広報

きたかた

2015.5月号
No.113



今月のおもな内容

空き家は大丈夫ですか？適正管理と補助……②
一行政区一運動が表彰されました……④
マイナンバーに関するお知らせ……⑤
介護保険制度について……⑥
きたかた　フォトニュース……⑭
平成28年度採用喜多方市職員募集(大卒)……⑲



近年、市内でも「空き家」が増加し さまざまな問題が発生しています。 あなたの家、あなたの家族が住んでいた家は 大丈夫ですか?

※写真はイメージです。

国では、平成26年11月に「空家等対策の推進に関する特別措置法」を制定しました。空き家は、市内だけでなく、全国的に増加傾向にあり、適切に管理されていない空き家が、周辺地域に悪影響を及ぼしています。

空き家とは?

「空き家」とは、建築物や建築物に附属する工作物で、居住その他の使用がなされていないことが常態であるものをいいます。住宅などの敷地も「空き家」に含みます。

なぜ問題なの?

市に相談・要望・苦情として寄せられた事例では、「家屋の倒壊・破損」、「落雪」、「害虫・害獣の発生」、「火災・犯罪の誘発のおそれ」などの問題が発生しており、これにより生命・財産に危害を及ぼしたり景観を損ねたりするなど、様々な形で住民の生活に影響しております。

持ち主の責任は?

空き家は個人資産です。このため、所有者や管理者が解体撤去も含め適正に管理することが大原則です。

建物が倒壊し、物が落下するなどして近隣の家屋や通行人などに被害を及ぼした場合、その建物の所有者は損害賠償など管理責任を問われることがあります。

空き家をそのままにしてはいけないの?

良好に管理していれば、問題はありません。

老朽化が著しく近隣住民や通行される方に被害を及ぼす恐れがある場合は、法により市が助言、指導を行うことになります。それでも改善されない場合は、勧告、命令を行うこともあります。

建物の適正な維持管理を行いましょう!

建物の維持管理を怠ると災害・事故の引き金になることもあります。事故などが起きる前に、早めの対応をお願いします。

◆定期的に建物や庭木の状況を確認しましょう。

◆建築の専門家に相談して、修理・改善をしましょう。

◆老朽の著しい建物については、建築の専門家や解体業者に相談し、撤去処分を検討しましょう。

◆土地・建物の賃貸・売却をお考えの際は、不動産業者に相談しましょう。

「老朽危険空き家の解体」や「空き家の再生など」をお手伝いします。

市では、「喜多方市空き家対策基本方針」をもとに、空き家対策に取り組み、安全で快適な住みよいまちを目指し、「老朽危険空き家の解体撤去」や「空き家の再生など」について、補助を行っています。

この補助を利用するためには、下記のとおりさまざまな条件があります。実施に際しては、補助を希望する方と個別にご相談しながら進めてまいります。

まずは、建築住宅課まで、お問い合わせください。

その他、空き家に関する相談・お問い合わせも建築住宅課までご連絡ください。

問申 建築住宅課 住宅係 ☎(24)5246

喜多方市老朽危険空き家等解体撤去補助金

危険な空き家などの所有者が、空き家の解体および撤去などを実施する場合に、費用の一部を補助します。

対象となる空き家

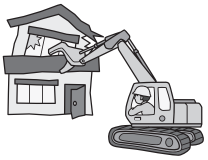
・市長が危険な空き家などと判断し、市から指導、勧告または命令の対象となったもの
・市内にあり1年以上使用しておらず、個人が所有するもの

対象者

・登記事項証明書に記載されている人またはその相続人、その他空き家などを管理するに相当すると市長が認める人で、喜多方市老朽危険空き家等解体撤去補助金交付要綱に定める要件を満たす人

対象となる工事

・解体撤去を行う資格のある市内の業者が施行する工事で、補助対象空き家などの全部を解体撤去すること
・補助金の交付の決定後に着手し、年度内に完了することができる工事
・その他、喜多方市老朽危険空き家等解体撤去補助金交付要綱に定める工事



補助金額

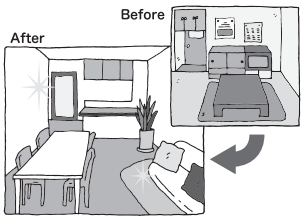
・解体撤去工事費の1/3以内（上限額50万円）

喜多方市空き家再生推進事業補助金

空き家住宅などの再生または撤去しようとする行政区および市内で活動する団体に対し、再生または撤去に要する経費の一部を補助します。

対象となる団体

・市内の行政区または市内で活動する団体



対象となる空き家など

・現に使用されておらず、かつ、今後も従来の用途に供される見込みのないものただし、賃貸を目的とするものを除く

補助金交付の条件

・跡地については、公共施設用地などの用に10年以上供すること
・改修した建築物については、再生の用途（公共利用）に10年以上活用されること
・その他、喜多方市空き家再生推進事業補助金交付要綱に定める条件を満たすこと

対象となる工事

・市内の業者が施行する工事で、他の補助制度により補助金の交付を受けないこと
・補助金の交付の決定後に着手し、年度内に完了する工事

補助金額

対象団体	補助金額	
	空き家等の除去	空き建築物の活用
行政区	事業費の9/10以内（上限額150万円）	事業費の9/10以内（上限額150万円）
市内で活動する団体	事業費の4/5以内（上限額150万円）	事業費の2/3以内（上限額150万円）



平成26年度

一行政区一運動

地域の活性化に貢献した9行政区を表彰



コミュニティの部

下町北部行政区（喜多方）
敬老会の単独開催と町内商店の活性化
　敬老会を行政区が単独開催し、併せて町内商店限定の商品引換券をプレゼントする取組を行い、地域社会の活性化と高齢者の親睦と融和を図りました。

上三宮二区行政区（上三宮町）
上三宮二区いきいきサロン
　ふれあいいきいきサロン補助金を活用して健康ゆったり体操や消防署職員による講習会などを開催し、介護予防の推進や地域の活性化を図りました。

高吉二区行政区（豊川町）
元気いきいきサロン
　ふれあいいきいきサロン補助金を活用して太極拳ゆったり体操や保健師による講話などの活動を通じて地域住民や若い世代との交流を図りました。

広野行政区（山都町）
太極拳ゆったり体操といきいきサロン
　ふれあい福祉事業補助金などを活用して太極拳ゆったり体操やさまざまな取り組みを行い、地域全体の親睦と活性化を図りました。

環境整備の部

赤星行政区（塩川町）
環境美化運動（ゴミ集積庫設置および花植栽プランター設置事業）
　市ふるさと創生事業を活用してゴミ集積庫を設置し、花植栽プランターを整備しました。

塩坪行政区（高郷町）
花壇花植栽整備事業
　行政区と同老人クラブが花壇の花植栽整備を行い、地域住民の環境美化に対する意識の高揚を図りました。

その他の部

西四ッ谷行政区（喜多方）
天王会館改築一周年記念講演会
　天王会館改築一周年を迎えるにあたり、喜多方市地域・家庭医療センターほっと☆きらりの武田先生に講演をいただき、地域のコミュニティ活動の推進と活性化を図りました。

清水台行政区（松山町）
清水台行政区自主防災組織結成と活動事業
　清水台自主防災組織の結成を契機に自治会館や役員全員に緊急時に対応できるよう備品を配備し、災害による被害防止、軽減を図ることを目的に役割分担について説明会を開催するなど、行政区全体に防災に対する意識の高揚を図りました。

本村行政区（高郷町）
本村行政区自主防災組織結成と活動事業
　本村行政区防災組織の結成を契機に手作りによる災害対策用資材（土のう用砂）保管庫を作製し、災害による被害防止、軽減を図るため、喜多方消防署の協力のもと、講話をいただき、地域ぐるみで防災に取組む意識の高揚を図りました。

問 総務課 行政係
☎（24）5204

市民の皆さんへ　◆平成27年10月から◆

マイナンバー
の通知が始まります。



マイナンバーキャラクター
マイナちゃん

※民間事業者のみなさまへ特に大事なお知らせがあります。ページの中段以降をご覧ください。

マイナンバー（社会保障・税番号）って？

国民一人ひとりが持つ、12桁の番号のことです。原則として一度指定されたマイナンバーは生涯変わらず、平成28年1月から、社会保障・税・災害対策の行政手続きで使用が始まります。

マイナンバー導入によるメリットは？

1　**行政の効率化**……手続きが正確で早くなる!
行政機関・地方公共団体での作業のムダが削減され、手続きがスムーズになります。

2　**国民の利便性の向上**……面倒な手続きが簡単に!
各種申請時に必要な、証明書などの書類の添付を省略できるようになります。

3　**公平・公正な社会の実現**……適正・公平な課税、未払い・不正受給の解決!
所得把握などの正確性が向上し、適正・公平な課税につながるほか、年金などの社会保障を確実に給付します。

◎　**民間事業者のみなさまもマイナンバーを扱います！**
平成28年1月以降、以下の手続で従業員などのマイナンバーを記載する必要があります。
・健康保険や厚生年金の手続や、源泉徴収の手続
・証券会社や保険会社が行う、配当金や保険金などの法定調書の提出など

◎　**制度が始まるまでに、準備をお願いします。**
・マイナンバーに対応した人事・給与などのシステム開発や改修
・マイナンバーを適正に扱うための従業員研修や社内規定づくり
・マイナンバーを含む個人情報の安全管理措置の検討など

正確な住所の登録をお願いします

住民票の異動の届出（転出届・転入届・転居届）などは、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。
今年10月以降、「マイナンバー」が住民票の住所に通知されます。
通知を確実に受け取るため、今のお住まいと住民票の住所が異なる方は、お住まいの住所に、住民票の異動手続きを行ってください。
※住所異動の手続きについては…市民課市民窓口班☎（24）5225または各総合支所住民課へ

マイナンバー制度に関するお問い合わせは？

【コールセンター】 **0570-20-0178**（全国共通ナビダイヤル）
※平日の午前9時30分~午後5時30分（土日祝日・年末年始を除く）
※ナビダイヤルは通話料がかかります。
【マイナンバー制度に関するホームページ（内閣官房）】 http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/

問 情報政策課 ☎（24）5210

表1　所得段階別第1号被保険者介護保険料（第6期計画 平成27～平成29年度）

所得段階	調整率	対　象　者	年額保険料
新第１段階	基準額の0.5	生活保護受給者の方。老齢福祉年金受給者で、世帯全員が市民税非課税の方。世帯全員が市民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	29,880円
新第２段階	基準額の0.75	世帯全員が市民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超え120万円以下の方	44,820円
新第３段階	基準額の0.75	世帯全員が市民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	44,820円
新第４段階	基準額の0.9	世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人は市民税非課税。 かつ前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	53,784円
新第５段階	基準額の1.0	世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人は市民税非課税。 かつ前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超える方	59,760円 （月額4,980円）
新第６段階	基準額の1.2	本人が市民税課税で、合計所得金額が120万円未満の方	71,712円
新第７段階	基準額の1.3	本人が市民税課税で、合計所得金額が120万円以上190万円未満の方	77,688円
新第８段階	基準額の1.5	本人が市民税課税で、合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	89,640円
新第９段階	基準額の1.7	本人が市民税課税で、合計所得金額が290万円以上400万円未満の方	101,592円
新第10段階	基準額の1.85	本人が市民税課税で、合計所得金額が400万円以上900万円未満の方	110,556円
新第11段階	基準額の2.0	本人が市民税課税で、合計所得金額が900万円以上の方	119,520円

【介護保険料納入のお願い】

皆さんに納付していただく保険料は、介護保険を運営するための大切な財源です。

介護サービスが必要になったときに、安心してサービスが利用できるよう、保険料の納付にご理解をお願いします。平成27年度の年間保険料額については、7月上旬に通知書を送付する予定です。65歳になると、年金から介護保険料が徴収されますが、年金からの徴収開始時期は通知書にてお知らせします。それまでの期間は、納入通知書を送付しますので、忘れずに納めてください。

※年金からの徴収ができない場合には、口座振替を利用すると納め忘れがなく便利です。

【介護保険料を滞納すると】

介護保険料を滞納すると、介護サービスを利用する際に、いったん全額自己負担で支払ってから介護給付の9割相当分を払い戻す償還払いの適用や、滞納期間に応じサービス利用料が1割負担から3割負担へと変更になる場合があります。

「みんなのあんしん介護保険」

問 申 高齢福祉課 介護保険・予防室☎(24)5231

【お詫びと訂正】4月1日に各戸配布いたしました「みんなのあんしん介護保険（平成27・28年度保存版）」の34ページに誤りがありましたのでお詫びして訂正いたします。

誤　ほほえみ☎(27)6511　→　正　ほほえみ☎(23)6511

誤　啓和苑　→　正　けいわ苑



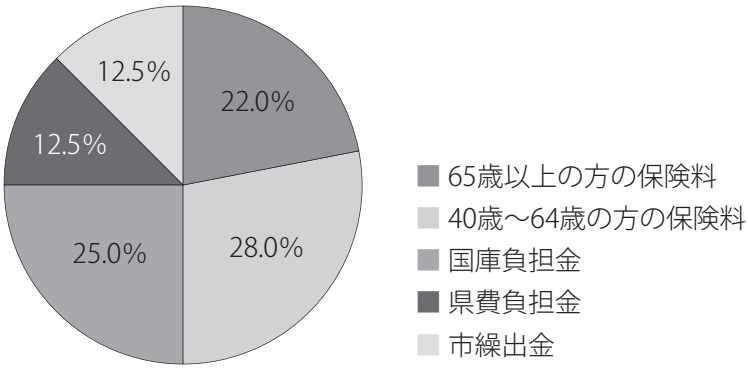
介護保険制度について

【介護保険制度】

介護保険制度は、社会全体で高齢者の介護を支え合い、必要な介護サービスを総合的、一体的に提供する制度で、40歳以上の被保険者に納付いただく保険料と公費を財源に運営しています。65歳以上の方は第1号被保険者となり、それぞれの所得状況などに応じた介護保険料を納付していただく必要があり、40歳以上64歳以下の方は第2号被保険者保険料として健康保険料と一緒に給与などから徴収されます。

また、介護保険事業は、計画に従って事業を実施しており、3年ごとに計画の見直しを行います。平成27年~平成29年度は第6期計画となります。

【介護保険料の財源】



保険料の内訳は、原則として22パーセントが65歳以上の第1号被保険者保険料、28パーセントが第2号被保険料者保険料となり、残りは国、県、市からの財源となります。

【介護保険事業費】

第6期計画での標準給付費（介護サービスに必要な額の9割）は、要介護認定者数の増加などに伴う伸びが見込まれます。

また、地域支援事業費（介護予防事業、包括的支援事業・任意事業の実施に必要な額）については、介護予防・日常生活支援総合事業（新しい総合事業）を平成29年度から実施するため平成29年度の事業費の増加が見込まれています。

【第6期計画　介護保険事業費の見込み】

項　　目	平成27年度	平成28年度	平成29年度	計
標準給付費見込額（A）	50億5,648万円	51億9,790万円	55億1,867万円	157億7,305万円
地域支援事業費　（B）	8,623万円	9,745万円	2億8,591万円	4億6,959万円
介護保険総事業費（A+B）	51億4,271万円	52億9,535万円	58億458万円	162億4,264万円

【65歳以上の方の介護保険料】

65歳以上の方の介護保険料は、計画にあわせ3年ごとに見直しが行われ、第6期計画の介護保険料は、「表1」のとおりです。

介護保険料の決定方法は、介護保険事業費をもとに、第6期計画での65歳以上の第1号被保険者保険料収納必要総額を算出し、被保険者の所得段階別加入割合を考慮のうえ、保険料基準額を決定します。介護保険事業運営基金を取り崩すなど、介護保険料額の抑制に努めました。また、介護報酬の改定が実施されることになり、これらを加え算出すると、保険料基準額は年額59,760円（月額4,980円）となります。

また、所得段階については、市民税の課税状況や合計所得金額などに基づき、これまでの8段階から11段階に変更しました。

市営住宅入居者募集

喜多方市では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。

◆入居資格

◎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。

◎持ち家が無いこと。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出来ません。

◎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。

詳しくは、建築住宅課住宅係までお問い合わせください。

◆申込受付期間および時間

5月1日(金)～14日(木)
午前9時～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

※5月1日(金)、8日(金)、12日(火)は本庁でのみ午後7時まで受け付けします。(場所は本庁3階建築住宅課)

※今回の募集で入居決定者がいない住宅については、6月2日(火)から7月10日(金)までの間、随時入居申込みを受付けます。ただし当該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

本庁建築住宅課住宅係および各総合支所建設課に備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

6月1日(月)

◆入居開始予定日

6月16日(火)

問 建築住宅課 住宅係 ☎(24)5246または各総合支所建設課

○一般住宅

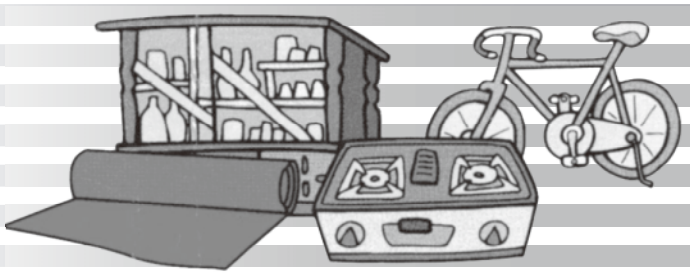
No.	住宅名	号	構造	間取り	家賃
1	一ノ堰団地 1号棟	10号 (3階)	耐火中層 4階建て	2DK(6畳1間、4.5畳1間)・水洗	7,500円 ～14,900円
2	下台団地 2号棟	244号 (4階)	耐火中層 4階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・水洗	14,400円 ～28,200円
3	下台団地 3号棟	333号 (3階)	耐火中層 4階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・水洗	13,800円 ～27,200円
4	下台団地 4号棟	444号 (4階)	耐火中層 4階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・水洗	14,600円 ～28,700円
5	菅井団地 3号棟	344号 (4階)	耐火中層 4階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・水洗	16,200円 ～31,900円
6	菅井団地 5号棟	532号 (3階)	耐火中層 4階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・水洗	17,200円 ～33,800円
7	大荒井団地 1号棟	144号 (4階)	耐火中層 4階建て	3LDK(6畳2間、洋5畳1間)・水洗	22,800円 ～44,800円
8	大荒井団地 5号棟	544号 (4階)	耐火中層 5階建て	3LDK(6畳2間、洋5畳1間)・水洗	26,600円 ～52,200円
9	藤ノ木団地 42棟	8号	簡易耐火 平屋建て	2K(6畳1間、4.5畳1間)・水洗	3,400円 ～6,600円
10	橋本前田団地 52棟	8号	簡易耐火 2階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・簡易水洗	11,400円 ～22,500円
11	橋本前田団地 53棟	8号	簡易耐火 2階建て	3DK(6畳2間、4.5畳1間)・簡易水洗	11,800円 ～23,200円
12	御殿場団地 1棟	302号 (3階)	耐火中層 3階建て	3LDK(6畳2間、洋6畳1間)・水洗	21,800円 ～42,700円
13	御殿場団地 10棟	301号 (3階)	耐火中層 3階建て	3LDK(6畳2間、洋6畳1間)・水洗	23,200円 ～45,600円
14	改良住宅 2号棟	24号 (2階)	耐火中層 4階建て	2K(6畳1間、4.5畳1間)・水洗	6,400円 ～7,800円

※No5～8、10～13 (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)、下台団地(岩月町橿野字舘野)、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)、藤ノ木団地(塩川町字藤ノ木)、橋本前田団地(塩川町新江木字橋本前田)、御殿場団地(塩川町御殿場五丁目)、改良住宅(押切東二丁目)

家庭の粗大ごみ収集



自己搬入

家庭で生じたごみで、環境センター山都工場で処理できるものを自分で搬入する場合は、無料で引き取りを実施しています。

◆搬入日時　日曜日、国民の祝日、年末年始(12月30日～1月3日)を除き随時受け入れします。
○月～金曜日…午前8時30分～午後4時30分
○土曜日…午前8時30分～正午

◆搬入場所　喜多方地方広域市町村圏組合環境センター山都工場(山都町小舟寺字二ノ坂山乙2619番地1)
☎(38)3005

市の収集

粗大ごみの収集を今年度は、5月、8月、11月の3回実施します。

事前に環境課または各総合支所住民課窓口へ所定の申請書で申し込んでください。(申請書は各窓口に備え付けてあります)

① 申請の際に一品500円、1000円、1500円の処理ステッカーを必要枚数購入する。

② 市の指定日の朝8時30分までに粗大ごみに処理ステッカーを貼り付けて排出する。

③ 指定日に、申し込みのあった各家庭を専用の収集車で回収します。時間は指定できません。処理ステッカーを貼り付けていないものは収集しません。

【5月の収集日程】
◆申込期限　5月20日(水)
◆回収日　5月27日(水)～29日(金)の予定
※満65歳以上の高齢者のみの世帯、生活保護世帯、母子世帯、身体障がい者のみの世帯など、やむを得ない事情がある場合は費用を免除する制度があります。

※粗大ごみとは、家庭生活で生じたもので、指定可燃ごみ袋または指定不燃ごみ袋に入らず、塵芥収集車(パッカー車)に入らない耐久消費財などの大型ごみのことです。具体的には各種電化製品、家具、自転車などです。

ただし、法律で製造メーカーによるリサイクルが義務づけられている、家電リサイクル対象品(テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコン)、廃パソコン、オートバイおよび処理場での処理が困難なごみは収集できません。

詳しくは、すでに各家庭に配付しているチラシ「家庭ごみの分け方・出し方保存版」をご覧ください。

問 ●粗大ごみの自己搬入について…喜多方地方広域市町村圏組合　環境センター山都工場　☎(38)3005
●市の許可を持つ一般廃棄物収集運搬業者…環境課　環境推進係☎(24)5261
●家庭の粗大ごみ定期収集申込窓口…環境課　環境推進係☎(24)5261、各総合支所　住民課　市民サービス班(熱塩加納☎(36)2113、塩川☎(27)2400、山都☎(38)3825、高郷☎0241(44)2113)

許可業者への収集依頼(有料)

廃棄物の収集運搬をするためには許可が必要です。現在、喜多方市の許可を得ている一般廃棄物収集運搬業者は17社です。引越しや家の中の整理などで大量にごみが出る場合や、事業に伴って生じたものは、次の業者へ依頼してください。

業　者　名	電話番号
㈱あいづダストセンター	0242-36-5351
荒川産業㈱	21-1511
㈱いいで	38-3808
㈲喜多方綜合衛生センター	22-1594
㈲北塩原衛生センター	33-2379
㈲グリンアース	23-0100
㈱佐藤総業	0242-24-5933
㈲昭和衛生	22-0289
㈲高郷清掃	22-2553
㈲塚原興業	27-8256
㈲塚原鉄筋工業	27-7551
㈲坂下リサイクルサービス	0242-83-3402
㈲ピアス	21-4070
松浦商事㈱	0242-27-4433
丸佐運送㈲	22-7554
㈲山都塵芥収集社	38-3272
㈲渡辺重機	24-2688

新40歳へ 無料健診のプレゼント

新40歳の方は、次の健(検)診が無料です!

- ✻胃がん検診
- ✻大腸がん検診
- ✻肺がん検診
- ✻子宮頸がん検診
- ✻乳がん検診
- ✻肝炎ウイルス検診
- ✻特定健診(国保加入者)
- ✻歯科節目健診
- ✻骨粗しょう症検診(女性のみ)

市が実施する主な健(検)診は、40歳から該当となります。

がんは、30年以上日本人の死因の第一位であり続けています。そして日本人の二人に一人が、がんにかかります。

がん予防には、がん検診が欠かせません。早期発見ができれば、適切な治療を受けられます。

何より、健康なからだづくりは、若さを保つことにつながります。



これからも、ステキなあなたであり続けるため、40歳からのセルフケアが勝負です!あなたの健康づくりの予定にこのお得なイベントを追加してはいかがですか!

心疾患や脳血管疾患などの「生活習慣病予防」や「がん予防」のために、40歳のあなたに、受けてほしい健(検)診があります!!

✻該当者※には、6月中にすてきな案内が届きます。

※昭和49年4月1日から昭和50年3月31日までに生まれた方

知ってください COPDのこと

気になる『せき』『たん』『息切れ』は、COPD(慢性閉塞性肺疾患)かもしれません

別名『タバコ病』とよばれ、長年の喫煙が主な原因となり、肺や気管支の組織が壊れて呼吸がうまくできなくなってしまう病気です。年齢や喫煙歴によって症状に程度の差があるものの、最終的には喫煙者の半数以上がCOPDを発症すると言われています。

喜多方市は、全国や県に比べてCOPDによる死亡率がとても高い状況にあります。

◆COPDの死亡率(H22・10万人対)

全国	福島県	喜多方市
12.9	16.8	24.8

出典資料:福島県保健統計の概況平成23年版

禁煙が、大切です!!



\今でしょ!/

重要

禁煙いつから始める?

そろそろ本気で禁煙したいと思っている「あなた」を応援します!

【禁煙相談】(電話・来所相談)

個別相談、タバコ検査を無料で行っています。

【禁煙外来情報の紹介】

禁煙治療を行っている医療機関を紹介します。

詳しくは、会津保健福祉事務所
☎0242(29)5508へお問い合わせください。

禁煙するとこんないいコトがあります。

★体の中がきれいになる!

数日吸わないだけで心臓発作を発症する確率が減り、嗅覚と味覚が少しずつ復活。喫煙本数を徐々に減らして体内をきれいにしましょう。

★家族や周囲の人たちも喜ぶ!

タバコ先から立ち上がる副流煙は有害物質を多く含みます。禁煙することは、周囲の人たちへの思いやりにつながります。

★時間もお金もたまる

購入代金や喫煙時間など、たばこにかける時間とお金は積み上げれば相当なもの。タバコによる病気のリスクも下がり、医療費の節約も期待できます。

知ってほしい受動喫煙のこと

「吸う煙」と「吸わされる煙」どっちがキケン？

タバコの燃焼で、発生する粒子とガスは、カドミウムなどの重金属、ポロニウム210などの放射性物質、ホルムアルデヒドなどの発がん物質を始め、約4000種以上の科学物質が含まれています。喫煙者が吸う煙(主流煙)よりも、たばこの先からくすぶる煙(副流煙)は、有害物質が数倍～数十倍高いことがわかっています。

病気になるのはパパ？それとも僕？

あなたが吸うたばこは、あなた自身の健康を害するだけではなく、大切な家族の健康にも大きな影響があります。



5月31日は世界禁煙デー

「まずは禁煙が大事です」

どんな時に吸いたくなりますか？その時の対処法を考えてみましょう

○顔を洗う
○歯磨きをする
○散歩をする
○飲み物を飲む
○ガムをかむ
○深呼吸をする
○周りに禁煙していることをいう



禁煙するとお金に余裕もできます。一日一箱で換算して**年間16万円の節約**！

無理なく禁煙するためには、専門家(禁煙外来・薬局・保健所など)に相談してみるのも一つの方法です。

禁煙外来では『ニコチン依存症』という病気として治療します。一定の条件を満たせば、保険適応になります。

問 保健課 健康推進室
☎(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

皆さんこんにちは、喜多方市地域・家庭医療センター「ほっと☆きらり」は、今年の5月で開院5周年を迎えます。これも普段から「ほっと☆きらり」を支えてくれる皆さんのおかげであり、これからもスタッフ一同よりよい家庭医療・地域医療を喜多方市民の皆さんに提供できるよう頑張っていきますので、今後も応援よろしくお願いいたします。特に在宅医療には他の医療機関や事業所とも連携を取りつつ、これまで以上にしっかり取り組んでいきたいと思いますので、在宅医療のご希望があればぜひ一度「ほっと☆きらり」にご相談ください。

春は人事異動の季節ですが、開院時から「ほっと☆きらり」で働いてこられた髙柳宏史先生が今年の3月で異動となりました。後任として菅家智史先生が4月から当センターの非常勤医として勤務されています。

菅家先生はこれまで保原町の保原中央クリニック、只見町の朝日診療所など、福島県内の各地で家庭医として外来、訪問診療に携わってきており、福島医大の地域・家庭医療学講座のスタッフの中では最も経験豊かで頼りになる先生の一人です。とても気さくで親しみやすい先生なので、外来を受診の際は気軽にいろいろ相談してみてください。



菅家(かんけ) 智史(さとし) 先生

福島県立医科大学　地域家庭医療学講座　助教
会津若松出身　三児の父
平成16年　福島県立医科大学卒業
平成23年　家庭医療専門医取得
4月から外来診療を担当します。これまで都市部の病院や診療所、へき地の診療所で診療してきました。福島医大の教員も務めています。子供からお年寄りまで年齢を問わず診療対応します。



喜多方市人づくりの指針『ロゴマーク』

生涯学習の広場

行ってみよう！ 見てみよう！ やってみよう！

【喜多方市人づくりの指針】『未来を拓く喜多方人』の「DVD」ができました！

青少年をめぐる問題は、社会全体の反映であり、青少年だけを対象とした対策だけで解決できる問題ではありません。

家庭・学校・地域が一体となって共通の指針をもとに、青少年の心を育んでいくことが必要不可欠です。



＜DVDの内容＞

○「唱和の様子」
○「鈴木充正 喜多方市人づくりの指針推進委員会 委員長」へのインタビュー
<偉人の紹介>
・「瓜生岩子」
・「蓮沼門三」
・「中江藤樹」
○「副読本を活用した学習風景」
○「公民館などでの講演会」
・「参加者・児童・講師」などへのインタビュー
など

平成23年度に策定された【喜多方市人づくりの指針】の『未来を拓く喜多方人』は、「人づくりはまちづくり」という視点に立ち、生涯学習の目標として、明るく たくましく生きる、個性豊かな人間の創造を期待し、策定されました。

価値観が多様化している現代、ますます変化する社会にあって、これからの人間に求められる姿とは！

喜多方の風土、歴史、文化などを踏まえ、また、地域にゆかりのある偉大な先人たちの教えや心が引用されています。

○大人も子どもも、毎日、大量の情報にさらされています。

生きる上で、本当に大切なことが忘れがちになってしまう…

誰もが社会の一員として、心豊かに、生きる上で目標になるもの、目安になるものになれば…

また、「中江藤樹の教え」、「瓜生岩子」、「蓮沼門三」、3人の考え方、生き方、教えを踏まえ、喜多方らしさを出すことに努めました。

私たちの未来は、「人づくり」にかかっています。

学校、明るい家庭、希望のある地域社会も、さらには喜多方市の発展も、すべてベースになるのは、「人づくり」です。子どもも、大人も、市民みんなで、この指針を生かしていくことが大切だと思います。

それを、大いに期待したいと思います。

（「鈴木　充正 喜多方市人づくりの指針推進委員会委員長へのインタビュー」から）



鈴木　充正 委員長

※学校・家庭・地域が手を取り合い、人と人とのつながり、家庭の絆を大切に。

普段の生活の中で、また、未来を担う子どもたちを育てていく中で、この人づくりの指針が、皆さんのそばにあることを願っています。



PTA活動の様子

未来を拓く喜多方人

一つ　強い心・愛敬の心など、豊かな心を持つ人になろう
一つ　命の大切さを知り、心身ともに健康な人になろう
一つ　郷土の自然や文化、歴史、伝統に誇りを持ち、より素晴らしい地域を創造する人になろう
一つ　社会の一員として人の道をわきまえ、良心に背くことのない人になろう
一つ　夢や目標に向けて何事にも挑戦し、世界に羽ばたく人になろう

これらのことを受け、特に家庭教育における親（保護者）の役割を十分に踏まえ、家族の絆を大事にしながら、健康で明るい家庭を築くよう努めよう

なかよく たくましく 生きる

○人を思いやり 敬います
○「こんちは」「どうぞ」
　「ありがとう」を言います
○勉強に励み 体を鍛えます
○人として 恥ずかしい行いをしません
○喜多方を誇り 社会に役立ちます

わたしたちは、
　くじけない強い心を持って
　目標に向かって　やりぬきます


奉仕活動の様子


副読本を活用した授業風景



唱和の様子

また、一昨年に作成した『副読本』（「先人からの贈りもの」）は、市内各小学校の授業などでの活用を推進しています。



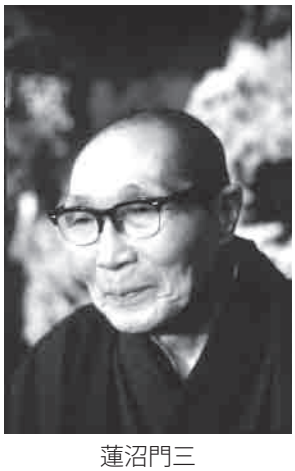
○この『副読本』は、未来を担う子どもたちが、先人の生き方や考え方に関心や理解を深め、普段の生活の中で実践へ向けて課題を持ち、意欲を高めていってほしいという思いから作成されました。


中江藤樹

○市では、この人づくりの指針「未来を拓く喜多方人」を生涯学習の柱として、大切にし、その活用に積極的に取り組んでいきます。

※「DVD」は、『喜多方市教育委員会 生涯学習課』、『喜多方市内各公民館』で「貸し出し」が可能です。

※「副読本」は、市ホームページからダウンロードできます。


蓮沼門三


瓜生岩子

問申 生涯学習課 生涯学習係
☎(24)5318