

# KASHIBA

1  
2026  
1.5  
No.702

## TOPICS

- 02: 新年のごあいさつ
- 03: 特集『フレイル予防でいつまでも健康な生活を』
- 05: お知らせ
- 13: 市民図書館つうしん
- 14: 市長コラム/ひと・まち・かしば
- 15: 市民ペンリレー/簡単クッキング
- 16: 魅力発掘！みつばのかしば



# 2026年 新年のごあいさつ



香芝市議会議員

筒井 寛



香芝市長

三橋 和史



謹んで新年のお慶びを申し上げます。

令和6年6月に市政をお預かりする大任を拝し、私の市長としての任期も既に8分の3以上の期間が経過しました。市民の皆様におかれましては、市政各般にわたる深い御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は、私が公約として掲げた「子ども真ん中社会の徹底推進」、「お年寄りの安全安心な生活の保障」及び「鉄道・道路の利便性の向上」等の政策について、市民の皆様に変化を御期待いただける一年だったと考えております。

本年は、近鉄大阪線五位堂駅の一部特急列車の停車駅への追加、二上駅北側駅前広場の整備、コミュニティバスを始めとする公共交通の充実、同報系防災行政無線の運用開始、香芝市子ども図書館の開館、香芝市スポーツ公園プールの開業、香芝市小中学校新入生の標準服無償化事業の拡充など、市民の皆様にご成果を実感していただける一年になると思います。

本年も若者世代と高齢者世代、あらゆる世代が相互に支え合っていく活気の溢れる街にしていこうことを目指し、市職員が一丸となって、市民の皆様とともに、香芝市の明るい未来を描いていきます。

結びになりますが、本年も皆様にとって幸多き一年となりますよう祈念申し上げます、新年の御挨拶いたします。

新年、明けましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、令和8年の新春を健やかにお迎えのことと心からお慶び申し上げます。日頃より、香芝市政の発展と議会運営に対しまして多大なる御理解と御協力を賜りますこと、厚く御礼申し上げます。

さて市議会では、昨年に聴覚障害に対する理解を深めるための議員研修会を開催いたしました。令和3年度より市議会のインターネット中継を開始いたしました、本年中に同中継の字幕配信も開始する予定をしております。

また、4月開業予定の香芝市スポーツ公園プールですが、市議会からの要望によりウォータースライダーも設置されることとなりました。楽しみにお待ちいただけたいと思います。これからも市民の皆様の声をしっかり受け止め、三橋市長を始め、執行機関との連携を強化し、さまざまな課題に全力で取り組んで参る所存です。今後とも更なる御支援と御協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

結びになりますが、本年が皆様にとって実り多き平穏な一年となりますよう御祈念申し上げます、新年の御挨拶いたします。





# フレイル予防で いつまでも健康な生活を

～高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について～

◆問合先 保健センター健康衛生課 ☎0745-77-3965



## フレイル予防で健康な状態を取り戻す！

フレイルとは、「加齢によって心身の活動が低下した状態」のことです。  
“健康と要介護の間”にある状態を指しますが、早くに気づき、適切に対応  
することで健康な状態に戻ることができると言われています。



## フレイル予防・改善の3つの柱！

### 栄 養

なんでも美味しく  
食べられる  
(食事、口腔)

### 運 動

適度な運動習慣をもつ

### 社会参加

社会とのつながりを保つ



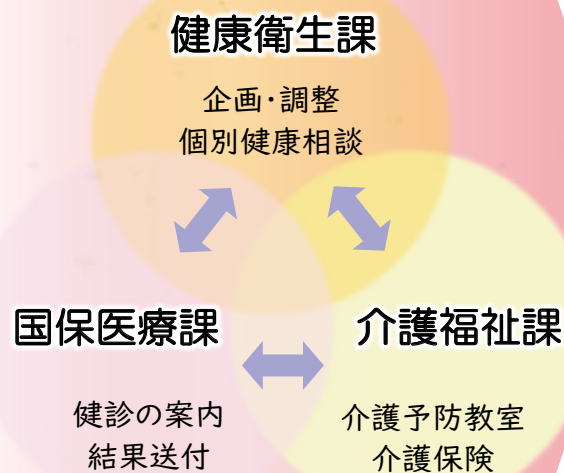
## 香芝市が行う高齢者の保健事業と介護予防に関する取り組み

令和2年度に「高齢者の医療の確保に関する法律」  
が改正されました。

この法律に基づき、本市でも後期高齢者の医療保  
険者である奈良県後期高齢者医療広域連合と協力し  
て、後期高齢者のフレイルを予防し、いつまでも健康  
な生活を送ることができるように一体的な取り組みを  
実施しています。

本市としては健康衛生課、国保医療課、介護福祉課  
が連携し、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的  
な実施」に取り組んでいます。

次のページでは、具体的な取り組みを紹介します。



高  
齢  
者



## 香芝市が行う講座・健康相談

講座や健康相談をご希望のかたは、  
健康衛生課までお問い合わせください！

### STOPフレイル！！健康講座

市内の4か所（中央、西、東、南）の地域包括支援センターと連携し、いきいき百歳体操などの通いの場や地域の集会所に出張し、運動、栄養、歯科教室や健康相談などを開催しています。

＊通いの場とは、地域の住民が気軽に集って交流し、「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所です。市内には、いきいき百歳体操などの通いの場があります。

### STOPフレイル！！個別健康相談

①**栄養健康相談**…健診結果、介護予防教室や通いの場での質問票を基に、病気や健診結果が今より悪くならないように、食生活について管理栄養士と保健師による個別相談を行っています。

②**お口の健康相談**…健診結果、介護予防教室や通いの場での質問票を基に、お口の健康を保つように、歯科衛生士と保健師による個別相談を行っています。

## PICK UP! ～歯科教室の様子取材しました！～

「最近、食事でおせやすくなった」「硬いものが噛みにくい」と感じていませんか？

穴虫二上公民館で開催された講座では、お口の健康が全身の元気につながるなど、健康でいるための秘訣が語られました。

お口の力が弱まると、食事の栄養が偏る「低栄養」になりがちです。そうすると、筋肉が減って疲れやすくなったり、転倒しやすくなったりと、体全体の衰えにつながります。

講座では、自宅で簡単にできる2つの体操が紹介されました。

#### 【パタカラ体操】

「パ・タ・カ・ラ」と発音することで、唇や舌の筋肉を効果的に鍛えます。「食べる、飲み込む」という一連の動作をスムーズにし、食事中的おせや食べこぼしを防ぎます。

#### 【べろだしごっくん体操】

舌を軽く唇で挟んだまま唾を飲み込むだけの簡単な体操です。飲み込む力を直接鍛え、誤嚥（ごえん）予防に繋がります。

#### 【参加者の声】

「とても楽しかったです。  
教わった体操は、今日から実践してみます！」



### 重症化予防健康サポート事業

健診結果を基に、腎臓機能が低下した糖尿病のかたに、かかりつけ医と連携しながら管理栄養士と保健師による個別指導を行っています。

＊対象となるかたには、案内の通知をしています。

### 健康状態の不明者の把握事業

健診未受診者や過去3年間の医療受診がない健康状態の不明なかたには、アンケート調査や家庭訪問を実施し、健康状態を把握するとともに必要に応じて医療機関への受診勧奨や介護サービスにつなげています。



## ニュースポーツデー



ニュースポーツはルールが比較的簡単で、年齢や体力に関係なく誰でも気軽に楽しめる、新しいスポーツです。スポーツを始めるきっかけが欲しいかた、体を動かしたいかたは、ぜひ体験してみませんか。数種類のスポーツを体験できます。

**日** 2月11日(水・祝) 14:00~16:30

**場** 総合体育館

**対** 市内在住または在勤のかた  
(小学生以下は保護者の同伴が必要です。)

**定** 70名

\*申込多数の場合は抽選となります。

**持** 動きやすい服、飲み物、シューズ、タオルなど

**申** 1月23日(金)までに申込フォームにて申込

**問** 市役所生涯学習課 ☎0745-44-3339

## 発見！？体験！バスツアー



堺市立ビッグバンで楽しく遊ぼう！

**日** 2月7日(土) 8:50~17:00(予定)

**◆集合場所** 市役所南側駐車場

**場** 堺市立ビッグバン

**対** 市内在住の小学1年生~中学3年生

**定** 35名

\*申込多数の場合は抽選となります。

**持** 動きやすい服、お弁当(おにぎりなどでも可)、水筒、おやつ

**申** 1月23日(金)までに申込フォームにて申込

**◆主催** 香芝市青少年健全育成協議会

**問** 市役所生涯学習課 ☎0745-44-3339

## 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** 2月20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** 1月31日(土) 17:00までに申込フォームにて申込

**問** 総合福祉センター児童福祉課

☎0745-79-7522

## イベント・講座

### 中央公民館市民講座



#### 【(シニア向け!)初めて触る!スマートフォン講座】

スマートフォンをお持ちでないかた、使い始めたばかりのかた向けの入門講座です。

**日** 2月9日(月) 13:00~14:30

**対** 市内在住または在勤の65歳以上のかた **定** 20名

**◆講師** ソフトバンクスマホアドバイザー

\*講座で使用するスマートフォンは貸し出します。

#### 【バレンタインスイーツを作ろう】

ギャラクシーエクレアとマンディアンチョコを作ります!

**日** 2月8日(日) 9:30~13:00

**定** 18組 **費** 2,700円

**持** エプロン、マスク、三角巾、布巾2枚、手拭きタオル、大きいタッパー、保冷バック、保冷剤

**◆講師** 丸田信宏氏(まる兄きっちゃん。)

**申** 1月20日(火) 17:00までに窓口またはメール、申込フォームにて申込

\*申込多数の場合は抽選となります。

**問** 中央公民館 ☎0745-77-4981

### わいわいスポーツスタンプラリー



現在開催しているスポーツ教室を身近に体験するイベントです。ZUMBAやバトントワリング、卓球や体操などのスポーツ教室にスタンプラリー形式で触れることができます。令和8年度のスポーツ教室への参加に興味のあるかたはぜひご参加ください。

**日** 2月11日(水・祝) 10:00~11:30

(20分前受付開始)

**場** 総合体育館メインフロア

**定** 120名程度

**費** 1人500円(保険料含む) \*当日現地にて徴収します。

**持** 動きやすい服、飲み物、シューズ

**申** 1月31日(土)までに申込フォームにて申込

\*当選したかたにのみ、2月6日(金)までにメールで通知します。

**問** 一般社団法人香芝市スポーツ協会

☎0745-44-8721

\*受付時間 平日9:00~16:00まで(木曜日を除く)

### 中央公民館 新春お茶会

1年の幸福と健康を願って、新年のお抹茶とお菓子をお楽しみください。茶道経験や服装は問いません。お気軽にお越しください。

**日** 1月18日(日) 13:30~16:00 \*申込不要

**定** 40名(先着) **費** 600円

**◆講師** 山下宗博氏

**問** 中央公民館 ☎0745-77-4981

## 宝くじ助成金

### 南良福寺自治会、平野自治会



一般財団法人自治総合センターが、宝くじの受託事業収入を財源として実施している、コミュニティ助成事業を活用し、平野自治会は公園の遊具を、南良福寺自治会はコミュニティ活動に必要な備品を整備しました。

宝くじは社会貢献広報事業のひとつとして、地域のコミュニティ活動の促進につながる設備などへの助成を行い、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための事業を行っています。

問 市役所市民協働課 ☎0745-44-3314



▲平野自治会



▲南良福寺自治会

## 令和8年2月から

### 窓口受付時間を変更します



職員の働き方改革の推進を図るため、一部の課において窓口受付時間の開始時間を10分、終了時間を15分短縮することを試行的に実施します。

※電話は従来どおり8:30~17:15まで受付します。

#### ◆窓口受付時間

8:30~17:15⇒**8:40~17:00**

#### ◆対象窓口

- ・市役所：課税課、収税課、市民課、環境政策課、学校教育課
- ・総合福祉センター：介護福祉課、国保医療課、社会福祉課、生活支援課、児童福祉課、保育幼稚園課
- ・保健センター：健康衛生課

問 市役所人事課 ☎0745-76-3324

## はじめまして！

### せいかまみールームで遊びませんか



「親子体幹エクササイズ(0歳児の粗大運動と産後ママの体幹トレーニングをサポートする親子エクササイズ)」をテーマに、室内遊び(約20分程度)を行います。

日 1月26日(月)9:30~12:00

場 せいか幼稚園(逢坂4-958)

対 生後3か月~1歳ごろまでの子どもとその保護者(初めて参加されるかたに限ります。)

持 動きやすい服

定 5組

申 開催日前日までに申込フォームにて申込

問 せいか幼稚園 ☎0745-77-8900

## 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 1月10日(土)、2月28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 ☎0745-76-5542

## お知らせ

## 令和8年3月から

### コンビニ交付手数料を変更します



3月1日(日)から、住民票、印鑑登録証明書のコンビニ交付手数料が変更されます。

また、以下の日程でシステムメンテナンスを実施しますので、コンビニ交付が利用できません。

#### 【変更前】

- ・住民票の写し:200円
- ・印鑑登録証明書:200円

#### 【変更後】

- ・住民票の写し:**300円**
- ・印鑑登録証明書:**300円**

◆メンテナンス実施期間 3月1日(日)~6日(金)

問 市役所市民課 ☎0745-44-3302

## 予防接種や検診の受け忘れはありませんか？

◆問合せ先 保健センター健康衛生課 ☎0745-77-3965

### 【予防接種】

◆接種期限 1月31日(土)まで

- ・高齢者インフルエンザ予防接種
- ・高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種

市HP



### 【がん検診、歯周病検診】

◆受診期限 2月28日(土)まで

- ・各種がん検診
- ・肝炎ウイルス検診
- ・歯周病検診

市HP



※これからの時期は混み合いますので、早めにお申し込みください。



# 実はスゴイ！香芝が誇る企業力

◆問合先 市役所商工観光課 ☎0745-44-3312

大阪・関西万博の夜空を彩った

## 「葛城煙火株式会社」

今年で76年目の老舗企業。現在は煙火販売や花火大会での打ち上げを中心に事業を展開。2018年からはカンボジアの子どもたちに花火を届けるプロジェクトに参画し「笑顔と感動を生み出す」企業へと邁進。大阪・関西万博の反響によりXのフォローも1万人以上増加。

①本社所在地 大阪市西成区松2-3-29

工場所在地 香芝市田尻118

②代表取締役 古賀 章広

### Q.打ち上げにあたり、どのような苦労や挑戦がありましたか？

開幕前からご提案をしていたのですが、本格的に打ち合わせが始まったのが6月20日ごろでした。

打ち合わせが進むにつれてお話が大きくなり、7月初旬には夏休み期間中は毎日開催すると決まりました。夏のスケジュールはすべて決まっていたため、一から組み直し対応しました。

### Q.花火に込められた思いとは？

弊社のキャッチコピーは「**一瞬の輝きを、一生の思い出に…**」。

「万博に来場した世界中の人たちに我々の花火が万博の思い出になってほしい」「万博で見た一瞬の輝きを将来にわたって感動を思い出し笑顔になってほしい」と思いを込めて打ち上げました。

### Q.花火の演出でこだわった点は？

飽きがこないように、ほぼ日替わりで演出しました。大屋根リングとの親和性を考え、夏休み期間中は公式テーマソングに合わせて打ち上げるなど、ご来場いただいたお客様に楽しんで見ていただけるように演出にもこだわりました。

## 大和川水質改善強化月間

雨量が少なく水質が悪化しやすい2月は、大和川の「水質改善強化月間」です。大和川の汚れの原因の約7割が家庭から出る「生活排水」です。家庭でできる川を汚さないちょっとした工夫や、河川ごみ削減のため家庭での取組チェックシートを使って毎日の参考にし、取り組んでいきましょう！ ◆問合先 市役所環境政策課 ☎0745-44-3306

### 料理、食事では

- ☐ 食事は食べる分量だけ作り、残らないようにしましょう
- ☐ 三角コーナーや排水口には水切りネットをつけ、食べ残しが流れるのを防ぎましょう
- ☐ 調味料類は食器に残らないよう、かける量を考えましょう
- ☐ 飲み物の飲み残しをしないようにしましょう



### 流し台、食事の片づけでは

- ☐ 食器やフライパンなどの汚れは古新聞や古着などでふき取ってから洗いましょう
- ☐ 煮物の汁などは新聞紙などにしみこませ、ゴミとして出しましょう
- ☐ 食器を水につけておくなど、洗剤使用量を減らす工夫をしましょう
- ☐ 使用済油は固形化するか、市役所で回収してもらいましょう



### 洗濯、お風呂のときは

- ☐ 洗剤表示の標準使用量を守りましょう
- ☐ 石けんやシャンプーを使いすぎないようにしましょう
- ☐ お風呂の残り湯を洗濯に使い、洗剤使用量を減らしましょう



出典：大和川水環境協議会

## 廃食用油の回収について

### 1. 回収方法

油が入っていたボトルやペットボトルなど、ふたがきっちりとしまる容器に入れ、回収場所に設置されている回収ボックスに容器ごと入れてください。

### 2. 回収できる油とできない油

#### 【回収できる油】

菜種油、大豆油、コーン油、ごま油、ひまわり油、紅花油（サンフラワー油）、オリーブ油などの植物油、豚・牛・魚などの動物油

#### 【回収できない油】

鉱物油（エンジンオイル）、不純物（水やごみなど）が混ざった油

### 3. 回収場所

場所	曜日	時間
市役所（南側玄関）	全日	24時間
総合福祉センター	月～金	8:30～19:30
収集センター（五ヶ所507）	月～金	9:00～16:00
総合体育館	第1木曜日以外	9:00～22:00
ストックヤード（旭ヶ丘3-1-1）	月～金	9:00～11:00

#### \*注意事項

- ・油は軽くこす程度でかまいません。
- ・ガラスびんは破損の恐れがあるため使用しないでください。
- ・消費期限切れの食用油も持込可能です。
- ・未使用で開封していない食用油は、移し替えたりせずそのまま持ちください。
- ・家庭で使用した油が対象（事業系の油は対象外）です。
- ・資源ごみステーションには出さないでください。




令和7年分

# 「スマホで確定申告」をするための事前予約について






◆問合先 市役所課税課 ☎0745-44-3307

葛城税務署の協力のもと、「スマホで確定申告」をされるかたを対象に、事前予約を受け付けます。

日時	2月25日(水)～27日(金) ①9:30～11:00(受付時間 9:30～10:00) ②11:00～12:30(受付時間 11:00～11:30) ③13:00～14:30(受付時間 13:00～13:30) ④14:30～16:00(受付時間 14:30～15:00)
場所	市役所会議室棟 第6会議室
対象	令和8年1月1日時点で本市に住民票があり、令和7年中の収入が給与及び年金のみのかた *給与所得者、年金受給者の医療費控除等の申告のみ対象です。
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マイナンバーカードの読み取りができるスマホ(マイナポータルアプリにログインしておいてください。)</li> <li>・マイナンバーカード及びマイナンバーカードのパスワード2種類</li> <li>①利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)</li> <li>②署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)</li> <li>・確定申告書の作成に必要な書類(源泉徴収票、控除証明書など)</li> <li>・還付申告をされるかたは口座番号の分かるもの(通帳など)</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  iPhone用         </div> <div style="text-align: center;">  Android用         </div> </div>
定員	各予約枠8名(1件の予約で相談できるのは1件のみです。)*申込多数の場合は抽選となります。
予約方法	1月21日(水)8:30～30日(金)17:15までに申込フォームにて必要事項を明記し、申込 *電話での予約受付及び当日受付は行いません。 *2月9日(月)以降に申込者に抽選結果をメールにてお知らせします。 <div style="text-align: right;">  申込フォーム         </div>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給与や年金以外に収入があった場合や、住宅ローン控除の申告などの確定申告は葛城税務署へ相談・申告してください。税務署での相談には下記「LINEによる事前オンライン予約」が必要です。</li> <li>・医療費控除を申告されるかたは、医療費控除の明細書を必ず作成の上、お持ちください。(明細書を未作成の場合は受付できません。様式は国税庁ホームページよりダウンロードできます。)</li> <li>・抽選結果のメールに記載の受付時間に来庁してください。</li> <li>・充電器などはありません。充電状況を確認してから来庁してください。</li> <li>・通信料は自己負担です。</li> </ul>

## 葛城税務署から 所得税確定申告会場のお知らせ

◆問合先 葛城税務署 ☎0745-22-2721

日時	①2月3日(火)～5日(木)10:00～15:30 ②2月6日(金)10:00～12:00	2月16日(月)～3月16日(月)8:30～16:00 *土・日・祝日を除く
場所	イオンモール橿原3階 イオンホール	葛城税務署
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マイナンバーカードの読み取りができるスマホ(マイナポータルアプリにログインしておいてください。)</li> <li>・マイナンバーカード及びマイナンバーカードのパスワード2種類</li> <li>①利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)</li> <li>②署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)</li> <li>・利用者識別番号及びそのパスワード通知(お持ちのかたのみ)</li> <li>・確定申告書の作成に必要な書類(源泉徴収票、各種控除の証明書、医療費控除の明細書など)</li> <li>・還付申告をされるかたは口座番号の分かるもの(通帳など)</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  iPhone用         </div> <div style="text-align: center;">  Android用         </div> </div>	
相談受付	混雑緩和のため、会場にて入場整理券を配付します。配付状況に応じて、早めに受付を終了する場合があります。	LINEによる事前オンライン予約が必要です。 *当日受付も行いますが、相談枠に限りがあります。
留意事項	<u>スマホ申告のみ</u> の受付となります。スマホをお持ちでないかたは、葛城税務署で申告してください。 <b>【申告できないかた】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・株式や不動産譲渡のあるかた</li> <li>・譲与税や相続税の申告のあるかた</li> </ul>	税務署事前予約⇒  LINE

\*確定申告の書面での提出は、大阪国税局業務センター阪神分室(〒661-8524 尼崎市若王寺3-11-46)宛てに郵送してください。



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、在学または在勤のかたが対象。  
申込方法がQRのみのものは、リンク先に詳細を記載。

消防出初式

香芝市消防団によるポンプ車一斉放水など、新年最初の演習を行います。

日 1月10日(土) 10:00~12:00

場 ふたかみ文化センター、総合体育館駐車場

問 市役所危機管理課 ☎0745-44-3305

1月が納期月の市税、保険料



市税:市県民税(4期)

各保険料(普通徴収7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 ☎0745-44-3310

(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 ☎0745-43-7109

(介護保険料について)

総合福祉センター介護福祉課 ☎0745-79-7521

かもきみの湯 無料入浴のご案内

日 2月26日(木) 10:00~23:00  
(最終入浴受付22:00)

対 市内在住のかた

\*3歳未満のかたは常時無料です。

\*小学生以下のかたは保護者同伴でご入浴ください。

持 対象者であることを確認できる証明(運転免許証、マイナンバーカードなど)

\*1階フロントでご提示ください。(コピー不可)

\*他のサービスとの併用はできません。

問 かもきみの湯 ☎0745-66-2641

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 1月25日(日) 9:00~12:00

場 市役所1階 市民課

問 市役所市民課 ☎0745-44-3302

香芝市

競争入札資格登録審査(指名願)申請受付



○令和8年度 物品・役務業者【追加受付】

対象	営業に関し免許、許可、認可、登録等を必要とする場合は、申請時において当該免許、許可、認可、登録等を受けている者
受付品目	印刷・写真／事務用品・事務機器／家具／教材・図書・スポーツ用品／機器類／衣料品／工事用材料／車両／燃料類／薬品類／日用品／賃貸物品／消防用品／食料品／役務関係

○令和8・9年度 建設工事業者【定期受付】

対象	建設業法による建設業許可業者
----	----------------

○令和8・9年度 測量・建設コンサルタント等業者【定期受付】

対象	測量業者(測量法による登録業者)／建設コンサルタント業者(建設コンサルタント登録規程による登録業者)／建築設計業者(建築士法による登録業者)／地質調査業者(地質調査業者登録規程による登録業者)／補償コンサルタント業者(補償コンサルタント登録規程による登録業者)／不動産鑑定業者(不動産の鑑定評価に関する法律による登録業者)／土地家屋調査業者(土地家屋調査士法による登録業者)／計量証明事業業者(計量法による登録業者)
----	--

\*申請要領、指定様式については、市ホームページからダウンロードしてください。

◆申請方法

【市内業者の場合】

2月2日(月)~13日(金)までの9:00~11:30、13:30~16:00(土・日・祝日を除く)に窓口にて提出

\*必ず内容を説明できるかたが持参し、申請してください。

【市外業者の場合】

2月2日(月)~27日(金)までに郵送にて提出(必着)

\*受付票を送付しますので、切手を貼った返信用封筒を同封してください。

\*直接持参された場合、受け取りますがその場で審査は行いませんので、必ず返信用封筒を添付してください。

◆問合先 市役所管財課(〒639-0292 香芝市本町1397) ☎0745-44-3338

# 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  
☎0745-77-3965 FAX0745-77-0939

◆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	1月19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)
料理講習会 「野菜たっぷり 韓国料理」	1月27日(火) 9:30~12:00	総合福祉センター 3階調理実習室	定員20名	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、 布巾2枚、筆記用具、700円(材料費) 主催:食のサポーターかしば	電話または窓口(先着順)
ストレッチを 楽しもう!	2月13日(金) 10:00~11:00	保健センター 3階会議室	定員18名	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 主催:ストレッチリーダー	電話または窓口(先着順) 1月15日(木)以降の申込 *1月参加者は2月6日(金) から申込可能

## 骨密度測定を休日に開催します!

- ◆日時 2月15日(日) 申込フォーム  
①9:00~11:00 ②13:00~14:30
- ◆場所 保健センター2階 ◆定員 180名
- ◆内容 かかとの骨で骨密度を測定
- ◆申込 申込フォームまたは電話、窓口にて申込  
\*令和7年度中に測定されたかたは参加できません。



## 女性のためのからだメンテナンス教室

- 女性特有のお悩みに対し、運動や食事のアドバイスをお届けします!
- ◆日時 ①2月6日(金) ②9日(月) ③13日(金) 14:00~15:30
- ◆場所 ①③保健センター3階会議室 ②保健センター2階健康増進室
- ◆内容 ①「更年期を乗り切るための腸活ストレッチ」  
②「尿もれ・腰痛予防 骨盤底筋トレーニング」  
③「体の内側から健康に! 免疫力アップの食事法」
- ◆申込 電話または窓口(各回それぞれ申込が必要です。)



# 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  
☎0745-79-7522 FAX0745-79-7532

行事	日時	場所	対象・定員	内容など
プレママ教室	1月9日(金) 1月19日(月) 13:30~16:00	保健センター 3階	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	①1月9日(金) 2月3日(火) ②1月23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	1月16日(金) 1月28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
歯ぴか教室	1月28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)

## ~一般不妊治療費・生殖補助医療費の助成について~

本市では、一般不妊治療と生殖補助医療に要した費用の一部をそれぞれ助成しています。申請などについて該当する可能性があるご夫婦はお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

### 【一般不妊治療】

令和6年度の一般不妊治療費助成の申請期限は、令和8年3月31日(火)までとなります。

市HP⇒



### 【生殖補助医療】

生殖補助医療費助成については、治療の初日が令和7年4月1日以降の治療が対象となります。

市HP⇒





## 地域包括支援センターからのお知らせ

地域	地域包括支援センター	問合先(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)	☎0745-79-0802*夜間は在宅介護支援センター かしの木(☎0745-51-1560)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	☎0745-71-3201
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)	☎0745-71-3120
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	☎0745-51-1560

\*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(☎0745-79-7521)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。

### わくわく楽しくる(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 1月27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・問合先 随時、電話にて申込  
西地域包括支援センター ☎0745-71-3201

### 家族介護教室 ★2ポイント

体験を交えて、福祉用具について学びましょう!

- ◆日時 1月22日(木)14:00～15:30
- ◆場所 総合福祉センター3階 会議室1
- ◆対象 市内在住で在宅介護に関心のあるかた
- ◆定員 20名(先着)
- ◆申込・問合先 随時、電話にて申込  
南地域包括支援センター ☎0745-51-1560



### 転倒予防教室

転倒予防に関する座学と運動や体操を行います。

- ◆日時 1月29日(木)10:00～11:00
- ◆場所 総合福祉センター3階 会議室2
- ◆対象 市内在住の65歳以上のかた
- ◆定員 15名(先着)
- ◆申込・問合先 1月20日(火)9:00以降、電話にて申込  
東地域包括支援センター ☎0745-71-3120



### 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 2月2日(月)10:00～11:30
- ◆場所 ぬくもり香芝3号館2階
- ◆対象 市内在住の65歳以上のかた
- ◆定員 15名(先着)
- ◆申込・問合先 1月15日(木)9:00～22日(木)  
17:00までに電話にて申込  
東地域包括支援センター ☎0745-71-3120

### 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。

- ◆対象 認知症について学びたいかた ◆定員 各日20名(先着)

#### 【1】養成講座と認知症相談会

- ◆日時 2月9日(月)①養成講座13:30～15:00  
②グループ相談会(希望者のみ)15:00～16:00
- ◆場所 総合福祉センター3階 会議室2
- ◆申込・問合先 随時、電話にて申込  
中央地域包括支援センター ☎0745-79-0802

#### 【2】養成講座

- ◆日時 2月26日(木)14:00～15:30
- ◆場所 総合福祉センター2階 会議室4
- ◆申込・問合先 1月26日(月)9:00以降、電話にて申込  
南地域包括支援センター ☎0745-51-1560

## 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

### 令和7年度市民の歴史講座《座学》申込受付中!

#### 【第7回 演題「かしばの石器遺跡～旧石器時代を中心に～」】

- ◆日時 2月19日(木)14:00～15:30
- ◆第8回 演題「謎の古代寺院『尼寺廃寺』に迫る」
- ◆日時 3月19日(木)14:00～15:30
- ◆講師 香芝市教育委員会文化財課職員
- ◆申込 博物館窓口または電話、メールにて申込  
☐infomuseum@kashiba-mirai.com

### フルーツカルテット《四音》～Sion～

優しく、澄んだ音色が心に響くひとときをお過ごしください。

- ◆日時 1月31日(土)14:30～(30分前開場)
- ◆場所 ふたかみ文化センター1階 市民ホール
- ◆料金 前売り1,000円 当日1,500円
- \*乳幼児の膝上鑑賞は無料です。
- ◆申込 ふたかみ文化センター窓口または電話にて申込

### 初心者向け『スマホ写真の撮り方レッスン』

カメラをとるときのちょっとしたコツを知りたいかたはぜひご参加ください♪

- ◆日時 1月27日(火)10:30～12:00 ◆場所 ふたかみ文化センター2階 会議室 ◆定員 10名(先着)
- ◆料金 無料\*要整理券 ◆持ち物 スマートフォン ◆申込 ふたかみ文化センター窓口または電話にて申込

- ◆申込・問合先 ふたかみ文化センター(☎0745-77-1000)・二上山博物館(☎0745-77-1700) 〒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)

# 新しく民生委員・児童委員が決まりました

地区を担当する民生委員・児童委員が改選され、厚生労働大臣から委嘱を受けました。

各地区の担当は以下のとおりです。(敬称略)

令和7年12月1日から

中地区		東地区		北地区	
担当区域	氏名	担当区域	氏名	担当区域	氏名
下田地区	左海 三智子	五位堂	中木 正	閑屋	山田 恵三
	藤本 和永	鎌田	栗山 登全		清水 和美
	奥村 裕英		青木 さつき		上村 純子
	上山 貴代美		宇野 有子	あしびハイツ	石井 照英
	水田 由香子	良福寺	杉本 行彦	田尻・閑屋桜が丘	巽 勝
畑藤山二丁目	二宮 榮四郎	東良福寺	山本 年美		吉川 和子
逢坂	出井 喜大		市川 久美子	閑屋近鉄住宅地	織田 和代
	伊藤 盛穂	南良福寺	辻野 智子		堤 美賢子
	松田 敏雄		辻 悦子	祇園荘	西田 さち子
	平岡 よし子	磯壁	松本 恵美	せきや青葉台	田津原 浩子
	安良田 初代		吉田 薫		森口 成子
北今市	樋口 麻生		山田 亨	高	永井 昭子
	藤山 多代		石川 信子	上中	吉村 典悦
	牧浦 和子		杉森 俊和		竹田 照美
	巽 裕子	日生香芝南住宅	廣瀬 克己		土谷 昌子
穴虫二上	西村 善誠	狐井	藤原 久美	畑ノ浦	井阪 忠和
	立和名 瑞穂		香川 嘉章	今泉	坪内 達雄
	藤本 とし江	五ヶ所	山下 維久子	下寺	森田 ひとみ
穴虫西	辻 孝子	瓦口	奥野 美和	平野	中西 茂雄
	落畑 秀一		栗原 英次	尼寺	竹田 和子
畑	芦高 喜正	別所	寺内 興乗		横山 睦世
	芦高 富子	西真美	青山 一男	白鳳台	山本 健二
	高垣 政範		西田 喜久子		平井 貴美恵
高山台	二神 満寿美	真美ヶ丘	小野 勉	旭ヶ丘ニュータウン	大嶋 晴美
	岡山 かほる		松本 まり子		岡本 千恵子
主任児童委員	野村 和美		村上 小夜子		竹内 美智代
	清光 仁見	主任児童委員	中村 勝胤		藤田 幸江
			松岡 京子	旭ヶ丘	森下 康子
				晴実台	松田 由紀子
				主任児童委員	藤井 里美
					梶本 和世

◆問合先 総合福祉センター社会福祉課 ☎0745-79-7151

## くみ取り便槽(非水洗)収集日程 令和8年2月分

月日	香芝清掃	大和清掃
2/2(月)	狐井 (磯壁の一部を含む)	
3(火)	良福寺・鎌田	
4(水)	東良福寺	上中・今泉・尼寺・平野
5(木)		今泉・上中・下田(西・東)
6(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 ☎0745-44-3306

月日	香芝清掃	大和清掃
9(月)	五位堂	逢坂・穴虫・畑
10(火)		閑屋・穴虫・田尻
12(木)		
13(金)	畑・磯壁・本町	
16(月)	下田(西・東)・五ヶ所	

## 浄化槽清掃日程 令和8年2月分 \*日曜日・祝日・清掃業者の休日は休み

2月17日(火)～24日(火)	[香芝清掃] 南良福寺
2月24日(火)～27日(金)	[香芝清掃] 東良福寺
2月12日(木)～28日(土)	[大和清掃] 閑屋北6・7丁目

○作業に何う時間の目安は、月～金曜日が8:00～15:00、土曜日が香芝清掃は8:00～12:00、大和清掃は8:00～15:00です。

○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。

○浄化槽清掃について、2月にくみもれた世帯は3月に予備日を設けますので、各地域担当業者へ下記期間内に直接電話にてお申し込みください。

◆香芝清掃 受付期間:3月2日(月)～26日(木) 8:00～13:30 ☎0745-76-6108(月～金)

◆大和清掃 受付期間:3月2日(月)～12日(木) 8:30～15:30 ☎0745-52-3372(月～金)

(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。)

○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、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。

●コミュニティバス運休日:毎週木曜日、1月12日(月・祝)、2月11日(水・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）  
☎0745-77-1600

## 図書館からのお願い

- ☞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

### 新着図書を紹介

『Tシャツの日本史』

高畑 鉄名／著  
中央公論新社  
<383.1>

Tシャツの裾は入れる？入れない？筆者の着眼点からファッション史では軽んじられてきたTシャツを紐解く一冊。

『世界一やさしい  
脳科学入門』

毛内 拓／著  
河出書房新社  
<491>

勉強中に集中力が途切れると、取り戻すのに約23分かかるといいます。脳のしくみをわかりやすく解説した入門書。



## 1月

## 【開館時間】

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	

9:30～17:00
9:30～19:00
休館日

【のびのびたいむ】9日（金）、  
23日（金）10:00～12:00  
【貸出2倍Day!】31日（土）

\*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。）

### 「新春わくわく本の福袋」実施します

テーマに合わせて司書が選んだ本が3冊入った福袋をご用意します。

#### ◆福袋の数

- 一般向け：20袋
- 子ども向け：30袋

#### ◆実施期間 1月6日（火）～

\*なくなり次第終了

#### ◆貸出期間 2週間

市民図書館LINE



市民図書館  
HP



かしば電子図書館



## 定例 行事

\*開催場所は  
おはなし室

イベント名	日程	時間	対象
えほんたいむ	1月9日（金） 1月23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
おはなし会	1月24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

新年おめでとうございます

1月1日って11だね

11はひととひとと読めるね

ひととひとは人と人だ

11を横にすると...

= 等しい  
ひと  
人は等しい！

新しい年の始まりだ  
今年も人権を大切にね

毎月11日は「人権を確かめあう日」

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。

詳しくは地域コミュニティセンターへ。  
☎0745-76-7179



## 香芝検定

certificate examination for KASHIBA

香芝市には全国でも数社しかない珍しい鉄製（鋳物）の鳥居がある神社があります。どの神社でしょうか。

① 鹿島神社（下田西）

② 天神社（鎌田）

③ 山崎神社（下田東）

④ 十二神社（五位堂）



香芝検定HP



（答えは15ページにあります）

## ひとの動き —11月末日現在—

人口	77,994人	（前月比－30人）
男	37,183人	（前月比－14人）
女	40,811人	（前月比－16人）
世帯数	33,547世帯	（前月比＋22世帯）

今から2年ほど前、知り合いの当時80歳くらいのご夫婦が郊外にある一軒家から市外の駅前マンションに転居されました。「車も手放したし、便利な駅前に引っ越したい。でも、市内の駅前にはあまりマンションがないから市外を選んだ。」とのことでした。歩く様子も安定せず、お身体も弱っているように見えました。

最近、大阪上本町駅でそのご夫婦と偶然お会いしました。「駅前のマンションに引っ越せて、以前より自分で出歩く機会が増えて毎日が楽しいのよ。電車でだって乗れる。」と、以前よりもずっと元気な様子でした。

これまで、本市の主要駅前では、建築物の高さの最高限度が31メートルと厳しく制限されていました。そのため、開発事業者は採算の見込める規制の緩やかな他の地域に関心を持ち、結果として、市内の主要駅前には十分な賑わいを見せてこなかったように思います。しかし、令和7年12月に都市計画決定の手続きを終えました。まずは近鉄大阪線五位堂駅北側の地域を対象に、15階程度までの建物が建築できる最高限度45メートルへの規制緩和が実現しました。

子育てで世代に選ばれるだけでなく、お年寄りが元気で安心して暮らし続けてもらえる香芝市を目指しています。今後、実際に整備される建物は、住宅部分だけでなく、低層階には地域のかたが利用できる商業施設や医療機関などが併存するものが望ましいと思います。これにより、今後、駅前のさらなる活性化や住宅需要に応えられると考えています。



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



香芝市商工会と奈良県立香芝高等学校が地域経済活性化へ連携協定を締結しました。

今後、生徒の職業教育や起業支援、イベント協力などを通じたまちづくりと人材育成を進め、交流を継続して実習機会や企業との連携を拡大します。

11/10  
(月)

香芝市商工会 ×  
奈良県立香芝高等学校  
連携協定締結式

香芝市商工会



11/2  
(日)

香芝ふれあいフェスタ &  
子どもフェスティバル  
市役所周辺

市民団体によるダンスやヒーローショーなどがステージを盛り上げ、市内外の事業者による飲食物が楽しめるマルシェ、ビンゴ大会など、多くの人でにぎわいました。

中央公民館では子どもフェスティバルを開催し、勾玉作りや砂絵などを楽しむ様子が見られました。



「つながって ふれあって ボランティアの輪」をテーマに開催しました。

演芸の舞台発表やボランティア活動の紹介パネルの展示、ボランティア活動ブースや模擬店などの多彩な催しが行われ、子どもから高齢者まで世代を超えて楽しんでいました。

11/23  
(日・祝)

ボランティアフェスティバル  
in 香芝 & 障害児・者ふれあいの集い  
総合福祉センター



11/23  
(日・祝)

かしばのしごと展  
ふたかみ文化センター

子どもたちが、「仕事をして、お給料をもらい、買い物をする」という社会のしくみを体験しながら、「かしばのしごと」について学ぶ「かしばのしごと展」。

当日は、延べ1,000人の子どもたちが参加し、さまざまな職業を体験しました。



## 図書ボランティア

私は、子どもの頃、図書室が大好きだった。カーペット敷きで、明るくて、絵本がたくさんあって、ゆったりできた。休み時間に、そこで過ごすことも多かった。

ところが、小5の夏、転校することになった。関東から関西への引っ越しで、言葉の違い、環境の違い、仲のよかった友達とも遠く離れ、不安だった。唯一の楽しみだった図書室は思っていたのとは違っていた。

入口には小さな南京錠がついていて、休み時間には使えず、中は薄暗く、背の高い本棚がずらっと並び、大好きな絵本はなかった。私はとても落胆した。大好きな場所、そこにはなかった。

娘が小学校に入学する頃、ママ友の誘いで小学校の図書ボランティアをすることになった。娘が卒業した現在も続けている。

本の修繕をしたり、図書室の環境を整える手伝いや、「えのほんひろば」のお手伝いをしている。



小学校が、図書室が、子どもたちが安心して過ごせて、落ち着いて本を楽しめる場になればよいなと思います、活動を続けています。

山口 敬子さん



前回執筆者  
田代 麻子さん

## 香芝検定の答え

### ④十二神社（五位堂）

江戸時代、五位堂は梵鐘（お寺の鐘）や鍋などの鋳物づくりが非常に栄えた地域でした。この神社は、その鋳物師（いもじ）たちの守り神としても崇敬されていました。

## ☆編集後記☆

新年、あけましておめでとうございます。本年も、「広報かしば」を何卒よろしくお願いいたします。

先日、インフルエンザにかかってしまいました。発熱、咳、倦怠感など、症状は多岐にわたりますが、一人暮らしの身にとっては、高熱で動けなくなることは命に関わります。

これは決して大げさな話ではなく、食料の買い出しができなくなるなど、ウイルスによる兵糧攻めをも受けることになるのです。

こういった病気にかかるたび、備蓄食料の大事さに気付かされるものです…。

〈董〉



パパッと簡単  
クッキング！ No. 129



手作りベリージャムを添えて

## フルーツヨーグルト

1人分

99kcal・塩分0.1g

### 【材料(2人分)】

ヨーグルト…120g

バナナ…1本

ジャム…大さじ2

### 手作りベリージャム

(作りやすい分量)

冷凍ミックスベリー…100g

砂糖…25g

レモン果汁…大さじ1

### 【作り方】

①バナナは1cmの厚さに輪切りにする。

②器にヨーグルト、バナナを盛り付け、ベリージャムを添えて出来上がり☆

### 手作りジャムの作り方

①冷凍ミックスベリー、砂糖、レモン果汁を鍋に入れ、弱火で少しとろみがつくまで加熱する。冷まして瓶などに入れ、冷蔵庫で保存する。

＊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。



くらしば

赤ちゃんおひるねアート撮影会に挑戦!



昨年、赤ちゃんおひるねアート撮影会に参加しました。

大号泣で撮影は大変でしたが、先生のアドバイスもあり、素敵な写真を撮影できました。

泣いている姿もいい思い出になりました。

撮影・提供：ひーちゃんさん



みんなの「みつば」写真を募集しています

「みつばのかしば」にちなんだ写真を募集しています。

皆さまのすてきな写真をお待ちしています。

\*掲載する場合は連絡させていただきます。

◆問合せ先 市役所秘書広報課 ☎0745-44-3323

詳しくはこちら



魅力発掘!

みつばのかしば

本市の魅力を「くらしば」「しごとば」「めぐりば」の3つの視点でお伝えする「みつばのかしば」コーナーです。  
今回は「くらしば」として、ご応募いただいたすてきな写真をご紹介します。

香芝市の指定給水装置工事事業者(当社指定番号:第299号)

# 水まわりのトラブル

## つまりや水漏れ即日対応いたします!!

トイレ・キッチン・お風呂・洗面所などなんでもご相談ください

- トイレの便器と床の間から水漏れ
- キッチン・お風呂・洗面所のトラブル
- トイレの水が流れない
- 排水管洗浄・高圧洗浄作業
- 屋外下水・排水管が溢れている
- 漏水調査・水道管水漏れ・破損等



24時間365日  
年中無休

出張料・  
見積料0円

地域密着  
即日対応

広告



『住まい』と『暮らし』を快適安心にサポートします  
ピュアライフパートナー  
PureLifePartner

0120-066-004

詳しくはこちらから「ピュアライフパートナー」検索

(株)K's Corporation 本社：大阪市東淀川区東中島1-17-18

このクーポンを  
ご提示された方限定

¥3,000割引

受付番号:P-81

見込額から5,000円(税込)以上でご使用頂けます  
有効期限:令和8年2月末日まで

取扱店  
TOTO  
LIXIL  
INAX

VISA・JCB・  
AMERICAN EXPRESS  
NP後払い  
T-POINT



医療法人弘生会

関屋病院

当院は医療療養型の病院です

面会制限を大幅に緩和しています

お気軽にお問合せ・ご相談ください

tel.0745-77-2434



〒639-0254  
奈良県香芝市関屋北5丁目11-1  
西名阪自動車道 柏原ICより5分



お一人おひとりに寄り添い  
医療・看護・介護に  
努めています

広告



広告

ようちえんツアー受付中!

[各日10:00~11:40・要予約]

2026年  
開催日 1月 16 金 2月 26 木 3月 2 月

ようちえんツアーは  
保護者様に直接当園を  
見学いただき、園の毎日の  
取り組みを見て  
体験いただくツアーです。



HPよりお申込み  
いただけます

幼児教育  
無償化  
対象幼稚園

学校法人 ハルナ学園

ハルナ幼稚園

TEL 0745-76-5542

〒639-0265

奈良県香芝市上中1176-1

Instagram #ハルナ幼稚園

