広報

きたかた

2013
11
No.95



今月のおもな内容

健全化判断比率と資金不足比率を公表します……②
市営住宅入居者募集……③
年金に関する大切なお知らせ……④
11月は納税推進強化月間……⑥
インフルエンザ予防接種のお知らせ……⑬
家庭の粗大ごみ収集……⑲

24年度 財政

健全化判断比率と資金不足比率を公表します

平成24年度決算に基づく健全化判断比率と資金不足比率を公表します。

この比率については、地方公共団体の財政が健全であるかどうかを表す指標として、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき毎年度の決算について計算し公表することになっています。

健全化判断比率および資金不足比率

平成24年度決算に基づく本市の各指標は、いずれも早期健全化基準を下回りました。

また、23年度決算に基づく比率と比較しますと、実質公債費比率については1・4ポイント、将来負担比率については11・5ポイント改善されました。

指標の内容

○実質赤字比率…一般会計などを対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率

○連結実質赤字比率…全会計を対象とした実質赤字または資金不足額の標準財政規模に対する比率

○実質公債費比率…一般会計などが負担する元利償還金及び準元利償還金の標準財政規模を基本とした額に対する比率

○将来負担比率…一般会計などが将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模を基本とした額に対する比率

○資金不足比率…一般会計などの実質赤字額にあたる公営企業会計ごとの資金の不足額の事業の規模に対する比率

※標準財政規模とは、地方公共団体の標準的な状態で通常収入されるであろう経常的な一般財源の額を示します。

問 財政課 財政班☎(24)5213

◆健全化判断比率　（単位：%）

指標名	24年度決算に基づく比率	23年度決算に基づく比率	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	—	—	12.69	20.0
連結実質赤字比率	—	—	17.69	30.0
実質公債費比率	14.9	16.3	25.0	35.0
将来負担比率	87.6	99.1	350.0	

※実質赤字比率、連結実質赤字比率については、実質赤字額、連結実質赤字額がないため、「－」と表示しています。

※「早期健全化基準」や「財政再生基準」以上になると、それぞれ「財政健全化計画」や「財政再生計画」の策定が必要となり議会の議決も必要となります。

◆資金不足比率　（単位：%）

会計名	24年度決算に基づく比率	23年度決算に基づく比率	経営健全化基準
農業集落排水事業特別会計	—	—	20.0
下水道事業特別会計	—	—	20.0
山都簡易水道事業等特別会計	—	—	20.0
高郷簡易水道事業特別会計	—	—	20.0
水道事業会計	—	—	20.0

※いずれの会計も資金不足額がないため、「－」と表示しています。

※経営健全化基準以上になると、公営企業会計ごとに経営健全化計画の策定が必要になり、議会の議決も必要となります。

市営住宅 入居者募集

市では、5月・8月・11月・2月の年4回、市営住宅の入居者を募集しています。今回の募集は次のとおりです。

入居資格

入居資格については次のような条件がありますので、詳しくは、建設課建築住宅係へお尋ねください。

○世帯の収入が「公営住宅法の収入基準」に示す基準の範囲内であること。

○市税などの滞納がないこと。

○持ち家がないこと。また、親などの名義の持ち家であるが、納税義務者になっている場合は申し込みできません。

○入居申込者および同居予定者の中に暴力団員がいないこと。

申込受付期間・時間

11月1日(金)から14日(木)までの午前8時30分から午後5時15分(土・日・祝日を除く)。火曜日と金曜日は本庁3階建設課で午後7時まで受け付けます。

※今回の募集で入居決定者がいない住宅については、12月3日(火)から来年1月10日(金)までの間、随時入居申し込みを受け付けます。ただし、その住宅の申し込みがあり次第、受け付けを終了します。

申込方法

建設課建築住宅係および各総合支所建設課に備え付けの申込書によりお申し込みください。

選考方法

住宅の困窮度からなる選考基準と、公開抽選により決定します。

公開抽選予定日 12月2日(月)

入居開始予定日 12月16日(月)

問申 建設課 建築住宅係☎(24)5246
または各総合支所建設課

◆高齢者・障がい者世帯向け住宅

No.	住宅名	号	構造	間取り	家賃
1	一ノ堰団地 10号棟	1014号 (1階)	耐火構造 3階建て	3DK(6畳2間、4畳半1間)・水洗	14,200円～ 27,800円
2	菅井団地 2号棟	201号 (1階)	耐火構造 4階建て	3DK(6畳2間、4畳半1間)・水洗	15,800円～ 31,000円
3	菅井団地 2号棟	210号 (1階)	耐火構造 4階建て	3DK(6畳2間、4畳半1間)・水洗	15,800円～ 31,000円
4	御殿場団地 15棟	101号 (1階)	耐火構造 3階建て	2LDK(6畳1間、6洋1間)・水洗	20,200円～ 39,600円

◆一般住宅

No.	住宅名	号	構造	間取り	家賃
5	菅井団地 2号棟	209号 (1階)	耐火構造 4階建て	3DK(6畳2間、4畳半1間)・水洗	15,800円～ 31,000円
6	大荒井団地 1号棟	134号 (3階)	耐火構造 4階建て	3LDK(6畳2間、洋5)・水洗	22,800円～ 44,800円
7	大荒井団地 2号棟	241号 (4階)	耐火構造 4階建て	3LDK(6畳2間、洋5)・水洗	23,500円～ 46,200円
8	大荒井団地 5号棟	543号 (4階)	耐火構造 5階建て	2LDK(6畳1間、洋5)・水洗	22,900円～ 45,000円
9	家ノ下団地 49棟	5号	簡易耐火構造 2階建て	3K(6畳、4畳半、3畳)・汲取り	9,300円～ 17,100円
10	御殿場団地 13棟	302号 (3階)	耐火構造 3階建て	3LDK(6畳2間、6洋1間)・水洗	24,000円～ 47,200円

※No2～8、10(No.の網かけ部分)は、単身での入居はできません。

◆住宅の所在地

一ノ堰団地(豊川町一井字間々ノ上)
菅井団地(豊川町一井字下川原)
大荒井団地(松山町大飯坂字下川端)**家ノ下団地**(塩川町窪字家ノ下)**御殿場団地**(塩川町御殿場五丁目)

11月は年金月間

年金に関する大切なお知らせ

平成25年10月分からの年金額の改定について

現在の年金額は、過去に物価が下落したにもかかわらず、年金額を据え置いたことで、本来の水準よりも2.5%高い水準（特例水準）となっています。

平成24年の法律改正で、平成25年10月、平成26年4月および平成27年4月に段階的に特例水準を解消することにより、年金財政の改善を図るとともに、将来の受給者となる若い世代にも考慮して、世代間の公平を図ることとなりました。

このため、平成25年10月分以降の年金額は、4月から9月までの額から、マイナス1.0%の改定が行われます。

今後の解消のスケジュールは、平成26年4月マイナス1.0%、平成27年4月マイナス0.5%を予定しています（物価・賃金が上昇した場合には、引き下げ幅は縮小します）。

なぜ、平成25年10月分からの年金額が下がったのですか?



現在の年金額は、平成12年度から平成14年度にかけて、物価下落にもかかわらず、年金額を据え置いたことで、法律が本来想定している水準（本来水準）よりも2.5%高い水準（特例水準）となっています。

そのため、平成24年11月に法律改正が行われ、現役世代（将来の年金受給者）の将来の年金額の確保につなげ、世代間の公平を図るために、平成25年10月分以降の年金額は、4月から9月までの額から、マイナス1.0%の改定が行われます。

いつ振り込まれる年金から下がりますか？

改定後の年金については、平成25年12月（10月分、11月分）に振り込まれます。



新しい年金額のお知らせは、いつ送付されますか？



改定後の年金額は、年金額改定通知書でお知らせします。

年金額改定通知書は、12月13日の支払いに向け、原則として、年金振込通知書と一体となったお知らせ（ハガキ）で、12月4日以降に日本年金機構から、順次、年金受給者に送付されます。

問 会津若松年金事務所 ☎0242(27)5321

国民年金保険料を納めている方



国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成25年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方については、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（または領収証書）を添付してください。

また、平成25年10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納付された方については、翌年の2月上旬に送付されます。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている専用ダイヤルにお問い合わせください。

なお、紛失などによる再発行は市役所ではできません。ご注意ください。

◆控除証明書専用ダイヤル☎0570（070）117（ナビダイヤル）

※050から始まる電話（IP電話など）または070で始まる電話（PHS）でおかけになる場合は03（6700）1130におかけください。

◆受付期間　平成25年11月1日（金）～平成26年3月14日（金）

◆受付時間　○月曜日　　午前8時30分～午後7時
　　○火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
　　○第2土曜日 午前9時30分～午後4時

※月曜日が祝日の場合は、火曜日に午後7時まで相談を受け付けします。

祝日、12月29日～1月3日は利用できません。



年金を受給している方へ



老齢または退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税および復興特別所得税の課税対象とされており、年金の支払者である日本年金機構は、年金の支払の際には、所得税を源泉徴収することが義務付けられています。源泉徴収する際には、各種の控除を受けることができます。

その控除を受ける際には、控除額の算出のために受給者の方から扶養親族等申告書をご提出する必要があります。

課税対象となる受給者の方には、毎年11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書が送付されますので、提出期限までに必ず日本年金機構宛に郵送してください。

配偶者や扶養親族がいない方でも、扶養親族等申告書を出せば、公的年金等控除や基礎控除を受けることができます。

申告書が出ていないときは、申告書を出した場合に比べて、各種控除が受けられないだけでなく、源泉徴収税率が異なっていることにより、年金から所得税が多く差し引かれることになりますのでご注意ください。

平成26年分「扶養親族等申告書」が送付される方		
年齢	60～65歳未満	年金額が108万円以上
	65歳以上	年金額が158万円以上



問 ねんきんダイヤル☎0570（05）1165
　会津若松年金事務所☎0242（27）5321

11月は納税推進強化月間

市では、市税等を納期内に納めていただいている納税者の方々との公平性を保つため、日ごろから滞納整理に努めているところですが、特に11月を「納税推進強化月間」と位置付け、市税等の納付推進に向けて取り組みを強化します。納税は国民の義務であり、税金の滞納は社会的信用を失うことにつながりましょう。

◆早めの納税相談を

市税等は納期内納付が原則ですが、どうしても遅れてしまうという場合には、税務職員が納税相談に応じます。市税等の滞納を続けると延滞金が加算される場合があり、また、災害等でやむを得ない場合は減免や猶予の制度もありますので、お気軽にご相談ください。

◆口座振替を推進しています

納税のため金融機関等の窓口までおいでいただくことが難しい方には、口座振替による納税をお勧めします。納め忘れを防ぐためにもぜひご利用ください。手続きについては、お問い合わせください。

◆強化月間の取り組み

○管理職訪問徴収の実施

11月上旬に、市役所、各総合支所の全管理職、税務、国保担当者が一斉に滞納者宅を訪問し、市税等の納付を働きかけます。

○滞納処分の強化

滞納者の預貯金を金融機関で調査したり、給与を勤務先に照会して、差押を行なう場合があります。

問 **税務課 税制収納班** ☎(24)5219

税を考える週間

税務署では、11月11から17日までの1週間を「税を考える週間」として、皆様に税務行政に対する理解と信頼をより深めていただくことを目的として、様々な情報を提供したり、税務行政に対するご意見やご要望をお寄せいただく機会を設けています。

その一環として、「みんなの税の広場」を開催し、将来を担う子供たちの税に関する作品の展示やパンフレットの配布を行いますので、お気軽にお立ち寄りください。

◆開催場所 ヨークベニマル喜多方店2階フロア―特設会場

◆期間 11月9日(土)～17日(日)

◆時間 午前10時から午後5時まで(14日は午前中のみ)

◆展示作品

○小学生の税に関する習字全品
○納税標語優秀作品
○中学生の税に関する作文優秀作品
○高校生の税に関する作文優秀作品
○税に関する絵はがき優秀作品
○税の標語優秀作品

問 **喜多方税務署** ☎(24)5050

税の無料相談

ヨークベニマル喜多方店2階特設会場及び東北税理士会喜多方支部会員の各事務所において、税の無料相談を開催します。お気軽にご相談ください。

◆日時 11月15日(金)午前10時～午後4時

東北税理士会喜多方支部会員

会員名	会員住所	電話番号
坂内　栄一	喜多方市寺町	22－1300
山口　一郎	喜多方市花園	22－1762
片桐　仁志	喜多方市稲荷宮	22－2055
安西　　順	喜多方市塩川町	27－2454
佐藤万之輔	喜多方市北町	23－1308
長嶋理一郎	喜多方市諏訪	24－4222
川田美緒子	喜多方市東川原田	22－2696
山崎　修己	喜多方市慶徳町	22－4573
結城　兼夫	喜多方市花園	24－2822
小田切善男	喜多方市関柴町	22－5724

※「にせ税理士」にご注意ください。

年末調整説明会と青色申告決算説明会

年末調整説明会と青色申告決算説明会を次のとおり開催します。

該当する方には、税務署からご案内いたしますので、できるだけ指定された日時に出席してください。

○年末調整説明会

11月20日(水)	午前10時～	喜多方プラザ 小ホール
	午後1時30分～	

○青色申告決算説明会(営業・不動産)

12月5日(木)	午前10時～	喜多方プラザ　小ホール

○青色申告決算説明会(農業)

12月5日(木)	午後1時30分～	喜多方プラザ小ホール	旧喜多方の方
12月6日(金)	午前10時～		塩川町の方
	午後1時30分から		熱塩加納町、山都町、高郷町の方

問 **喜多方税務署** ☎(24)5050



10月20日に開催されたいにしえ街道マラソン大会（会津坂下町）において

みんなで応援しよう！
がんばれ!! 喜多方市チーム

第25回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会（ふくしま駅伝）

11月17日（日）午前7時40分 号砲

本市チームのゼッケン番号は 7

第25回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会（ふくしま駅伝）は11月17日、白河市総合運動公園陸上競技場から福島県庁前までの16区間、95・1㌔のコースで行われ、53チームが参加し、熱戦が繰り広げられます。市チームに市民の皆さんの声援をお願いします。

本市チームは、7月よりチームを立ち上げ、毎週火・木曜日に押切川公園スポーツ広場で練習会を行ってきました。また、各種大会にも積極的に参加し、優秀な成績を収め、士気が高まっています。チームナンバーと同じ総合7位以内と「敢闘賞」を目指し大会に参加します。市民の皆さんの熱い応援をお願いします。

市民応援団員募集

大会当日、力走する市チームの応援団（60人、先着順）を募集します。

◆**応援場所**　郡山市、二本松市付近
◆**参加費**　無料（応援バスを準備）
◆**締め切り**　11月11日（月）
◆**出発時間**　午前7時30分予定
◆**集合場所**　押切川公園体育館前

※昼食は各自ご準備ください。

選手団壮行会

本市チームの選手団壮行会を11月14日（木）午後6時から市保健センターで行います。市民を代表して出場する選手の皆さんに激励をお願いします。

問申　ふくしま駅伝実行委員会事務局（（公財）喜多方市体育協会）
☎（23）0771

チーム力の成長がカギ…



喜多方市チーム
監　督
塚原和憲さん

今年もスポーツ推進委員等の方々のご協力をいただきながら、コーチ陣を中心に計画的なトレーニングを積み重ねることができました。本番を直前に控えた現在、中学生から高校生へ、学生から社会人へと経験を重ねて成長した若手メンバーによる「チーム力」を好成績につなげていきたいと作戦を立てています。

喜多方市チーム選手団の皆さん（敬称略）

区分		氏名
監督		塚原和憲
コーチ		長澤恵輔、板橋　寛
顧問		野邉晴男
主将		加藤伸治
候補選手（男子）	一般大学生（12人）	加藤伸治、高橋　誠、渡邊　洋 上野幹浩、佐原尚樹、塚原史章 一重嶺太、花見大輔、後藤悠太 大場　悠、若菜優雅、渡部竜太朗
	高校生（9人）	五十嵐聡丈、一重紀仁、生井宏明 菊地久夫、佐藤貴洋、穴澤航太 五十嵐吏、佐藤拓海、渡部　尚
	中学生（12人）	笠間祐太朗、荒川　遊、伊藤　鴻 秋山裕斗、一重祐樹、小池祐太 高畑快人、小瀧泰斗、猪俣一貴 大竹礼人、須田航生、渡部寛太
候補選手（女子）	一般大学生（2人）	猪俣美樹、新田あゆみ
	高校生（3人）	佐藤　茜、菊地潤美、山口涼香
	中学生（6人）	佐藤　優、湯浅　光、富樫聖怜奈 赤塚みな美、遠藤有理、栗村萌李

※各区間走者の最終決定は、11月16日（土）を予定しています

秋の喜多方2013 長床ウォーク

新宮熊野神社「長床」を訪ねる約8キロのウォーキングです。
長床の厳かなたたずまいや、黄金色に輝く大イチョウなどもお楽しみください。

◆**日時**　11月16日(土)
○受け付け　午前9時
○開会式　午前10時
○スタート　午前10時30分
◆**コース**　喜多方駅前～新宮熊野神社～慶徳ふれあい館(約8キロ)
○受付・開会式　喜多方駅前広場
○ゴール　慶徳ふれあい館
◆**参加料**
事前申し込み
○大人500円
○中学生以下300円
※当日申し込みの場合は200円増しになります
※未就学児は無料
◆**参加資格**　健康で完歩できる方
◆**申込方法**
次の必要事項を記載し、往復ハガキまたは電子メールにてお申し込みください。
①郵便番号、②住所、③氏名、④年齢、⑤性別、⑥電話番号(①～⑥は代表者のみ)、⑦参加人数、⑧交通手段
◆**締め切り**　11月11日(月)必着
◆**その他**
①参加者には、大会記念ピンバッジなどを贈呈します。
②ゴール会場にて、豚汁のふるまいやお楽しみ抽選会を実施します。
◆**申込先**
○郵送…〒966-0086喜多方市字西四ツ谷31生涯学習課「長床ウォーク係」
○Eメール nagatoko-w@city.kitakata.fukushima.jp
問申 生涯学習課 スポーツ振興係
☎(23)2116



第7回市町村対抗福島県軟式野球大会本市チーム応援の御礼

9月28日(土)、県営あづま球場で開催された二回戦では棚倉町と対戦し、3対7で惜しくも敗退となりました。本市チームは終始試合をリードされる苦しい展開の中、反撃を見せましたが、今一歩およびませんでした。
市民の皆さんの温かい応援に対し、厚く御礼申し上げます

◆**試合結果**
○1回戦…矢祭町戦　2対1
○2回戦…棚倉町戦　3対7
問 生涯学習課 スポーツ振興係
☎(23)2116

7月のチーム結成以降、合同練習に取り組んできましたが、各選手の所属チームでの試合等が重なり、全体練習が不足したように思われます。
今大会の結果を踏まえ、来年に向けて選手の強化、守りからの攻撃の野球、選手の長所を十分に生かせる指導をしたいと思います。
市長をはじめ、野球協会、選手・コーチ等関係者の皆様には深く感謝申し上げます。
最後に、温かく応援していただいた市民の皆様に厚く御礼申し上げます。

喜多方市チーム監督　青山

「成年男子の部門」準優勝

9月28日・29日「第22回全国市町村交流レガッタ阿賀大会」が、新潟県阿賀町で開催され、本市から6クルー37人が出場し、成年男子の部で準優勝に輝きました。



≪成績≫
○成年男子の部「揚津分校」…準優勝
○壮年女子の部「さすけネガツタA」…準決勝敗退
○壮年男子の部「さゆりーず」…準決勝敗退
○熟年女子の部「さすけネガッタB」…第5位
○熟年男子の部「吹荻RC」…敗者復活敗退
○議会議員シニアの部「喜多方市議会」…第5位

問 高郷総合支所教育課
☎0241(44)2263

喜多方市・美作市サッカー交流事業

本市と美作市サッカー交流事業の一環として、9月29日(日)、あいづ陸上競技場で行われた、なでしこリーグ公式戦「岡山湯郷ベル対ＩＮＡＣ神戸レオネッサ戦」において、市内小中学生を対象に試合観戦応援者を募集し、岡山湯郷ベルチームの応援を行いました。本事業に参加した子どもたちは、チームから贈られた応援グッズを手に大きな声援を送りました。

また、前日には、押切川公園スポーツ広場で練習を行った岡山湯郷ベルの選手たちと記念撮影を行い、その後、練習を見学しました。



岡山湯郷ベルに声援を送る子どもたち

問 生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(23)2116

勤労青少年ホーム新規講座「クリスマスリース作り」受講生募集

12月の勤労青少年ホーム新規講座では、クリスマスにおしゃれに飾れるリース作りを行います。

◆**日時** 12月13日(金)午後6時30分～8時30分
◆**講師** 花見キヨイ先生
◆**費用** 材料費1200円
◆**対象** 18歳以上35歳までの喜多方市在住の方、もしくは通勤されている方。
◆**定員** 15人
◆**申し込み** 11月13日(水)より募集を開始し、定員になり次第締め切ります。
※詳しくは直接お尋ねください。



クリスマスリース

問 申 勤労青少年ホーム ☎(22)1403

平成26年 成人式



昨年の成人席の様子

◆**日時** 平成26年1月12日(日)
○受付開始…午後1時
※式典前に各中学校のスナップ写真のスライド上映を行う予定です。
○式典…午後2時(1時間程度)
◆**場所** 喜多方プラザ
◆**該当者** 平成5年4月2日から平成6年4月1日までに生まれの方。
◆**申し込み** 平成25年10月1日現在で市内に住民票がある方には、11月上旬に案内状(往復ハガキ)を郵送しますので、申込期限までに返信用ハガキで出欠をお知らせください。
就労・就学などで市外へ住民票を移された方には案内状が届きません。式へ出席を希望される方は電話、ハガキ、またはEメール(〒966－0086喜多方市字西四ツ谷31、Eメール k-seijin@city.kitakata.fukushima.jp)でお申し込みください。申し込みの際、次の項目をお知らせください。
①氏名 ②性別 ③生年月日 ④現住所 ⑤出身地の住所 ⑥電話番号 ⑦抱負や感想などを50字以内でお寄せください。成人式冊子に掲載します。
なお、申し込みを受け次第、ハガキで式のご案内を通知します。
申し込みから2週間が経過してもハガキが届かない場合は、お手数でもご連絡ください。
◆**締め切り** 12月2日(月)
※締め切りを過ぎて申し込んだ場合、成人式冊子中の「新成人名簿」に掲載されない場合があります。
◆**新成人者の作文募集** 新成人としての決意や心構え、抱負などをテーマとした作文を募集します。400字詰め原稿用紙4枚程度にまとめ、ご応募ください。
優秀作品の方には記念品を贈り、成人式の式典で発表していただきます。

問 申 生涯学習課 生涯学習係 ☎(23)2115

このコーナーでは、男女共同参画の視点から、子育てや人材育成、地域づくりなど様々な場面で、きらりと輝く人や団体を紹介していきます。
第一回目の今回は、市内をはじめ各地で数多くのイベントに出演し、音楽をとおしてまちづくりに参画している、音楽パフォーマーの細川佳那枝さんに喜多方市男女共同参画審議会の山崎信子会長が聞き手となってお話をうかがいました。

※きらレポとは…「きらりと輝く方々をレポート」の略です。



山崎さん　細川さん

喜多方に来たきっかけと印象

山崎　喜多方に来たきっかけを教えてください。

細川　当時所属していた即興劇団で2005年に喜多方発21世紀シアターを訪れたのが最初です。その次に、子ども劇場さんの演目に、音楽関係でかかわらせていただいて、そこから喜多方を行き来するようになりました。

山崎　喜多方に来ての第一印象はいかがでしたか。

細川　（喜多方の方は）すごく親切だなと思いました。一度知り合いになると、何かと気にかけてくださって、イベントなどに出演する機会や様々な情報、更には野菜までいただいています。また私がかかわっている方は、思いやりやホスピタリティを常に考えて行動するだけでなく、新しいことをやろうとしている方が多いので、刺激を受けています。

音楽パフォーマーとしての活動とやりがい

山崎　音楽パフォーマーとして市内をはじめ様々なイベント等でご活躍ですが、活動するようになったきっかけは何ですか。また、やりがいを教えてください。

細川　原点は、大学時代から所属していた「the CRAZY ANGEL COMPANY」というパフォーマンス団体での活動です。そこは、「いかにお客様を楽しませるか」を基本に、演奏やダンス、演技などあらゆるパフォーマンスをミックスしたステージを作っています。

そこでの経験が、今でも活きていて、どのような演奏の仕方をしたら一番伝わるか、楽しんでもらえるかを常に考えています。

活動をしている中で、商業施設などでのパフォーマンスの際に、偶然通りかかった人が踊ったり、手拍子をしたりと一緒に盛り上がる空間をみんなで創りだせた時が、自分の思いが伝わっていることが感じられて、一番嬉しいですね。

また、小中学校で演奏する機会があるのですが、学校によってカラーが全然違うのでそれも新鮮です。子どもはすごく素直で、つまらないか楽しいかが表情に出ますし、すぐ反応があるので、演奏しながらその学校にあった演出を考えています。

震災後「ふくしま応援自由演奏会」を企画

山崎　現在復興支援として、自由演奏会を企画されているとうかがいました。

その内容を教えてください。

細川　もともと自由演奏会は、全国から音楽が好きな人が集まる参加型の演奏会として実施されていて、私は高校生の時に参加しました。震災後、イベントが自粛されていた時期に復興をテーマにした自由演奏会が関東で企画され、久しぶりに演奏しに行きました。そこで全国からの復興への思いを知り、福島でこそ開催したいと思ったことが、ふくしま応援自由演奏会の誕生のきっかけです。演奏会後、指揮者の先生に相談し、会津での開催が実現しました。（短期間での開催が実現したのも）全国の自由演奏会を経験した方の協力や、募金以外に何かしたいという思いを形にする場としてもらえたことが大きかったと思います。ただ演奏を楽しむだけでなく、復興への思いを改めて思い出してほしいという気持



喜多方での自由演奏会の様子

ちもあり、そこから毎年開催しています。

活動をするうえで大切にしていること

山﨑　細川さんが活動するうえで、大切にしていることは何ですか。

細川　人と人との出会いやつながりは大切にしていきたいですね。一度かかわった人とのご縁を大切に、またそのご恩を忘れないようにしたいと常日頃思っています。

女性の社会進出のために

山﨑　細川さんは、様々なまちづくりにかかわっていらっしゃいますが、その中で感じることはありますか。

細川　やはり話し合いの場には、女性が少ないように感じます。夫婦でお店を営んでいるところでは男性が出てくることが多いですね。

山﨑　市政や社会生活の場においては、男性だけでなく女性の感覚も必要であると思います。喜多方は女性議員の進出が少なく、残念と思います。家庭の中で、その要因となることがあるのかもしれません。また女性自身が遠慮されているのではないかとも考えられますが、どうでしょうか。



細川　喜多方だけではなく、他の地域でもそうであるとは思います。学校では男女の差なく女性も活躍しています。私が以前勤めていた会社でも勤務条件はほとんど男女平等だったので、社会自体はだんだん改正されていると思います。ただ、家庭だと少し変わってくるのかもしれません。例えば、付き合いで外に出るとしても、女性は、家事や育児はどうするのかと言われそうな気がします。

山﨑　私自身、交通安全母の会の会議を開催する際は仕事帰りの時間を設定し、会議も手短に進めるようにしています。一旦家に帰ってしまうと、食事の準備や後片付けで出席が難しく欠席してしまいます。（こうした状況をみると）まだまだ家事は女性任せにしていて、家族の協力的な雰囲気ができていない家庭が多いように思われます。

細川　相手を理解しようとする気持ちに男女の差があるのかもしれませんね。お互いの立場を理解することや活動することの大切さを伝え、それを理解すれば、自然と送り出してくれるのではないでしょうか。

お互いの理解を深めるために

山﨑　男性の方々が自然と思いやりや声かけができるようになる機会はないのでしょうか。



細川　妻自慢大会があると面白いと思います。夫の自慢内容で家庭のカラーがでるのではないでしょうか。家事であったり、社会活動であったり。集まった人同士で互いが認めていることが分かりますし、やるとしたら、ぜひ異なる意見が出てほしいなと思います。そして、その自慢ポイントを奥様も見れば、自分自身を振り返る機会になると思います。

山﨑　それは面白い提案ですね。教科書を読むよりも、反省材料や進歩する材料になりますし、男女共同参画社会の推進のためにも効果がみられると思いますので、ぜひ企画したいものです。

子育てや夫婦について

山﨑　このたび喜多方市男女共同参画審議会は、市の施策に対し意見書を提出しました。その中に、幼少より男女共同参画意識が育まれるようという文言があります。細川さん自身、子育てについてはどう思っていますか。

細川　私の家では、（お互い）日によって働いている時間が違うので、家事に明確な分担はなく、お互いできる時にできる方がするようにしています。性別による分担があまりないので、固定

観念なく育ってくれるのではないかなと思います。ただ、一般の家庭と生活スタイルが違うので、子どもが他の家庭と比べた時に、自分の家庭のことを前向きにきちんと説明できるようにしたいですね。また、近くに両親もいるので、二人で育てるというよりも、みんなで協力して育てる環境を作っていきたいです。

山崎　良いことを聞きました。男女共同参画の実現のためにも、子どもが小さい時から、男だから女だからと育てるのではなく、一人の人間として育てることが大切であるとともに、子どもの個性と能力が発揮できる環境づくりにも視点を向けていかなければと強く思います。また、これからも喜多方市の男女共同参画の実態をよく把握し、実効的な男女共同参画審議会の形成に向け努力したいです。


きたかた喜楽里博オープニングの細川さん

今後の活動に向けて

細川　これからもたくさんの方に音楽を通してお会いしたいと思います。

また、仕事をいただいたときに、たとえ今までやったことがないことでも、「できない」と思わず、「これはチャンスだ」と思う姿勢でいきたいです。

実際、できると楽しいですし、次への自信にもつながります。

細川さん、山崎さん、お忙しい中、ありがとうございました。

今回お話いただいた内容は、市のホームページにも掲載しています。

また、あなたの身近に、様々な活動に取り組んでいる方がいましたら、企画政策課までご連絡ください。

問 企画政策課 政策推進班
☎(24)5208
FAX(25)7073

細川（ほそかわ） 佳那枝（かなえ）さん

1981年生まれ
大分県出身の東京育ち。
2008年より喜多方に在住。
幼少より音楽に親しみ、現在は数々のイベントへの出演をはじめ、小学校の校歌やCMソング等の作曲活動や喜多方シティエフエムのパーソナリティーを務めるなど、幅広く活躍している。

学校・家庭・地域連携推進事業講演会開催

「ともに考えよう　喜多方っ子の今・未来２０１３」

◆日時　11月30日（土）午後1時～4時
◆場所　喜多方プラザ小ホール
【第1部　実践報告】
学校・家庭・地域それぞれの立場で学力向上の取り組みを実践報告します。
【第2部　基調講演】
○演題…「学校・家庭・地域の連携で子どもたちの学力を上げる」
～全国学力調査・秋田県6年連続トップクラスの秘密～
○講師…秋田大学教育学部文化学部　教授　阿部　昇氏
秋田県内の小中学校を数多く訪れ、教育現場とその地域の実情に精通し、全国学力テストの好成績について独自の観点で分析を行っています。好成績の陰には生活習慣がありました。わが子にその習慣を取り入れることで、学力のみならず、人間力向上にもつながっています。

◆こんな生活習慣が子どもの学力を伸ばす
◎早寝早起きなど、規則正しい生活を送る
◎朝ごはんを家族と一緒に食べる
◎あいさつをきちんとする
◎地域の行事によく参加する
◎授業中の態度がいい
◎塾にはあまり通わないが、家庭学習をよくする

◆主催　喜多方市教育委員会
※入場無料、申し込み不要です。
問 学校教育課☎(23)2113


昨年の様子

インフルエンザ予防接種のお知らせ

今年度は次のとおり予防接種を実施します。詳細については実施医療機関に説明書(チラシ)がありますので、ご確認のうえ、直接予約してください。

予防接種を実施する医療機関は、市のホームページで確認するか、下記の問い合わせ先まで直接お尋ねください。

インフルエンザの予防接種は自ら接種を希望される方が受けるものです。
※0歳児への効果や妊婦への安全性は確立されていませんので、主治医へご相談のうえで接種をうけるかどうかご判断ください。

高齢者インフルエンザ予防接種(定期予防接種)

対象者　本市に住民票がある方で次に該当する方

❶65歳以上の方(接種日当日65歳以上の方)

❷60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の重い障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる重い障害による身体障害者手帳1級に相当する方

接種(助成)回数　1回を限度
(実施期間内に複数回の接種があった場合、2回目は全額自己負担になりますのでご注意ください。)

自己負担額　1000円

実施場所
喜多方・会津若松・両沼郡医師会に所属する協力医療機関



子どもインフルエンザ予防接種(任意予防接種)

子育て支援として昨年度から中学3年生まで拡大しています。

助成対象者　本市に住民票がある次の方

❶生後6か月～小学6年生相当年齢の方

❷中学1～3年生相当年齢の方　❸妊婦の方

※希望される場合は、任意予防接種であることを認識したうえでの接種が前提となります。

接種(助成)回数

❶生後6か月～小学6年生相当年齢までは2回を限度

❷中学1～3年生相当年齢の方と❸妊婦の方は1回を限度　**自己負担額**　1000円

実施場所　**喜多方・両沼郡医師会協力医療機関、および会津若松市内6医療機関(竹田綜合病院・中央病院・いいづかファミリークリニック・わたなべクリニック・扇町渡部小児アレルギー科医院・舟田クリニック産科婦人科)**

※実施場所の医療機関以外で受ける方は全額自己負担となります(持病の治療でかかりつけているなどの特別の理由があり、市の指定医療機関以外で接種する場合のみ、費用の一部払い戻しができますので、該当の方はお問い合わせください)。乳幼児や妊婦の方は接種できない医療機関があります。予約の際に確認してください。

実施期間
平成25年11月1日～26年1月31日

接種の方法　事前に医療機関に予約をしてください。高齢者・子供インフルエンザ予防接種医療機関に説明書と予診票があります。

医療機関に持参するもの

❶健康保険証

❷身体障害者手帳(高齢者で該当する方のみ)

❸自己負担額(免除に該当される方は、免除券または生活保護受給証明書)

❹高齢者インフルエンザ予防接種カード

❺母子健康手帳(子ども・妊婦の方のみ)

接種費用の免除　免除を受けるには事前の手続きが必要です。

免除の該当者　助成対象者の方で

❶生活保護世帯

❷市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)に該当する方

申請手続き

❶生活保護世帯の方…本庁社会福祉課または最寄りの総合支所住民課市民サービス班に申請して、生活保護受給証明書の交付を受けてください。

❷市民税非課税世帯の方…本庁保健課または各総合支所住民課に印鑑・健康保険証をご持参のうえ申請してください。該当者に免除券を交付します。代理の方が申請される場合は、委任状が必要です。

※25年1月2日以降に転入された方は、前住所地での非課税証明が必要です。

※接種後の申請は受け付けしませんのでご注意ください。

問 保健課 健康班☎(24)5223　または各総合支所住民課市民サービス班

健康だより

家族みんなで健康に！

～平成25年度健康ポスター・睡眠にまつわる健康標語作品展～

日ごろからの健康づくりに関心を持っていただけるよう、「健康ポスター・睡眠にまつわる健康標語作品」を募集したところ、健康ポスターの部で322点（小学生低学年の部116点、小学生高学年の部171点、一般の部（中学生）35点）、睡眠にまつわる健康標語の部で73点の応募がありました。

審査の結果、各部門の最優秀賞を受賞された皆さんに、作品の工夫点や家族でしている健康づくりなどについて聞いてみました。



健康ポスターの部（小学生低学年の部）

田代　姫生 さん

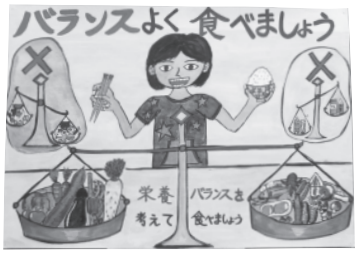




健康のために、朝と夜にハミガキを忘れずにすること、好き嫌いをしないで何でも食べることを気を付けています。

健康ポスターの部（小学生高学年の部）

関本　愛花 さん



体力作りには、食事はとても大切なので、栄養バランスのよい健康のための食事を一生懸命考えました。私は、健康のために毎朝散歩に行きます。

睡眠にまつわる健康標語の部

「ぼくの元気 早ね早おき
よいねむり」

藤井　優大 さん



早ね早おきと十分なよい眠りがとれていると、朝からとても元気いられるので標語にしました。朝早くスッキリと起きるために、早く寝ることを心がけています。

健康ポスターの部（一般の部）

熊久保　粋 さん



色々な野菜を見て、本物の様に描くこと、本当の人の様な暖かい手を描けるように色づかいを工夫しました。これからも、有機農業を推進してほしいです。

健康ポスターの部		
	氏名	学校名等
【小学生低学年の部】		
最優秀賞	田代　姫生	山都小1年
優秀賞	石川　彩花	喜一小3年
	齋藤　水月花	山都小3年
入選	棚木　沙織	喜一小1年
	小荒井　音羽	喜一小3年
	高橋　倭都	喜二小2年
	倉兼　楓歩	松山小2年
	鈴木　日菜	熊倉小2年
【小学生高学年の部】		
最優秀賞	関本　愛花	堂島小6年
優秀賞	阿部　想	喜一小4年
	高橋　侑妙	塩川小4年
入選	木村　文音	喜一小5年
	田中　涼介	喜一小5年
	大森　百華	喜一小6年
	藤井　彩香	喜二小4年
	小澤　沙也加	慶徳小4年
	遠藤　美咲	加納小4年
	星　穂波	塩川小4年
	佐藤　璃々	山都小6年
【一般の部（中学生以上）】		
最優秀賞	熊久保　粋	会北中2年
優秀賞	三瓶　輝斗	山都中2年
	佐藤　美佐子	一　般
入選	長谷川　寧々	会北中2年
	小林　明夏	会北中2年
睡眠にまつわる健康標語の部		
	氏名	学校名等
最優秀賞	藤井　優大	喜二小1年
優秀賞	岩下　暢秀	熱塩小4年
	武藤　陽香	松山小3年
佳作	菅井　耕士郎	熱塩小2年
	佐藤　絹子	会津学鳳中1年
入選	遠藤　帆夏	熱塩小4年
	藤井　彩香	喜二小4年
	齋藤　颯人	山都小6年
	菊地　英晃	一　般
	佐藤　喜代子	一　般

胸部検診を受けましょう

胸部検診で、肺がんの早期発見ができます！



◆喜多方市民の「肺がん」の現状

喜多方市の男女別の主ながん死亡をみると、「肺がん」は男性で2位、女性で4位となっています(平成22年度)。喜多方市民は肺がんで亡くなる方が多いのが現状です。

◆見つけやすい「肺がん」

肺野部のがんはX線写真で見つけやすいがんです。肺野部とは、気管支の末梢から肺胞のある肺の奥の部分です。

◆検診を受けましょう

市で実施している胸部検診は、X線による胸部の撮影です。撮影時間は5分程度で済みます。胸部検診は、施設検診にて11月末まで行っています。年に1回の検診をお勧めします。

問 保健課 健康班☎(24)5223

ほっと☆きらり通信





喜多方市 地域・家庭医療センター
「ほっと☆きらり」
センター長　武田　仁

スポーツの秋、筋トレの冬

皆さん、こんにちは。

「スポーツの秋」も終わりに近づいていますが、今日は運動の話をしたいと思います。健康づくりのための運動というと、ウォーキングを思い浮かべる人が多いのではと思いますが、実は筋肉トレーニング(筋トレ)も、それに負けず劣らず大事なのです。

人間の体力は20歳前後でピークを迎え、その後は加齢とともに少しずつ衰えていきます。20歳時の体力は、45歳では3分の2に、65歳では約半分まで落ちるとされています。特に中高年以降は筋力の低下が著しく、40代からの10年間で、筋肉の量は約10㌫、筋力は約20㌫も落ちていきます。

この筋力の衰えは、中高年以降の足腰の痛みと深く関わっています。私たちの体の関節は、その周りのいくつもの筋肉に支えられています。多少の衝撃が膝や腰に加わっても、太ももやお腹の筋肉がその衝撃を吸収してくれることで、私たちの膝や腰は守られているのです。しかし中高年以降に筋肉が少なくなると、関節に加わる衝撃を吸収しきれなくなり、膝や腰に大きな負担がかかるようになります。これが中高年に膝や腰の痛みが増えてくる原因の一つです。また筋力低下は、骨粗鬆症や糖尿病などの生活習慣病を起こす要因になるとも言われています。

雪の多い喜多方では、冬には屋外で定期的なウォーキングをすることは難しくなります。そこで冬の間の運動としてお勧めなのが、室内でできる簡単な筋トレです。1週間に2～3回程度、自分の体力に合わせた全身の筋トレ(腕立て伏せ、腹筋、スクワットなどの組み合わせ)を行ってみてはどうでしょう。足腰の痛みや筋力の低下を予防できるだけでなく、暗くて寒い冬の日も、いつもより晴々とした気分で過ごせるかもしれないですよ。

