



KOHO TOKUSHIMA

広報



NO. 891

2012年11月15日

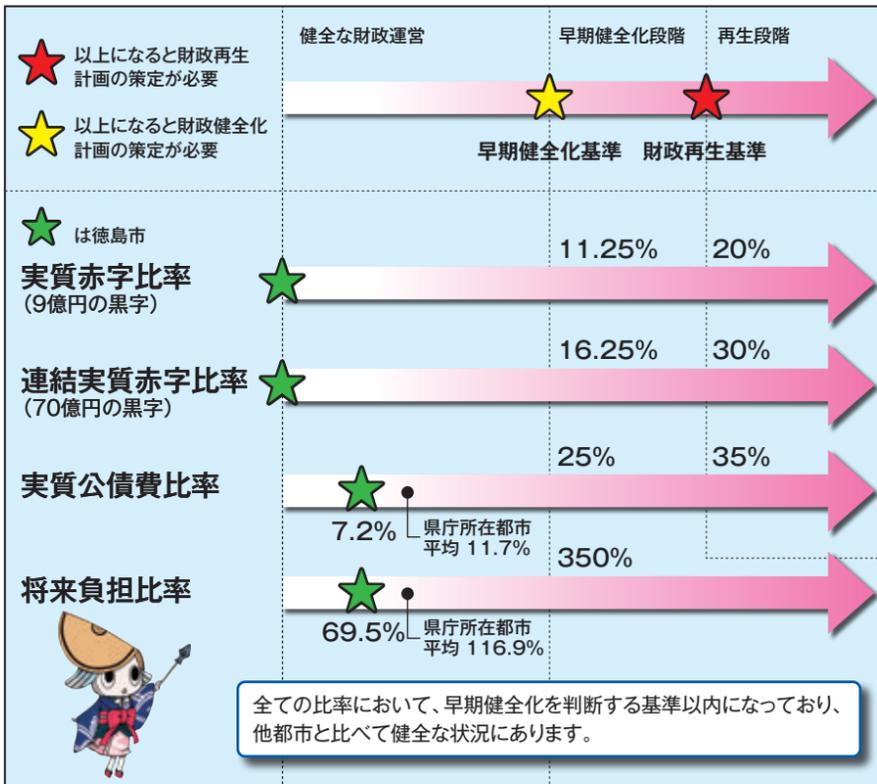
ホームページ <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/>
携帯 <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/i/>



平成24年11月1日現在(前月比)

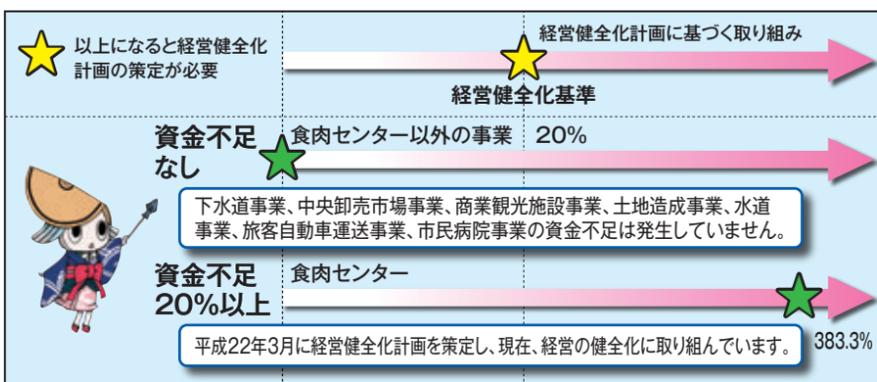
人口	258,777人	(+93)
男	122,796人	(+77)
女	135,981人	(+16)
世帯数	114,884世帯	(+118)
面積	191.62km ²	

図1 健全化判断比率における徳島市の状況



財政指標	
実質赤字比率	一般会計などを対象とした実質的な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的な赤字の標準財政規模に対する比率
実質公債費比率	一般会計などにおける地方債の償還や、公営企業が借り入れた地方債の償還に対する一般会計からの繰出金などの標準財政規模に対する比率
将来負担比率	公社や第三セクターなども含め、一般会計などが将来負担する債務の標準財政規模に対する比率

図2 公営企業ごとの資金不足比率の状況



徳島市の財政状況を お知らせします



徳島市では「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、財政全般の健全化を判断する「健全化判断比率」や公営企業における「資金不足比率」などを公表しています。今号では、平成23年度決算の健全化判断比率と本市の行財政健全化の取り組みをご紹介します。

健全化判断比率における財政状況

健全化判断比率とは、財政の健全度を測る四つの財政指標「実質赤字比率」「連結実質赤字比率」「実質公債費比率」「将来負担比率」の総称です。

連結決算でも黒字に

平成23年度における徳島市の状況は、実質赤字比率の対象となる一般会計などの収支は9億円の黒字に、連結実質赤字比率の対象となる全会計

「財政再生基準」が定められています。この二つの基準により、財政の健全性の度合いが判断されます。

また、地方債の償還額などの標準財政規模に対する比率である実質公債費比率、一般会計などが将来負担する債務の標準財政規模に対する比率である将来負担比率においても、早期健全化が必要とされる基準以内になっており、全

四国県都市と比較する

四国県都市(平均)と比較すると本市は、毎年必要な財源の比率を示す経常収支比率はやや高く、人口1人当たりの基金(貯金)残高は少ないものの、地方債(借金)残高も少ない

を連結した場合の収支でも70億円の黒字となっており、赤字は発生していません。

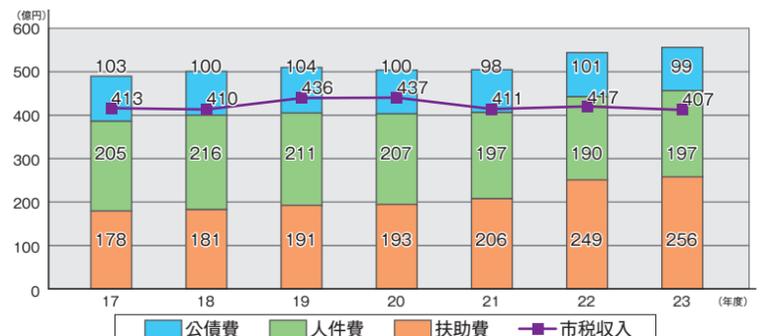
国の県庁所在都市の平均(速報値)を下回る結果となっています(図1参照)。

表 四国県都市との比較(平成23年度決算)速報値

	徳島市	四国県都市平均
経常収支比率	93.8%	88.8%
1人当たり基金(貯金)残高	21,000円	30,000円
1人当たり地方債(借金)残高	353,000円	409,000円
実質公債費比率	7.2%	11.5%
将来負担比率	69.5%	107.1%

「経常収支比率」…市税など毎年の経常的な収入に対する人件費など毎年の固定的な支出の割合(比率が高いほど、自由に使えるお金が少なくなる)

図3 一般会計の義務的経費決算額と市税収入の推移



行財政健全化の取り組み

財政構造の硬直化が続く

本市では、平成18年度から平成21年度までを計画期間として策定した「第1期徳島市行財政健全化計画」に基づき、行財政の健全化に集中的に取り組むことで、危機的な財政状況から回避するなど一定の成果を上げることができました。

しかし、扶助費の増加などにより、義務的経費の総額が増加しているほか、地方税収の回復の遅れなどから、依然として財政構造の硬直化が続いており、持続的で安定的な

行財政基盤の強化を図る

本市の将来像である「心おどる水都・とくしま」の実現のためには、こうした硬直した財政構造から安定的かつ弾力的な財政構造への転換を図り、行政改革を推進するなど、行財政基盤の強化を図ることが必要不可欠です。そのため、平成22年度から平成25年度までの4年間を計画期間とする「第2期徳島市行財政健全化計画」を策定し、行財政の健全化を進めています。

徳島市では、今後も、さらなる行財政基盤の強化に向けて全力で取り組んでいきます。

「問い合わせ先」財政課
☎(021)50047

「わが家のゴミ減量アイデア」 をご紹介します!

ぜひ実践して
くださいわ!



ことし8月、各家庭のユーク
なごみ減量への取り組みやア
イデアを「わが家のごみ減量
アイデア」として募集したと
ころ、市民の皆さんからたくさ
んの応募をいただきました。

そこで今号では、お寄せいた
だいた取り組みやアイデアをご
紹介します。すぐに実践できる
こともたくさんありますので、
ぜひご家庭でも試していただ
き、ごみの減量にご協力くださ
い。

詳しくは、徳島市ホームペー
ジにも掲載しています。

■生ごみ処理の取り組み

◎「木曜日ごみ出し0(ゼ
ロ)作戦」
と称して、
わが家で
は、週2回
のごみ出し
(生ごみ)
を1回と心
がけ、実行
しています。生ごみは、水切り
を徹底したり、生ごみ処理機を
利用したりして、たい肥化して
います。(70代女性)



※徳島市では、電気式生ごみ処
理機の購入費を補助しています。
詳しくは右下
枠内をご覧ください。

◎コンポス
トを利用し、
生ごみを処理



ご存じですか? 国民年金保険料の免除・猶予制度

経済的な理由などから、どうしても国民年金の保険料を納められないときは、免除・猶予制度をご利用ください。未納のままにしておくと、将来年金を受けられない場合があります。

■免除制度 被保険者とその配偶者および世帯主の所得が一定額以下で、

区分	保険料	受給時
法定免除 ▶障害基礎年金の受給権者になったとき ▶生活保護(生活扶助)を受けているとき(生活保護を受け始めたとき、廃止になったときには、市への届け出が必要)	全額免除	年金額に2分の1が反映
申請免除	所得が一定額以下で、保険料の納付が困難な人は、申請により保険料の全額を免除	年金額に8分の5が反映
	所得が一定額以下で、保険料の全額納付が困難な人は、申請により保険料の4分の3を免除	年金額に4分の3が反映
	所得が一定額以下で、保険料の全額納付が困難な人は、申請により保険料の半額を免除	年金額に8分の7が反映

保険料の納付が困難な場合、または法律で定められている要件に該当する場合は、免除制度をご利用ください。

免除が承認されると、その期間は年金の受給資格期間として計算されますが、免除を受けた期間の年金額は、全額納付したときの2分の1～8分の7として計算されます。※詳しくは左表参照

■若年者納付猶予制度 30歳未満の被保険者とその配偶者の所得が一定額以下の場合、被保険者が30歳に到達する日の前月までの保険料納付が猶予されます。猶予された期間は、年金の受給資格期間として計算されますが、年金額には反映されません。

【申請方法】 年金手帳、印鑑(朱肉使用)などを持って、保険年金課11番窓口(市役所1階)へお越しください。平成23年4月以降の失業により申請をされる場合は、失業が確認できる雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証などが必要です。代理申請の場合は、委任状(同居の親族が申請される場合は委任状は不要)と代理人の身分証明書(運転免許証、健康保険証など)が必要です。年金事務所で所得審査が行われるため、審査の対象となる人(被保険者、配偶者、世帯主)の所得申告がない場合は、別途申告が必要です。

【申請しなくてもよい人】 前年度の全額免除申請または若年者納付猶予申請が承認された人で、継続申請によりすでに本年度分の免除などの承認を受けている人は、申請する必要はありません。

※平成23年度に一部免除を受けた人は、再度免除申請が必要です。

【問い合わせ先】 保険年金課 ☎621-5162

◎雑誌・
段ボール・
紙パックだ
けでなく、
雑紙も地域
の集団回収



■ユニークな取り組み
◎毎日のお弁当に使う仕切り
を使い捨てのもの(ハラン)で
はなく、シリコン製の繰り返し
使える仕切りを利用すること
で、ごみを減らすことができま
す。(20代男性)

◎古くなったタオルは、すぐ
に捨てず、雑巾として再利用し
ています。(30代女性)

◎野菜・果物などはばら売り
に出た生木や雑草
(60代男性)

◎せん定時に
出た生木や雑草
(60代男性)

のものを運び、トレーやラッ
クの少ない商品を購入するよ
うにしてはどうか。
は、太陽の下、2〜3日乾燥さ
せ、量を減らしてからごみとし
て出すようにすればいいのでは
ないでしょうか。(70代男性)

【問い合わせ先】 市民環境政策課
☎(621)5202

電気式生ごみ処理機の 購入費を補助します

- 【対象】 市に住民登録し住んでいる世帯主
- 【補助金額】 購入金額の2分の1(限度額3万円)
- 【補助台数】 150台(1世帯1台限り)
- 【対象機種】 微生物分解方式か乾燥方式の家庭用電気式生ごみ処理機※徳島市内の取扱店以外で購入したり、申し込み後に送付する「承認決定通知書」を受け取る前に購入した場合は、補助金を交付できません。



【申し込み方法】 はがきに「電気式生ごみ処理機購入費補助希望」と明記の上、住所、世帯主の名前(ふりがな)、生年月日、電話番号を記入して、市民環境政策課(〒770-8571 幸町2-5 ☎621-5202)へ。

水道局の技術職員採用試験を実施

水道局で、給・配水管などの維持管理業務に従事する技術職員の採用試験を次のとおり実施します。

- 【試験区分】 初級土木
- 【採用予定人数】 1人程度
- 【受験資格】 平成元年4月2日～平成7年4月1日に生まれた人(ただし、学校教育法による4年制大学において、2年を超えて在籍した人は受験できません)
- 【試験日】 12月16日(日)
- 【試験会場】 水道局
- 【試験要綱・申込書】 水道局2階総務課、市役所1階案内で配布。郵便で請求する場合は、封筒の表に「試験要綱請求」と朱書きし、返信用封筒(宛先を記入し、120円分の切手を貼った角形2号)を同封して、水道局総務課(〒770-0847 幸町2-5)へ。徳島市ホームページからもダウンロード可。
- 【申し込み方法】 11月26日(月)までに、所定の申込書を水道局総務課へ郵送または直接提出してください。郵便の場合は簡易書留(当日消印有効)とし、返信用封筒(宛先を記入し、80円分の切手を貼った長形3号)を同封してください。
- 【問い合わせ先】 水道局総務課 ☎623-2091

11/21 J-アラートの訓練を実施

全国瞬時警報システム(J-アラート)試験放送を次のとおり実施します。

当日は、J-アラートから送られてくる国からの緊急情報を同報無線などを用いて、市内一斉に放送します。実際の災害情報と間違えないようご注意ください。

【とき】 11月21日(水)10:00～と10:30～の2回

【情報伝達手段】 ①市内48カ所に設置されている同報無線設備の屋外拡声子局②ケーブルテレビ徳島(122ch)と国府ケーブルテレビ(112ch)内の放送

【放送内容】 「これは、試験放送です」(3回繰り返し) + 「チャイム」

※災害の発生状況、気象状況などによって、国の判断で試験を中止する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ先】 消防局通信指令室 ☎656-1190



糖尿病予防大作戦運動教室の参加者を募集

「ウォーキングエアロビクス」をテーマに開催します。希望の日程を選んでお申し込みください。
【とき】▷65歳以上の人=11月30日(金)13:00~14:00、12月6日(木)9:30~10:30▷64歳までの人=11月30日(金)14:30~15:30、12月6日(木)11:00~12:00
【ところ】保健センター元気回復室
【対象】医師から運動制限を受けていない市民
【定員】各日15人(先着) 【参加費】無料
【準備物】室内用運動靴、運動しやすい服装、タオル、水分補給の飲み物など
【申し込み方法】保健センター(☎656-0534)へ。

4種混合ワクチンの接種を実施

11月から「3種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)」と「不活化ポリオ」を混合した「4種混合ワクチン」の接種が始まりました。
【対象】①平成24年8月以降生まれの人②平成24年7月以前に生まれた人のうち原則として3種混合とポリオのワクチン接種を1回も受けていない人※②の対象者で4種混合ワクチン接種を希望する人は、予診票の交換が必要です。保健センターへお問い合わせください。【接種方法】委託医療機関で年間を通じて接種
【接種回数】初回接種として3回(それぞれ20~56日の間隔をおく)と追加接種1回(初回接種終了後12~18カ月以上の間隔をおく)の計4回
※これまでに3種混合とポリオのワクチン接種をいずれか1回以上受けている人は、原則として3種混合と単独の不活化ポリオのワクチン接種を受けてください。なお、単独の不活化ポリオワクチンの追加接種(4回目の接種)は、有効性と安全性が確認されたため、定期接種の対象となりました。【問い合わせ先】保健センター(☎656-0540)

元気高齢者づくり教室の参加者を募集

【とき】11月29日(木)13:30~15:00
【ところ】保健センター会議室
【対象】65歳以上の市民(ただし、介護保険認定者を除く)
【定員】20人(先着)
【内容】健康運動指導士による講話と実技「転ばない身体づくりをしよう!」
【参加費】無料
【準備物】運動しやすい服装と靴、バスタオル、タオル、水分補給の飲み物など
【申し込み方法】保健センター(☎656-0534)へ。

健診を受ける機会のない40歳未満の市民の糖尿病予防相談を実施

保健師による相談のほか、自己血糖測定を実施します。血縁者の中に糖尿病の人がいる人や、妊娠中に尿糖・尿たんぱくが陽性だった人などは将来的に糖尿病などの生活習慣病を発症するリスクが高いと考えられますので、この機会にご相談ください。
相談は1人30分程度で、予約が必要です。出産経験がある人は、母子健康手帳をお持ちください。相談は無料。
【とき】月曜日~金曜日(祝日を除く)の9:00~12:00、13:00~16:00
【ところ】保健センター
【問い合わせ先】保健センター(☎656-0534)



生後2カ月の乳児に「ひまわりっこ手帳」を送付

生後2カ月に達する月に「ひまわりっこ手帳」を送付しています。
手帳には、定期予防接種(BCG・三種混合・不活化ポリオ・麻しん風しん混合・日本脳炎)の予診票と4カ月児・9~11カ月児健康診査受診票がついています。ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの予診票も同封しています。
11月1日から4種混合予防接種が導入されたことに伴い、平成24年9月以降に生まれた人には、4種混合予防接種の予診票が含まれた「ひまわりっこ手帳」を送付しています。
生後3カ月に達しても「ひまわりっこ手帳」が届かない場合は、保健センターまでご連絡ください。
【問い合わせ先】保健センター(☎656-0540)

特定健康診査の実施は12月20日まで!

徳島市国民健康保険に加入している昭和13年4月1日~昭和48年3月31日生まれの人を対象に、委託医療機関で12月20日(木)まで、特定健康診査を実施しています。
自己負担金は1,000円で、受診の際には、保険証と受診券が必要です。
特定健康診査で、年に一度は“健康チェック”をしましょう。
※10月以降に加入した人には、受診希望者のみに受診券を送付しますので、希望される人は11月末までに保険年金課までご連絡ください。
【問い合わせ先】保険年金課(☎621-5159)

糖尿病予防大作戦



Q&A 食事編 ⑧

Q 野菜の1日の適量は?
A 1日に両手3杯(350~400g)が目安です。日本人の体格や活動量、消化・吸収などを踏まえると、1日にとりたい野菜の目標量は350gで、このうち120g以上はカロテンやカルシウムなどが豊富に含まれる緑黄色野菜をとりましょう。
毎日の食生活でたっぷりの野菜を食べることは、生活習慣病やがんの予防にも効果が期待できます。
【問い合わせ先】保健センター(☎656-0534)

1日にとりたい野菜の量



緑黄色野菜を両手1杯(120~150g)



その他の野菜を両手2杯(230~250g)



救急診療案内

◆夜間休日急病診療所(ふれあい健康館1階、沖浜東2丁目16 ☎622-3576)
【診療科目】小児科・内科
【診療受付時間】
▷月~土は19:30~22:30
▷日・祝日は9:00~17:00、18:00~22:30
◆歯科休日救急等診療所(歯科医師会館、北田宮一丁目8-65 ☎632-8511)
【診療受付時間】日・祝日9:00~16:30
◆徳島子ども救急電話相談(18:00~翌朝8:00) #8000

不用品活用



【譲ります】品名(使用年数)
▷ピアノ(17年)▷家庭用もちつき機(1升用)(5年)※全て無償
【譲ってください】▷電子ピアノ▷ベビーカー▷ジュニアシート
【申し込み方法】はがきに、希望の品(1人1枚1品目)、住所、名前、電話番号を記入し、11月22日(木)(必着)までに、消費生活センター(〒770-0834 元町1-24)へ。同24日(土)に抽選を行い、当選者だけにご連絡します。
※掲載品以外で譲ってほしいもの、譲りたいものがある人は、消費生活センターへご連絡ください。
【問い合わせ先】消費生活センター(☎625-2326 火曜・祝日は休み)

12月の子育て施設インフォメーション

在宅育児家庭相談室【津田保育所「あっぷ」】
☎662-0246 土・日・祝日休み
◆プレママ・パパ講座「骨盤ケアについて」※要予約
【とき】12月3日(月)10:00~11:30
◆親子の広場「てづくりおもちゃ~リースづくり~」
【とき】12月5日(水)10:30~11:30
◆親子の広場「オカリナ演奏」
【とき】12月13日(木)11:00~11:30
在宅育児家庭相談室【国府保育所「あいあい」】
☎642-3656 土・日・祝日休み
◆プレママ・プレパパ講座「妊娠中の栄養について・新生児の子育て」※要予約
【とき】12月5日(水)13:30~15:00
◆親子の広場「ふれあいあそび」
【とき】12月7日(金)・21日(金)11:30~12:00
◆助産師さんのおっぱい相談※要予約
【とき】12月14日(金)13:30~15:00



【親子ふれあいプラザ(ふれあい健康館1階)】
☎657-0065 月曜日休館 開館時間9:00~18:00 (日・祝日は16:00まで)
▷クリスマスの小物を作ろう★=5日(水)10:30~11:20▷子育てカウンセリング※=12日(水)11:00~15:00▷親子で遊ぼう!リトミック★=14日(金)10:30~11:20▷お誕生パーティー※=18日(火)10:30~11:20▷クリスマス会※=20日(木)10:30~11:20
※は要申し込み。★は先着30人
【子育て安心ステーション(アミコビル5階)】
☎654-4460 火曜日休館 開館時間10:00~17:00
▷ママのリフレッシュ講座=5日(水)10:30~11:30▷食育講座「離乳食④パクパク期」=12日(水)10:00~12:00▷パパとふれあい講座=16日(日)10:30~11:30▷骨盤ケア講座(助産師)=17日(月)10:00~11:30▷子育て相談=5日(水)14:00~16:00・17日(月)11:30~12:30▷クリスマス会=20日(木)10:30~11:30
※全て要申し込み。詳しくは市ホームページをご覧ください。



【主な内容】▽徳島東部地域(徳島市・小松島市・上勝町・石井町・神山町・松茂町・北島町)の地産食材、特産品の試食や販売

11/17(土)18(日)
地元の新鮮食材がいっぱい!!
「とくしま食材フェア2012」を開催

地元で採れた農林水産物の良さや魅力をPRし、再認識してもらおうとともに、地場産食材の利用拡大を図るため、「とくしま食材フェア2012」を次のとおり開催します。



今回から、徳島東部地域定住自立圏共生ビジョンの連携事業として実施。徳島市をはじめとする東部地域の食材や特産品の試食・販売のほか、徳島市が進めている「とくしまグルメ」開発のための試作メニューの試食会も行います。

会場内でお預かりします。
 藍住町・板野町・上板町の地場産食材、特産品の試食や販売
 △とくしまグルメ試作品の試食会
 △阿波牛の試食
 △「とくしまーPPORN」店舗の出展
 △ステーションイベントII有名連による阿波おどり(17日10時30分～11時30分)、「新ばし連」(18日10時30分～11時30分)、「新のんき連」(17日開会式後)、大学連による阿波おどり(17日13時～14時)「徳島文理大学連」(18日13時)「四国大学連」(蒼竜神マウエルショー(17日12時)、アンケートに答えて徳島の魅力ある食材が当たる大抽選会
 ※会場でお買い上げいただいた食材などは、両日とも15時まで

中央公民館「冬の市民講座」受講生を募集します

【対象】市内在住・在勤・在学の18歳以上の人(子ども講座の対象は▷将棋=小学1年～中学生▷料理=小学3年～中学生)



【申し込み方法】次の①②のいずれかの方法で

①中央公民館にある所定の用紙に必要事項を記入し、直接同館へ②各地区公民館・中央公民館にある要項についてはがき(50円切手を貼付)を郵送
 ※子ども講座は、往復はがきに希望講座名、住所、名前、年齢、性別、保護者名、電話番号、返信宛名を書いて、中央公民館(〒770-0851 徳島町城内2-1 ☎625-1900)へ。
 【申し込み締め切り日】11月29日(木)(必着)※応募多数の場合は抽選となります。

■冬の市民講座(1月から全10回)※子ども講座は全8回 受講料5,000円(子ども講座4,000円)

曜日	講座名	定員	時間		
日	日曜ヨーガ	20	10:00～11:30		
月	民謡(おどり)	50	9:30～11:30		
	月曜料理	32			
	特許バイアス編み	30			
	真向法体操	35	13:30～15:30		
	深雪アートフラワー	30			
	月曜茶道	20			
水	ペン習字	20	18:30～20:30		
	楽しい藍染め	20			
	大正琴	30			
	ヨーガ	35	13:30～15:30		
	初めてのハワイアン・フラ	20			
	横笛	30			
木	木曜健康料理	30	9:30～11:30		
	和紙ちぎり絵	30			
	養生太極拳	40			
	やさしい自力整体	20	13:30～15:30		
	書道	35			
	水彩画	35			
	コーラス	50			
	楽しい社交ダンス	30			
	詩吟	20			
	木曜カラオケ	30			
	金	粘土工芸		20	9:30～11:30
		金曜健康料理		30	
楽しい編物・手芸		30			
表千家茶道		20	13:30～15:30		
新舞踊		35			
楽しい尺八		20			
土	リフレッシュダンス	40	9:30～11:30		
	俳句	20			
	土曜・骨盤ストレッチ	25	10:00～11:30		
	韓国語ビギナーズ	20			
	フラワーデザイン	20	13:30～15:30		
	囲碁	30			
	民謡(唄)	35			
	子ども料理	20			
子ども将棋	40	14:00～16:00			

このたび、「とくしまグルメ」完成への下地づくりとして、市民の皆さんのご意見をいただくため、イタリアンレストランのシェフ・山根大助さん(右下写真)が市の食材を使って試作した「とく



「とくしまグルメ」の試食会を行います!
 徳島市では、「美容」と「健康」をテーマにした市ならではの「とくしまグルメ」を新たに開発し、その魅力を全国に発信する「とくしまグルメクリエイティブ事業」を本年度から実施しています。

2/2 宝くじコンサート 「大阪交響楽団演奏会」を開催

【とき】平成25年2月2日(土)18:30～(開場は18:00)
 【ところ】市立文化センター
 【出演者】▷お話し=青島広志さん(音楽番組アドバイザー、右写真)▷フルート=鈴江早都子さん(徳島市在住)▷管弦楽=大阪交響楽団
 【プログラム】▷歌劇「魔笛」序曲(モーツァルト)▷フルート協奏曲第2番(モーツァルト)▷交響曲第1番(ブラームス)
 【入場料】一般3,000円、高校生以下1,500円
 【チケット販売場所】市立文化センター、シビックセンター、小山助学館、平惣、ローソンチケット(Lコード:62904)
 【問い合わせ先】市立文化センター(☎653-2185)

【とき】11月17日(土)18日(日)
 【ところ】藍場浜公園内とくしまグルメクリエイティブコーナーなど

【内容】▽11時～12時 クッキングショー 山根大助シェフの「とくしまグルメ」開発秘話
 △11時30分～13時 II 試食会 (100食限定当日券を先着順に10時30分から会場内で配布します)
 【問い合わせ先】農林水産課(☎621-5246)

とくしま植物園 教室の受講生を募集します

●サタデー☆サンデー シャドーボックス教室
 【とき】12月8日(土)13:00～15:00
 【内容】クリスマスシャドーボックス
 【定員】9人(抽選) 【参加費】2,000円
 ●サタデー☆サンデー 英国風クリスマスアレンジメント教室
 【とき】12月8日(土)10:00～12:00
 【内容】モミを使ってテーブルアレンジメントを作ります
 【定員】20人(抽選) 【参加費】2,000円
 ●フレンチクラフト・カルトナー・ジュワークシヨップ
 【とき】12月11日(火)10:00～15:00(昼休みあり)
 【内容】トランク型ツールボックスを作ろう
 【定員】10人(抽選) 【参加費】3,000円

●サタデー☆サンデー 迎春用リース教室
 【とき】12月15日(土)10:00～12:00
 【内容】大人気のお正月用リースを作ります
 【定員】20人(抽選) 【参加費】2,000円
 ●雑草いけばな教室
 【とき】12月16日(日)10:00～12:00
 【内容】クリスマスのお花と正月飾り
 【定員】20人(抽選) 【参加費】500円
 ●フラワーアレンジメント年末特別教室
 【とき】12月19日(水)10:30～12:30
 【内容】お正月門松
 【定員】19人(抽選) 【参加費】2,000円
 【対象】市内在住・在勤・在学の人
 【申し込み方法】はがきに講座名、住所、名前、電話番号を書いて、11月25日(日)(必着)までに、とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 波野町入道45-1 ☎636-3131)へ。
 ・市ホームページ「電子申請」からも可。

／してください。

放送大学徳島学習センター
(☎602-0151)、社会教育課
(☎621-5417)

裁判員制度の名簿記載通知書を送付しています

裁判員候補者名簿は、市町村の選挙管理委員会が選挙人名簿からくじで無作為に抽出

した名簿を基に、地方裁判所で作成されます。

平成25年度の裁判員候補者名簿に登録された人には、名簿記載通知書を送付しています。この通知は、平成25年2月ごろから1年間で裁判員に選ばれる可能性があることを伝えるものです。

通知書が届いた場合はご確

認をお願いします。詳しくはお問い合わせください。

徳島地方裁判所事務局総務課(☎603-0111)

祝日のごみ収集

11月23日(金)は平常どおり収集します。

市民環境政策課(☎621-5217)

ふれあい健康館 運動指導コース&コミュニティカレッジ受講生募集

【対象】 市内に在住・在勤・在学の18歳以上の人。ただし、運動指導コースの★の講座はおおむね60歳以上の人。コミュニティカレッジの「親子すくすくリズムっこ」は2～4歳児1人と保護者。「キッズヒップホップ」は3～12歳児。「ベビーとママの楽しい英語」は0～3歳児1人とその保護者。

◆運動指導コース(1月～4月・全15回コース)

コース名	曜日	時間	受講料	定員
マイフィットネス	火土	14:00～15:20		
イブニングフィットネス	下半身エクササイズでスリムアップ	月	12,000円	20
	いろいろエクササイズ	火		
	体力向上フィットネス	水		
	太らない体づくりフィットネス	木		
女性のための「快適なからだ」づくりフィットネス	土	10:00～11:20		
フィットネス&アクアボクササイズ	金	11:00～12:50	18,000円	10
フィットネス60		11:00～12:00	8,000円	
ダイエット&生活習慣病改善コース	火	10:00～11:40	15,000円	25
腰痛・膝痛改善	金	10:00～11:50	18,000円	
★健脚回復と転倒予防	木	14:00～15:20	8,500円	15
★からだスッキリ体操	金			
水泳入門 ※初心者対象	水	12:00～12:50		10
ゆっくり水泳	火	11:00～11:50		20
ゆっくり水泳週末コース	土	12:00～12:50		20
★ゆっくり水泳《シニア》	水	10:00～10:50	15,000円	20
水中ウォーキング	火			
アクアピクス	水	19:40～20:30		
アクアボクササイズ	金			
プールでアンチエイジング	火	12:00～12:50		
アクア体操	水	11:00～11:50		
初歩からのよくばりアクア	土	10:00～10:50		
爽快!エアロピクスダンス	水	12:50～13:50	13,000円	25
減量エアロピクスダンス	木	12:50～13:50 18:20～19:20		
ハタ・ヨガde姿勢矯正	金	18:30～19:20	13,000円	
パワー・ヨガ	火	18:20～19:10		
はじめての太極拳～初級編～	木	10:30～12:00	12,000円	20
ゆがみ改善! ゆっくりピラティス	水	11:30～12:30	13,000円	
	木	16:15～17:15		
健康的にダイエット!! シェイプアップ・トレーニング講座	金	19:30～20:50	18,000円	10

【申し込み方法】 はがき(1枚につき1講座)に住所、名前、性別、生年月日、希望の講座(曜日・時間)、電話番号を書いて、12月10日(月)(必着)までに、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16)へ。市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。応募多数の場合は抽選。

【問い合わせ先】 ふれあい健康館(運動指導コース=☎657-0187、コミュニティカレッジ=☎657-0194)

◆コミュニティカレッジ(1月～3月)

【受講料】回数×500円

講座名	曜日	時間	定員	回数
健康太極拳	火	18:45～20:45	50	12
社交ダンス初級・中級	火	19:00～20:30	30	12
社交ダンス(A)	水	13:00～14:30	35	8
社交ダンス中級・上級コース(B)	土	19:00～20:30	30	12
やさしい自力整体(A)	水	13:00～14:30	20	10
やさしい自力整体(B)	水	14:30～16:00		
やさしい自力整体(C)	土	15:00～16:30		
女性のための骨盤ストレッチ(A)	金	13:00～14:30	25	9
女性のための骨盤ストレッチ(B)	金	15:00～16:30		
健康ヨーガ体操入門(A)	木	13:00～15:00	50	11
健康ヨーガ体操入門(B)	木	15:00～17:00		
ヒップアップボディシェイプ体操	金	10:00～12:00	30	12
40歳からのアンチエイジング体操	金	13:15～15:15	25	
万病解消! 足もみ教室	第2・4土	10:00～11:30	30	6
練功十八法・健身気功	土	13:00～14:30		11
新舞踏を楽しもう	土	13:30～15:30	20	
ふれあい真向法体操	月	13:30～15:30		10
健康歌謡教室(カラオケ)	火	13:00～15:30	50	12
初歩からの俳句	火	13:00～15:00	25	
やさしい仮名書道	月3回金	10:00～11:30	25	9
体に効く話題の料理	火	9:30～11:30	36	10
やさしさいっぱいパッチワーク	第1・3木	10:00～12:00	30	6
ガーデニング入門	第2・3木		25	
いやしの花あそび	金	13:30～15:30	20	9
親子すくすくリズムっこ(A)	火	10:00～10:45	15組	11
親子すくすくリズムっこ(B)	火	11:00～11:45		
キッズヒップホップ	火	16:00～17:00	20	12
ベビーとママの楽しい英語(A)	火	15:00～15:40	8組	8
ベビーとママの楽しい英語(B)	火	15:50～16:30		

12月の無料相談

市内在住の人を対象に、さまざまなお悩みや疑問にお答えする無料の相談窓口があります。



■生活の相談 ■こころの相談 ■からだの相談 ()内は対象

暮らしの相談(市内在住の人)

◆さわやか窓口相談室(市役所1階) ☎621-5200・5129 ※年末年始は休みます

弁護士(注1)	12・19・26日(水)	13:00～16:00
行政相談委員(注2)	3日(月)	13:00～15:00
土地家屋調査士	6・20日(水)	10:00～12:00
司法書士	毎週月・金曜	10:00～12:00
行政書士	毎週火曜	10:00～12:00
住まいづくり	27日(水)	10:00～13:00
社会保険労務士(年金相談)	13日(水)	13:00～16:00
心配ごと(相続・離婚など)	毎週月～金曜	9:00～15:30
交通事故	毎週月～金曜	9:00～15:30

(注1) 弁護士相談は予約制で12月5日(水)8:30から電話でのみ予約受け付け。各日9人(先着)で1人20分以内。

(注2) 行政相談委員相談はふれあい健康館1階相談室でも実施。[日時]12月19日(水)13:00～15:00

労働・職業相談(市内在住の人)

◆経済政策課(市役所3階) ☎621-5225

労働相談(注3)	11・25日(火)	13:00～15:00
職業相談(注4)	6・20日(水)	13:00～15:00

(注3) 徳島県労働者福祉協議会の職員による労働問題全般の相談。
(注4) 徳島商工会議所の職員による求職や就職に関する相談。

消費生活相談(市内在住の人)

◆消費生活センター(アミコビル3階) ☎625-2326

消費生活相談	10:00～18:00(受け付けは17:00まで) [休]火曜、祝日、年末年始
--------	---

女と男生き方相談(市内在住・在勤・在学の人)

◆女性センター(アミコビル4階) ☎624-2613

一般相談・カウンセリング [電話・面談(要予約)]	10:00～17:00 [休]日曜、火曜、祝日、年末年始
夜間相談 [電話、面談ともに要予約]	5・12・19日(水) 18:00～20:00 7・14・21日(金)

※託児あり(1歳～就学前まで。無料。要予約)

人権相談(市内在住の人)

◆人権推進課相談室(市役所2階) ☎621-5040・5169

人権相談	4・18日(火) 13:30～16:00
------	----------------------

医師による相談(市内在住の40歳以上の人)

健康相談・禁煙支援相談	11日(火) 13:00～15:00	[要予約]
もの忘れ予防相談	19日(水) 9:30～11:30	☎656-0534
糖尿病予防相談	25日(火) 13:00～15:00	

保健師による相談(市内在住の人)

健康相談	毎週月～金曜 9:00～12:00 13:00～16:00	[要予約]成人相談 ☎656-0534 母子相談 ☎656-0532
------	-------------------------------	---------------------------------------

管理栄養士による相談(市内在住の人)

生活習慣改善 予防栄養相談	毎週水曜 9:00～12:00 13:00～16:00	[要予約] ☎656-0534
---------------	-----------------------------	-----------------

健康運動指導士による相談(市内在住の人)

運動相談	14日(金) 13:00～14:00 20日(水) 10:00～11:00	[要予約] ☎656-0534
------	--	-----------------

歯科衛生士による相談(市内在住の人)

歯科保健相談	毎週水・金曜 9:00～12:00 13:00～15:00	[要予約] ☎656-0534
--------	-------------------------------	-----------------

◆からだの相談は全て保健センター(ふれあい健康館内)

INFORMATION

とくしま 掲示板

内…内容 日…日時 員…定員 準…準備物 場…場所 対…対象者 費…費用(表記なしは無料) 申…申し込み方法 問…問い合わせ先 電…電話番号/FAX…ファクス/HP…ホームページ/☒…メールアドレス/★電子申請可…市ホームページ「電子申請」から申し込み可

募集

市立保育所の臨時保育士

市立保育所に勤務する平成24年度の臨時保育士を若干名募集します。随時採用で日給は7,550円です。

- ①保育士証を持つ人
- ②履歴書を持って保育課(市役所南館2階 ☎621-5195)へ

保健センターの臨時保健師

12月21日から保健センターで勤務する保健師を1人募集します。日給は9,600円(通勤距離により交通費支給)です。

- ①保健師の資格を持つ人
- ②同センター(☎656-0534)

ガラス工芸体験

①12月2日(日) ②徳島ガラススタジオ(勝占町中須) ▶吹きガラス体験=9:30~11:45 ③15歳以上(中学生を除く) ④6人(先着) ⑤2,500円 ※11月20日(火)から電話で受け付け



▶サンドブラスト体験=13:00~17:00 ⑥小学生以上 ⑦1,000~1,500円 ※当日受け付け(15:30まで) ⑧同スタジオ(☎669-1195)

ごみ処理施設見学会

①12月7日(金)13:00~17:00 ②西部環境事業所や不燃物減量・再資源化施設、プラスチック製容器包装中間処理施設の見学 ③市内在住の人 ④45人(抽選) ⑤はがきに「ごみ処理施設見学会参加希望」と明記し、

〈住所/名前/年齢/電話番号〉を書いて、11月26日(月)(必着)までに市民環境政策課(〒770-8571 幸町2-5 ☎621-5202)へ

障害のある人が学べるパソコン講座

①平成25年1月7日~3月25日の毎週水曜日13:30~16:30(全10回) ②社会就労センター(南庄町5) ③Word2007、Excel2007、デジタルカメラの使用方法(経験者向け)など ④市内在住で身体障害者手帳をお持ちの人 ⑤8人(抽選) ⑥障害者生活支援センター眉山園(☎633-3331) ⑦障害福祉課(☎621-5177 FAX621-5300)

催し

中央公民館まつり

中央公民館で開講している講座の受講生の作品などを展示・発表する中央公民館まつりを開催します。 ①11月17日(土)9:00~15:00・18日(日)9:00~14:30 ②中央公民館内▶展示の部=日本画、水彩画、写真、書道、藍染めなど▶催し物の部=茶道▶発表の部=新舞踊、詩吟、コーラス、南京玉すだれ、民踊、フラダンスなど ③同館(☎625-1900)

青空市まつり

新鮮で安価な品物を販売する青空市まつりを開催します。 ▶南末広市=①11月18日(日)6:00~8:30 ②スエヒロボウル駐車場(南末広町) ▶西富田市=①11月20日(火)6:00~8:30 ③西富田公園(鷹匠町4) ▶住吉市=①11月22日(木)9:00~10:00 ④住吉神社境内(住吉1) ⑤徳島市青空市の会(☎655-8637)

ニュースポーツのつどい

①11月24日(土)9:00~12:00 ②内町小学校体育館・グラウンド(直接会場へお越しください) ③内ペタンクとカローリング ④市民 ⑤カローリング参加者は体育館シューズ ⑥スポーツ振興課(☎621-5427)

エンジョイイングリッシュ!

①11月25日(日)10:00~11:00 ②徳島市国際交流協会1階和室(市役所新蔵分庁舎内 新蔵町1) ③英語絵本の読み聞かせやゲーム ④小学生以下 ⑤同協会(☎622-6066)

お知らせ

12月から保育所(園)の入所申し込みを受け付けます

平成25年度保育所(園)入所の申し込みを12月1日(土)~15日(土)、入所を希望する保育所(園)で受け付けます。 ①市内在住で住民基本台帳に登録している、保護者の仕事や家庭の事情で保育に欠ける乳児および幼児 ※保育所(園)名や定員、申し込み方法など詳しくは、12月1日号の広報とくしまに掲載しますのでご覧ください。 ②保育課(☎621-5193)



「都市再生整備計画事業」の事後評価結果を公表します

市では、都市再生整備計画を策定し、まちづくりを実施しています。本年度、事業が終了する「八万・上八万地区」について、目標達成状況を検証した事後評価結果の報告書を作成しました。これを広域道整備課(市役所4階)と市HPで公表しています。 ①同課(☎621-5476)

国保料、後期保険料の納付窓口を開設します

①11月25日(日)8:30~12:00 ②保険年金課(市役所1階) ③国民健康保険料と後期高齢者医療保険料の納付や納付相談ができる窓口を開設。※当日は市役所東側駐車場(JR線路沿い)をご利用ください。 ④同課(☎621-5165)

町内会活動に参加しませんか

人と人とのふれあいが希薄化している現代社会において、地域の自主的な活動の必要性が再認識されています。その活動の一つに町内会活動があり、町内会では快適で住みよいまちづくりを目的に、地域のさまざまな課題に取り組んでいます。日ごろから町内会の活動に参加して地域の人との交流を深めるなど、住民同士が協力してよりよい地域づくりを実現しましょう。また、町内会が結成されていない地域の皆さんは、結成に向けた取り組みを進めましょう。 ①市民協働課(☎621-5510)

自主防災組織を結成し地域で災害に備えましょう

大規模災害が発生したとき個人や自治体の力だけでは対応に限界があります。自主防災組織とは、地域住民が自治会や町内会などの地域の実情に応じた単位で組織化し、災害時には自主的に連帯して防災活動を行う集まりです。自主防災組織の結成により、災害による被害を最小限に抑え、いち早く地域の再生を促進することが期待できます。まだ結成されていない地域の皆さんは、町内会や自治会などで話し合い自主防災組織を結成し、災害に強いまちづくりを目指しましょう。 ①危機管理課(☎621-5527)

一宮地区で徳島市民総合防災訓練を実施します

①11月25日(日)10:00~12:10(小雨決行、荒天時の訓練中止決定は7:00) ②一宮小学校 ③避難や救出・搬送、ロープ取り扱い、応急処置、避難所運営などの訓練、消火・地震体験などのコーナー ④危機管理課(☎621-5527)



水道事業に関するアンケート調査にご協力ください

水道局では、今後の水道事業運営の参考とするため、市民の皆さんへのアンケート調査を実施します。市内在住の1,000人(無作為抽出)を対象に調査票を送付しますので、ご協力ください。 ①水道局経営企画課(☎623-2419)

証明書自動交付機をアミコビル地下1階に設置

利用時間は、9:00~19:30(1月1日は休止)。交付できる証明書は、住民票の写し、印鑑登録証明書。手数料は1通350円。とくしま市民カード(暗証番号登録済)が必要。 ①住民課(☎621-5140)

愛玩鳥飼育者に消毒液を配布

鳥インフルエンザなどの発生予防のため、屋外で愛玩鳥を飼育している人に消毒液を配布します。希望の人は直接農林水産課(市役所3階)へお越しください。 ①同課(☎621-5252)

放送大学4月入学生を募集

放送大学(テレビ・インターネットなどで授業を行う通信制の正規の大学)の入学生を募集します。入学願書の提出期限は平成25年2月28日(木)です。詳しくはお問い合わせ

ふれあい健康館講座受講生募集

日時	講座名	定員、受講料、準備物
12/8(土) 13:30~15:30	マジック講座	20人(抽選)。受講料500円・材料費1,500円。はさみ、白いハカチ。
12/9(日) 9:30~12:00	らくらくおもてなしクッキング	30人(抽選)。受講料500円・材料費1,500円。エプロン、布巾、三角巾。
12/9(日) 13:30~15:00	親子でクリスマスケーキを作ろう	20組(抽選)。受講料500円・材料費1,000円。エプロン、布巾、三角巾。
12/18(火)・1/8(火)・1/15(火)・1/29(火) ①13:00~14:30 ②15:00~16:30	親子ふれあいベビーマッサージ	生後1カ月~1歳の子どもと保護者各6組(抽選)。受講料2,400円(4回分)・材料費3,000円(4回分)。バスタオル、保護者は汚れてもいい服。
12/23(祝) 13:00~15:00	お正月向け雑草生け花	25人(抽選)。受講料500円・材料費1,000円。

【申し込み方法】はがき(1枚1講座)に希望講座名、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を書いて、講座開始日の7日前まで(必着)にふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0194)へ。市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。

家具転倒防止器具の取り付け費用を補助

【対象】▶65歳以上の高齢者のみの世帯▶次の①~③のいずれかの手帳をお持ちの障害者のみの世帯=①身体障害者手帳の身体障害者等級表による等級1・2級②療育手帳の障害の程度(総合判定)A1・A2③精神障害者保健福祉手帳の障害等級1級▶65歳以上の高齢者と障害者のみの世帯 【内容】家具を固定する器具の取り付け費用を1世帯につき家具3個まで負担します。 ※家具を固定する器具は、本人の負担になります。 【申し込み方法】危機管理課、各支所にある所定の申請書(市ホームページからもダウンロード可)に必要な事項を記入し、郵送または直接、危機管理課(〒770-8571 幸町2-5 市役所7階 ☎621-5527)へ。

「とくしまの自慢本 あわいろ」書店などで販売

徳島市自慢の食、自然、歴史・文化、阿波おどりなどを紹介した「とくしまの自慢本 あわいろ」(A5判、96頁)を市内の書店などで販売しています。価格は1冊500円です。 【販売場所】▶小山助学館本店(一番町3)▶紀伊國屋書店徳島店(寺島本町西1)▶平惣徳島店(沖浜3)▶平惣田宮店(北田宮一)▶平惣川内店(川内町大松)▶平惣タクト店(南島田町3)▶徳島大学生協同組合常三島ショップ(南常三島町1)▶徳島城博物館▶阿波おどり会館▶経済政策課(市役所3階) 【問い合わせ先】経済政策課(☎621-5225)





とくしま市民遺産を巡ろう!

13

城山 (ホルトノキと城山貝塚)

市街地中心部に残る原生林の山

徳島駅北側にこんもりとしたシルエットでたたずむ城山は標高61m。徳島城の本丸跡がある山頂まで複数の登山路が整備されています。山の大部分が原生林(市指定天然記念物)に覆われ、中でも、代表的な樹木「ホルトノキ」は市の木に制定されています。この名は「ポルトガルの木」の意味で、本来はオリーブを指すものでしたが、平賀源内がこの木をオリーブと間違えたことからこの木の名となったともいわれています。



【問い合わせ先】
文化振興課(☎621-5314)

蔵博士が発掘調査した城山貝塚(市指定文化財)があります。縄文時代後期ごろの遺跡で、ハマグリ、カキなどの殻や縄文式土器、人骨などが出土。写真の3号貝塚のほか、1号・2号貝塚が現存しています。

貝塚周辺を歩いていた夫妻は「貴重な林を大事に残してほしい」と話していました。

地産地消認定 とくしまIPPINを食べよう! 13

肉厚しいたけの肉詰め揚げ



●材料[1人分]
シイタケ(肉厚)・・・2個
鶏肉ミンチ・・・約100g
タマネギ(みじん切り)・・・1/8個分
おろしショウガ・塩・濃口しょうゆ・酒・卵・片栗粉・パン粉・・・各適量

●作り方

- ① シイタケは軸を切り落とす。
- ② 鶏肉ミンチにタマネギみじん切り、おろしショウガ、調味料、溶き卵を加え、粘りがでるまでこねる。
- ③ シイタケのかさの内側に薄く片栗粉を振って②を詰め、肉がついている方に片栗粉をまぶす。
- ④ ③に溶き卵をつけパン粉をまぶし、170℃の油で約5分揚げる。
- ⑤ 四つにカットしてスタチをかけ、ポン酢をつけていただく。

🍴食材メモ シイタケ

ぽってり肉厚で香り高い徳島産シイタケ。ミネラルやビタミンB群、ビタミンDなどを含み、コレステロールや血圧の低下、風邪予防、整腸、骨の強化などの効果があるといわれています。また、抗ガン作用があると認められているレシチンも含んでいます。

シイタケの栽培方法には原木栽培と菌床栽培があり、徳島市では平成元年頃から生産性の高い菌床栽培に移行。徳島県の菌床シイタケ生産量は日本一で、中心産地は徳島市です。

●このメニューが食べられる「とくしまIPPIN店」
しあわせ料理 和味 =写真提供 富田町1 ☎625-7531

【問い合わせ先】農林水産課(☎621-5246)

徳島市が認定する「とくしまIPPINメニュー」と、ブランド食材の豆知識をご紹介します!

10月の市政ピックアップ



徳島LEDアートフェスティバル2013 STEP

「徳島LEDアートフェスティバル2013」に向けたプレイベント第2弾「STEP」が10月26～28日の3日間、徳島中央公園や新町・両国周辺で開催されました。第1弾「HOP」で展示した作品に加え、新たなLEDアート作品も登場。パフォーマンス作品「étude」では、光と音楽とダンスのコラボレーションに観客が見入っていました。



徳島市置市123周年記念式典

徳島市の置市記念日にあたる10月1日、市役所で記念式典が行われました。原秀樹市長は「一層の決断と実行により、市民の皆様が住んで良かったと幸せを実感できる徳島づくりに取り組んでまいります」と式辞を述べ、市の発展に寄与された市政功労者に表彰状を手渡しました。



サギノー市訪問団が徳島市立高校を視察

姉妹都市提携50周年を記念して徳島市を訪れた米国・サギノー市訪問団14人が10月10日、市立高校を視察。美術の授業で生徒と一緒にしおりづくりを体験したあと、サギノー市に留学した生徒との交流会に参加しました。



徳島駅前に証明書自動交付機を設置

10月1日、徳島駅前アミコビル地下1階の徳島観光ステーション前に、住民票の写しや印鑑登録証明書の自動交付機が設置されました。原秀樹市長が出席した開式式に続いて、自動交付機の稼働がスタート。訪れた市民が徳島市民カードを使って利用していました。



徳島市民スポ・レクフェスティバル

明るく健康な市民生活を実現することを目的とした「徳島市民スポ・レクフェスティバル」が10月7日、市立体育館や吉野川運動広場などで開催されました。子どもから高齢者まで多くの市民が、生涯スポーツや競技スポーツで汗を流しました。

