉

学識経験者

障がい者計画

「を取りまとめました。

市民の皆様の意見を募集して、香芝市

香芝市障がい者計画を策定

総合福祉センター社会福祉課 ▼問合先 **☎**79-7151

閲覧場所



- · 社会福祉課窓口
- ・市民図書館
- 市ホームページ

度から平成30年度までを計画期間とすた市町村障害者計画として、平成25年本市では、障害者基本法に定められ 策定しました。 る、香芝市障がい者計画を本年3月に

香芝市障がい者計画とは

が取り組みを図るための計画です。育・就労などのさまざまな分野で、 を実現するために、啓発・福祉 み慣れた地域で、より充実した暮ら 内に住む障がいのあるかたが、 .

市教し

住

画策定までの流れ

ました。 どについて、 祉サービス、 2, 6, 9, 5 るため、障がい者手帳を所持する障がい福祉に関するニーズを把握 就労、 人のかたを対象に、 悩みや困りごと、障がい 介護者・支援者の意向な アンケート調査を実施し 日中活 福

4つの基本目標

本計画は、障がいのあるかたのいきいきと自立した生活を支え、その人格が尊重される地域社会を形成す るため、基本理念を「すべての人が支え合い、地域で自立した暮らしのできる福祉のまちづくり」としました。 基本理念を達成するために、4つの基本目標を定め、今後様々な取り組みの展開を図ります。



- 人々が支え合い、心のあたたかみを感じられるまちづくり
- 2 自立した生活を目指す人々を支援するまちづくり
- 3 子どもがのびのび暮らせるまちづくり
- 安心して生活することができるまちづくり

市政トピックス4

香芝市バリアフリ

市役所都市計画課 ☎内線203

> を重ね、本年3月に「香芝市バリアフリ 民や学識経験者などの参加のもと、 をはじめ、高齢者・障がい者、また一

協議 一般市

基本構想」を策定しました。

閲覧場所

- · 都市計画課窓口
- ・市民図書館
- 市ホームページ



市(まち)づくり」を目標として、バリ快適に移動できる。ひとにやさしい都の協力のもと、「誰もが安全・安心、立ち上げ、市民の皆様や関係機関など アフリー 香芝市バリアフリー推進協 本構想を実現するために、 施策の推進に取り組んでい 議

今後の取り組み

どを定めてい

います。

進に向けたソフト面

での取り 会」を 組み パブリックコメント

香芝市

平成25年3月 「香芝市バリアフリー 基本構想」 を策定

タウンウォッチング

(ワークショップ

香芝市バリアフリ-基本構想策定協議会

玉

香芝市バリアフリー基本構想とは

平成18年12月

駅・近鉄五位堂駅・市役所周辺地に選定した「JR香芝駅・近鉄下

選定した「JR香芝駅・近鉄下

におけるバリアフリーに関する整備内

さらには「心のバリアフリー」

0)

な方針を示すとともに、重点整備地

田区

リアフリーの推進に

関する基本的

「高齢者、障害者等の移動等の 円滑化の促進に関する法律」 (バリアフリー新法)を施行

あらゆる人たちが社会活動に参加し、 自己実現ができる社会を目指して…

基本構想の 策定までの

芝市バリアフリー基本構想策定協議会」

化を進めるため、

ため、平成23年6月に「香まちの計画的なバリアフリ

本市では、

を立ち上げ、

交通事業者や関係行政機関

流れ

市政トピックス5

教育現場での取り組み

▼問合先 教育部 生徒指導支援室(学校教育課内) ☎内線412





園・学校、家庭でのあいさつから、 地域でのあいさつへ



ありがとう

おやすみなさい

市内の幼稚園・小学校・中学校では、ニコ(25)ニコ にちなんで、毎月25日を「ニコニコあいさつの日」と し、教職員や児童会・生徒会などが中心となって、あ いさつ運動を始めました。

「はじめよう、あいさつから」というキャッチフレー ズのもと、基本的な生活習慣である「あいさつ」を励 行することで、子どもたちの豊かな心や規範意識・社 会性の育成を図ります。また、家庭や地域でもあいさ つの定着・習慣化を呼びかけ、人と人のつながりを深 め、よりよい地域社会の形成を目指します。



さわやかなあいさつ が、市内各地で交わされ る、そんな素敵な街にし ていくために、みんなで、 「あいさつの輪」を広げ ていきましょう!

市政トピックス6

香芝市総合プール休止のお知らせ

▼問合先 教育部 生涯学習課 ☎内線561

総合プールは、香芝総合公園の一施設として設置され、昭和59年の開業以来、市民のみなさまに親しま れてきましたが、プール設備の経年劣化が進行しています。これまで受水槽の部分的な補修や循環ポンプ の交換などの改修を行ってきましたが、各施設・設備の老朽化による故障や事故の可能性が考えられるた め、安全に開園できない状況にあります。

このような状況により、安全に安心してご利用いただける総合プールとして運営することが困難である ため、平成25年度より休止することになりました。

今後、総合公園の整備を踏まえたうえで、総合プールとしてのあり方などについて検討し、その経過な どについて報告をしていく予定です。

みなさまには、しばらくの間ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

香芝市役所の部課名及び所管業務などを一覧にした「香芝市行政組織図」(平成25年4月1日現在)を作成 しました。ご入用のかたは、市役所3階の企画政策課窓口にお越しください。

また、市のホームページでも閲覧・印刷することが可能です。

▼問合先 市役所企画政策課 ☎内線321

人 事 課 ☎内線312

平成24年4月~平成25年3月

財政状況をお知らせします

▼問合先 市役所財政課 内線331・332

市の財政がどのように運営されているかを知っていただくために、地方自治法・財政状況の公表に関する条例に基づき毎年6月と12月に財政状況を公表することとなっています。

なお、お知らせする金額などは平成25年3月31日現在のものであり、決算額ではありません。市の会計は、4月1日から5月31日までの間が前年度の整理期間となるため、平成24年度の決算額は整理期間終了後に確定します。

(各項目で四捨五入しているため、合計値と一致しないことがあります。)

香芝市には、次のⅠ~ Ⅲの3つの会計があり ます。それぞれ、平成 25年3月31日現在の執 行状況を公表します。

18

[.一般会計

行政運営の基本的な事業のための会計で、 市の根幹となる"お財布"といえます。

歳入 予算額 収入済額(収入率)

市 税	85億5,040万円 81億8,006万円(95.7%)	
市債	70億7,380万円 56億4,840万円(79.8%)	,,
地方交付税	43億9,351万円 44億6,950万円(101.7%)	
国庫支出金	31億6,244万円 25億 293万円(79.1%)	
諸収入	16億2,579万円 15億6,338万円(96.2%)	
県支出金	12億7,571万円 5億9,625万円(46.7%)	予算額 280億
分担金及び負担金	4億7,891万円 4億7,139万円(98.4%)	2,743万円
地方消費税交付金	4億7,600万円 4億8,799万円(102.5%)	
使用料及び手数料	3億 433万円 2億8,233万円(92.8%)	収入済額
その他	6億8,654万円 6億3,373万円(92.3%)	248億3,596万円 (88.6%)
	市 債 地方交付税 国庫支出金 諸 収 入 県 支 出金 分担金及び負担金 地方消費税交付金 使用料及び手数料	市 祝 81億8,006万円(95.7%) 市 債 70億7,380万円 56億4,840万円(79.8%) 地方交付税 43億9,351万円 44億6,950万円(101.7%) 国庫支出金 31億6,244万円 25億 293万円(79.1%) 諸 収 入 16億2,579万円 15億6,338万円(96.2%) 県 支 出 金 12億7,571万円 5億9,625万円(46.7%) 分担金及び負担金 4億7,891万円 4億7,139万円(98.4%) 地方消費税交付金 4億7,600万円 4億8,799万円(102.5%) 使用料及び手数料 2億8,233万円(92.8%) そ の 他 6億8,654万円

袁出 予算額 支出済額(執行率)

職員や施設に対する全般的な管理など に要する経費	総	務	費	74億7,781万円 69億2,946万円(92.7%)
児童、高齢者の福祉関係などに使う 経費	民	生	費	74億4,042万円 71億2,189万円(95.7%)
借り入れたお金の返済金など	公	債	費	40億 201万円 35億9,823万円(89.9%)
学校、図書館の運営などに使う経費	教	育	費	30億 219万円 22億7,313万円(75.7%)
道路、河川の整備などに使う経費	±	木	費	24億9,542万円 13億8,708 <mark>万円(55.6%)</mark>
ごみ処理、病気予防などに使う経費	衛	生	費	22億6,847万円 21億4,594万円(94.6%)
消防活動、防災関係に使う経費	消	防	費	8億2,696万円 <mark>8億</mark> 1,872万円(99.0%)
市議会の運営に使う経費	議	会	費	2億6,781万円 2億6,598万円(99.3%)
農業の振興などに使う経費	農材	林商工	費	1億4,034万円 1億1,577万円(82.5%)
諸支出金、予備費など	そ	の	他	1億 598万円 6,335万円(59.8%)



平成25年6月21日 6

Ⅱ.特 別 会 計

特定の事業を行う場合に、一般会計とは区分して経理する必要がある 会計のことです。市にはこうした特定の"お財布"が6つあります。

国民健康保険

67億7,690万円

予算額

収入済額

61億3,251万円(90.5%)

支出済額 63億9,794万円(94.4%)

後期高齢者医療

予算額 6億2,393万円

収入済額 6億1,185万円(98,1%)

支出済額 5億7,452万円(92.1%)

介護保険

予算額 34億8,495万円

収入済額 32億8,254万円(94.2%)

支出済額 31億7,297万円(91.0%)

下水道事業

予算額 21億1,099万円

12億3,435万円(58.5%)

支出済額

13億1,804万円(62.4%)

土地取得

予算額 8,400万円

収入済額 8,452万円(100.6%)

支出済額 325万円(3.9%)

財産区財産

6

予算額 3,300万円

収入済額 2,363万円(71.6%)

支出済額 2,363万円(71.6%)

Ⅲ.水道事業会計

公営企業会計では、収益的収支と資本的収支 に分けて経理されています。

このうち、水道料金などの収入と水道水を家 庭まで送り届けるための支出により構成される 「収益的収支」の執行状況は、次のとおりです。

収益的収支

予算額 17億7,057万円 収入

収入済額 17億5.575万円(99.2%)

18億 115万円 予算額 支出

支出済額 17億6,232万円(97.8%)

市債の現在高

市債とは、多額の経費を要する事業を行う場合 に、国などから借り入れるもので、その借入金を 財源として事業を進めています。

一般会計	372億4,984万円
下水道事業特別会計	108億9,802万円
土地取得特別会計	3,966万円
水道事業会計	2億5,284万円
計	484億4,036万円

市民1人あたり に換算すると、 623,653円に なります。



借入金の残高は、484億4,036万円となって います。平成24年3月末現在の借入総額445億 3,674万円と比べると、39億362万円増加して います。増加の理由は、土地開発公社が解散し、 その負債を肩代わりしたことによるものです。

基金の現在高



特定の目的のために積み立てた資金のことで、 一般家庭の"貯金"にあたります。

基金の現在高は、1年前の16億413万円と比べ、6億 8,325万円増加の総額22億8,738万円となっています。

財政調整基金5億3,835万円
減債基金1億 746万円
公共施設整備基金3億7,133万円
文化振興基金486万円
ふるさとまちづくり基金2,297万円
職員退職手当基金8億9,597万円
介護従事者処遇改善臨時特例基金220万円
高齢者福祉基金5,242万円
地元公共事業積立基金1億4,603万円
介護給付費準備基金4,691万円
福祉厚生基金7,361万円
学校給食運営調整基金850万円
市立小中学校児童生徒福祉基金1,679万円

特集民話で知る

ふるさと 香せ

これをきっかけに、 ファルト舗装に変わっている道にも、こんなことが・・・?!と新たな発見があるかもしれません。 伝説・民話があります。一篇の民話から、今は住宅に変わってしまった丘陵や雑木林、アス 万葉の時代を経て今に続く長い歴史と、豊かな自然に恵まれた本市には、古くから伝わる またひとつ、知らなかった香芝を見つけてください。





木知英子さんの著作によるもので、表だの椿」です。これは、市内在住の鈴 められています。 題作「たんだの椿」を含め、 まとめているのが「香芝の民話 たん 市内に伝わる民話を1冊の本として 23編が収

伝わる民話を4話紹介しています。 地元のかたにもお話を聞いて、香芝に 今回の特集では、この本をもとに、

民話に寄せる思い

た。そうした活動の中から、開発が進 ちにお話を語る活動をされていまし 鈴木さんは、地域の子どもたちと友達 ていく状況を憂い、この香芝に伝わる になりたいという思いから、子どもた み、民話の元となった場所もなくなっ

小学生だった息子さんを亡くされた

こるというそうな。 折った者は、きまってえらい腹痛がお ようになったそうな。 ほこらを建て、お花やお線香をあげる だいぶたったころ、

今でもその枝を

椿の木の根元に

たんだの椿

平 不思議な椿の木のお-野地区に伝わる





今でも大切にされている椿 1は、香芝市の北西部に位置していまこの民話の舞台となっている平野地

column

平野地区にある 不思議な大石

地元の人は話します。長い年月が経っ

大切にされているのです

人は今でもみんな言っているよ」と、 枝も折ったらあかんよって、ここらの

「弁慶の7つ石」



の病がどうなったんかは誰にもわから

して、火が消えたみたいにさびれてし ん。ただ平野では、一人死に二人死に

見守るかのように悠々としています。

「この椿の木を切り倒したらあかん。

は、平野地区に住む人々をはやさしく

倒さはったそうや。その後、

お姫さん

なると、見事に花をつけます。 言われる椿の木はあります。

那はんが気味悪がって、ばっさり切り

椿の木が目に見えて弱り、

日

どかな雰囲気の地域です。

その一角に、民話のもととなったと

毎年春に その姿

混在する中にも、田んぼが点在し、

5する中にも、田んぼが点在し、の昔ながらの家並みと新しい住宅が

と噂がたち始めた。そうこうしている 屋敷のお姫さん、重い患いやそうや。 を咲かせたそうや。いつのころか「椿

きな椿の木があってな、 屋敷があったそうや。

平

野の村の西の外れに、大きな

その屋敷に、大

毎年見事な花

平野地区に6つ、王寺町に1つとても大き な石があります。この石に関して諸説あり ますが、弁慶が投げた石とも言われていま す。平野を訪れた際に、6つ探してみては。

地 図 M) 志都美小● 現存する椿の木 上中 西名阪自動車道 JR志都美駅

▲見事な紅い花をいっぱい咲か せる椿の木。「ぎょうさんの村人 が、門のそばまで見に来はった んや」

▶民話のもととなったと言われ る椿の木。現在も毎年花を咲か せます

史や町史を読んで、書かれている言い

「この本を書くにあたっては、 人へ何回も聞き取りに行ったり、

伝えを拾い出したりして資料を集めま

た。そうして集めた資料に、自分な

た。出来上がるまでに10年かかかりま りの創作を加えたりして書き上げまし



しょう。 うとしないと伝わらないから。」と、 ばいいなと思ってます。誰かが伝えよ と香芝〟を思い出すきっかけに、なれ いを語ってくださいました。 終始にこやかな中にも熱く民話への思 「子どもたちが、 挫折したりすることもあるで そんな時、 成長しおとなにな 民話が、『ふるさ

鈴木知英子さん

民話を、 この本をまとめられました。 地域の子どもたちに伝えたい

9

村元

寳樹寺の境内に あ

井戸にまつわるお話 立位堂の た

五





子どものころ、「この井戸はな…」 と、父親から、この話を聞きまし た。民話に出てくる井戸は、私に とって特別なものではなく、普段 の生活の中にいつもあったもので 普段の風景、日常生活に根付

う様は、「帰すと、

またあちこちに

てくれるよう頼みますが、

おじぞ

雷は、

泣き泣き天へ帰らせ

おっしゃいます。

そこで、

雷は、

落ちて怖がらせるからだめだ」と

行きました。

それ以来、

五位堂に

雷が落ちたことはないという

落ちない。」と約束し、天に帰って

寳樹寺のある五位堂には

じ込めて出られなくなってしまい

おじぞう様に、井戸の中に封

この井戸に雷が落ちました。

いた中で伝わってい るのが民話ではない かなと思います。 **寳樹寺住職** 中村勝胤さん



元の場所に復元された井戸。 民話を後世に伝えようとい う気持ちが偲ばれる



継がれていくうちに…

り伝えられてきたものです。このよ民話は、元々、民衆によって、語 なって、登場しています。 民話は、元々、 「あみだ如来様」 たん お









民話の元とも言われて いる杵築神社の井戸

訪ねてみれば…



村人に、前足を洗ってもらう狐

や貴重な水をお供えしていました。

「神様のつかいかもしれん」と、

う頼んでいました。このお宮さんの森

狐の親子が住んでいて、

村人は、 油揚げ

に参っては、よい水を与えてくれるよ

ろでした。そこで、

村人は、

お宮さん

この村は、

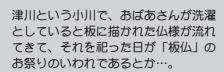
水に恵まれないとこ

照り続きにも決して水が涸れることは すらと血をにじませた狐がいました。 きれいな水がわき出ているのを見つけ 年の夕方、お宮さんの奥の井戸から、 なかったということです。 狐が掘り当てたこの井戸は、どんな日 前足が泥にまみれ、 ました。そして、 つの頃からか、 呼ぶようになったということや さて、とりわけ水不足が続いたある この村のことを、「狐井 その井戸のそばには、 爪の間には、うっ そして、

column

杵築神社の隣に ある福応寺

「板仏」



10

だの椿」では、 じぞう様ですが、「香芝の民話 地元で、伝わっている話では、

中で生じたものなのでしょう。これ

小説にはない民話らしさとい

うな、違い、は、

語り継がれていく

狐井という地名の由来を語っ

たお

中 地 区 h に が伝 たわ る

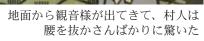
l, 観 音 様

の お

> 話 を

> 切

h 絵 に



りません。はるか昔に思いを寄せてみ 見えてきます。 えがあったとは知らない人も少なくあ している人でも、 ば、 々とした畑の中にあります。時の流 元では「観音堤」と呼ばれており、 た、と言い伝えられている場所は、 話の いつもの風景もちょっと違って 観音堤の横の通りを毎日利用 中に出てくる、 まさかこんな言い伝 音

ごそかに勤められています。 毎年7月17日には、 観音会がお



かりの、

世にも尊い一体の観音像があ

の場所を掘り起こしたところ、

輝くば

る様が目にとまった。 るような一条の光が、

村人とともにそ ゆらゆら立ち上 底で何かが光を放っているかと思われ ていたところ、田んぼの中から、

ったいないと、

立派な堂を建立し観音

かの上人は、

住み、村人の信頼も厚く、

終生観音様 観音院に

おだやかな晩年をこの地で

べえられたそうな。

が田んぼの中に在わすのでは余りにも

った。村人はこぞって参詣し、

観音様



より、

Ш

を越え、

川を渡

大和領に お導きに

ある高名な上人が仏の

入られたそうな。

樹の下で腰をおろし

地



現在の観音堤(写真上) と萬善寺(写真下)

び、半年かけて制作しました。博物館(大和郡山市)に何度も足を運 を知るため、鈴木さんとともに、 至りました。最初の作品「たんだの椿」 木さんの思いに心を打たれ、「それな「子どもに民話を伝えたい」という鈴 山本秀数さん(故人)による作品です。 「たんだの椿」を手にした山 特集の中で、 当時の家屋の状況や生活風景など 紙芝居にしましょう」と、 使用している切り絵は 本さんは、 制作に

ります。子ども会や学校などで演じ立てたものが6点、市民図書館にあこの切り絵の作品を、紙芝居に仕 活用ください。 る場合は、 貸出ができますの

また観音院は現在の萬善寺のことで

覧ください。 あります。市民図書館 作成されたものが3点 この民話を題材にボランティアにより した布などを用いた「さわる絵本」も、 また、視覚障がい者や幼児を対象に ぜひ手にとってご て楽しもう

もっと知りたい人に

「香芝町史」

☆香芝の町のことがまとめ られている本で、とても分 厚いですが、伝説が書かれ ているページは読みやすい ので、一読を…!

今回の特集で取り上げたお話以外にも、伝えられている民話・伝説が あります。いずれも市民図書館で借りることができます。

「子供のための大和の伝説」

仲川明 著 奈良新聞出版センター

「ふるさとお話の旅 奈良・大阪 やまと・なにわの昔語り」

大西登貴子 編 星の輪会

奈良のむかし話」 「読みがたり

奈良のむかし話研究会 編 日本標準

☆以上、3冊は児童書です。親子・家族で親しんでください。



市選手権大会を開催

ワンプレーに熱い思いをかけて

5月初旬、スポーツ競技の祭典「香芝市選手権大 会」が行われました。

全18競技に、体育協会加盟のクラブ員など約2,440人の選手がエントリーし、熱戦を繰り広げました。

家族やクラブ仲間らは、選手に大きな声援を届け、 会場を盛り上げていました。

各競技の優勝者は次のとおりです。なお、総合体育館ホームページ(http://kashiba-general-gym.jp/)で、全結果をご覧いただけます。



大会結果

■軟式野球

B級の部 キング&クィーン C級の部 チェックメイト

■バレーボール

一般の部 香芝クラブママさんの部 WEED

■卓球

小学生男子シングルス 野田 泰中 中学生男子シングルス 池下 武史 中学生女子シングルス 森下 真衣 一般男子一部シングルス 吉村 浩尚 一般男子二部シングルス 牧野 弘尚 一般女子一部シングルス 藤川美由紀 一般女子二部シングルス 宮内 澄枝 一般男子ダブルス 吉田 真也 今井 寛幸 一般女子ダブルス 藤川美由紀 石川久美子 一般男子ラージボール一部 山西 育男 一般男子ラージボール二部 山口良太郎 一般女子ラージボール一部 佐尾賀津子 ラージボール一般男子ダブルス

髙坂 正男 佐尾賀津子 ラージボール一般女子ダブルス

井川 壽子 山下 洋子

■ソフトボール

一般男子 高山台ツインズ

■テニス

 一般男子ダブルス
 南
 武志
 山田
 等

 一般女子ダブルス
 硯
 和子
 板井
 真子

 壮年男子ダブルス
 松本
 孝治
 弓渓
 充之

■ソフトテニス

一般女子ダブルス 野田 洋子 井上 朋子

■バドミントン

男子一部シングルス 藤澤 昌隆 女子一部シングルス 河野 朱音 男子一部ダブルス 宮城 陽一 西川 幸佑 男子二部ダブルス 山本 悟司 前川 航希 女子一部ダブルス 前村 啓子 毛利美奈子 女子二部ダブルス 吉田 享子 小谷 章子 女子三部ダブルス 青木 智子 大下 久美

■ゲートボール

団体の部 エンジョイA

■グラウンドゴルフ

一般の部 古川 勇

■ボウリング

一般男女の部 葛井 康之

■バウンドテニス

ダブルス上級の部 南 弘一 尾川千佳子 ダブルス初級の部 中西 健二 多留 節男

■空手道

【形の部】

幼年の部 木本佳乃子 小学生低学年の部 太田 浩介 小学生中学年の部 片山 蒼太 小学生高学年の部 篠原 大空 嶋田 愛美 中学生の部 高校・一般段外の部 乾 拓也 高校・一般有段の部 山﨑 遥

【組手の部】

中村 悠城 幼年の部 小学生低学年の部 太田 浩介 小学生中学年男子の部 濱崎恵太郎 小学生中学年女子の部 黒川 智生 小学生高学年男子の部 冨田 紘平 小学生高学年女子の部 澤田結美恵 中学生男子の部 辻平 勝之 中学生女子の部 嶋田 愛美 乾 高校・一般段外の部 拓也 高校・一般男子有段の部 永友 大希 高校・一般女子有段の部 柏木 和華

■剣道

低学年男子の部 遠藤 低学年女子の部 阪口 洋花 中学年男子の部 範國 晴巳 中学年女子の部 杉山 咲 高学年男子の部 栗原 蒼空 高学年女子の部 田中 暁子 奨之 中学生男子の部 鈴木 中学生女子の部 山本 真穂 高校生の部 西田 朱季 一般の部 徳弘 雅則

■柔道

小学1年生の部 青山 尚揮 小学3年生の部 松尾 日和 小学4年生の部 奥田 勇輝 小学5年生の部 上垣幸太郎 小学6年生の部 宇田 奈央 丸尾 樹広 一般の部

■弓道

中学生男子の部 青木 迅 中学生女子の部 市川 琳花 一般男子の部 竹村 邦夫 一般女子の部 中村 理乃

■少林寺拳法

乱捕低学年の部 山口 航希 乱捕中学年の部 武田 万凜 乱捕高学年の部 岡本 優音 乱捕中学生の部 鶴保 太慈 乱補女子の部 川﨑 唯真 乱捕一般の部 原 大樹

■合気道

年少の部米田友年長の部清水愛結奈









平成25年6月21日 12

■ 寂しさ消して心を元気に 講演会「ユーモアで心の健康を」

5月28日(火)、総合福祉センターで、心の 健康をテーマにした講演会を開催しました。

講師である帝塚山大学名誉教授の三木善彦 先生から、「日々の生活の中で、誰しも寂し さを感じることがあります。だからこそ、み んなで手をつなぎ、少しでも心を健康にして 暮らしましょうよ」と、"内観療法"でのさ まざまな事例をもとにした話がありました。

この日は約70名のかたが参加し、「生活に 笑いを取り入れ、周りの人にやさしくしよう と思えた」「小さいことでくよくよせずに生 活していきたいです」と、みなさん笑顔で会 場を後にしました。





得意のマジックやジョ-クを交えての楽しい講演。 会場は笑いが絶えない。







爽やかな音色が響く ふれあいコンサート

6月2日(日)、モナミホールで、香芝ラ イオンズクラブ主催による市内4中学校吹 奏楽部の演奏会「ふれあいコンサート」が 開催されました。

日ごろの練習の成果を発揮すべく、素晴 らしい演奏とパフォーマンスとで、会場は 終始、和やかな楽しい雰囲気に包まれてい ました。

また、ゲストとして社会人バンドのレッ ドパンサージャズオーケストラによる演奏 もありました。

歩いて、歌って、踊って 健康ウォーキング

6月10日(月)、香芝市健康運動普及推進員 協議会主催で、「健康ウォーキング」が行われ ました。

当日はさわやかな風が吹くなか、参加者は およそ2時間かけて、総合福祉センターと高 山台郡ヶ池公園を往復しました。

途中、郡ヶ池公園では、ハーモニカボラン ティア「エーデルワイス」の軽やかな演奏に 合わせて、合唱とフォークダンスを楽しみま した。



住まう香芝 vol.4

100%

80%

60%

40%

20%

0

40歳代

50歳代

このコーナーでは知って役立つ 生活情報をお届けします。

■男性

女性

80歳以上

75-79歳

みんなでめざそう長寿の歯!の巻

20本以上歯のある人の割合

(平成23年度 なら健康長寿基礎調査より)



たの歯は何本あります

たの口 ますか… 、親知らず含む)あるはずですが、 ださ 鏡で口の の中には、 中をじっくりのぞい 大人の場 自分の歯が何本あり 全部 で 32 てみて あな 本

80歳になっても20本以上自分の

歯

あな もでなくなってしまいます。 の摂取もうまくいかなくなり、 かし、 歯の状態がよくな か 活力

> にあります。 む し歯と歯周病に注

ながら、

ゆっくりよく噛んで食べるこ 家族や友だちと食事を楽しみ

ること。

で毎日の食事を味わっておい

何だと思いますか。

それは、

自分の歯 第 1

ことができ、

おいしく食べることがで

しく食べ

きます。

かし、

50歳代から減少傾向20本以上自分の歯が

ある人の割合は、

0

あ

1

ば、

ほとんどの食べ

を噛

3

心と体の

豊かなものにしてくれます。

とで生活の質を高め、

人生をより

層

栄

増加します。 増加します。 歯周病は40歳以降、5 「を失う2大原因 歯周病は40歳以降、 むし歯で歯を失う人 は、 また、 急速に歯 出と歯

かり とになります。 歯の寿命を延ば、 た自身です。 ´ません。 行い、 かし、 この2大原因を防ぐことで 歯の寿命を決めるのは、 長寿の歯をめざしましょう。 日ごろから口腔ケアをしっ 歯に決められた寿命はあ 健康寿命を延ばすこ あな

0

おいしく噛めるために必要な歯の本数

65-69歳

60-64歳

70-74歳



知っていますか?

唾液に秘められたパワー

唾液には健康を守るさまざまな役割があります。丈夫 な歯を持ち、よく噛むことができれば、唾液の分泌も増

えます。健康な成人の場合、1 日に出る唾液の量は、なんと約 1.5ℓもあります。しかし、 液量も加齢により分泌能力が低 下し、1日500mℓに減ってき ます。

唾液腺をマッサージし、分泌 をうながすようにしましょう。



舌下線 顎下線

【唾液の働き】

1. 浄化作用:食べかすなどを洗い流す。

2. 殺菌作用:プラーク(歯垢)の発生を

抑える。

3. 保護作用:歯に被膜をつくる。

再石灰化作用:一度溶けた歯の成分

の再沈着をはかる。

希釈作用:歯の表面の酸をうすめる。

緩衝作用:pHを元の状態に保とう

とする。

★効果的なブラッシングを

早期発見

歯みがきタイムでチェック

- 出血はないか?
- ・歯ぐきの腫れはないか?
- ・口臭は大丈夫か?
- ・歯ぐきの色は?



むし歯も歯周病も はじめは自覚症状が ほとんどないんだって

【歯ブラシのあて方】



下の奥歯の裏側



外側

内側



歯と歯肉の境目

【歯みがき方法】

ましょう。 かり除去し、 がき方法をマスターして、 がきはとても大切です。

歯と歯周病を予防

ルケア)があります

セルフケアの中でも、

毎日

行う歯を

効果的な歯み

歯垢をしっ

ア(セルフケア)と歯科医師・歯科衛生

口腔ケアには、

自分で行う毎日のケ

士による専門的ケア(プロフェ

ーショナ

ポイントは次の3つです。

③小刻みに動かしてみ ②軽い力でみがく ①毛先をきちんとあててみがく がく

デンタルフロス

くり前後させます。 着している歯垢をかき出します。 歯ブラシが通らない 歯と歯 の間に付 ゆっ

進につながる」など、 善」「正しい味覚が保持されて食欲増 とは、 日々心掛けましょう。 があります。 だり飲み込んだりする機能の回復・改 |誤嚥性肺炎の予防」や「食物をかんとは、むし歯や歯周病予防だけでなく ケアで口の中を衛生的に保つこ 全身の健康を守るため、 さまざまな効果

歯垢のたまりやすいところ

強と歯の間

④凸凹しているところ ③奥歯の噛み合わせ ②歯と歯ぐきの境目 ⑤背の低い 歯

受診者からの oice

虫上勝子さん

歯周病検診

歯垢や強固に付着して歯の間に隠れている

電動歯ブラシ

いる歯垢を除去するのに効果的です

保健センターが 実施する検診へ

歯科医師による歯科検診や歯みがき指導を行っていま す。「セルフケアってどうしたらいいの」「私のブラッシ ング方法は正しいのかな」なども相談できます。

日ごろのセルフケアにプラスして、ぜひお気軽に参加 ください。

(詳しくは、お知らせ版で随時案内します)

- ◆開催日 9月12日(木)・10月17日(木)
 - 10月24日(木)・10月25日(金)

 - 10月27日(日)·11月14日(木)
 - 2月 6日(木)
- 保健センター ◆場所
- 20歳以上のかた 対象
- *歯科治療中でないかたが対象です。
- ◆費用 無料
- ▶申込方法 電話で申し込みください。
- 申込・問合先 保健センター 277 - 3965

歯科医師さんに 診てもらえるっ いいよね☆



以前にも受診したことがあり、 ここで教わったことを毎日実践 歯の健康に気を付けています。

歯科医師による検診以外にも、

歯みがき指導では、歯ブラシの

歯科衛生士のかたの歯みがき指導

持ち方や歯にあてる角度、歯間ブ

ラシの使用方法など、細かなこと

まで的確に指導してくださるの

で、とてもためになります。

があるのが魅力です。

1年に1度は定期健診を受けましょう

かかりつけの歯科医師をもち、プロフェッショナルケアで、自分の歯を守っていきましょう。

★資料提供:公益財団法人8020推進財団

【清掃器具でさらに効果アップ】

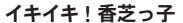
歯間ブラシ 歯と歯の間

少し

しすき

のあると

角に入れ、 回前後させます。 つけないように2~3 ころなどに通します。 歯ぐきを傷 ブラシ部分を直 間





走って跳んで 陸上記録会



-市内の小学6年生が大集合-













全7種目

- 5 0 m · 100m
- · 200m · 400m
- ・4×100mリレー
- ・走り幅跳び
- ・走り高跳び



今日の大会 どうだった?/

下田小学校

黒松駿平くん

400mリレー第三走者で出場

走るのが好きなので、楽しかっ たです。他の学校のみんなが走っ ているのを見て、これからもっと がんばって早く走れるようになり たいと思いました。



旭ケ丘小学校 赤木優希ちゃん

200m走に出場

いろんな学校のみんなの前で走 るので、すごく緊張しました。で も、気持ちよく走れました。

みんなで一生懸命声を出して、 応援もがんばりました。

思いで、この大会は始まりました。 たちに作りたい」という先生たち はなく、一堂に会する機会を子ども 顔を合わせないまま大人になるので 中学校ができました。そこで27年前 ちはひとつになっていました。 学校1校のみであり、各小学校を卒 それが「陸上記録会」です。 かつて香芝市は、中学校が香芝中 市内にある全10校の小学6年生が 人口の増加にともない、

がっているんだということを感じて 機会に、1人でも多くの友だちと話 しいと思っています。そして自分 小西友吉旭ケ丘小学校長は「この 香芝市の仲間として繋 毎日過ごす学校は違 さらなる成長への

っ子がひとつになりました。 して、友だちと話をして・・

走って、

跳んで、

声を出

競技も応援も全力で

今年は6月4日(火)、 田

「同じまちに住みながら、一度も 中学校で香芝の子どもた 陸上競技を行う大会 その

れ!いけっー」と、熱の入った大き 気持ちが表れています。 瞬に見せる真剣なまなざしに、 応援するときも全力です。「がんば 高跳びで踏み込むときなど、一 子どもたちにも力が入ります。 ん」と笑顔で答えてくれました。 なにいっぱいいて、 な声があちこちから聞こえました。 子どもたちは「6年生だけでこん ト位置に立ったとき、 全児童が集まっていることもあり、 なで応援、めっちゃ楽しいね 全7種目が行われました。 総勢954人の児童が集 びっくりした」 ゴール間際、 もちろん、 その スタ

糧にしてほしいです。」と話します。



てくれました。 私達家族がここ香芝に移 年もつばめ いげ れば つも二上山 元崗 0 夫婦 百合子さん り 住

がやって来

た私達に、 早十二年になろうとしてい くれる香芝です。 田舎が大好き由にここに居を構え 四季折々の顔を見せて 時折の散歩を兼 ます。 み、

にはとても頭の下 畏敬 か昔 私達はただ後から来て住まわ 集う生き物の力強さに、 保全に力を尽くしておられる方々 \mathbb{H} また連綿と続く先祖代 0 から存してい 畑 念を抱かずには が 広 石がり、 Ш か ら 人が生存 た山々やそこに がる思い を見 いられませ れ こ々から する遙 ば です。

努力が られません。 おられる方々を知 を子孫に \mathbb{H} いているのですから。 地 舎が希少価値で有る今、 道にその地方でそこの :実を結ぶ事を願わずには !残そうと日々 派手な事に惑 Ď, 奮 心からその 闘 わされ さ 良さ

き良 であらん事を切望して止 生かして教え合う事 風光明 つき古 媚 都 で人々に愛される土地 奈良・香芝がいつまで が続く様 みませ な古

ずさみ、

伝承遊びを楽しむ

のを大

が昔から受け継いできた知恵を

笑顔を持った子供が日々童

謡

を口

小さな単位から、 を生かしながら住

温

かさや明る

み、

家族とい

う 17

香芝検定のこたえ ④

二上山は、約2,000万年前の大噴火 によって今の形になったと考えられて いますが、最終活動時期は、約1,400 万年前と推定されています。

☆編集後記☆

次回は大濱さんにリレーします。

暖房器具を片付けた記憶がまだ新しい なか、梅雨をとばして一気に夏がやって 来たのでは、と感じてしまうような暑い 日々。

我が家では、飼育しているカブトムシ の幼虫が、いつの間にか立派なツノをつ け、土の中から這い出してきました。

さて、今回は取材で、13ページに掲 載の「健康ウォーキング」に同行させて もらいました。ただ歩くだけは終わらな い、趣向を凝らした企画に、初参加のか たも大満足でした。 〈新米〉

パパッと簡単 朝ご飯♪

No. 3

.........

梅の酸味が さわやか! お手軽丼

せて

じゃこおろし丼

かぼちゃのみそ汁、くだも のなどを添えれば朝食として 100点満点です。ぜひ、朝食 にいかがですか! (1人230kcal)

【材料(2人分)】

ちりめんじゃこ…60g 大葉…2枚 梅干し…2個 ごはん…200g 大根おろし…60g しょうゆ…適宜

【作り方】

- ①梅干しは、種を取って包丁でよくたたき、ちりめんじゃこ、 水気をきった大根おろしとサッと混ぜ合わせる。
- ②器に盛ったごはんの上に、せん切りした大葉と①をのせ、 しょうゆを添える。

*レシピ協力:香芝市食生活改善推進員協議会



時代の流れとともに移り変わるまち並みや、

時を超えて受け継がれ

みなさま

のご提供をお待ちしています。 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。

市役所秘書広報課までお問い合わせください (内線304)



現在のようす

今池親水公園

昭和57年 (1982年)

農業さん(下田東)提供





広告

広告

^{*}広告及び広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。また広告主である事業者及びその内容について市が推奨等をするものではありません。
*広告掲載の申込みや問い合わせは、大光宣伝株式会社(20120-540-888)へ