

# KASHIBA

30<sup>th</sup> Anniversary  
KASHIBA  
1991-2021

広報かしば

10

2021  
10.21  
No.652

## 特集 みんなでつなく 子育ての輪



## 今月の表紙

本市には、子育て中の親子の集いの場として「つどいのひろば」があります。専門的な知識を持った育児コーディネーターも参加していますので、情報交換や相談、子ども同士のふれあいの場としてご利用ください。



## ひとの動き

—9月末日現在—

|     |                   |
|-----|-------------------|
| 人口  | 78,882人（前月比－41人）  |
| 男   | 37,656人（前月比－4人）   |
| 女   | 41,226人（前月比－37人）  |
| 世帯数 | 32,026世帯（前月比＋4世帯） |



## 香芝検定

certificate examination for KASHIBA

香芝市が市になって最初に建設された公共施設は何でしょうか。

- ① 市役所会議室棟
- ② 旭ヶ丘小学校
- ③ ふたかみ文化センター
- ④ 香芝消防署

（答えは 11 ページにあります）

# CONTENTS

## もくじ



### 03 特集

みんなでつなぐ子育ての輪

### 06 新型コロナウイルスワクチン情報

### 07 「もったいない」の気持ちで 捨てられる食品を救おう！

### 08 住まう香芝 vol. 75 儲け話にご注意！

### 10 市制施行30周年記念事業

### 11 市民ペンリレー／パパッと簡単クッキング

### 12 今昔アルバム

市ホームページやFacebook、LINEでも市の情報を発信しています。

#### 〇市公式ホームページ

URL <http://www.city.kashiba.lg.jp/>



#### 〇市公式Facebook

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



#### 〇市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



\*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

次回発行は、お知らせ版 11月5日（金）広報かしば 11月22日（月）



## 特集

# みんなでつなぐ子育ての輪

◆問合先 総合福祉センター児童福祉課 ☎79-7522

### ○新しい物語の始まり

新しい命が誕生する瞬間、それは新しい親が生まれる瞬間でもあります。そして、家族の新しい物語の始まりを意味します。子どもの健やかな成長を願いつつ、子育てに奮闘する中で、ときに笑い、ときに泣き、ときに新たな発見に気づき、喜び、親子ともに一歩一歩、日々着実に成長し、物語は進みます。



### ○子育てを取り巻く環境

少子化・核家族化・地域のつながりの希薄化が進み、昔と比べて環境が大きく変化した現代社会では、子育てが孤立化する傾向にあります。

さらに、新型コロナウイルスの影響が長期化し、自宅で過ごす時間が長くなっている今、人と会う機会や周りからのサポートが少なくなるなど、子育て中の家庭への影響は以前より大きいものと考えられます。子育てに関する不安や悩みを相談できずにひとり抱え込むと、虐待やマルトリートメントにつながることもあります。

そうならないためには、親子を孤立させない、地域で子育てを支える環境づくりが必要です。

### \*マルトリートメントとは

虐待とは言い切れない、大人から子どもに対する避けたい関わりのこととで、「近寄るな」や「今は忙しい」、「口答えするな」などの言動があてはまります。

子ども時代に継続してマルトリートメントを受けると、脳の発達に深刻な影響を及ぼし、結果として、心身の成長が遅れる要因になることもあります。

### ○子育てを支える輪

本市では、乳児とのふれあいを楽しむ「ベビーマッサージ」や、子育ての知識を深めるための「赤ちゃん学校」など、子育てを支える輪につながる各種取組を進めています。

親子ともに安心して健やかに過ごしていただけという、「子育て世代包括支援センター」を設置し、妊娠から出産、産後まで切れ目なく支援する体制をとっています。専門的な知識を持った母子・育児コーディネーターが常駐し、妊娠や出産、子育てに関する各種相談を受け付けています。

また、親子の交流の場として、市内4か所で「つどいのひろば」を開催しています。そこでは、子ども同士やふれあいを通じて成長する我が子の姿を見ることができます。

次ページでは、その様子や参加者の声などを紹介します。

# つどいのひろば

子どもが自由に遊ぶのを見守りながら、親同士が気軽に子育てのことを話し合える場として、『つどいのひろば』があります。室内には遊具が設置されており、親子で遊ぶことができるほか、スタッフが常駐しているので、子育て中の悩みを相談することができます。



**仲間と共に子育て**

子育てをする中で、思いどおりにならず、不安や悩みをもつこともあるかもしれません。そんなときはひとりで悩まず、周りに助けを求めることが大切です。

本市には、子育ての喜びや悩みを共感できる場所がありますので、その一部について紹介します。

## 利用されているかたの声 .....



1歳4か月児

3か月前に引っ越してきたころ、ちょうど暑い時期で外で遊べなかったもので、ここに来てみました。同年代くらいの子も親もたくさんいてるので、話もできてとても良い場と思います。



1歳1か月児

ここには週1回ほど来ています。室内で遊べる場所を探していたところ、ホームページで見つけ、参加しました。同年代の子たちと過ごすことで成長する部分があると思います。



6か月児

子どもが5か月くらいのときに初めて参加しましたが、同じくらいの月齢の子たちとの交流になるので、来てよかったなと思います。親同士では、今は離乳食のことを話したり、子育て以外のことで世間話をしたり、いろいろな話ができるので、気分転換にもなります。

## ＼みんなで一緒に子育てしませんか？／



### マミつどいの広場

- ◆場所 エコール・マミ 南館2階
- ◆実施 毎週火・木曜日

### おうちのこうえん

- ◆場所 ふたかみ文化センター
- ◆実施 毎週月～金曜日

### 香芝市子育て支援センター

- ◆場所 旭ヶ丘 4-12-20
- ◆実施 毎週月～金曜日

### 私立あけぼの幼保学院「ゆめふうせん」

- ◆場所 関屋北 5-8-3
- ◆実施 毎週月～金曜日

☆詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。



## つどいのひろばでは、育児コーディネーターが、 “あなたの子育て”の相談に応じます！



つどいのひろばには、週1回程度巡回しています。相談の中で多いのは、“食”のこと。「離乳食をなかなか食べない」、「どのように離乳食を進めていけばよいかわからない」、「好き嫌いが出てきた」などがあります。そのほかにも、なかなか歩かない、言葉が遅いなどの成長過程の相談や、泣き止まない、歯磨きの仕方を教えてほしいなど、その悩みはさまざまです。悩みや不安はひとりで抱え込まず、ぜひ、ご相談ください。一人ひとりの相談に応じます。少し大きくなってきたら、保育園や幼稚園の入園の相談などもお受けしています。

育児コーディネーターより

### 子育て世代包括支援センター

子育て世代包括支援センターでは、大切な妊娠・出産・子育て期を母子ともに安心して健やかに過ごしていただけるよう、専門的な知識を持ったスタッフが常駐し、悩み相談やアドバイス、情報提供など、各種サポートをしています。

妊娠期

出産期

産後

乳幼児期から就学前まで

#### 妊産婦・乳幼児相談窓口 【保健センター ☎77-3965】

母子保健に関する専門的な知識を持った母子コーディネーター（助産師）が妊娠・出産・育児に関する相談に応じ、サポートします。

初めての妊娠で不安

母子健康手帳はどうすればもらえるの

出産に向けて何を準備したらいいかわからない

母乳やミルクが足りているか心配

子どもの健診や予防接種の受け方がわからない



母子コーディネーター

母子コーディネーター3名と育児コーディネーター2名がそれぞれ連携し、一人ひとりに応じたアドバイスを行います。

#### 子育て相談窓口 【児童福祉課 ☎79-7522】

子育てに関する専門的な知識を持った育児コーディネーターが育児に関する相談に応じ、サポートします。

子育てが楽しくない、イライラしてしまう

育児の方法がこれでいいのか不安



子どもに関する制度や手当について知りたい

子どもといっしょに遊べる場所を教えてください

一時的に子どもを預かってくれるところを知りたい



育児コーディネーター

### “つなぐ・つながる” ひとりにしない・させないためにできること

子育て中は、誰しものが不安になり、悩みを抱えるものです。ひとりで抱え込むと、解決の糸口が見えづらくなるばかりか、時として自分自身や子どもを傷つけてしまうこともあります。大切なのは、「ひとりにしない・させない」こと。周りに子育てで悩んでいる人がいたら、ぜひ、支援窓口や交流の場につなげてください。そこには、悩みを共有したり、相談できる、つながりの場所があります。

### 11月は虐待防止推進月間

オレンジリボンには、「子ども虐待を防止する」というメッセージが込められています。「子ども虐待のない社会の実現」を目指す市民運動のシンボルマークであり、オレンジ色は子どもたちの明るい未来を表しています。



## 新型コロナウイルスワクチン情報（10月13日時点）

◆ 予約（集団接種）・問合先 新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター（保健センター内）  
☎ 44-8970 ☎ 76-6775【受付時間：9：00～17：00（土・日・祝日のぞく）】

### ワクチン接種をお考え（ご検討中）のかたへ

- ◆ ワクチンは、重症化予防と感染防止に効果があることが報告されています。
  - ◆ 本市におけるワクチン接種者数・接種率は下図のとおりで、対象者の約82%のかたが1回目の接種を、約73%のかたが2回目の接種を終えています。
  - ◆ ワクチン接種が進んでいることから、集団接種会場（保健センター・総合体育館）の規模を段階的に縮小します。
  - ◆ インフルエンザ予防接種の開始に伴い、医療機関によっては今後、ワクチン接種を縮小または中止する場合があります。
  - ◆ 本市発行の接種券で、11月末までに2回接種を終えられたかたには、抽選で地場産品をプレゼントします。詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご確認ください。
- ⇒ **接種を希望されるかたは、お早めにご予約ください。**
- ⇒ 接種会場は、集団接種または個別接種よりお選びください。  
予約方法や予約受付日など、詳しくは市ホームページ（右記QRコード）よりご確認ください。

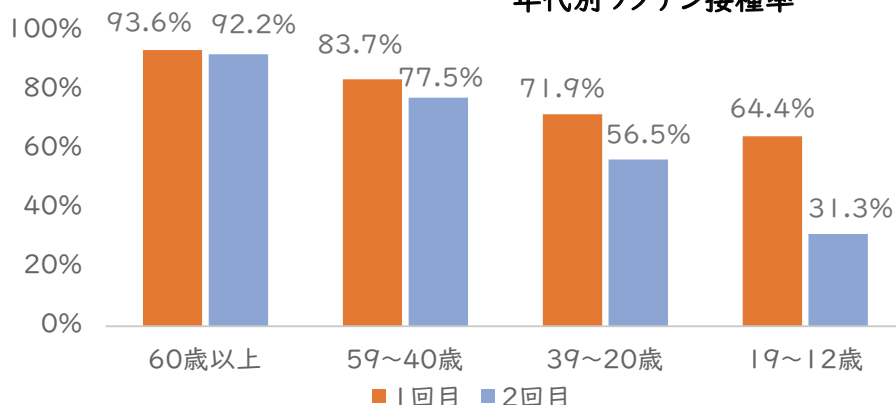
（集団接種）（個別接種）（プレゼント）



<接種状況一覧>（10月13日時点のVRS情報、対象者数は令和3年9月30日時点の人口より算出）

| 年代     | 対象者数    | 接種者数・接種率 |       |         |       |
|--------|---------|----------|-------|---------|-------|
|        |         | 1回目      |       | 2回目     |       |
| 60歳以上  | 22,576人 | 21,135人  | 93.6% | 20,817人 | 92.2% |
| 59～40歳 | 23,673人 | 19,814人  | 83.7% | 18,341人 | 77.5% |
| 39～20歳 | 16,179人 | 11,628人  | 71.9% | 9,144人  | 56.5% |
| 19～12歳 | 7,403人  | 4,764人   | 64.4% | 2,314人  | 31.3% |
| 全体     | 69,831人 | 57,341人  | 82.1% | 50,616人 | 72.5% |

年代別ワクチン接種率



#### <ポイント>

10月に入って以降、若い世代、特に19～12歳の接種率が大幅に上昇しています。

### 新型コロナワクチンQ&Aサイト（厚生労働省）のご案内

ワクチンの効果や安全性、自分が受けられるかなど、寄せられた質問に対する回答や、子どもへのワクチン接種の考え方と副反応への対処法などにつき、専門家によるコラムが掲載されています（「厚生労働省新型コロナワクチンQ&A」で検索または右記QRコード読込）。



### 発熱などの症状のあるかたへのお願い

まずは、身近な医療機関（身近な医療機関がないかたは「新型コロナ・発熱患者受診相談窓口」）に電話で相談してください（院内感染防止のため、必ず受診前に電話してください）。

〈新型コロナ・発熱患者受診相談窓口〉  
（平日・土日祝 24時間対応）

☎ 0742-27-1132 ☎ 0742-27-8565

# 「もったいない」の気持ちで 捨てられる食品を救おう！



10月30日は「食品ロス削減の日」、10月は「食品ロス削減月間」です！

～食べられるのに捨ててしまう食品を減らし、ごみ減量につなげましょう～

◆問合先 市役所市民衛生課  
☎44-3306

## 食品ロスって 何だろう？

本来、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことを「食品ロス」といいます。

我が国では、年間約600万トンの食品ロスが発生しています（農林水産省及び環境省「平成30年度推計」）。これは、国民一人当たり換算すると年間約50kg（一日あたりお茶碗約1杯分）となり、国連世界食糧計画（WFP）による食糧援助量約420万トン（令和元年実績）よりも多い食品を捨てていることとなります。

令和元年度には「食品ロスの削減の推進に関する法律」が施行され、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定め、社会全体で食品ロス削減の取組を進めていくこととなりました。

## 食品ロスの約半分は 家庭から！

食品ロスには、売れ残りなど事業者から発生するものと、食べ残しなど家庭から発生するものがあります。先に示した年間約600万トンの食品ロスのうち、約54%の324万トンが事業者から、残り約46%の276万トンが家庭から捨てられているとされています。



このように、食品ロスの約半分が家庭で発生していることから、食品ロス削減のためには、事業者はもちろんのこと、**家庭での取組も重要**となっています。

食品ロスを減らすため、一人ひとりが「もったいない」の気持ちで、できることを始め、捨てられる食品を救ってみませんか？

## 家庭で食品を捨ててしまう 理由第1位は？

消費者庁が平成29年度に行った食品ロス削減に関する実証事業の結果によると、食品を捨ててしまう理由、また、捨てられやすい食品は次のとおりでした。

### 捨ててしまう理由

- 1位 食べきれなかった
- 2位 傷ませてしまった
- 3位 賞味・消費期限が切れていた

### 捨てられやすい食品

- 1位 主食（ごはん・パン・麺類）
- 2位 野菜
- 3位 おかず



## ECO★HERO (エコヒーロー)



捨ててしまう理由を見ると、どれも意識して工夫することで、改善することができる内容だね！  
食品ロスを減らすことは、**ごみの減量につながる環境に優しい取組**だから、みんなも取り組んでECO★HEROになろう！身近にできる取組としては、以下のようなことがあげられるよ！

### 家庭編

#### 1 適切に保存する

- ▶ 食品に記載された保存方法に従って保存する
- ▶ 野菜は、冷凍・茹でなどの下処理をして、ストックする



#### 2 食材を上手に使いきる

- ▶ 残っている食材から使う
- ▶ 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫する



クックパッド消費生活のキッチンリメイクや食材を使い切るレシピを参考にしてみましょう。詳しくはQRコードへ。



#### 3 食べきれぬ量を作る

- ▶ 体調や健康、家族の予定も配慮する



（出典）消費者庁HP 今日から実践：食品ロス削減：啓発用三角柱（買物編・家庭編）（令和2年3月版）

### 買物編

#### 1 買物前に、食材をチェック

買物前に、冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する



- ▶ メモ書きや携帯・スマホで撮影し、買物時の参考にする。

#### 2 必要な分だけ買う

使う分・食べきれぬ量だけ買う

- ▶ まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べる



#### 3 期限表示を知って、賢く買う

利用予定と照らして、期限表示を確認する

- ▶ すぐ使う食品は、棚の手前から取る

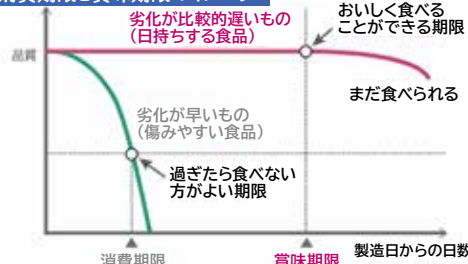


## 食品の期限表示を正しく知ろう！

食品の期限表示は、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。いずれも未開封かつ表示されている方法で保存した場合の期限が表示されています。

▶消費期限は、「**食べても安全な期限**」。  
▶賞味期限は、「**おいしく食べることができる期限**」です。  
賞味期限は、過ぎてもすぐに廃棄せずに自分で食べられるかどうかを判断することも大切です。

### 消費期限と賞味期限のイメージ



（出典）消費者庁HP 今日から実践：食品ロス削減：啓発用パンフレット/基礎編（令和元年10月版）

# 儲け話

にご注意！

## 副業・情報商材トラブルに気を付けよ！の巻

◆問合先 市役所商工振興課 ☎44-3312

### 情報商材とは？

インターネットの通信販売などで、副業・投資やギャンブルなどにより高額な収入を得るためのノウハウなどと称して販売されている情報のことです。パソコンやスマートフォンからダウンロード・閲覧できる形式が多く用いられています。また、情報商材そのものに限らず、情報商材をきっかけに、高額な受講料を求められるビジネスセミナーへの招待や、ソフトウェア契約をさせられる事例もあります。

#### 情報商材の特徴

|         | 情報商材の例                                                         | 情報商材に関連して販売されるソフトウェアなどの例                    |
|---------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 副業関連    | ブログやアフィリエイト、コピー＆ペーストで稼ぐネットビジネス、動画や写真を投稿・配信して広告収入で稼ぐ方法、転売ビジネスなど | アクセス数増加ツール、アフィリエイト用ソフトウェア、商品検索ツール、動画編集ソフトなど |
| 投資関連    | FX、アービトラージ、バイナリーオプション、仮想通貨などの投資方法、投資情報 など                      | FX 投資用ソフト、自動売買ツール など                        |
| ギャンブル関連 | パチンコ、競馬、オンラインカジノ、海外ブックメーカーなどの攻略情報 など                           | 競馬予想ソフト など                                  |

引用元：『国民生活 2019 年 1 月号』（独立行政法人国民生活センター）

FX の情報商材の宣伝を SNS で見て、「高収入」の文字に惹かれて無料セミナーに出かけた。担当者の説明では、簡単にだれでも利益が得られるとのこと、「今日契約したら、契約料が通常 100 万円のところ 40 万円」と急かされたため、焦って契約した。早速送られてきた教材をダウンロードし、助言を受けながら FX を行っていたが、結果は出なかった。冷静に教材を見てみると内容は極めて一般的なもので、今となっては価値を見出せない。

### Case 1

高額な情報商材を用いた儲け話には落とし穴！

#### ポイント

インターネット上には情報商材に関するさまざまな情報があふれており、信用性の見極めが困難なものが多くあります。情報商材は購入するまで内容を確認することができないため、購入してみると価格に見合った内容ではなかったというトラブルが絶えません。内容がわからないまま契約するのは危険です。少しでも怪しいと思ったら契約前にきっぱり断る勇気が大切です。



#### ポイント

こうした儲け話では、消費者が SNS で商品を宣伝するだけでどれだけの利益が生まれるか、儲けの仕組が明確ではなく、安易に信用するのは危険です。約束の商品購入代金の入金がないために自分の預金を崩して支払ったり、借金せざるを得なくなったケースもあり、要注意です。

### Case 2

商品を SNS で宣伝すると報酬がもらえるなどという儲け話に注意！

事業者指定された商品を購入し、SNS で宣伝すれば商品代金がキャッシュバックされ、さらにそれをクレジットカードで購入するとカードポイントがたまるといふビジネスを知人から紹介された。半信半疑であったものの、お試しとして指定された化粧品などをお試しとして指定された化粧品などをクレジットカードで少額分購入し、SNS で宣伝した。すると、約束通りに事業者から商品購入代金が自身の口座に全額入金され、カードのポイントも貯まったため、信用できると判断した。翌月、今度は 400 万円分の商品を購入したが、いつまでたっても事業者からの入金がなく、クレジットカード会社への支払期限に間に合いそうにない。

## Case 3

若者がターゲットに!?  
マルチ商法にご注意!

大学の友人に誘われ、ある組織の担当者にカフェで会った。「組織に入会すれば、たくさんの参加者とコネクションを作ることができ、就職活動にも役立つ」と説明された。興味を持ったが、加入するには高額な教材を購入する必要があると言われた。支払えないと断ったところ、「借金すればいい」と押し切られ、無人契約機で借金をし、その場で担当者に全額を渡してしまった。

後日、家族に相談したら、怪しい組織ではないかと指摘され、不安である。

### ポイント

友人やSNSで知り合った人などから勧誘され、他人に紹介し商品購入につながればマージンが得られるといったマルチ商法的な手法が特徴です。

また、安易な借金は要注意です。借金自体は、「消費者金融」と「あなた」の2者間契約になるため、勧誘のトラブルを解決できたとしても借金の返済義務は消えません。友人からの誘いであってもきっぱりと断りましょう。



消費生活に関するトラブルは、未然に防ぐことが一番ですが、もしも「トラブルに巻き込まれて困った」また「巻き込まれそうで不安、どうしよう」というときには、迅速な対応が不可欠です。まずは消費生活センターにご相談ください。

## ひとりで悩まず消費生活センターへ

消費生活に関するトラブルは、専門的な知識を持った消費生活相談員にご相談ください。原則、トラブルに遭った本人から聞き取りを行い、問題点を整理し、事業者との交渉や具体的な解決策を助言し、解決に向けて動きます。

\*相談者が高齢であったり、特別な事情がある場合や、複雑な案件の場合には交渉のお手伝いをします。

### 香芝市消費生活センター

- ◆時間 毎週月・火・水・金曜日  
10:00～12:00、13:00～15:00
- ◆場所 市役所1階
- ◆電話 ☎ 44-3313

### 広陵町消費生活相談窓口

- ◆時間 毎週木曜日  
10:00～12:00、13:00～15:00
- ◆場所 広陵町役場1階  
(広陵町大字南郷583-1)
- ◆電話 ☎ 55-1001(代表)

\*市内在住・在学・在勤のかたであれば、どちらの窓口も利用できます。

\*相談は無料です(相談内容やプライバシーに関わる一切の秘密は厳守します)。

\*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、まずはお電話でご相談ください。

### 香芝消費生活相談出前講座

消費者トラブルに関する出前講座を行っています。日時・場所などは相談の上、決定しますので、まずはお電話ください。

◆申込・問合先 香芝くらしの安全安心サポーター(代表:常光) ☎ 76-5475

## 「消費者庁 新型コロナ関連消費者向け情報」 LINE公式アカウント

新型コロナウイルスに関連する消費生活関連の情報をより多くのかたへ迅速に発信するために、消費者庁がLINEアカウントを開設しました。友だち追加すると、最新の情報にアクセスできるようになるほか、消費者庁から定期的に送られる注意喚起メッセージを受け取れるようになります。

### ◆登録方法

LINEアプリをお手持ちのスマートフォンなどにインストールしたあと、次のいずれかの方法で、「消費者庁 新型コロナ関連消費者向け情報」を「友だち」に登録してください。

#### ①URL

下記のリンクから友だち登録  
<https://lin.ee/d57rXBD>

#### ②QRコード

右記のQRコードを読み取り、  
友だち登録





香芝市  
30周年

香芝市の歴史・文化をキーワードにした謎解きイベントを開催しています。

子どもから大人まで楽しんでいただけるイベントとなっており、謎解きの正答数に応じて

市内事業者の豪華景品が抽選で当たります! イベント期間中はいつでも無料でご参加いただけます。



●イベント開催期間: 12月24日(金)まで

●景品抽選応募期間: 10月30日(土)～12月24日(金)まで

\*10月30日(土)に、市ホームページ「名探偵・香芝スミレの謎解探訪 抽選景品一覧ページ(下記URL・QRコード)」にて景品を掲載予定です。各コース中の希望景品ナンバーを記入のうえ、ご応募ください。



▲パンフレット  
ダウンロードページ

<http://www.city.kashiba.lg.jp/0000014077.html>



▲抽選景品一覧ページ  
(10月30日より公開)

<http://www.city.kashiba.lg.jp/0000014025.html>



今月号の裏表紙「今昔アルバム」に、ナゾの手がかりが隠されているみたいね★

### 香芝市公式マスコットキャラクター 「カッシー」LINEスタンプ発売開始!

全40種類の「カッシー」のLINEスタンプがLINEアプリ内のスタンプショップに登場! QRコードより購入ページにアクセスできます。日常使いにも便利なセリフ入りです!



▲購入ページ

### 記念花火及び

### 上下水道部ライトアップの動画を配信!

30周年の節目である10月1日に、記念花火の打ち上げと上下水道部貯水タンクのライトアップを行いました。まちの将来像である「カラフルかしば」をイメージした花火とライトアップのコラボレーションは、必見です!

\*花火は密集を避けるため、サプライズ花火として実施しました。



▲当日の様子

●問合先 香芝市市制施行30周年事業実行委員会事務局・企画政策課 ☎44-3325



## 病気を通して

香芝に嫁ぎ、2人の娘を育てあげ、同居していた姑を見送ったら、あつという間に40年近く経っていました。

さあこれから背中に羽をつけて大空に飛び立とう！とワクワクしていたのも束の間、夫が「俺の夢だったお店を開きたい」と言いだしました。サラリーマンの妻として平凡に過ごし、このまま65歳まで会社勤めをしてくれると思っていた私には決断するまでに相当の覚悟が必要でした。

それと同じくして私の発病。最初は病名が分からずにあちらこちらの病院に行ったものです。ステロイド治療をしているせいで、体に悪影響がいろいろ出てきました。この病気によって家族の優しさや周りの友達の優しさを身に染みて感じる事ができました。

ともすれば、気持ちが折れてしまうときもありますが、無事に定年退職を迎えた夫の希望するお店を開店することができ、

## 中村 典子さん

今まで接することのなかった人たちとふれあう楽しみを見つけ、半人前の働きしか出来ない私を皆さんが見守ってくれているという実感があります。

その皆さんに感謝し、人と比べず自分のペースで、笑顔を忘れずこれからの人生を歩んでいきたいと思っています。



次回は秋山さんにリレーします。

## 香芝検定のこたえ

## ① 市役所会議室棟

市役所会議室棟は、平成4年3月に完成しました。ふたかみ文化センターは平成4年4月に、旭ヶ丘小学校は平成7年4月に、同年10月に香芝消防署の新庁舎が完成しました。

総合福祉センター改修工事に伴う  
正面玄関閉鎖のお知らせ

長寿命化に向けた改修工事に伴い、令和3年11月から正面玄関が利用できなくなりますので、南側出入口をご利用ください。

併せて、11月より事務室を移動します。詳しくは1階受付案内係におたずねください。

ご迷惑とご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆問合先 総合福祉センター社会福祉課  
☎79-7151

パパッと簡単  
クッキング! No.79

とろみをつけて  
うま味を閉じ込めて!

## しめじとみぞれのとろみ汁

(1人分 24kcal)

## 【材料(2人分)】

しめじ…1/2パック  
大根…100g

A { だし汁…300ml  
しょうゆ…大さじ1/2

おろし生姜…小さじ1  
小口ねぎ…適量

B { かたくり粉…小さじ1  
水…大さじ1

## 【作り方】

- ①しめじは石づきを取り、ほぐす。
- ②大根は皮をむいて、すりおろす。
- ③鍋にAと①を入れ、煮立ったら②を加えてさっと煮る。
- ④Bを合わせて③に加え、とろみがついたら器に盛り付け、おろし生姜と小口ネギを入れて出来上がり☆

\*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をしているボランティア団体です。

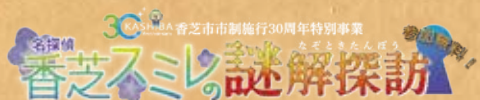




現在の様子



平成3年



## どんづる 峯

千数百万年前に二上山の火山活動によって火砕流や火山灰等が堆積し、地殻変動によって隆起、長い年月の間に侵食され現在の姿になりました。遠くから見ると鶴が屯（たむろ）しているように見えることから、この名称で呼ばれています。その佇まいは30年前と変わらず、白い岩肌が続く姿は圧巻で、多くの人が訪れる香芝市の名所です。（県指定天然記念物）

香芝市は、令和3年10月1日に市制施行30周年を迎えました。これを記念し、今年度の今昔アルバムは、街並みや風景だけではなく、行事や出来事などのさまざまな変化を振り返る特別版としてお届けします。また、皆さまからの写真提供もお待ちしております。

広告

広告

広告

広告