

# KASHIBA

広報かしば



2025  
8.1  
No.697

## TOPICS

- 02:特集『COPDをご存じですか?』
- 04:放っておかないで!心のSOSサイン
- 05:自習室を開設しました!/  
介護予防リーダー養成講座
- 06:かしばのみちしるべ
- 07:お知らせ版
- 19:市民図書館つうしん
- 20:市長コラム/ひと・まち・かしば
- 21:市民ペンリレー/簡単クッキング
- 22:魅力発掘!みつばのかしば



# COPDチェックシート



5つの設問に対し、該当する回答を選んでください。  
選んだ回答に対応する数字の合計で、COPDの疑いがあるかが分かります。

**Q1** 過去4週間に、どのくらい頻繁に息切れを感じましたか？

まったく 感じなかった	数回 感じた	ときどき 感じた	ほとんど いつも感じた	ずっと感じた
0	0	1	2	2

**Q2** 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことが、これまでにありますか？

一度もない	たまに風邪や肺の感 染症にかかったとき だけ	1か月のうち 数日	1週間のうち、 ほとんど毎日	毎日
0	0	1	1	2

**Q3** 過去12か月のご自身に最もあてはまる回答を選んでください。  
呼吸に問題があるため、以前に比べて活動しなくなった。

まったく そう思わない	そう思わない	何ともいえない	そう思う	とても そう思う
0	0	0	1	2

**Q4** これまでの人生で、たばこを少なくとも100本は吸いましたか？

いいえ	はい	わからない
0	2	0

これまでの人生で吸ったたばこの本数  
=1日の平均本数×365日×喫煙年数

**Q5** 年齢はおいくつですか？

35~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上
0	1	2	2

数字の合計が**4以上**の場合、COPDの疑いがあります。**かかりつけ医に相談**してみましょう。

出典：一般社団法人GOLD日本委員会 ([https://www.gold-jac.jp/support\\_contents/copd-ps](https://www.gold-jac.jp/support_contents/copd-ps))

## 香芝市の禁煙及び受動喫煙防止の取組

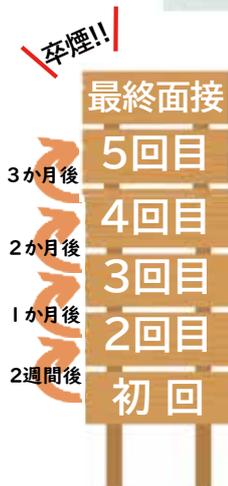
### 香芝市個別禁煙教室

市HP



### 香芝市受動喫煙防止条例

市HP



香芝市では個別禁煙教室にて禁煙したいかたをサポートしています。約3か月間にわたり、保健師が1人ずつに適した禁煙方法を面接、電話、メールなどでアドバイスします。

- ◆ **対象** 市内在住の20歳以上のかた
- ◆ **申込** 窓口または電話、FAXにて申込

香芝市では、平成30年4月に受動喫煙防止条例を施行し、受動喫煙による未成年者及び妊婦をはじめとする市民の健康への悪影響を未然に防止し、市民の健康で快適な生活の推進を図ることとしています。

#### 受動喫煙とは

本人は喫煙していなくても、周囲のたばこの煙を吸わされてしまうことです。

また、喫煙者がたばこやフィルターを通して吸い込む煙(主流煙)よりも、火がついている部分から立ちのぼる煙(副流煙)の方が有害物質の濃度が高く、周囲の人に影響を与えます。

# COPD(慢性閉塞性肺疾患)を

## ご存じですか？

◆問合先 保健センター健康衛生課 ☎77-3965



### インタビュー

香芝市医師会 会長  
みちのクリニック

道野 博史 院長

医療に繋げるためにはまず、**COPDについて知ってもらうことが必要です。**

COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気をご存知でしょうか。

COPDとは、気流の制限を伴う進行性の肺疾患です。

原因の9割以上は**タバコの煙**にあるとされています。「ずっと咳がつづく」、「階段をのぼるだけで息切れする」、「毎朝たんがからむ」などの症状はCOPDの初期症状の可能性があります。

そういった症状がでたときはまず、かかりつけ医に相談しましょう。病気の性質上、完治は難しいですが、投薬治療や呼吸器のリハビリを行うなど、進行を緩やかにすることは可能です。

もし、ご家族にこうした症状をお持ちのかたがいらっしゃれば、ぜひ、病院の受診を勧めてください。早期発見、早期治療が重要です。

香芝市のCOPDの認知度は、49.9%\*。全国の平均値よりは高い数値ですが、まだまだ低いと思っています。

香芝市は2つの総合病院をはじめとして、医療機関が充実しています。病気を知ってもらい、かかりつけ医への相談につなげるためには、まずは認知度を上げていく必要があります、医師会と行政がひとつになって啓発活動を進めていく必要があると考えています。

\*第三次健康かしば21計画(香芝市健康づくりアンケート調査より)

### 講演のお知らせ

#### 健康かしば21講演会 ～「知っておきたい肺の病気 COPD」～

- ◆日時 10月18日(土) 14:00~15:30
- ◆場所 総合福祉センター2階 多目的室
- ◆講師 香芝市医師会会長 みちのクリニック 道野 博史院長
- ◆申込 窓口または電話、FAXにて申込  
☎77-3965 ☎77-0939



# 放っておかないで！心のSOSサイン

◆問合先 保健センター健康衛生課 ☎77-3965

生涯を通じて4人に1人が心の病気にかかると言われていています。心の病気は特別な人にかかるものではなく、誰でもかかる可能性があります。

気づかないうちに、ストレスをため込んでいませんか？心の病気の初期サインを知ることで、早めにセルフケアができます。

## 心の不調やストレス症状

生活に支障が出ている場合は、**要注意!**

- 気分が沈む、憂うつ、落ち着かない
- イライラする、怒りっぽい
- 理由もないのに不安な気持ちになる
- 何も食べたくない、食事がおいしくない
- なかなか寝つけない、熟睡できない
- 夜中に何度も目が覚める

## 周囲の人が気づきやすい変化

以前と異なる状態が続く場合は、**要注意!**

- 服装が乱れてきた
- 感情の変化が激しくなった
- 表情が暗くなった
- 遅刻や休みが増えた
- ぼんやりしていることが多い
- ミスや物忘れが多い

## Self-care

～自分に合ったストレス対処法を見つけましょう～

### ①適度な運動

息が少しはずむ程度の運動



### ②良質な睡眠

規則正しい睡眠



### ③リラクゼーション

- ・ストレッチ
- ・半身浴 など

### ④趣味を楽しむ

- ・読書
- ・スポーツ
- ・旅行 など



### ⑤親しい人達との交流

日ごろから家族や友人などと話す

Check!!

### アルコールに注意!



不安や憂うつな気持ちを飲酒で紛らわせようとする、睡眠の質が低下し、心も不安定になることがあります。

## 「ひとりで悩まず、相談しよう！」

～身近な相談窓口～

自分なりの工夫を続けてもうまいかないときは、以下の相談窓口や医療機関に相談しましょう。

### 【健康相談】

月～金曜日（祝日を除く）8:30～17:15

☎77-3965（保健センター）

### 【福祉総合相談窓口】

月～金曜日（祝日を除く）8:30～17:15

☎76-7107（総合福祉センター内社会福祉協議会）

### 【心の健康相談室】

月～金曜日（祝日を除く）9:00～17:00

臨床心理士などとの対面相談。完全予約制。

料金：2,000円（ただし、中学3年生までのかたとその保護者、生活保護世帯のかた、障害者手帳をお持ちのかたは無料）

☎43-5586（保健センター3階）

令和7年7月12日(土)、ふたかみ文化センター3階に市民図書館の一部として自習室を開設しました。

席数は27席ですが、初日からたくさんのかたにご利用いただいていることから、増席を進めています。



## 【自習室の使い方について】

自習や読書を目的とされるかたは、どなたでもご利用できます。詳細は、ホームページまたは自習室内掲示の『自習室利用ガイド』をご確認の上、ご利用をお願いします。



市HP

## 【開室曜日・時間】

曜 日							時 間
月	火	水	木	金	土	日 祝日	9:30~17:00
月	火	水	木	金	土	日 祝日	9:30~19:00

\*自習室の開室日時は市民図書館に準じます。

## 介護予防リーダー

# 「KEEP香芝」養成講座 参加者募集！

香芝市にお住まいの皆さん、地域で活躍できるボランティアとして、高齢者の健康づくりをサポートしませんか？

本市の高齢者を中心とした運動教室や交流の場で、運動とレクリエーションを通して、介護予防の普及啓発をしていただくボランティア「KEEP香芝」の養成講座です。

養成講座では、運動や健康に関する知っている役立つ情報を学びます。KEEP香芝のメンバーになって、一緒に健康づくりの一步を踏み出してみましょう。



**どんなことを学ぶの？** 全6回の講座で、以下の内容を学びます。

回数	日程	テーマ
第1回	9月4日(木)	・開講式 ・香芝市の現状、介護予防の必要性 ・グループワーク
第2回	9月16日(火)	『めざそう!心と体の若返り』 講師:畿央大学 高取克彦教授
第3回	9月25日(木)	『今すぐ身につけたい!運動の基礎と実践』 講師:畿央大学 松本大輔准教授
第4回	10月9日(木)	『高齢者向けのレクリエーションについて』 講師:健康運動指導士 保田裕也先生
第5回	10月14日(火) または 10月16日(木)	KEEPみんなで体操教室を見学
第6回	10月30日(木)	認定試験・開講式 ボランティアについて

### ◆開催場所

総合福祉センター3階 会議室1

\*10月16日(木)のみエコール・マミで開催

### ◆開催時間

10:00~11:30

\*10月16日(木)のみ13:30~15:00

### ◆対象者

市内在住のかたで、終了後は高齢者向けの介護予防教室などでボランティアとして活躍できるかた

### ◆募集人数

15名

### ◆申込期限

8月29日(金)17:00までに窓口または電話にて申込

### ◆申込・問合せ先

中央地域包括支援センター  
☎79-0802

\*介護予防・ボランティアポイント対象事業です。(各回2ポイント)

\*養成講座終了後、実習を主にしたフォローアップ講座を受講していただきます。





# かしばのみちしるべ

◆問合先 市役所土木建設課 ☎44-3317  
市役所公園道路管理課 ☎44-3320

## 近鉄下田駅周辺に係る交通の円滑化

国道168号における近鉄大阪線二上第10号踏切（近鉄下田駅西側）周辺において、交通渋滞が慢性化している等の課題が見受けられることから、令和7年7月、三橋市長の立ち会いの下、当該箇所の道路管理者である奈良県高田土木事務所に現場を確認いただき、要望書を提出しました。



▲現在の下田交差点南側周辺

### 奈良県への要望内容

- ・下田交差点南側の南進車線について踏切道を含めて2車線化すること。
- ・近鉄下田駅南側駅前広場の西側から磯壁交差点までの区間について、路肩の幅員の見直しや植栽の撤去などにより、車道を3車線化または4車線化すること。



▲下田交差点南側周辺の改善後イメージ図

## 信号機及び道路標識等の改善

本市では、道路管理者として管理すべき道路における危険を防止し、交通の安全と円滑を図るとともに、道路の交通に起因する障害の防止に向けて、一層の対策を進めているところです。

その中で、令和6年10月から進めている市内道路の危険箇所等に関する調査において、道路標識等を新たに設置し、または道路標識等の設置方法を改善すべき箇所があることが明らかになっています。

### 対策を講じるべき箇所の確認

本市が設置し、または設置すべき道路標識等については本市の責任において対策を進めていますが、奈良県公安委員会において対策を講じるべき箇所がいくつか見られたことから、これまで改善に関する要望を行ってきたほか、令和7年7月には三橋市長の立ち会いの下、奈良県警察本部及び香芝警察署に現場を確認いただきました。

今後も関係機関と協力し、道路交通の安全についての施策をさらに進めていきます。



▲信号機と案内標識が重なっており、改善が必要な箇所

費用の記載がないものは無料。申込方法の記載がないものは申込不要。  
対象に記載のないものは市内在住・在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

- 対** 市内在住または在勤の18歳以上のかた **定** 10名  
**費** 1,000円(テキスト代、教材費)  
**申** 9月22日(月)までに電話にて申込  
**問** 総合福祉センター社会福祉課 ☎79-7151

## ダンスとアートのお誘い



ダンスした時に感じた気持ちを色とことばで表現してみよう!

- 日** 8月24日(日) 10:00~13:00  
**場** 真美ヶ丘自治会館(真美ヶ丘7-4-36)  
**対** 小学1年生~中学3年生 **費** 1人1,000円  
**申** メールにて申込 **問** ガールスカウト奈良県第46団  
✉gsjnara46@gmail.com

## 「少年の主張」作文募集!!

皆さんの想いを作文にしてみませんか。学校や身の回りを感じたこと、未来へのメッセージ、社会の出来事に対する意見など、「自分はこう思う」「こうしたらどうだろうか」という想いを書いてみてください。

- 対** 市内在住または在学の小学5年生~中学3年生  
**◆テーマ** 以下の3つから1つを選んで作文を作成  
1. 将来のこと 2. 市の将来 3. その他  
**申** 8月29日(金)までに、縦書き400字詰原稿用紙(A4版)3枚以上5枚以内にまとめて、窓口に提出  
\*1人1点、自作で未発表のものに限ります。  
\*市内の小、中学校に在学の児童または生徒は学校へ提出してください。  
\*優秀作品は、12月6日(土)開催予定の「青少年健全育成市民集会」で発表していただきます。  
**問** 市役所生涯学習課 ☎44-3339

## 「奈良クラブ」の選手によるサッカー教室



Jリーグに所属するサッカーチーム「奈良クラブ」の選手によるサッカー教室を開催します。

経験者も初心者も、ぜひ一緒にサッカーを楽しみましょう。詳しくは市ホームページをご覧ください。

- \*本事業はスポーツ振興くじ助成金を活用し実施しています。  
**日** 9月7日(日) 14:30~16:30  
**場** 総合体育館 **対** 市内在住または在学の小学生  
**定** 60名 \*申込多数の場合は抽選となります。  
**持** 屋内運動靴、タオル、外靴入れ、案内通知、動きやすい服  
**申** 8月24日(日)までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込  
**問** 市役所生涯学習課 ☎44-3339

## 令和7年度 後期市民講座



### 【時短スケッチ講座】

- 日** 9月3日(水)、10月1日(水)、11月5日(水)、12月3日(水)、令和8年1月14日(水) 10:00~12:00  
**定** 15名 **費** 1,500円  
**持** 筆記用具(HB鉛筆、消しゴム)、透明水彩絵の具、パレット、筆、ティッシュ、水入れ、新聞紙

### 【楽しい太極拳(陳式太極拳)入門講座】

- 日** 9月13日(土)、27日(土)、10月11日(土)、25日(土)、11月8日(土)、22日(土) 9:30~11:00  
**定** 30名 **持** 飲み物、体育館シューズ(底の厚くないもの)、動きやすい服

### 【頑張らないヨガ】

- 日** 9月8日(月)、22日(月)、10月13日(月・祝)、27日(月)、11月10日(月)、24日(月・振) 10:30~11:30  
**定** 16名 **持** 飲み物、動きやすい服、ヨガマット

### 【香芝のお仕事見学(澤田酒造)】

- 日** 9月21日(日) 13:30~15:00  
**定** 10名 **持** 筆記用具  
\*現地集合、現地解散となります。酒蔵の見学はありません。  
\*希望者には日本酒の試飲体験があります。試飲をご希望のかたは、お車でのご参加はお控えください。

### 【香芝のお仕事見学(五位堂工業)】

- 中央公民館でお話をお聞きます。  
**日** 10月4日(土) 10:30~12:00  
**定** 20名 **持** 筆記用具  
**【こどもグローバル体験】**  
**日** 10月26日(日) 10:00~11:30  
**対** 小学生のかた **定** 15名 **費** 500円  
**申** 8月20日(水) 18:00までに、中央公民館窓口、もしくはメール、応募フォームにて必要事項を明記し、申込  
\*申込多数の場合は抽選となります。当選されたかたにのみ、後日案内を送付します。講座の詳細などは中央公民館のホームページをご覧ください。  
**問** 中央公民館(香芝市下田西3-7-5)  
☎77-4981 ✉kck\_kouza@kashiba-mirai.com

## 第16回 平和を考えるパネル展

- 原爆に関連するパネルを展示します。  
**期** 9月3日(水)まで **場** 市民図書館  
\*展示時間、休館日は市民図書館に準じます。  
**問** 市役所総合政策課 ☎44-3325

## 聞こえにくい人と筆談でお話しましょう 聞こえのサポーター養成講座(全5回)

- 聞こえに不便を感じる人たちについて理解を深め、さまざまな情報を筆談で伝える学習をします。  
**日** 10月1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水) 13:30~15:30  
**場** 総合福祉センター

アイコンの説明

日 日時 期 期間 場 場所 対 対象 持 持参物  
定 定員 費 費用 申 申込 他 その他 問 問合先

- 時間 10:00~15:00
- 場所 総合福祉センター2階 大広間

◆無料送迎バス

送迎を希望されるかたは、8月29日(金)までに社会福祉協議会へ電話でお申し込みください。後日、送迎場所及び時間を連絡します。各地域への迎えは9:30ごろ、送りは15:30ごろを予定しています。

\*無料送迎バスは自治会単位で日付を設定していますので、地域別利用表(下表)をご確認ください。

日	自治会名	日	自治会名	日	自治会名
9 (火)	下田地区(下田東)	16 (火)	真美ヶ丘	22 (月)	高
	すみれ野		真美ヶ丘		今泉
	五ヶ所		6・7丁目団地		畑ノ浦
	白鳳台		西真美		下寺
	香芝・旭ヶ丘 ニュータウン		別所		旭ヶ丘
10 (水)	良福寺	17 (水)	畑	24 (水)	平野
	狐井		穴虫西		尼寺
	磯壁		穴虫二上		逢坂
	日生香芝南住宅		高山台		畑藤山二丁目
12 (金)	関屋	19 (金)	さくら坂		藤山一丁目
	田尻		晴実台		共栄藤山台
	祇園荘		北今市		はたふじ会
	関屋近鉄住宅地		下田地区(下田西)		上中
	せきや青葉台		五位堂		
	あしびハイツ		鎌田		
関屋桜が丘	東良福寺				
松ヶ丘	南良福寺				
		泉台			

問 香芝市社会福祉協議会 ☎76-7107

第3回くらしを考える講座「子ども人権映画会」  
「ペット2」



「ペット2」の上映と人権擁護委員による講話を行います。大人も子どもと一緒に映画鑑賞を通じて、人権を身近に感じ、人権意識を高めましょう。

日 8月26日(火) 14:00~15:50(30分前受付)

場 ふたかみ文化センター1階 市民ホール

対 市内在住、在勤または在学のかた  
(小学生以下は保護者同伴)

定 300名(先着)

他 申込不要。直接会場へお越しください。

\*手話通訳、要約筆記あり

問 市役所市民協働課 ☎44-3314

シニア健康祭

期 9月9日(火)~26日(金)(木・土・日・祝日を除く)

対 おおむね60歳以上のかたと同伴者

◆内容

【高齢者作品展】

絵画、書、手工芸、写真などの作品を展示します。

○時間 10:00~15:00

○場所 総合福祉センター2階 多目的室

【健康体操教室】

ストレッチや筋力体操、脳トレ、音楽療法など、健康に過ごすための体操をします。

○時間 10:30~11:30

○場所 総合福祉センター2階 会議室4

○定員 20名

【シニア交流会の開催】

ふたかみクラブ連合会によるカラオケ大会などのふれあい活動を行います。

詳しくはこちら



絵画・書芸・写真作品募集!

第35回 香芝市美術展覧会

11月15日(土)~17日(月)開催の香芝市美術展覧会の作品を募集中!  
毎年130作品以上の力作が集います。初めてのかたも大歓迎!あなたの作品をお待ちしています。  
今回から中学生のかたもご応募できます!

◆応募資格 平成25年4月1日以前に生まれたかた ◆募集部門 絵画、書芸、写真

◆出品点数 各部門1人1点

◆搬入 11月11日(火)10:00~18:00 ◆搬出 11月17日(月)14:00~18:00

◆申込 10月1日(水)~11月4日(火)までに、出品申込書に必要事項を明記し、生涯学習課窓口または郵送、メールにて提出してください。

\*窓口の受付時間は平日8:30~17:15です。

\*出品申込書は窓口で配布または市ホームページよりダウンロードできます。

~優秀作品には賞が贈られます~

『市展賞』(各部門1点、副賞15,000円分商品券)のほか、35歳以下を対象とした『ルーキー大賞』(各部門1点、副賞10,000円分ギフトカード)などがあります。

11月15日(土)10:00~表彰式を執り行います。



学生限定!

写真部門額縁無料レンタル

◆対象 25歳までの学生(中学生、高校生、専門学生、大学生)

◆定員 6名(先着)

◆申込 11月4日(火)までにメール、窓口にて申込



詳しくはこちら

◆申込・問合先 市役所生涯学習課(〒639-0292 香芝市本町1397) ☎44-3339 ✉syougai@city.kashiba.lg.jp

費用の記載がないものは無料。申込方法の記載がないものは申込不要。  
対象に記載のないものは市内在住・在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

**申** 申込フォームにて申込

**問** グローバル香芝 ✉gambarebaok71@gmail.com

## 第24回 平和のための香芝戦争展

**日** 8月9日(土)9:30~17:00、10日(日)9:30~16:00 **場** ふたかみ文化センター2階 会議室

### 【紙芝居、アニメ鑑賞】

紙芝居「いくさの少年期(ぼくが子どもの頃戦争があった)」及びアニメ鑑賞「対馬丸」

**日** 8月9日(土)9:30~11:30

### 【講演①屯鶴峯地下壕の歴史的価値】

岩脇氏を囲み、屯鶴峯地下壕遺跡解明の到達点と今後の保存、活用について考える。

**日** 8月9日(土)13:00~15:00

◆**講師** 岩脇 彰氏(戦争遺跡全国ネット)

### 【講演②戦後80年 戦争を語る フリートーク】

**日** 8月10日(日)9:30~11:00

### 【講演③被爆80年 ノーベル賞を新たな力として】

**日** 8月10日(日)13:00~15:00

◆**講師** 今井 光子氏(奈良県原水爆協議会)

### 【原爆犠牲者追悼の集い】

被爆体験者「秋山勝彦氏」のお話、平和の誓い朗読、平和の歌合唱など

**日** 8月6日(水)8:00~9:00

**場** 今池親水公園(下田西3-9-3)

**問** NPO法人平和のための香芝戦争展事務局

担当:西嶋 ☎090-3618-5681

## 子育て・教育

### ベビーマッサージ



オイルを使って、赤ちゃんの体を優しくなでるようにマッサージをして、赤ちゃんとのコミュニケーションを楽しむ“ふれあい”です。

**日** 9月19日(金)10:00~11:30(10分前受付開始)

**場** 総合福祉センター2階 健康増進室

**対** 市内在住の生後2か月~6か月までの乳児とその保護者

**定** 10組

\*参加は原則1組1回、申込多数の場合は抽選となります。予防接種後、24時間以内の参加はお控えください。

**申** 8月31日(日)17:00までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込

**問** 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

## 香芝市文化協会

### 第5回ふたかみ文化祭(舞台発表部門)

文化協会会員(プロ、アマ)による邦楽演奏(詩吟、民謡、相撲甚句)、洋楽演奏(コーラス、歌唱)、舞踊(フラダンス、ベリーダンス)などの発表です。

**日** 9月14日(日)、15日(月・祝)10:00~(30分前開場)

**場** ふたかみ文化センター1階 市民ホール

\*詳細は、中央公民館、ふたかみ文化センターに設置のチラシをご覧ください。

**問** 香芝市文化協会

担当:金春 ☎090-3848-5308

川本 ☎090-4030-7793

### 夏だ!作ろう!張り子体験教室



**日** 8月30日(土)13:30~15:00

**場** 中央公民館 美術工芸室

**対** 市内在住の小学1年生~小学6年生

**定** 20名

**持** 汚れてもいい服

**申** 8月15日(金)までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込

\*申込多数の場合は抽選となります。(当落に関わらず、8月中旬ごろ返信予定)

**問** 市役所生涯学習課 ☎44-3339

### 夏季スポット展

#### 「大和のモノづくり~酒にちなむアレコレ~」

市内の酒造会社に受け継がれている道具や、県内の酒造り、お酒にちなんだ資料を紹介し、日本の伝統的な技術、風習の魅力に迫ります。

**期** 8月9日(土)~9月21日(日) **場** 二上山博物館

特別展示室 **費** 大人300円、高校・大学生150円、小・中学生100円

**問** 文化財課 ☎77-1700

### 第1回日本語サポートボランティア養成講座

#### 「やさしい日本語:基本編—まず始めましょう!」



国際交流に関心があるかたなどを対象に、外国人支援のための優しい日本語、コミュニケーション方法や心得を学ぶための講座です。日常生活で外国人と接する機会があるが、どうすればいいか困ることがあるかた、外国人を支援する方法を知りたいかた、国際交流に関心があるかたなどはぜひご参加ください。初めてのかたも歓迎します!

**日** 8月17日(日)13:30~15:30

**場** 中央公民館2階 視聴覚室

#### ◆テーマ

・外国人とのコミュニケーションの方法(学校、職場、店、近所)

・外国人との交流で使うやさしい日本語とその活用

◆**講師** 樋口 尊子氏(NPO多言語・多文化サポート ICHI)とICHIの皆さん

**費** 500円(資料代)

◆園区について

お住まいの小学校の通学区域内にある幼稚園と同じです。ただし、定員を超えない場合は、中学校の通学区域の幼稚園に入園できます。

\*二上小学校、関屋小学校及び志都美小学校の通学区域にお住まいの児童は旭ヶ丘幼稚園に、五位堂小学校の通学区域にお住まいの児童は認定こども園真美ヶ丘東幼稚園に通うことができます。

◆入園手続 下表のとおり

	認定こども園	幼稚園
提出書類	入園申込書	入園願書
書類の 交付場所及び期間	各認定こども園	各幼稚園
	8月4日(月)~8日(金) 9:00~17:00(休園日を除く)	
	総合福祉センター保育幼稚園課	
書類の 提出先及び期間	各認定こども園	各幼稚園
	8月12日(火)~ 8:30~17:00(閉庁日を除く)	
	9月1日(月)~2日(火) 13:00~17:00	

- \*提出書類は市ホームページからダウンロードできます。
- \*現在、市外に住民票があるかたで、令和8年4月1日までに転入予定のかたはお問い合わせください。

認定 こども園	住所及び電話番号	定員 (1号認定のみ)		
		3歳児	4歳児	5歳児
鎌田	鎌田364-1 ☎78-3877	20	20	20
下田	下田西2-9-23 ☎76-0958	40	56	56
真美ヶ丘東	真美ヶ丘3-3-24 ☎78-3878	45	45	45

幼稚園	住所及び電話番号	定員		
		3歳児	4歳児	5歳児
五位堂	五位堂2-345-1 ☎76-1035	—	70	70
二上	畑4-608 ☎76-4325	—	70	70
三和	良福寺666 ☎76-7113	35	70	70
旭ヶ丘	旭ヶ丘3-11-1 ☎71-3715	70	70	70

問 総合福祉センター保育幼稚園課 ☎44-3336

就学相談のお知らせ

市立小、中学校の特別支援学級へ入級、退級及び県立特別支援学校へ入学を希望されるかたの就学相談を行います。就学相談を希望されるかたは、在籍している保育所、幼稚園、認定こども園、小学校及び中学校にご相談ください。

対 市内在住の幼児、児童及び生徒とその保護者

◆受付期間 9月1日(月)~11日(木)

問 市役所学校支援室 ☎44-3334

英語で遊ぼう  
未就園児英語親子教室「ハルナビギナーズ」



英語の先生と一緒にカードや歌で英語遊びをしたり、英語で親子製作、うんどう遊びをします。

日 8月23日(土) 10:00~11:00

場 ハルナ幼稚園(上中1176-1)

対 1~3歳の未就園児とその保護者

持 子どもの上履き、保護者のスリッパ

申 申込フォームにて申込

問 ハルナ幼稚園 ☎76-5542

はじめまして!  
「せいかマミールーム」で遊びませんか



プール遊びをテーマに、室内遊びやテーマ遊び(約20分程度)を行います。

日 8月26日(火) 9:30~12:00 場 せいか幼稚園(逢坂4-958)

対 令和5年4月2日~令和6年4月1日生まれの子とその保護者(初めて参加されるかたに限りです。)

持 水着、水遊び用のオムツ、バスタオル、水にぬれてもいい靴(子ども用と保護者用)

定 5組 申 開催日前日までに申込フォームにて申込

他 プールは屋根の下に設置されているため、気温と水温が基準値の範囲内であれば雨天でもにゆう水します。(基準値に満たない場合は、代替プログラムに変更します。)

問 せいか幼稚園 ☎77-8900

令和8年度市立認定こども園(幼稚園利用)  
及び幼稚園入園申込



令和8年4月から新規で入園を希望するかたは、次のとおりお申し込みください。

◆入園資格

・5歳児:令和2年4月2日~令和3年4月1日生まれの児童

・4歳児:令和3年4月2日~令和4年4月1日生まれの児童

・3歳児:令和4年4月2日~令和5年4月1日生まれの児童

\*保護者と一緒に市内に在住していることが条件です。

費用の記載がないものは無料。申込方法の記載がないものは申込不要。  
対象に記載のないものは市内在住・在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

## 大好きなおとうさん&おかあさんと一緒にあそぼう！



ふれあい遊びやサーキット遊び、大型絵本やシフォン遊びを楽しみましょう。

看護師による豆知識「くすりのおはなし」もあります。

**日** 8月23日(土) 10:00~11:30(10分前受付開始)

**場** 総合福祉センター2階 多目的室

**対** 市内在住の未就園児とその保護者

**定** 15組

\*申込多数の場合は抽選となります。

**申** 8月13日(水)までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込

**問** 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

## 赤ちゃん学校を開催します！



**日** ①9月11日(木) 9:30~11:30

②9月30日(火) 10:00~12:00

**場** 総合福祉センター2階 会議室4

**対** 市内在住の0~3歳児の保護者

**定** 20名(先着)

◆テーマ

①「子どもの安全環境」

②「あなたの知りたい子育てQ&A 子育て編」

◆講師

①北川恭子氏 ②津村薫氏

**申** 8月22日(金)17:00までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込

\*無料託児あり

**問** 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

## お知らせ

### 増改築1日無料相談

増改築や補修、バリアフリー化に関する無料の建築相談を行います。

\*相談時間を利用した包丁研ぎのサービスがありますので、包丁などをお持ちください。

**日** 8月16日(土) 9:00~16:00

**場** 中央公民館1階 第2研修室

**問** 奈良県建築労働協同組合香芝支部(担当:和田)

☎77-4020

## 絵本でおなじみのごっこ遊びをしよう！



パネルシアターの鑑賞やお花紙でだるまさんの製作、手作りバスに乗り、食べ物を探したり、弁当箱に食べ物を詰めるごっこ遊びをしましょう。

**日** 9月17日(水) ①10:00~10:45 ②11:00~11:45

\*どちらも10分前受付

**場** 総合福祉センター2階 健康増進室

**対** 市内在住の未就園児とその保護者

**定** 各部10組 \*申込多数の場合は抽選となります。

**申** 8月20日(水)~9月3日(水)までに電子申請サービスe古都ならにて必要事項を明記し、申込

**問** 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

## ~においに関するトラブルについて~

◆問合先 市役所環境政策課 ☎44-3306



### 日常生活ではいろいろな「におい」が出ます

発生源はさまざまですが、どう感じるかは個人によって大きな差があります。自分では「気にならない」と感じていても、他の人にとっては迷惑になっている場合があります。

トラブルを未然に防ぐため、周囲への気配りを忘れず、みんなが住みやすい環境を作っていきましょう。

### においトラブル対策の例について

浴室、調理場、トイレのように湿度の高い部屋はもちろん、クーラーなどの空調器具(フィルターなど)もこまめに清掃しましょう。ぬれたまま放置しているとカビが発生しやすく、健康にも悪影響を及ぼします。生ごみも水分を多く含んでいるため腐敗しやすく、悪臭の原因となりやすいです。

また、浄化槽をお使いのご家庭には「年間維持サイクル」とされる「清掃」、「保守点検」、「定期検査」が浄化槽法によって義務付けられています。浄化槽は微生物の働きにより汚水を浄化しており、適切に管理されていない場合は悪臭の発生源になってしまいます。下表で問合先などを確認し、適切に管理しましょう。

「清掃」(年1回以上)	・香芝清掃 ☎76-6108 ・大和清掃 ☎52-3372	・お住まいの地域によって担当業者が異なります。詳しくは環境政策課までお問い合わせください。 ・浄化槽の種類によっては年2回以上の清掃が必要になります。
「保守点検」(年3回以上)	奈良県景観・環境総合センター ☎0744-47-3790	・県に登録された業者を確認し、依頼してください。 ・その他、浄化槽に関する相談なども可能です。
「定期検査」(年1回以上)	一般社団法人 奈良県環境保全協会 ☎22-5161	・奈良県知事の指定検査機関です。

### 児童扶養手当現況届・ 特別児童扶養手当所得状況届の提出について



児童扶養手当の受給資格者（全部支給停止者を含む）に「現況届」、特別児童扶養手当の受給資格者（支給停止者を含む）に「所得状況届に伴う案内文」を送付しますので、期限までに提出をお願いします。

#### ◆提出期限

- ・現況届：8月31日（日）まで
- ・所得状況届：8月12日（火）～9月11日（木）まで
- \*期限までに提出されない場合、手当を受給できません。
- \*特別児童扶養手当が2年続けて支給停止となるかたは、提出不要です。

#### ◆夜間・休日窓口

予約がない場合は開設しませんので、必ず事前に電話にてご予約ください。

- ・夜間：8月27日（水）、8月29日（金）19:00まで
- ・休日：8月16日（土）13:00～16:00  
8月31日（日）9:00～12:00

問 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

### ひとり親家庭を対象とした窓口を開設します (電話予約制)

#### 【奈良しごとiセンターの出張相談窓口】

- ◆日時 8月6日（水）、8月28日（木）10:00～16:00
- ◆場所 総合福祉センター1階 相談室5
- ◆内容 職業相談

#### 【ハローワーク大和高田の臨時相談窓口】

- ◆日時 8月19日（火）10:00～15:00
- ◆場所 総合福祉センター1階 相談室3
- ◆内容 求職登録、職業相談、機関利用証明書の発行など

#### 【奈良県スマイルセンターのひとり親コンシェルジュの出張相談窓口】

- ◆日時 8月12日（火）10:00～16:00
- ◆場所 総合福祉センター1階 相談室4
- ◆内容 手当や給付金、子育て支援サービス、養育費や面会交流の取り決めなど

問 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

### 8月が納期月の市税・保険料



市税：市県民税（普通徴収2期）  
各保険料（普通徴収2期）：介護保険料、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料  
\*納め忘れのないようお願いします。  
\*納付は便利で確実な口座振替をご利用ください。  
\*納付書にて市の窓口や金融機関に加え、全国のコンビニでも納付できます。スマホ決済もご利用ください。  
\*市税は、地方税お支払サイトもご利用できます。  
問（市税について）市役所収税課 ☎44-3310  
（国民健康保険料、後期高齢者医療保険料について）  
総合福祉センター国保医療課 ☎43-7109  
（介護保険料について）  
総合福祉センター介護福祉課 ☎79-7521

### 高齢者及びペーパードライバー講習



安全な運転方法の実践と交通安全意識の向上を図るため、高齢者やペーパードライバーを対象に講習を実施します。

期 9月24日（水）～11月28日（金）10:00～16:30  
\*月曜日、その他指定日を除く平日のうち、好きな日時で受講できます。

場 香芝自動車学校（別所88-1）

対 市内在住の運転免許を保有している高齢者（70歳以上）またはペーパードライバー

定 32名

\*申込多数の場合は抽選となります。

\*初めて受講されるかたを優先します。

◆内容 教習車で実技講習を行い、安全な運転方法を学びます。（50分間、1回限り）

申 8月6日（水）～22日（金）までに窓口または電話、メールにて申込

\*メールの場合は、①氏名（フリガナ）②住所③電話番号④年齢⑤運転していない期間⑥過去に市が実施したドライビングスクールなどへの参加回数を明記してください。

他 6か月児以上の託児無料（要申込）

\*無料のスクールバスあり

問 市役所都市政策交通課 ☎44-3304

✉ anzen@city.kashiba.lg.jp

### 指定管理者を募集します！



◆対象施設 香芝市スポーツ公園プール  
◆応募資格 安全かつ円滑に施設を管理運営することのできる法人またはその他団体

\*個人での応募はできません。

◆指定期間 令和8年4月1日～令和13年3月31日まで

\*募集要項などは、市ホームページをご覧ください。

問 市役所土木建設課 ☎44-3317

### 私有地の草木の適切な管理のお願い

春から夏にかけて草木が非常に繁茂しやすくなっています。毎年、私有地から道路や公園にはみ出している草木に関する多くのお問い合わせをいただきます。

私有地からはみ出す草木が原因で事故が起こると、草木の管理者が賠償責任を問われる場合がありますので、草木の除去や剪定にご協力をお願いします。

問 市役所公園道路管理課 ☎44-3320



費用の記載がないものは無料。申込方法の記載がないものは申込不要。  
対象に記載のないものは市内在住・在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

## 戦没者名簿への新規記名

戦没者のかたの氏名を戦没者名簿に記名し、市戦没者追悼式で追悼します。

**対** 本市に転入された戦没者遺族のかた

**申** 8月20日(水)までに窓口にて申請

**\***申請時に戦没者の氏名、戦没された日付、場所がわかる資料をお持ちください。

**問** 総合福祉センター社会福祉課 ☎79-7151

## 人工肛門、人工膀胱を持つかたへの個別相談会開催

人工肛門、人工膀胱を持つかたへの(第95回)個別相談会を開催します。

人工肛門、人工膀胱を持っていることによる、いろいろな悩み、苦労があるかたは、一人で閉じこもらないで、専門家や同憂の先輩と相談し、元気になりませんか。お気軽にご参加ください。

### 【奈良市開催】

**日** 8月19日(火)9:00~12:00

**場** 奈良市ボランティアインフォメーションセンター1階 会議室1-3・4(奈良市三条本町13-1)

### 【橿原市開催】

**日** 8月23日(土)9:00~12:00

**場** 奈良県社会福祉総合センター2階 ボランティアルーム(橿原市大久保町320-11)

**対** 県内在住のオストメイトのかた

### ◆相談員

専門看護師、支部役員(ピアサポーター)、ストーマ装具業者(製品展示)

**\***申込不要

**問** 公益社団法人日本オストミー協会奈良県支部 担当:川崎 ☎090-2110-5032

## 令和7年度消防職員採用募集【後期】



奈良県広域消防組合では、令和8年4月1日採用予定の消防職員を募集します。

### ◆募集区分

大学区分、短大区分、高校区分、救命士区分

**\***詳しくはホームページをご覧ください。

**問** 奈良県広域消防組合消防本部人事企画課人事係 ☎0744-20-1119

## マイナンバーカード受取臨時窓口



**\***原則、本人がお越しください。

**日** 8月24日(日)9:00~12:00 **場** 市役所1階 市民課

**問** 市役所市民課 ☎44-3302

## 戸籍の氏名へのフリガナ記載について コールセンターが開設されます



本籍地の市町村より順次通知書が郵送され、通知されたフリガナが、令和8年5月下旬以降、順次戸籍に記載されます。フリガナが異なる場合は届け出が必要ですので、令和8年5月25日(月)までに届け出をしてください。

**◆届出方法** マイナポータル、郵送、窓口のいずれか

また、この度コールセンターを開設しましたので、ご不明点などありましたら以下までお問い合わせください。

### 【制度に関する一般的な問合せ先】

法務省コールセンター

☎0570-05-0310(ナビダイヤル)

(受付時間:平日8:30~17:15まで)

### 【香芝市からのフリガナ通知書や香芝市への届出に関する問合せ先】

香芝市戸籍フリガナ届出コールセンター

☎0570-01-2371(ナビダイヤル)

(受付時間:平日9:00~17:00まで)

**問** 市役所市民課 ☎44-3303

## こまっけない?なやんでない?いっしょにかんがえよう! 全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

いじめ、体罰、不登校、児童虐待などのこどもの人権に関わる問題について、人権擁護委員及び法務局職員が秘密厳守で電話相談に応じます。

**日** 8月27日(水)~9月2日(火)

8:30~19:00(土・日は10:00~17:00)

**対** 県内在住の児童、生徒及びその保護者など

### ◆相談先 「こどもの人権相談」

☎0120-007-110(フリーダイヤル)

**\***一部のIP電話は利用できません。

**問** 奈良県地方法務局人権擁護課

☎0742-23-5457

## 戦没者に黙とうを

8月15日は「戦没者を追悼し、平和を祈念する日」です。戦争で亡くなられた多くのかたがたを追悼し、平和を祈念することを目的に、毎年、日本武道館で全国戦没者追悼式が行われます。

正午から1分間の黙とうが行われますので、職場や家庭などで黙とうを捧げましょう。

**問** 総合福祉センター社会福祉課 ☎79-7151

## 香芝市戦没者追悼式

戦没者に謹んで哀悼の意を表し、戦争の悲惨さと平和への誓いを新たに心に刻むため、戦没者追悼式を執り行います。市民の皆さまのご参列をお願いします。

**日** 9月6日(土)10:00~

**場** ふたかみ文化センター1階 市民ホール

**問** 香芝市社会福祉協議会 ☎76-7107

# 定額減税を補足する 不足額給付について

不足額給付とは…令和6年度に実施した「定額減税しきれないと見込まれるかた」への給付金(以下「当初調整給付」という。)の支給額に不足が生じる場合に、追加で給付を行うものです。

## 【香芝市不足額給付金コールセンター・窓口】

◆コールセンター 9:00~17:00(土・日・祝日を除く)  
電話 0120-61-3076  
期間 8月1日(金)~10月31日(金)

◆窓口受付 9:00~17:00(土・日・祝日を除く)  
場所 市役所2階 第1会議室  
期間 8月12日(火)~10月24日(金)

\*詳しくは市ホームページをご覧ください、コールセンターへお問い合わせください。



## 対象者

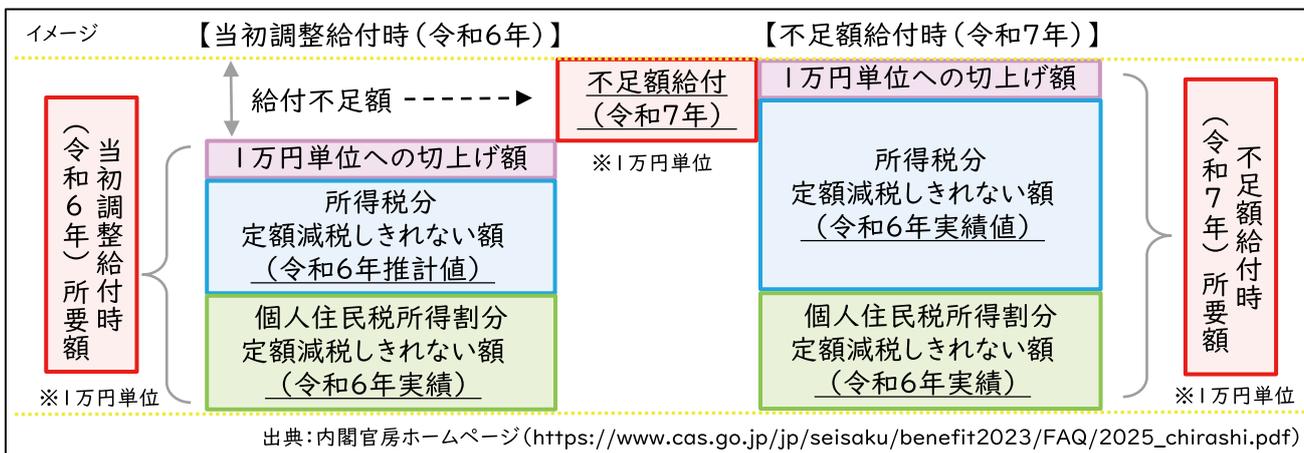
令和7年1月1日時点で香芝市にお住まいのかたのうち、①または②の支給対象となるかた  
\*合計所得金額が1,805万円を超えるかたは対象外となります。

## 当初調整給付との差額分を給付

①当初調整給付の算定に際し、令和5年所得等を基にした推計額(令和6年分推計所得税額)を用いて算定したことなどにより、令和6年分所得税及び定額減税の実績額等が確定したあとに、本来給付すべき所要額と、当初調整給付額との間で差額が生じたかた

## 例えば…

- 退職や休職などで、令和6年分の所得が令和5年分の所得より減少したかた
- 子どもの出生などで、令和6年中に扶養親族が増え、定額減税可能額が大きくなったかた など



1人当たり原則4万円を給付 \*支給額は対象者ごとに異なります。

## ②次の要件を全て満たすかた

- ・令和6年分所得税及び令和6年度個人住民税所得割が0円で、本人として定額減税の対象外である
- ・令和6年分所得税及び令和6年度個人住民税において、税制度上の扶養親族に該当していない(扶養親族等としても、定額減税の対象外である)
- ⇒青色事業専従者、事業専従者(白色)、合計所得金額が48万円を超えるかた
- ・令和5年度及び令和6年度低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主、世帯員または当初調整給付の対象のいずれにも該当していない

## 申請方法

確認書が届いたかた

支給対象となるかたには、8月下旬に不足額給付に関する「確認書」を送付します。

確認書の内容をご確認いただき、記載の方法に沿って確認書に記載されている期日までにお手続きください。

申請が必要なかた **【申請期限】10月24日(金)(消印有効)**

①または②の支給対象となるかたで、

- ・令和6年1月2日以降に香芝市に転入したかた
- ・9月中旬を過ぎても「確認書」が届かないかた

\*申請方法など詳しくは市ホームページをご覧ください、コールセンターへお問い合わせください。

費用の記載がないものは無料。申込方法の記載がないものは申込不要。  
対象に記載のないものは市内在住・在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

(参考) 令和6年度採択事業

文化振興事業、国際交流推進事業、スポーツ振興事業など

■ 申請用紙に必要事項を明記し、窓口にて申込

★ 申請用紙や手引きは市民協働課(市役所1階)で配布または市ホームページからダウンロードできます。

■ 問 市役所市民協働課 ☎44-3314

令和7年度精神障害者家族教室

精神疾患に関する正しい知識や社会資源などの情報を学び、同じ立場の家族のかたと悩みを分かち合い、話し合える場として開催します。病気の知識や利用できる制度、福祉サービスなどをテーマとし、毎月定例で行います。

■ 日 9月から令和8年2月までの毎月第3金曜日  
13:30~15:00

★ 時間は延長する場合があります。

■ 場 奈良県産業会館3階 会議室  
(大和高田市幸町2-33)

★ 会場は変更になる場合があります。

■ 対 精神疾患があるかたの家族

■ 問 生活支援センターなっつ(担当:鎌田、具志堅)  
☎23-7214[受付:平日9:30~17:00]

追加募集します

香芝市まちづくり提案活動支援事業補助金



地域課題解消に向け、公益的、社会貢献的な市民活動を行っている団体のさまざまな取組に対し、補助金を交付します。

◆ 募集期間 8月6日(水)~20日(水)

★ 個別相談承ります。

★ 9月6日(土)に審査会があります。

◆ 対象団体 市民活動団体、NPO法人など

★ 法人格の有無は問いません。

★ 活動拠点が市内かつ運営に関する会則を備えているなどの要件を満たす必要があります。

◆ 募集内容

コース	補助率	対象
スタートアップ	最大100% (上限10万円)	本補助金を受けないことがない団体が実施する事業
市民提案型	最大50% (上限50万円)	市民活動団体などが自ら企画・提案を行う事業
行政提案型	最大75% (上限75万円)	市が設定するテーマに沿った事業 ★ テーマは市ホームページにて随時公開していきます

◆ 問合せ先

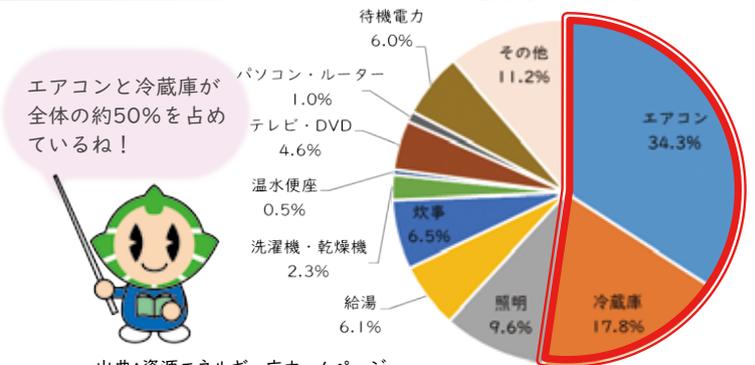
市役所環境政策課  
☎44-3306

夏季の省エネ  
~ 家庭でできる省エネ運動 ~

夏季の電力使用の特徴とは?

暑い夏はエネルギーの使用が増える季節です。夏季の電力使用の特徴は、日中(13:00~17:00ごろ)に電力需要が高まる傾向にあり、電力需給は太陽光発電の出力が減少する点灯帯(17:00~20:00ごろ)に厳しくなる傾向にあると言われています。

家庭における1日での電力消費割合(夏季)



エアコンと冷蔵庫が全体の約50%を占めているね!

出典:資源エネルギー庁ホームページ  
([https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving\\_and\\_new/saving/](https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/))

家庭でできる省エネ運動について

効率よく消費エネルギーを抑えることは、お財布と地球環境にやさしい生活につながります。ご自身のライフスタイルに合わせて、無理のない範囲で省エネに取り組みましょう。

家庭で取り組むことのできる「省エネメニュー」

エアコン	<input type="checkbox"/> 室内の冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室内温度を上げる。★熱中症に注意! <input type="checkbox"/> 目詰まりしたフィルターを清掃する。□ 日中はすだれ、カーテンなどで窓からの日差しを和らげる。
冷蔵庫	<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の冷やしすぎを避け、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。★食品の傷みに注意! <input type="checkbox"/> 壁との間に適切な間隔を空けて設置する。
照明	<input type="checkbox"/> リビングなどの部屋の明るさを下げる。□ 不要な照明は消す。
給湯・お風呂	<input type="checkbox"/> お湯の出し過ぎに注意する。□ シャワーの時間を短くする。 <input type="checkbox"/> 追い焚きする必要がないように、間隔を空けずに入る。
待機電力	<input type="checkbox"/> リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る。 <input type="checkbox"/> 長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。(テレビ、パソコン、プリンターなど)



# 健康衛生課からのお知らせ

●申込・問合せ先 保健センター健康衛生課  
〒639-0251 逢坂1-506-1  
☎77-3965 ☎77-0939

◆感染症予防や気象警報など状況によっては行事を中止、変更、延期することがありますので、市ホームページにてご確認ください。健康衛生課までお問い合わせください。

行事	日時	場所	対象・定員	内容など	申込方法
健康体操教室	8月18日(月) 10:00~11:30	総合福祉センター 2階多目的室	香芝市民	手軽に始められる簡単な体操 主催:香芝市健康運動普及推進員協議会	申込不要 (直接お越しください)
ストレッチを 楽しもう!	①9月12日(金) ②9月16日(火) 10:00~11:00 ③9月19日(金) 14:00~15:00	保健センター ①3階会議室 ②2階健康増進室 ③3階会議室	各日18名	①エアロビクスの要素を取り入れ、 音楽に合わせて速いテンポで行う ストレッチ ②床で行うストレッチ ③椅子に座って行うストレッチ 主催:ストレッチリーダー	電話または窓口(先着順) 各日8月15日(金)以降の 申込 *①の7月参加者は9月5日 (金)から申込可能

## 集団がん検診についてWeb予約が開始します!【受診期限:令和8年2月25日(水)】

集団がん検診のWeb予約は8月27日(水)から、電話予約は9月29日(月)から開始になります。早期のがんは、ほとんど自覚症状がありません。健康なかも、この機会に検診を受けましょう! 詳しい料金や日程は、市ホームページをご覧ください。



## 食中毒に注意しましょう!

夏の食中毒の原因の多くは、細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒予防の3原則を守り、細菌による食中毒を予防しましょう。

- ・細菌を食べ物に「**つけない**」:しっかりと手を洗う。
- ・食べ物に付着した細菌を「**増やさない**」:適切な温度で保存する。
- ・食べ物や調理器具に付着した細菌を「**やっつける**」:中心温度75℃で1分間以上加熱する。

厚生労働省  
HP



# 児童福祉課からのお知らせ

●申込・問合せ先 総合福祉センター児童福祉課  
〒639-0251 逢坂1-374-1  
☎79-7522 ☎79-7532

行事	日時	場所	対象・定員	内容など
プレママ教室	8月29日(金) 9:30~12:00	保健センター	妊娠5か月(妊娠16週)以降の妊婦とその家族 6組(1組2名まで)	【助産師による講話】 ・妊娠期から育児期までのお話 ・沐浴体験/お着替え体験/抱っこ体験/パパの妊婦体験 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具
離乳食教室	①8月21日(木) ②8月29日(金) 10:00~11:00	総合福祉センター3階調理実習室	乳幼児と保護者 ①4か月児以降 ②7か月児以降 各日15組	①離乳食をはじめよう(1回食~2回食) ②レパートリーをふやそう(2回食~3回食) いずれも作り方の見学(試食は希望される保護者のみ) 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具(抱っこひもをお持ちのかたはご持参ください。)
乳幼児相談	8月27日(水) ①9:00~②9:30~ ③10:00~	保健センター2階	乳幼児と保護者 ①4組 ②③9組	・保健師による育児相談 ・栄養士による栄養相談 【持ち物】母子健康手帳、バスタオル
歯びか教室	8月27日(水) ①9:15~9:45 ②10:00~10:30 ③10:45~(各15分)	保健センター2階	乳幼児と保護者 ①1歳6か月児未満 ②1歳6か月児以降 ①②各時間帯8組 ③4組	①むし歯予防、歯みがきのお話 ②仕上げみがき、定期受診のお話 ③歯科衛生士との個別相談 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、②は歯ブラシ(子どもがみがく用と保護者が仕上げする用の2本)

NEW!

~産後ケア事業で利用できる施設が新たに加わりました~

産後ケアは、産後の支援を必要とする母子に対し、心身のケアや育児のサポートを行うことで、母親の育児に関する負担感の軽減を図り、安心して子育てに取り組める環境を整えることを目的とした事業です。



新たな施設 ➡ さくらレディースクリニック

◆利用条件 さくらレディースクリニックで出産した、生後2か月未満の乳児とその母親



## 地域包括支援センターからのお知らせ <4月から南地域包括支援センターを設置しました>

地域	地域包括支援センター	問合せ(緊急時のみ24時間相談受付)
香芝北中学校区/北今市のかた (志都美・旭ヶ丘小学校区及び北今市)	中央地域包括支援センター 逢坂1-374-1(総合福祉センター内)	☎79-0802 *夜間は在宅介護支援センター かしの木(☎51-1560)で相談受付
香芝西中学校区のかた (二上・関屋小学校区)	西地域包括支援センター 畑3-817-1 ロイヤルビュー香芝101号室	☎71-3201
香芝東中学校区のかた (五位堂・真美ヶ丘西・真美ヶ丘東小学校区)	東地域包括支援センター 下田西2-7-61(通所リハビリぬくもり2階)	☎71-3120
香芝中学校区(北今市を除く)のかた (下田・三和・鎌田小学校区)	南地域包括支援センター 良福寺668-43	☎51-1560

\*相談窓口が分からない場合は、総合福祉センター介護福祉課(☎79-7521)までお問い合わせください。

\*相談受付時間は、平日の9:00~17:00です。

\*午前の教室は8:00時点、午後の教室は12:00時点で、香芝市に気象警報が発表されている場合は開催を中止します。

\*★は介護予防・ボランティアポイント対象事業です。ポイントカードをお持ちのかたはご持参ください。

### わくわく<sup>5</sup>楽しく(脳と身体の運動教室)

ストレッチや脳トレで体と脳を活性化させましょう!

- ◆日時 8月26日(火) 13:30~14:30
- ◆場所 総合福祉センター2階 多目的室
- ◆対象 市内在住の65歳以上のかた ◆定員 35名(先着)
- ◆申込・問合せ 8月19日(火)9:00以降、電話にて申込  
**西地域包括支援センター ☎71-3201**

### お元気! 香芝健康教室

フレイルに関する座学と運動や体操を行います。

- ◆日時 9月1日(月) 10:00~11:30
- ◆場所 ぬくもり香芝3号館2階 ◆定員 15名(先着)
- ◆対象 市内在住の65歳以上のかた
- ◆申込・問合せ 8月18日(月)9:00~25日(月)17:00  
までに電話にて申込  
**東地域包括支援センター ☎71-3120**

### 認知症予防教室

認知症予防に関する座学と脳トレーニングを行います。

- ◆日時 9月19日(金) 10:00~11:00
- ◆場所 ぬくもり香芝3号館2階 ◆定員 15名(先着)
- ◆対象 市内在住の65歳以上のかた
- ◆申込・問合せ 8月20日(水)9:00~9月12日(金)  
17:00までに電話にて申込  
**東地域包括支援センター ☎71-3120**

### 認知症サポーター養成講座 ★2ポイント

認知症サポーターとは、認知症について理解し、認知症の人やその家族を温かい目で見守る応援者のことです。認知症の症状や認知症のかたに接する際の心構えを学びましょう。受講者にはサポーターの証である『オレンジリング』を配布します。

- ◆日時 8月28日(木) 10:00~11:30
- ◆場所 総合福祉センター3階 会議室2
- ◆対象 認知症について学びたいかた ◆定員 20名(先着)
- ◆申込・問合せ 8月15日(金)9:00~22日(金)17:00  
までに電話にて申込  
**東地域包括支援センター ☎71-3120**

### 家族介護教室

★2ポイント

#### 『マッサージの方法と効果について』

身体に触れるケアやマッサージの方法、癒しの効果について学びましょう。



- ◆日時 9月2日(火) 14:00~15:30
- ◆場所 総合福祉センター3階 会議室1
- ◆対象 市内在住または在勤で介護に関心のあるかた
- ◆定員 30名(先着)
- ◆申込・問合せ 随時、電話にて申込  
**中央地域包括支援センター ☎79-0802**

## ふたかみ文化センターからのお知らせ

\*都合により内容が一部変更になる場合がありますのでご了承ください。



ホーム  
ページ

LINE公式アカウント  
【アカウントID】@987aygpi



### ジャスパーたきぐち マジックショー

大爆笑と感動を!

ちょっとおとぼけの手品おじさん。独特のキャラクターが子どもたちを笑顔に変えます!未就学児、小学生(低学年)対象のショーです。

- ◆日時 8月9日(土) ①11:00~12:00 ②13:30~14:30
- ◆場所 ふたかみ文化センター1階  
市民ホール
- ◆料金 一般500円  
未就学児、小学生は参加無料  
(要整理券)
- ◆申込 ふたかみ文化センター窓口  
または電話にて申込



\*保護者の同伴が必要です。

### 市民の歴史講座2025

市民の歴史講座2025 <座学> 申込み受付中!  
香芝の歴史や文化について、学びを深めてみませんか。

【第1回 演題「狐井古墳群調査について」】

◆日時 8月21日(木) 14:00~15:30

【第2回 演題「大和のモノづくり

~酒造業を中心に~】

◆日時 9月10日(水) 14:00~15:30

◆場所 ふたかみ文化センター2階 会議室1~3

◆申込 博物館窓口または電話、メールにて申込

☎0745-77-1700

✉infomuseum@kashiba-mirai.com



◆申込・問合せ ふたかみ文化センター(☎77-1000)・二上山博物館(☎77-1700) 〒639-0243 藤山1-17-17  
✉info@kashiba-mirai.com \*申込受付 9:00~20:00(毎月第1月曜日の休館日及び臨時休館日を除く)

# 第33回市選手権大会 優勝者、最優秀者一覧

◆問合先 市役所生涯学習課 ☎44-3339

スポーツ競技の祭典「市選手権大会」が行われました。全16競技にスポーツ協会加盟のクラブ員が参加し、日ごろの練習の成果を発揮しました。

競技団体	部門		優勝
軟式野球	学童の部		二上スポーツ少年団
	一般の部		ミスターデビル
バレーボール	ママさんの部		二上クラブ
卓球	シングルス	小学生	男子 松崎 大地
			女子 福岡 滯
		中学生	男子 小田島 大地
			女子 中川 美里
		一般	男子一部 中川 明宏
			男子二部 川井 奏良
	男子三部 横谷 瑠音		
	女子 谷上 香穂		
	ダブルス	一般	男子 小田島 大地
			女子 溝上 晃史
	ラージボールシングルス	一般	男子 西垣 博生
			女子 山内 紀代子
	ラージボールダブルス	一般	男子 山内 信人
			女子 安部 和代
ソフトボール	一般男子		瓦口ファイターズ
テニス	ダブルス	一般	男子 井口 航輝
			女子 上村 孔太
		壮年	男子 坂口 久美子
			女子 日下 昌美
ソフトテニス	ダブルス	男子の部 久保井 蓮	
		女子の部 大谷 達哉	
バドミントン	ダブルス	男子一部	西川 舞
			赤土 珠莉
		男子二部	松本 寿哉
			西田 英樹
		男子三部	竹田津 伸一
			竹田津 直斗
		女子一部	小西 重夫
			檜垣 正輝
女子三部	中霧 茜		
	下竹 莉来		
			岡本 由美子
			中西 昌子

競技団体	部門		優勝	
ゲートボール	団体の部		喜楽会	
グラウンドゴルフ	一般の部		安田 親幸	
ボウリング			坂田 愛実	
バタンク	個人戦		島田 武勇	
空手道	形	幼年	西口 陸斗	
			小学生	低学年 吹石 天誠
				中学年 西尾 昊泰
		高学年 北森 央人		
		中学生	一般	松島 壮亮
				松田 悠愛
	高校・一般		段外 前田 佐知子	
			有段 梶田 愛優菜	
	組手	小学生	幼年 西口 陸斗	
			低学年 吹石 天誠	
			中学年男子 梅崎 晴大	
			中学年女子 戸田 葵	
		中学生	高学年男子 中島 大智	
			高学年女子 西口 ずずな	
男子 中泉 翔大				
女子 松田 悠愛				
高校・一般	段外男子 田中 稔規			
	有段女子 前田 佐知子			
剣道	小学生	低学年男子	中原田 誠二	
			低学年女子 北中 瑚悠	
			中学年男子 井上 颯介	
		中学年女子	新田 りか	
			高学年男子 新田 悠真	
			高学年女子 清谷 絢矢菜	
	中学生	男子 吉田 暉汰		
		女子 高間 玲良		
	一般	男子 江口 遙		
		女子 田中 暁子		
	少林寺拳法	単独演武	少年低学年 越智 結菜	
			少年高学年 越智 結彩	
		組演武	中学生 吉岡 瑞稀	
			越智 結彩	
弓道	中学生	男子 杉本 康德		
		女子 小平 明花		
	一般	男子 岡 雅佳		
		女子 森本 結愛		
競技団体	部門	最優秀		
合気道	年少の部	平山 璃奈		
	年長の部	平山 摩奈		

## くみ取り便槽(非水洗)収集日程 令和7年9月分

月日	香芝清掃	大和清掃
9/1(月)	狐井(磯壁の一部を含む)	
2(火)	良福寺・鎌田	
3(水)	東良福寺	上中・今泉・尼寺・平野
4(木)		上中・今泉・下田(西・東)
5(金)	別所・瓦口	北今市・藤山・穴虫 下田(西・東)・高

◆問合先 市役所環境政策課 ☎44-3306

月日	香芝清掃	大和清掃	
9/8(月)	五位堂	逢坂・穴虫・畑	
9(火)		関屋・田尻・穴虫	
10(水)			
11(木)			畑・磯壁・本町
12(金)			下田(西・東)・五ヶ所

## 浄化槽清掃日程 令和7年9月分 \*日曜日・祝日・清掃業者の休日は休み

9月10日(水)~18日(木) [大和清掃] 藤山地区
9月18日(木)~30日(火) [大和清掃] 下田(西・東)地区
9月16日(火)~22日(月) [香芝清掃] 五ヶ所地区
9月22日(月)~30日(火) [香芝清掃] 下田(西・東)地区

- 作業時間の目安は、月~金曜日が8:00~15:00、土曜日が8:00~12:00です。作業状況により前後する場合があります。
- 浄化槽清掃について、9月にくみもれた世帯は10月に予備日を設けますので、10月1日(水)~7日(火)の8:30~17:15までに環境政策課へ電話でお申し込みください。(注意:予備日の受付件数には限りがあります。料金は一斉清掃時と同じですが、前年に清掃をされていない場合はこの限りではありません。)
- 令和6年4月より一斉清掃料金が200円増額されましたのでご注意ください。詳しくは清掃業者へお問い合わせください。
- 各日程については、作業の状況により2~3日前後することがあります。
- 浄化槽は、浄化槽法第10条で年1回以上の清掃が義務付けられています。
- 転入・転居・浄化槽を新設されたときで浄化槽一斉清掃をご利用される場合は、登録が必要です。環境政策課の窓口でお申し込みください。
- 転入・転出されるとき、また公共下水道に切り替えられたときは、環境政策課までご連絡ください。
- 清掃には水道・ホースが必要です。作業内容などについては清掃業者へお問い合わせください。
- ◆香芝清掃 ☎76-6108 ◆大和清掃 ☎52-3372

●コミュニティバス運休日:毎週木曜日、8月11日(月・祝)、9月15日(月・祝)、9月23日(火・祝)  
\*運行状況は市ホームページにてご確認ください。

市HP → 





# 市民図書館 つうしん

◆問合先 市民図書館(ふたかみ文化センター3階)  
☎77-1600

## 図書館からお願い

- ☑返却期限をお守りください。
- ☑ブックポストには返却する本だけ入れてください。
- ☑お引っ越しの際は、住所変更手続きをお忘れなく。

## Monthly Pick Up | 今月のピックアップ

### かしば電子図書館を利用してみませんか？

インターネットに接続できるパソコン、スマートフォン、タブレット端末などがあれば「かしば電子図書館」を利用できます。自宅はもちろん通勤や通学、旅先など、空いた時間に利用いただけます。

【ログイン方法】「かしば電子図書館」のホームページで「ID」と「パスワード」を入力

「ID」…図書館利用者カード表面のバーコード下にある8桁の数字を入力

「パスワード」…初期設定の場合は自分の生年月日で8桁の数字を入力

### 「かしば・まちなか文庫(尼寺廃寺跡学習館)」を開催します！

文化財課のイベントの実施に合わせて、図書館のリサイクル本を設置します。その場で読んだり、気になった本は持ち帰ったりできます。

【日時】8月28日(木) 10:00~15:00まで 【場所】尼寺廃寺跡学習館

定例行事	イベント名	日程	時間	対象
*開催場所は おはなし室	えほんたいむ	8月8日(金)	【1回目】10:30~10:50 【2回目】11:15~11:35 *15分前から開室	0~2歳児と その保護者
		8月22日(金)		
	おはなし会	8月23日(土)	10:30~11:00 *5分前から開室	3歳以上

### 人権4コマまんが

## てんいち先生



ホームページやSNSで市の情報を発信しています。

○市公式ホームページ

<https://www.city.kashiba.lg.jp/>



○市公式Facebook

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



○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



○市公式X

表示名 奈良県香芝市【公式】  
ユーザー名 @kashiba1001



☆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

8月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### 【開館時間】

□	9:30~17:00
■	9:30~19:00
■	休館日

【のびのびたいむ】8日(金)、22日(金) 10:00~12:00  
【貸出2倍Day!】31日(日)

\*月末最後の開館日は、いつもの倍の20冊借りられます。  
(電子書籍・CDやDVDは対象外です。)

市民図書館LINE



市民図書館 HP



かしば電子図書館



## 香芝検定

certificate examination for KASHIBA

JR和歌山線の志都美駅が開業したのは、いつでしょうか。

- ① 明治24年
- ② 昭和2年
- ③ 昭和30年



(答えは2ページにあります)

### ひとの動き —6月末日現在—

人口	78,014人	(前月比人+22人)
男	37,211人	(前月比人+22人)
女	40,803人	(前月比人±0人)
世帯数	33,378世帯	(前月比+60世帯)

令和6年6月に私が市長に就任した直後に、次のような事例がありました。

その日は午前7時47分に洪水警報が発表されました。本市の教育委員会における事前の取り決めでは、午前7時00分の段階で気象警報が発表されていなければ、たとえその後に発表されたとしても、いったん通常どおり登校させることになっていました。しかし、ある市立小学校では対応を誤り、登校した児童を特に安否確認もすることなく下校させ、さらに通学途中の児童も自宅へ引き返させました。

本市では、両親が共働きであるなど、児童が自宅を出発するのを待ってすぐに仕事へ向かい、自宅は保護者が不在となる場合が少なくありません。小学1年生や2年生の児童には自宅の鍵を持たせていない家庭も多くあります。そのような事情を考慮せず、通学してきた児童を追い返してしまうとどうなるのでしょうか。自宅に入れず、大雨の中で一人取り残されてしまうことになるわけです。

このような事例を踏まえ、その後、危機管理部局と教育委員会事務局で連携する体制を整え、また、学校の教職員を対象に小中学校等における気象上の危機管理に関する研修会も毎年実施することにしました。今では抜き打ちで危機管理対応の訓練も実施するなど、いざという時のために対応力の向上に努めています。



香芝市長  
三橋 和史

市長の動きは  
市HPや  
公式YouTube  
などで公開しています



ひと・まち・かしば



7/6  
(日)

第3回 夏のかしまちまねしえ  
近鉄下田駅、鹿島神社

香芝市商工会主催のプチ起業セミナーの受講生が、香芝市での起業を目指して、近鉄下田駅周辺で、初めてマルシェを開催しました。  
当日は、多くのかたがハンドメイド雑貨などの販売や占いなどのワークショップを楽しみ、鹿島神社に出店していたキッチンカーも盛況でした。



6/9(月)  
～

環境学習  
香芝市立小学校



ボランティア団体「エコみ～るず」の皆さんに学校にお越しいただき、環境学習の講義をしていただきました。  
講義では4年生を対象に「ごみの分別」や「食品ロス」などについて分かりやすく説明していただき、実際にペットボトルや紙パックなどを分別し、ごみを減らす工夫などについて学んでいます。

7/7  
(月)

市立保育所七夕行事  
香芝市立保育所



市立保育所にて、七夕の行事が行われました。  
紙芝居やダンスなどで盛り上がり、お昼ご飯は星形のハンバーグやちらし寿司、星形のかまぼこやオクラが入った「お星さまスープ」などの七夕をイメージした特別なメニューでした。  
子どもたちは特別な一日を存分に楽しんでいました。



「地元は香芝！」  
魅力的な香芝で子育て」

前回執筆者  
今中 綾さん



山内 瑞希さん

私は4歳のときから香芝に住んでいます。三和幼稚園、三和小学校、香芝中学校出身です。大学卒業後は、大阪で就職、結婚しましたが、出産を機に香芝に戻ってきて、現在は夫と子どもと3人暮らしです。

じつは、数年前までは香芝には『なにもない』と思っていました。というより、香芝に住んでいると難波まで40分足らずでいけるので、学生時代はお出かけといえれば、大阪に行くのが当たり前になっていました。

しかし、大人になって香芝には魅力が沢山あることに気がつきました。名産品のサヌカイトや、香芝で育てられた美味しい野菜やフルーツもあります。子どもと一緒に楽しんでいちご狩りで食べた新鮮ないちごは最高でした。

最近では105号線にコーヒESHOPPができました。その場所にあった産婦人科で出産しました。今はもうないですが、あの場にいると思いがよみがえってきます。産院の手作りご飯が美味しくて今でも忘れられない味です。



子どもはもうすぐ6歳で、来年少生になります。香芝で子育てをしようとする時、自分が育った町で自分の子どもと家族と香芝で過ごすことがこんなに楽しくて幸せなことなのかと日々感じています。子どもが育つ環境がより良くなればいいなと関心があるので、議会の傍聴にいつか行ってみたり、香芝のことをもっと勉強したいと思いついて、博物館のボランティアスタッフに挑戦したりしています。これからは香芝の歴史を知って、香芝で育った野菜を食べて、香芝のお店で買ったお野菜をして、地産地消をして香芝の魅力を堪能しながら子育てを楽しめたらと思います。

香芝検定の答え

③昭和30年

明治24年に香芝(旧下田)駅が開業し、昭和2年に近鉄下田駅、五位堂駅、二上駅、関屋駅が開業しました。二上山駅は昭和4年に、JR五位堂駅は平成16年に開業。志都美駅は昭和30年に王寺町の島田駅と同時に開業しました。

☆編集後記☆

先日、法事があり、祖母の家に帰ることがありました。

祖母の家は五條市の山奥にあるのですが、日中でも香芝より断然涼しいことに驚きました。

それでも私が小学生の頃、祖母の家によく通っていた時は、冷房なしでも平気だったように記憶しています。

「明らかに暑くなっている…！」

地球環境に思いを馳せながら、久々に田舎の夏をゆっくり過ごすことができました。 <董>



パパッと簡単  
クッキング! No. 124

ネバネバパワーで暑い夏を乗り切ろう!

めかぶのとろろ汁

1人分  
15kcal・塩分0.2g

【材料(2人分)】

- めかぶ…40g
- 長いも…40g
- だし汁 (かつお)…300ml
- しょうゆ…小さじ1/3
- 三つ葉…2本

【作り方】

- ①長いもは1cm角のさいの目切りにする。
- ②三つ葉は根元をとり、1.5cmの長さに刻む。
- ③だし汁に①を入れ、2~3分煮る。
- ④しょうゆで味を調え、めかぶを加え、ひと煮立ちさせる。
- ⑤器に注ぎ、②を散らして出来上がり☆

\*お好みで七味唐辛子をふりかけてもおいしい!

\* 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しているボランティア団体です。



