広報

きたかた

2014
2
No.98



今月のおもな内容

平成24年度決算……②
平成26年成人式……⑥
国民年金に関するちょっとお得なお知らせ……⑧
市営住宅入居者募集……⑯
きらレポ……⑰

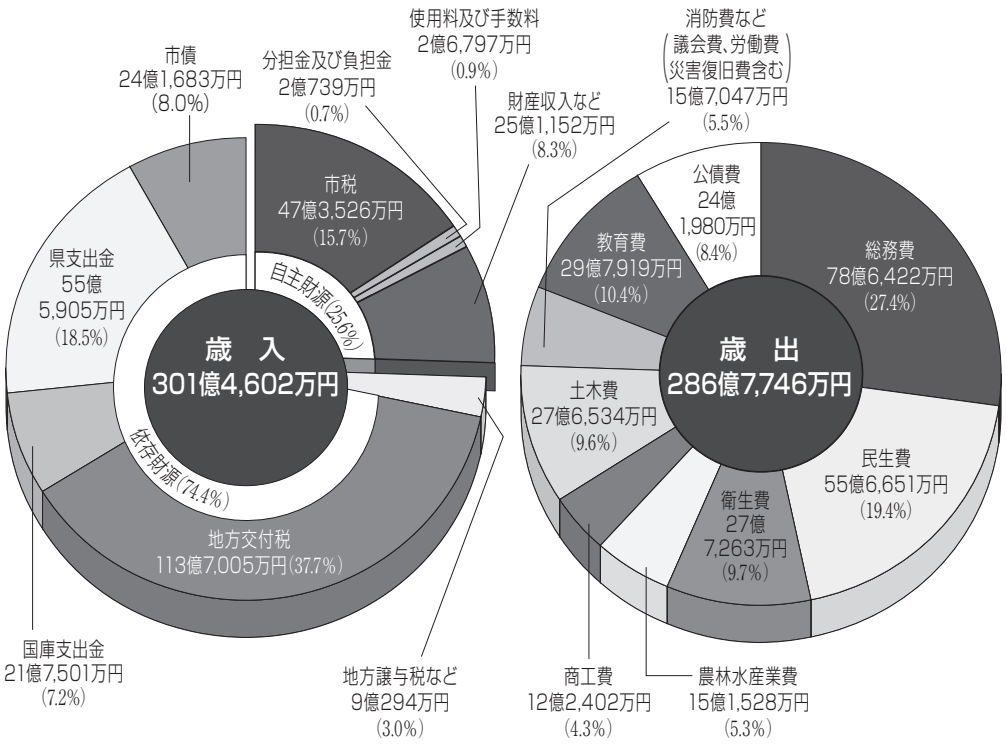
平成24年度

決算

平成24年度のお金はこのように使われました

平成24年度の決算が、12月定例市議会で認定されました。その内容についてお知らせします。

24年度一般会計の決算状況



暮らしに身近な一般会計は14億6856万円の黒字決算

平成24年度における一般会計の決算額は、歳入が301億4602万円（収納率97・4%）、歳出が286億7746万円（執行率94・6%）となり、歳入歳出差し引きでは14億6856万円の黒字となりましたが、翌年度へ繰り越すべき財源9436万円を控除した実質収支額は、13億7420万円でした。

一般会計決算〔歳入〕の概要

歳入は、市税や使用料および手数料など自治体自らが集めるお金「自主財源」と、地方交付税や市債など国、県から交付されるお金「依存財源」に分かれています。

自主財源は、前年度と比較して5億56万円（6・9%）の増となっています。この主な要因は市税、基金繰入金および繰越金が増加したことなどによります。

依存財源は、前年度と比較して33億480万円（17・3%）の増となっています。

この主な要因は震災復興特別交付税や地域給付金給付事業交付金などの県支出金などが増加したことによるものです。

一般会計決算〔歳出〕の概要

歳出において最も大きいものは、新設された地域給付金給付事業、新本庁舎建設事業、徴税、戸籍住民基本台帳、選挙などに使われる総務費ですが前年度と比較して、44億2573万円（128・7%）の増となっています。一方、消防団運営、消防施設整備、災害対策などに使われる消防費は4億5101万円（17・4%）の減となっており、市が学校の耐震化、道路改良、上・下水道の整備などのために借り入れたお金を返済するための公債費も3億11万円（11・2%）の減となっています。

※一般会計『主な事業の決算額』は、④ページに掲載しています

24年度特別会計の決算状況

特別会計名	収入済額 支出済額
国民健康保険事業	64億4,329万円 60億2,402万円
後期高齢者医療事業	5億 526万円 5億 445万円
介護保険事業	44億8,388万円 43億5,921万円
公有林整備事業	496万円 496万円
喜多方西部土地区画整理事業	6,264万円 6,264万円
塩川駅西土地区画整理事業	1億 932万円 1億 932万円
農業集落排水事業	1億9,029万円 1億9,029万円
下水道事業	13億6,185万円 13億6,185万円
山都簡易水道事業等	6億6,543万円 6億6,543万円
高郷簡易水道事業	9,624万円 9,624万円
駒形財産区	931万円 23万円
一ノ木財産区	4,211万円 61万円
早稲谷財産区	2,113万円 51万円

1人当たり・1世帯当たりの市税負担額と市民サービスはどうなっているの？

※平成25年3月31日現在の住民基本台帳人口・世帯数
◆人口：51,743人　◆世帯数：18,490世帯

【市税負担（皆さんから負担いただいたお金）】
⇒1人当たり（市税÷人口）　**91,515円**
⇒1世帯当たり（市税÷世帯数）　**256,098円**

【市民サービス（皆さんのために使われたお金）】
⇒1人当たり（歳出決算額÷人口）　**554,229円**
⇒1世帯当たり（歳出決算額÷世帯数）　**1,550,971円**

市民サービスをもっと詳しくみてみると

※歳出決算額を目的別に分類し、1人当たりの額(円)を算出

総務費 151,986円 	**民生費** 107,580円 	**衛生費** 53,584円 
農林水産業費 29,285円 	**商工費** 23,656円 	**土木費** 53,444円 
教育費 57,577円 	**公債費** 46,766円 	**その他 30,351円** 消防費、議会費、労働費、災害復旧費

24年度の財政指標

◆実質公債費比率　14・9％
市税や地方交付税等の一般財源のうち、どれだけ借入金返済に回されたかを表す指標で、市の全会計及び一部事務組合などの会計も対象となります。18％以上になると地方債の発行に国の許可が必要となり、25％を超えると単独事業の地方債の発行が認められなくなります。

◆経常収支比率　84・8％
経常的な一般財源に対して、経常的経費（公債費や扶助費、人件費など）がどのくらいかを表したもので、数値が高いほど財政的に弾力性がないことを意味します。一般的に70％から80％程度が望ましいとされています。

◆財政力指数　0・365
財政力の強弱を示すものであり、一般財源の必要額に対して市税等の一般財源収入額がどの程度確保されているかを測るもので、指数が高いほど財政的にゆとりのある団体となります。

主な財政用語

一般会計…地方公共団体の会計の中心をなす会計で、行政運営の基本的な経費全般を計上する会計です。

国県支出金…国、県の事務、事業を行った場合や社会資本のための事業など特定の目的の財源として、国や県から交付される補助金などがこれに該当します。
公債費…市が学校建設、道路改良。上下水道の整備などのために借り入れたお金を返済するための経費です。
使用料及び手数料…使用料は、市が有する行政財産や公の施設を使用させた場合にその使用された方から納めていただくものです（公営住宅使用料など）。手数料は、市が特定の方のために行う業務に対し納めていただくものです（各種証明手数料など）。
財産収入…市が有する財産を貸したり売却したりした場合などに生じる現金収入をいいます。
繰入金…地方公共団体の各会計間、一般会計、特別会計、基金等の会計間における現金の移動のことをいいます。
繰越金…余ったお金を翌年度の財源として繰り越すものをいいます。
市債…学校建設、道路の整備、上下水道の整備などのため、県知事の同意等を受けて政府資金や金融機関から借り入れし、長期にわたり返済していくものです。
特別会計…特別会計は一般会計に対し、特定の目的の歳入歳出について経理するため、条例によって設置された会計です。
地方譲与税…国の税金の一部が一定の基準により市に譲与される税金をいい、自動車重量譲与税や地方揮発油譲与税がこれに該当します。
地方交付税…地方自治体間の財源の不均衡を是正し、すべての地方公共団体が合理的かつ妥当な水準の行政を行うのに必要な財源を保証する目的で、国が徴収する税金（所得税、法人税、酒税、消費税など）から交付されるものです。

２４年度一般会計『主な事業の決算額』を紹介します。







◆主な事業の決算額　　（各項目は予算事業名）

総務費	
地域給付金給付事業費	37億1,441万円
新本庁舎建設事業費	9,703万円
電子計算機管理経費	2億6,037万円
民生費	
障がい者福祉援護経費	5億5,127万円
高齢者福祉施設管理経費	1億3,752万円
老人保護措置経費	1億1,755万円
保育所運営委託経費	3億2,517万円
児童手当支給経費	6億5,604万円
子ども手当支給経費	1億3,898万円
児童扶養手当支給経費	2億1,570万円
保育所管理運営経費	2億3,289万円
児童館管理運営経費	1億3,999万円
生活保護給付費	7億9,198万円
衛生費	
地域･家庭医療ｾﾝﾀｰ運営経費	3,384万円
予防経費	1億4,483万円
健康増進経費	1億1,028万円
乳幼児医療給付費	7,948万円
子ども医療給付費	8,435万円
母子保健経費	4,198万円
浄化槽設置整備経費	2,839万円
塵芥処理経費	5億7,465万円
労働費	
雇用促進対策経費	4,718万円
農林水産業費	
農業振興対策経費	6,261万円
農地･水保全管理支払経費	4,088万円
中山間地域等対策経費	2億366万円
畜産振興対策経費	628万円
国営会津北部地区土地改良事業負担金	4億1,013万円
林業振興対策経費	6,245万円
森林環境交付金事業費	478万円

商工費	
商工業振興対策経費	1,666万円
中小企業振興対策経費	5億138万円
観光振興諸費	1億616万円
観光施設管理経費	8,498万円
保養施設管理経費	1億6,996万円
土木費	
道路橋梁維持経費	1億5,121万円
交通安全施設整備事業費	1,185万円
除雪経費	7億8,256万円
雪寒施設整備事業費	1,431万円
道路改良事業費	1億5,400万円
土地区画整理事業費	1億6,707万円
坂井・四ツ谷線街路事業費	1億2,412万円
公園管理経費	3,836万円
公営住宅管理経費	5,398万円
消防費	
消防団運営経費	1億1,532万円
消防施設整備事業費	4,384万円
防災対策経費	8,431万円
V-Low災害情報連携システム構築事業費	1億2,783万円
教育費	
小学校管理経費	3億9,830万円
中学校管理経費	2億104万円
生涯学習施設管理経費	2,117万円
喜多方プラザ整備事業費	4億987万円
美術館運営経費	4,461万円
地区公民館運営経費	6,983万円
図書館運営経費	5,003万円
埋蔵文化財発掘調査経費	3,472万円
市民プール管理経費	1,015万円
体育館管理経費	2億1,087万円
学校給食経費	1億7,295万円

問 財政課 財政班☎(24)5213

平成24年度水道事業（公営企業）の決算状況

収益的収支

収益的収支は、水道水をつくり、ご家庭にお届けするための経費で、収入総額が9億7552万円（税込）、費用総額が8億3149万円（税込）となりました。

損益計算（税抜）において当年度純利益は1億2290万円となりましたが、建設改良積立金に積み立てました。

資本的収支

資本的収支は、施設の整備や水道管の布設工事などの経費で、収入総額が1億1245万円（税込）、支出総額が7億7128万円（税込）となり、収入不足額6億5883万円は、過年度分損益勘定留保資金などで補てんしました。

24年度の主な建設・改良工事（税込）

○熊倉町道地地内外拡張工事
…1億1190万円
○塩川町老朽石綿管布設替工事
…2億5709万円
○公共下水道関連布設替工事
…2287万円

問 水道課 業務班☎(22)1507

収益的収支

【収入】

区分	決算額（税込）
水道事業収益	**9億7,552万円**
営業収益	9億2,365万円
営業外収益	2,958万円
特別利益	2,229万円

【支出】

区分	決算額（税込）
水道事業費用	**8億3,149万円**
営業費用	7億5,555万円
営業外費用	7,309万円
特別損失	285万円

資本的収支

【収入】

区分	決算額（税込）
資本的収入	**1億1,245万円**
出資金	9,642万円
負担金	1,316万円
固定資産売却代金	275万円
繰入金	12万円

【支出】

区分	決算額（税込）
資本的支出	**7億7,128万円**
拡張工事費	1億2,289万円
建設改良費	3億4,252万円
企業債償還金	3億587万円

《給水状況》

○給水件数…15,002件　○給水人口…39,266人
○年間配水量…4,763,651㎥　○有収水量…3,859,803㎥
○有収率…81％

◆損益計算書

営業収益	8億7,985万円	営業費用	7億4,437万円
給水収益	8億5,549万円	原水および浄水費	1億1,962万円
その他の営業収益	2,436万円	配水および給水費	9,506万円
営業外収益	2,878万円	総係費	1億1,645万円
他会計補助金	963万円	減価償却費	3億5,296万円
受取利息及び配当金	211万円	資産減耗費	6,028万円
雑収益	1,623万円	営業外費用	6,093万円
他会計繰入金	81万円	支払利息および企業債取扱諸費	6,059万円
特別利益	2,229万円	雑支出	34万円
固定資産売却利益	2,228万円	特別損失	272万円
過年度損益修正益	1万円	過年度損益修正損	272万円
収入合計	9億3,092万円	支出合計	8億802万円

○当年度純利益…1億2,290万円
○当年度未処分利益剰余金…1億2,290万円
（利益剰余金処分額…建設改良積立金1億2,290万円）

◆貸借対照表

資産の部		負債の部	
固定資産	131億6,116万円	固定負債	1,520万円
有形固定資産	118億2,162万円	引当金	1,520万円
無形固定資産	13億3,954万円	流動負債	4,186万円
流動資産	12億6,288万円	未払金	1,505万円
現金預金	11億217万円	預り金	2,681万円
未収金	1億4,652万円	負債合計	**5,706万円**
貯蔵品	1,419万円	資本の部	
繰延勘定	61万円	資本金	83億2,601万円
控除対象外消費税	61万円	自己資本金	59億4,821万円
		借入資本金	23億7,780万円
		剰余金	60億4,158万円
		資本剰余金	59億1,868万円
		利益剰余金	1億2,290万円
		資本合計	**143億6,759万円**
資産合計	144億2,465万円	負債資本合計	144億2,465万円

平成26年 成人式

二十歳の門出を祝う

平成26年成人式が1月12日、喜多方プラザにおいて新成人463人の出席のもと、行なわれました。

式の前には、市内各中学校の卒業アルバムの写真を編集したスライドが上映され、懐かしい思い出の写真が映し出されるたびに、大きな歓声が上がっていました。

式は上野利一郎教育委員長の開式の辞で始まり、山口信也市長からの「柔軟な発想と果敢な行動力で、地域社会や国の発展のために貢献し、喜多方市および日本の未来を拓いていってほしい」との式辞に続き、新成人代表5人に成人証書が手渡されました。

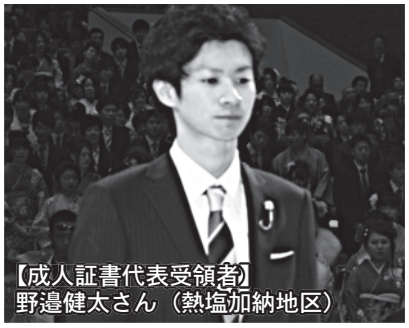
来賓を代表して齋藤仁一市議会議長からお祝いの言葉が贈られたあと、市立上三宮小学校6年の川勝俊さんと庄司明純さんの2人から「私たちも、今日の先輩方の姿を目に焼き付け、よい手本としてがんばりたいと思います。」と、お祝いのメッセージが贈られました。続いて、新成人を代表して遠藤美優さんと小沼秀人さんが決意や夢を堂々と発表しました。

最後に、小島明香さんが「一人ひとりがそれぞれの夢の実現のため、私たちはこれからも精一杯努力し、成長することをここにお誓いいたします。」と二十歳の誓いを述べました。

問 生涯学習課 生涯学習係
☎(23)2115


式典会場写真


【成人証書代表受領者】
鵜川美幸さん（喜多方地区）


【成人証書代表受領者】
野邉健太さん（熱塩加納地区）


【成人証書代表受領者】
大西　諒さん（塩川地区）


【成人証書代表受領者】
齋藤華子さん（山都地区）


【成人証書代表受領者】
佐藤直将さん（高郷地区）


【新成人の主張】
小沼秀人さん（山都地区）


【新成人の主張】
遠藤美優さん（喜多方地区）


【小学生からのお祝いメッセージ】
庄司明純さんと川勝　俊さん
（上三宮小学校）


大人の自覚もち、決意を新たにする新成人のみなさん


【二十歳の誓い】
小島明香さん（塩川地区）


懐かしいスライドの写真に
歓声が上がりました


花束の贈呈



式典の様子

喜多方市に望むこと


羽入　一稀 さん
もっと活性化してほしい


金子　真人 さん
これからも自分が好きな喜多方のままであってほしい


秋山　莉奈 さん
このままの自然を大切にしてほしい。笑顔のあふれる喜多方をずっと続けてほしい


棚木　　悠 さん
誇りを持って生きる若者が増えていくように、良い刺激を与える環境を作ってほしい


齋藤　奈々 さん
子どもが育ちやすい環境と、宿泊地を増やしてほしい


小澤　朋実 さん
子どもが元気に育つまちであってほしい

成人になっての抱負・決意


大塚　貴明 さん
社会人として責任を持って、夢を持ち、立派な大人になります


東條　太郎 さん
社会人としての自覚を持って行動し、自分で考えて仕事をしていきたい


鈴木　葵子 さん
幼稚園の時の先生みたいな保育士になりたい


澤井　史野 さん
育ててくれた家族に感謝して、しっかり自分の力で生きていけるようにする


近藤　駿一 さん
喜多方市に役立てるような大人になりたい


田代　満義 さん
一日一日を笑顔で生きていきたい

【国民年金に関する、ちょっとお得なお知らせ①】

国民年金保険料の支払い方法について

国民年金保険料の納付方法にはいくつか種類があります。納付方法を変更するには２月中に手続きを申し込めば新年度に間に合いますので、この機会にご自身の納付方法をご確認ください。

また、一定期間分の保険料をまとめて納付すること（前納）により、納付方法・期間に応じた保険料の納付割引を受けることができます。合わせてご検討ください。

◆現金払い…お手元に郵送された納付書で金融機関、郵便局、コンビニの窓口で納付します。１年前納・6カ月前納など前払いによる割引などもありますが、**使用期限の過ぎた納付書での支払いはできません**のでご注意ください。

◆口座振替…金融機関の口座から引き落としとなります。引き落としの種類は①１年度分の前納②6か月分の前納（4月～9月分、10月～翌年3月分）③毎月（当月分当月末振替）④毎月（当月分翌月末振替）があり、④以外はそれぞれに割引があります。

◆クレジットカード納付…クレジットカード会社で立替納付を行うものです。前払いによる割引額は現金納付と同じになります。

※直接クレジットカードを提示して納付する方法ではありません。

◆電子納付…インターネットバンキング、モバイルバンキング、テレフォンバンキングをご利用いただけますが、あらかじめ利用される金融機関と契約を結ぶ必要があります。契約方法については、ご利用になる金融機関などにお問い合わせください。

【注意点】

・お申し込み先は、年金事務所または各金融機関等窓口になります。
・口座引き落とし等は、お申込みから開始されるまで約２か月かかります。
　ご利用を希望する方はお早めにお申し込みください。

そして新たに！

平成26年度から国民年金保険料の納付方法として

「２年前納（口座振替）」が始まります！

２年前納（口座振替）のメリット

・メリット１：２年間で１万４千円程度の割引となります。
・メリット２：２年前納分の全額がその年の社会保険料控除の対象となります。
・メリット３：口座振替をご利用することにより、納め忘れを防ぐことができます。

２年前納は口座振替でのみご利用が可能です！

お申し込み期限は毎年2月末までです。ご希望の方はお早目にご準備ください。

【お問い合わせ】
会津若松年金事務所　☎0242(27)5321
喜多方市役所 市民課 国民年金係　☎(24)5226

【国民年金に関する、ちょっとお得なお知らせ②】
付加年金について

第1号被保険者とは厚生年金の加入者(2号)や厚生年金に加入している方の扶養に入っている配偶者(3号)以外の方です。

付加年金とは、第1号被保険者が定額保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納付すると、老齢基礎年金受給時に付加年金(年金額は200円×付加保険料納付月数)が上乗せされるものです。

また、付加年金は定額のため、物価スライドによる増額減額はありませんので、２年間の受給で支払った保険料分の金額は受け取ることができるうえに、終身まで受給できます。なお前払い(前納)による割引もあります。

【例】付加年金保険料を10年間(120月)支払った場合支払総額は「400円×120月＝48,000円」となります。

この場合の将来受け取れる付加年金の年金額(年間)は、「200円×付加保険料を納付した月数」になりますので、年金額は、「200円×120月＝24,000円」となります。

この「24,000円」が生きている限り毎年受け取れるので、２年間で「24,000円× ２年＝48,000円」となり、支払った金額の元が取れ、それ以上長生きすればするほどお得になるということになります。

	納付方法	1か月分	6か月分	1年分
	月々支払	400円	2,400円	4,800円
前納	現金支払	－	2,380円	4,710円
	【割引額】		20円割引!!	90円割引!!
	口座振替	－	2,370円	4,700円
	【割引額】		30円割引!!	100円割引!!

【注意点】
◆国民年金基金に加入中の方は納付できません。
◆付加保険料の納付は、申し込んだ月分からになります。
◆年金の繰上げ・繰下げ請求を利用した場合は、それに比例して付加年金の金額も増額減額されます。

【国民年金に関する、ちょっとお得なお知らせ③】
後納制度について

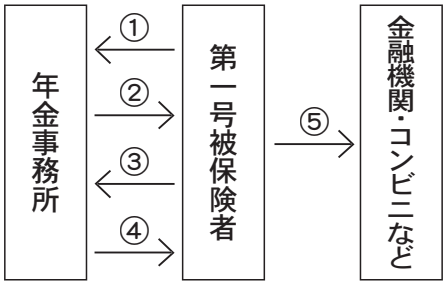
後納制度を利用できると思われる方へのお知らせの発送はすでに終了しています。お知らせが届かなかった方も条件を満たしていれば利用可能です。

平成24年10月から平成27年9月までの3年間に限り、過去10年分まで納めることができる「後納制度」が始まりました。後納制度を利用することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかった方が年金受給資格を得られる場合があります。

詳しくは国民年金保険料専用ダイヤル☎0570-011-050までお問い合わせください。

≪後納制度のご利用が可能な方≫
⑴20歳以上60歳未満の方：10年以内に納め忘れの期間や未加入期間のある方
⑵60歳以上65歳未満の方：⑴の期間のほか、任意加入中に納め忘れの期間がある方
⑶65歳以上の方　　：年金受給資格がなく、⑴⑵の期間がある方
※老齢基礎年金受給者は対象から除かれます。
※後納保険料は全額社会保険料控除の対象となります。

≪後納制度申込みから支払いまでの流れ≫



①申込書の送付依頼（日本年金機構ホームページからも取得できます）
②年金事務所から申込書が送付されます。
③申込書に必要事項を記入のうえ、年金事務所に提出します。
・年金加入期間の確認のため戸籍謄本などが必要な場合があります。
④年金事務所において申込書の審査・承認などを行います。
・承認通知書、納付書、リーフレットを送付。
⑤納付書により金融機関・コンビニなどで納めてください。
・市区町村役場・年金事務所では納められません。

蔵のまち喜多方桜ウォーク2014 出店・出演者募集

4月26日(土)に押切川公園スポーツ広場をスタート・ゴールに開かれる「蔵のまち喜多方桜ウォーク2014」では、参加者の皆さんに、ウォーキング以外でも満足いただける「喜多方流おもてなし」を予定しています。

春の喜多方を代表するイベントを市民の皆さんとともに盛り上げ参加者を歓迎しますので、当日に出店・出演いただける方(団体)を募集します。


＜出演の様子＞

《募集内容》

◆出店(個人・団体は問いません)

○地元特産品などの無償提供または販売とし、喜多方の魅力をアピールできるもの

○出店スペースは、テント1張り、またはその半分

○出店数は、2～3店を予定(応募者多数の場合は、実行委員会で選考)

○提供(販売)方法や場所などは、事務局との協議のうえ決定します。

◆出演(個人・団体は問いません)

○喜多方の魅力をアピールできる内容のもの

○場所は、開会式前のスポーツ広場やゴール後の「おもてなし会場(薬草園内)」特設ステージ(約10メートル×約3メートル)での演技など

○出演数は、2～3団体(人)を予定(応募者多数の場合は、実行委員会で選考)

○演技内容などは、事務局と協議のうえ決定します。

○申し込み…出店・出演ともに、生涯学習課または各総合支所教育課に備え付けの所定の申込用紙に記入のうえ、2月28日(金)までに提出してください。

※ウォーキングの参加者募集については、広報きたかた3月号でお知らせします。

問 申 桜ウォーク実行委員会事務局(生涯学習課 スポーツ振興係内)
☎(23)2116


＜出店の様子＞


▲薬草園内(押切川公園体育館の南側)

屋内プール利用助成制度を利用されている皆さんへ

喜多方市民プールの営業期間外に、会津若松市コミュニティプールを利用した際、利用料金の一部を助成していますが、当該制度を利用されている方で、今年度の利用を終了した方や、既に10回利用された方などは、助成金の請求書などの提出が必要となりますので、早めに手続きをお願いします。

※助成制度を利用される場合は、事前の申請手続きが必要となります。

◆助成金請求に必要な書類など

①喜多方市屋内プール利用助成申請書 ②請求書 ③利用者カード

※申請書様式は、市ホームページからも取得できます。

◆提出先 生涯学習課スポーツ振興係または各総合支所教育課

問 生涯学習課 スポーツ振興係
☎(23)2116





グッドデザイン賞特別賞を受賞

歴史的登り窯の再生 三津谷煉瓦窯再生プロジェクト





ＮＰＯ法人まちづくり喜多方と喜多方煉瓦會(れんがかい)の「歴史的登り窯の再生 三津谷煉瓦窯再生プロジェクト」が日本デザイン振興会主催グッドデザイン賞において特別賞「地域づくりデザイン賞(日本商工会議所会頭賞)」に選ばれました。

これは、明治中期から昭和後期にかけて市の産業を支えた岩月町三津谷地区の登り窯を市民の手で復活させる取り組みが評価された結果です。

三津谷煉瓦窯は経済産業省の「近代化産業遺産」にも選ばれています。小学生から高齢者まで幅広い世代が、窯の修理や、建造物の部品などに使うレンガ作りを実践しています。

今年度の「グッドデザイン賞」には全国から３４００件の応募があり、特に高評価を得た１００件が「グッドデザイン・ベスト１００」に選ばれ、上位20件の金賞と「地域づくりデザイン賞」などの特別賞が選ばれました。

問 ＮＰＯ法人まちづくり喜多方 ☎(22)１０２６

認知症サポーター養成講座「オレンジスマイル」受講者募集

認知症についての正しい理解をし、認知症の人とその家族を温かく応援する「認知症サポーター」になりませんか。

「オレンジスマイル」は自分のできる範囲で認知症の知識を周囲に伝えたり、認知症状に理解を示せる人づくりのための学びの場です。

◆**日時**　3月7日(金)午後1時30分～3時30分
◆**場所**　山都保健センター(山都総合支所裏)
◆**対象者**　市内に在住またはお勤めの方
◆**講師**　看護師、介護福祉士ほか
◆**参加費**　無料
◆**定員**　50人(先着順、定員になり次第締め切り)
◆**申込方法**　高齢福祉課または各総合支所支所住民課窓口へ電話または直接お申し込みください。
◆**締め切り**　2月21日(金)

問 申 高齢福祉課 介護保険係☎(24)5231

市制トピックス
平成25年度第2回きたかた大使講演会「スポーツの持つ力」を開催しました



12月23日(月)喜多方プラザにおいて、講師にきたかた大使の阿部肇(ただし)氏(仙台大学准教授)による講演会を開催しました。

市内のボート競技選手など、約140人が参加しました。喜多方高校時代にボートを始めたきっかけやオリンピックでの活躍、コーチとしての取り組みなどについてお話がありました。

問 総務課 広報広聴室☎(24)5206

食生活改善推進員とは？
～私達の健康は私達の手で～



ピンクのエプロンがトレードマークです。公民館やイベントで活躍しています。

食生活改善推進員とは？

健康づくりや食育など食に関心を持ち、市民の身近なところで食をとおした様々な活動している方です。通称「食改員」さんと呼んでいます。

『私達の健康は私達の手で』をスローガンに仲間達と楽しく研修をしながら、健康づくりや食育を進めるため日々活動しているボランティア組織の団体です。現在、市内に230人が会員となり、健康づくりについて一定時間の学習した方が、引き続き研修を受けながら学んできたことを会員から会員へ、会員から家族へ、お隣さんへと地域に伝え広げる活動しています。

主な活動は？

◆教室の開催

公民館でおやつや食事を作る教室を開き、食事作りの楽しさ、元気な体を作るための食事の量や味付け、バランスのとれた食事づくりのヒントを伝える活動を長年続けています。

◆市保健事業への協力

各保健センターなどで行われている乳幼児健診では離乳食の提供の他にみそ汁を配り、子育てをしている親が日頃から野菜をとることや適塩の味付けを意識し、自身の健康や食にも関心を持つような働きかけをしています。

郷土料理を子どもたちへ

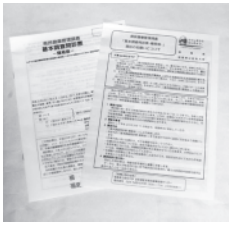
食育に関心が集まる今日において、食改員は郷土料理を子ども達へ伝えることや地産地消についての取り組みも始めています。保育所や幼稚園で親子が一緒に料理を作る機会を作ったり、小中学校では、収穫された作物を使って調理実習する時に指導者となり、子ども達に材料の切り方や器具の使い方を教えたり、中学校の家庭科の授業などで教えています。食べたことはあっても初めて作る子どもがおり、各家庭において食事や郷土料理を作る機会が減っている中、親から子へ伝えることが難しい現状において先人から受け継いできた食文化を伝える担い手として、食改員は活動の場を広げています。


保育所で食育の大切さを説明

問 保健課 健康班 ☎(24)5223

県民健康管理調査に関するお知らせ

基本調査簡易版ができました



震災後4か月間の外部被ばく量を推計する、「基本調査」は、県民健康管理の基礎となるものです。

当時のことを詳細に覚えていない方も、比較的簡単に記入していただける「簡易版」ができました。

提出がまだの方はぜひ活用してください。

簡易版と返信用封筒は、保健課窓口、市民課窓口または各総合支所住民課に備え付けてあります。

問 保健課 健康班☎(24)5223

甲状腺検査 ～本市でも始まっています～

県と県立医科大学では、子どもたちの健康を長期にわたり見守るため、甲状腺検査を実施しています。対象となる方へは、10月に「甲状腺検査のお知らせ」が送付され、12月から順次検査が始まっています。

「申し込みをし忘れた」、「学校での実施日に検査できなかった」など、申し込みや検査がお済みでない方は、今からでも間に合いますので、お申込みのうえ、検査を受けてください。

◆対象者 平成4年4月2日から平成23年4月1日までに生まれた方

※県民健康管理調査に関する問い合わせ 福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター

☎024(549)5130

午前9時～午後5時 土日祝日除く

妊産婦に関する検査 ～本市でも始まっています～

県と県立医科大学では、妊産婦の方々に少しでも安心して生活していただけるよう、アンケートによる調査を行い、その結果をもとに支援が必要な方には、連絡のうえご相談に応じております。対象の方へは12月より調査票の発送が始まっています。調査票が届いた方は、是非お早目にご回答くださるようお願いします。

◆対象者 平成24年8月1日から平成25年7月31日までに母子手帳の交付を受けた方

※妊産婦に関する調査の問い合わせ
福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター
☎024(549)5180
午前9時～午後5時 土日祝日除く



栄養士の
知って役立つ 健康レシピ

今月のメニュー

＊＊ あんかけ蒸し豆腐 ＊＊



ポイント
忙しいときの一品に。具材の木綿豆腐、卵以外は家にあるもので代替えできます。

《 体を温める食事 》

冷えは万病のもと。寒いこの時期は体を芯から温めることが大切です。旬のものを中心に、ねぎ、しょうが、唐辛子など発汗作用のある食材も適宜とりいれて、温かい食事をとるようにしましょう。体温を上げれば免疫力もアップします。

◆材料（4人分）
木綿豆腐1/2丁、卵1個、ツナ1缶、人参20g、インゲン20g、ひじき2g 【調味料】（薄口しょうゆ小さじ1、酒 片栗粉 スキムミルク各大さじ1）
【あん】（だし汁100cc、薄口しょうゆ小さじ1、みりん大さじ1、片栗粉 適量）生姜、小口ねぎ 適量

【作り方】
①水切りした豆腐、溶き卵、油を切ったツナ、みじん切りにした人参とインゲン、戻したひじき、【調味料】をよく混ぜ合わせ、4等分にし、ラップで包んで口をきゅっと絞って輪ゴムでとめる。
②器に入れて10分ほど蒸し器で蒸すか、レンジに5分ほどかける。
③鍋で【あん】を作り、蒸しあがったものにかける。すりおろした生姜と小口切りにした小口ねぎをのせる。