

「サイちゃん通信」

西大寺の情報を発信していきます。情報提供もお待ちしております。

【発行元】
岡山商工会議所西大寺支所
岡山市東区西大寺中3丁目6-15
TEL086-942-0101
FAX086-942-0103

西大寺支所 メンバー紹介



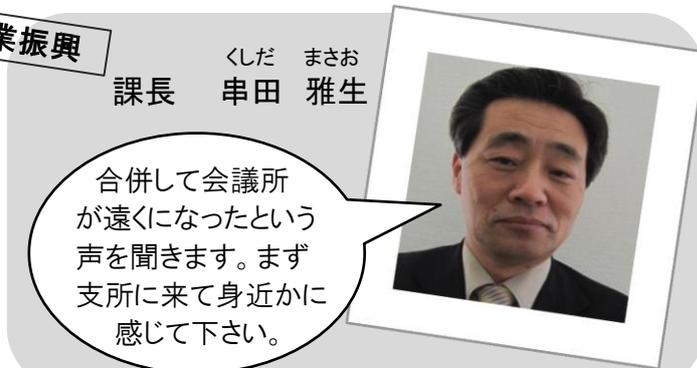
今年4月から西大寺支所のメンバーが新しくなりました。
西大寺の地域へ貢献できるように、様々な取り組みを模索中です。
ご指導・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

中小企業振興



まつだ かつよし
支所長 松田 克義

会陽をはじめ
西大寺をたくさん情報発
信したいと思います。な
んでも教えて下さい。



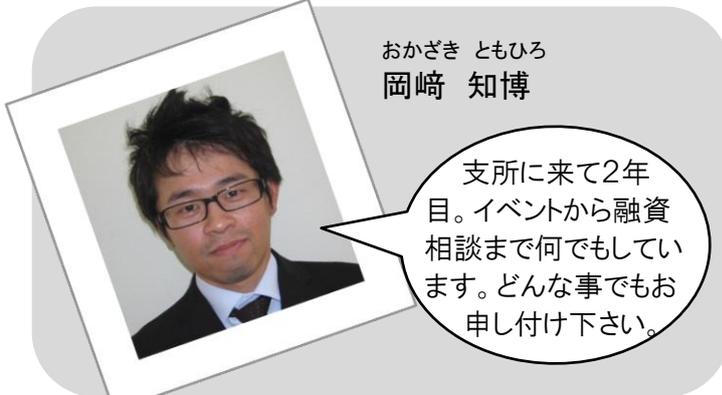
くしだ まさお
課長 串田 雅生

合併して会議所
が遠くなったという
声を聞きます。まず
支所に来て身近かに
感じて下さい。



うちだ かおる
課長補佐 内田 薫

4月からこちらに。
お会いしてお話を伺い
たいと思います。皆様
と共に働かせて
下さい。



おかざき ともひろ
岡崎 知博

支所に来て2年
目。イベントから融資
相談まで何でもしてい
ます。どんな事でもお
申し付け下さい。



さだもと よしお
定本 芳男

嘱託になって
2年目。体力は衰えま
したが、経験と知識で
カバーします。



ごうだ あき
合田 有希

支所勤務も3年
目に入り、だいぶ馴染
んできました。見掛け
たら気軽に声をかけ
て下さい。



かりや のりに
狩谷 訓子

支所のホーム
ページを担当していま
す。西大寺に関する
様々な情報をお寄せ
ください。



総務企画課

ちちお いくこ
父尾 伊公子

歴史と自然にふれ
る旅行が大好きです。
西大寺の見どころ・
魅力を発見したいと
思います。

西大寺の逸品

街のあらゆるいいモノを紹介！
栄えある第1回目は…



“大嶋屋ご主人の思いつきデザート”

その日の材料・気分で
ご主人が思いついたも
のをデザートに。今は、
変わり種ゼリーが目玉。
見るも不思議なたまご
のゼリー、きれいな赤
色の完熟トマトゼリーなど、
手作りならではのやさしい味。地元産食材を重視した
おまかせ創作和風コース料理についてきます。
ご主人の懐かしい西大寺の話とともに、ご賞味ください。



【たまごのゼリー】



ご主人です。(お店の前にて撮影)

大嶋屋(おおしまや)
岡山市東区西大寺中1-11-22
Tel.086-942-2268

コース料理のみ 昼 1,050円～
(昼夜各1組の予約制) 夜 3,000円～

西大寺の史跡

みなたるひめ さい つの
—皆足姫と犀の角—

西大寺観音院本堂の屋根の上
に女性の形をした瓦が置かれて
います。

彼女の名前は「皆足姫」。
縁起絵巻によると751年、金岡の荘（岡山市広
谷）に草堂を建て、千手観音を安置した女性です。
両手で大切に抱えているのが「犀の角」。これは、
777年、安隆上人という僧が奈良の長谷寺から船
で金岡の荘に向かっていたとき、突然現れた龍神
から「この角を鎮めてお堂を移し給え」と授けら
れたものです。

上人は現在の地を選び、犀の角をいただく寺＝
「犀戴寺」（後の「西大寺」）を建てました。

観音院にお越しの際は、ぜひ本堂を見上げて皆
足姫を探してみてくださいね。

もっと詳しいことが知りたい方、日曜日の午前
中であれば、観光ボランティアさんからユーモア
たっぷりのお話を聞くことができますよ。



簡単ヘルシー

～手軽にできる情報をお届け～



ふれあいセンター 安保さんです。

今回のテーマ
『ストレッチ体操の基本』

手軽にできるストレッチ体操。
けがの予防・血行促進・疲労回復・筋力の向上に効果
があります。でも、間違った方法だと効果もなく、体を痛
めてしまいます。意外と知らない「ストレッチ体操の基
本」を西大寺ふれあいセンター体育指導員 安保真一
さんに伺いました。

- ①痛みを感じない範囲で行う
⇒痛くなるまですると逆に力が入り、筋肉が縮まる
- ②呼吸を止めない⇒血圧の上昇を防ぐ
- ③伸ばす筋肉を意識して⇒正しい形につながる
- ④反動をつけない⇒筋肉・関節への急な負担を防ぐ

以上の点に注意して、
無理せずストレッチ体操を始めましょう！

西大寺ふれあいセンター/アスレチックコーナー Tel.086-944-1800

となりのキラリ☆さん

～西大寺でキラリと光る人を紹介していきます～

むらかみ しんり

税理士 村上 心理さん (31)

松新町にある父の税理士事務所で、税理士
として働いています。

税理士になるきっかけは、大学4年生でか
かった「抗リン脂質抗体症候群」。それまで
は野球部に所属し、病気とは無縁な体でした
が、突然この難病に。下肢に血の固まりがで
き、車いす生活。内定していた営業職を辞退
し、車いすでも出来ること…と税理士の勉強
を始めたそうです。

「お客様を村上家の家族の一員のように迎
えたい。」と趣味の車いすテニスで日焼けし
た笑顔が光ります☆



村上健税理士事務所
岡山市東区松新町75-5
Tel.086-944-1127

<http://www.murakami-tax.com/>