



やま とたか かだ

2014

11

No.954



元気な高田
誇れる高田

交通安全&子育てフェスティバル (9月20日撮影)

INDEX

平成25年度会計決算 ①~④ 女性に対する暴力をなくす運動 ⑤ コリーンさんからのお願い ⑥ いま、市立病院では ⑦ 人権シリーズ ⑧ 商店街の移り変わりと時代背景／消費生活センターから ⑨ BOOKサロン ⑩

算をお知らせします

一般会計決算歳入

前年度比 **0.9%増**
245億7,991万4千円

歳入については、前年度の決算額と比較して、約2億800万円の増収となりました。

主な項目では、市税【表1】において、社会経済情勢の影響により、市民税（個人・法人）で約1億1,400万円の減収となったものの、たばこ税で約5,600万円の増収があったことに加えて、市税収納率の向上に努めた結果、市税全体では約4,000万円の減収にとどまりました。

一方、地方譲与税等に含まれる配当割交付金や株式等譲渡所得割交付金では、国の金融政策により、株価が上昇したことが影響し、あわせて約1億700万円の増収となり、地方譲与税等全体では、約8,300万円の増収となりました。

また、地方交付税は、普通交付税において、約1億1,900万円の増、特別交付税においては約6,200万円の減となりました。

◎一般会計は、4年連続の黒字決算

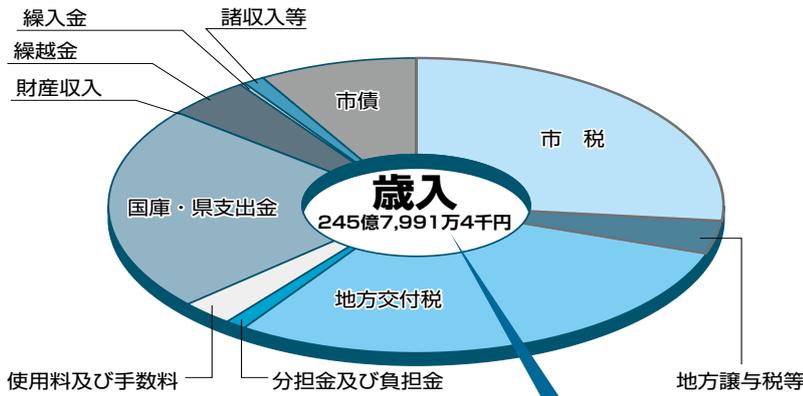
平成25年度一般会計決算は、12億2,700万円の黒字となり、単年度収支では、平成19年度から7年連続で、実質収支では、平成22年度から4年連続の黒字決算となりました。

平成25年度は、社会経済情勢の影響により、市税収入が減少するなかで、これまでの『小・中学校耐震補強事業』や『本郷大中線街路事業』などの継続事業に加えて、新たに『観光事業』や『（仮称）市民交流センター新築事業』など、新たな行政課題に取り組むとともに、将来の事業を見すえ、基金への積み立ても行っています。

平成26年度以降も、市民サービスの充実をめざし、健全な財政運営に努めます。

歳入については、前年度の決算額と比較して、約2億800万円の増収となりました。

の減、あわせて約5,700万円の増収となりました。



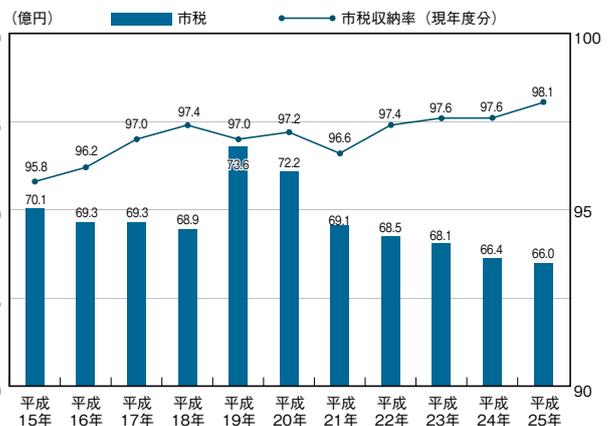
歳入	決算額	前年度対比	構成比
市税 ^{注1}	65億9,654万0千円	▲0.6%	26.8%
地方譲与税等	8億7,258万8千円	9.5%	3.6%
地方交付税	71億7,569万4千円	0.8%	29.2%
分担金及び負担金	2億6,915万6千円	5.1%	1.1%
使用料及び手数料	6億8,044万8千円	2.8%	2.8%
国庫・県支出金	55億3,274万4千円	1.2%	22.5%
財産収入	3,515万8千円	▲5.4%	0.1%
繰越金	10億5,235万4千円	28.5%	4.3%
繰入金	4,563万0千円	2,942.0%	0.2%
諸収入等	3億0,060万2千円	▲0.9%	1.2%
市債	20億1,900万0千円	▲11.4%	8.2%
合計	245億7,991万4千円	0.9%	100.0%

注1 市税は前年度より4,013万円の減収

【表1】市税と市税収納率（現年度分）の推移

（市税の内訳）

市民税・固定資産税・軽自動車税・たばこ税・都市計画税



※平成19年度市税収入は、税源移譲により、所得譲与税4億8,500万円が市税へ振替

一般会計決算額の推移

年度	実質収支	単年度収支
平成14年度	▲8,805万5千円	▲5,202万5千円
平成15年度	▲3億8,083万7千円	▲2億9,278万2千円
平成16年度	▲9億2,264万2千円	▲5億4,180万5千円
平成17年度	▲9億4,541万6千円	▲2,277万4千円
平成18年度	▲9億6,066万1千円	▲1,524万5千円
平成19年度	▲8億6,410万6千円	9,655万5千円
平成20年度	▲7億6,435万8千円	9,974万8千円
平成21年度	▲5億5,055万0千円	2億1,380万8千円
平成22年度	1億9,816万7千円	7億4,871万7千円
平成23年度	8億0,678万8千円	6億0,862万1千円
平成24年度	10億2,115万2千円	2億1,436万4千円
平成25年度	12億2,762万9千円	2億0,647万7千円

※実質収支・・・平成22年度から4年連続の黒字決算
 ※単年度収支・・・平成19年度から7年連続の黒字決算

平成25年度の決

一般会計決算歳出

2023億3,856万7千円
前年度比 0.1%増

歳出については、前年度決算額と比較して、約1,800万円の増加となりました。

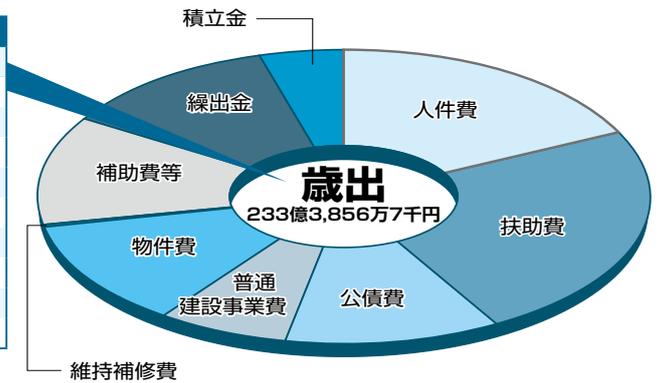
主な項目では、人件費において、適正な職員採用計画により、退職手当を除く職員の実質の人件費で、約9,600万円の減少となりました。また、扶助費においては、障害者自立支援事業費が増加する一方で、生活保護費や児童手当費が減少し、扶助費全体では、約4,900万円の減少となりました。

また、「小・中学校耐震補強事業」や「本郷大中線街路事業」などの継続事業に加えて、「観光事業」や「(仮称)市民交流センター新築事業」など、新たな行政課題に取り組んでいます。

地方債残高については、普通建設事業の縮減に伴い、地方債の発行を抑制してきたことから、年々減少しています。平成25年度末【表2】で、約226億4,800万円となり、前年度との比較では、2億8,900万円減少、平成15年度末との比較では約96億8,000万円の減少となりました。

そのうち、普通交付税の代替措置である「臨時財政対策債」を除く地方債残高は、約127億4,900万円となり、平成15年度末との比較では、約163億8,700万円の減少となりました。

歳出	決算額	前年度対比	構成比
人件費 ^{注1}	41億4,461万6千円	▲4.1%	17.8%
扶助費 ^{注2}	56億2,100万6千円	▲0.9%	24.1%
公債費 ^{注3}	26億4,810万0千円	▲0.4%	11.3%
普通建設事業費 ^{注4}	15億9,001万1千円	▲6.6%	6.8%
物件費	27億5,250万4千円	▲2.0%	11.8%
維持補修費	9,043万0千円	10.1%	0.4%
補助費等 ^{注5}	27億3,653万6千円	▲1.3%	11.7%
繰出金(特別会計)	27億5,342万5千円	▲1.3%	11.8%
積立金	10億0,193万9千円	94.8%	4.3%
合計	233億3,856万7千円	0.1%	100.0%



- 注1 人件費は職員退職金を除くと前年度より9,642万円の減
- 注2 扶助費は前年度より4,944万円の減
- 注3 市債の元利償還金である公債費は実質額で1,115万円の減
- 注4 普通建設事業費は小中学校耐震補強工事などで1億1,250万円の減
- 注5 市から他の地方公共団体や民間に対して、行政上の目的により交付される経費

【表3】 基金残高の推移 (単位: 億円)

区分	H23	H24	H25
財政調整基金	2.2	4.2	7.2
庁舎整備基金	4.8	6.8	12.8
退職手当基金	0.0	1.0	2.0
ふるさと大和高田応援基金	0.1	0.1	0.1
その他の基金	0.5	0.6	0.2 ^{注1}
合計	7.6	12.7	22.3

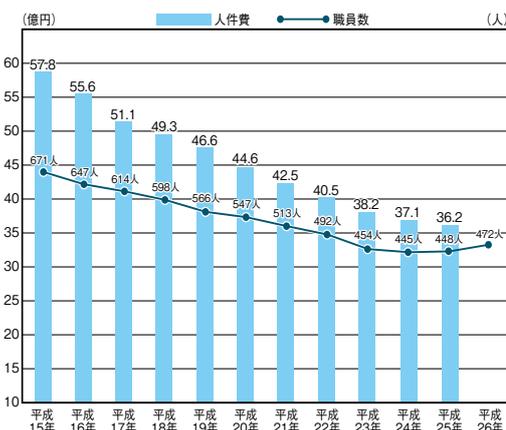
注1 保健センター整備事業用地を土地開発公社から買い戻す財源として、土地開発基金 4,400 万円を充当

【表2】 地方債現在高の状況 (単位: 億円)

	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25
一般会計	291.4	266.2	239.9	218.8	198.5	180.6	169.6	155.0	145.1	137.6	127.5
臨時財政対策債	24.9	35.6	43.6	50.0	55.2	59.3	66.1	77.0	84.4	91.8	99.0
合計	316.3	301.8	283.5	268.8	253.7	239.9	235.7	232.0	229.5	229.4	226.5

※財政対策債とは、普通交付税の代替措置であり、その元利償還金は、国において全額を後年度の普通交付税で補てんされる。

【表4】 人件費と職員数(退職手当を除く)



また、職員数でも、平成26年4月までの11年間で199人減員となっています(一般会計当初予算での職員数)【表4】

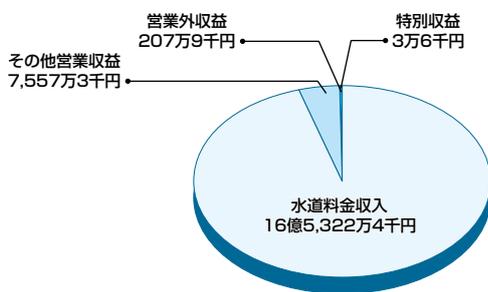
◎ 人件費と職員数の推移

職員人件費の抑制については、数次にわたる行財政改革や、平成22年度から新たに取り組んだ「大和高田市財政健全化プログラム(H22～H24)」により、管理職早期退職者制度による職員数の削減をはじめ、地域手当や管理職手当の削減、特殊勤務手当の見直し等を実施し、総人件費の抑制を行ってきました。

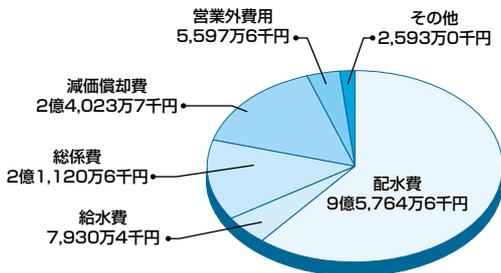
会計名	収入済額	支出済額	差引	繰越財源	実質収支
国民健康保険事業	85億8,606万0千円	81億4,239万2千円	4億4,366万8千円	0	4億4,366万8千円
国民健康保険天満診療所	1億5,249万6千円	1億2,454万6千円	2,795万0千円	0	2,795万0千円
住宅新築資金等貸付金	2,816万2千円	2億9,015万3千円	▲2億6,199万1千円	0	▲2億6,199万1千円
下水道事業	20億6,078万3千円	20億5,955万5千円	122万8千円	122万8千円	0
駐車場事業	1,979万7千円	3億1,807万5千円	▲2億9,827万8千円	0	▲2億9,827万8千円
介護保険事業	49億1,809万7千円	48億7,296万4千円	4,513万3千円	0	4,513万3千円
後期高齢者医療保険事業	6億1,904万7千円	6億1,764万8千円	139万9千円	0	139万9千円
合計	163億8,444万2千円	164億2,533万3千円	▲4,089万1千円	122万8千円	▲4,211万9千円

水道事業

水道事業収益内訳 17億3,091万2千円



水道事業費用内訳 15億7,029万9千円



水道事業の平成25年度の収益的収支は、約1億6,060万円の純利益が生じ、前年度繰越利益剰余金10万円と合わせた、当年度未処分利益剰余金は、1億6,070万円となりました。そのうち1億6,000万円を後年度負担に備えるため、建設改良積立金へ利益処分をしました。

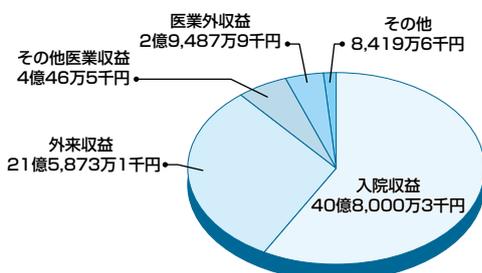
収益的収入では、水道料金収入が、平均7.23%の料金引き下げ改定に伴い、前年度より減収となりましたが、費用面においても、受水費、人件費や支払利息等が減少したため、黒字決算となりました。

当該年度では、配水管整備事業として、約3億2,000万円(44か所)の給配水管工事を行いました。

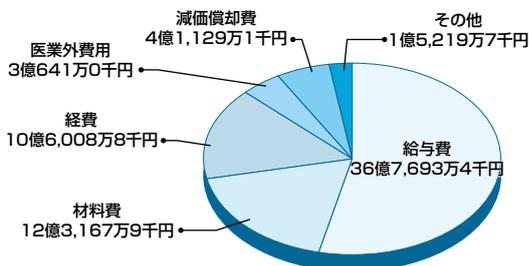
なお、今年度は、水道水の安定供給のための大東配水場ポンプ設備更新工事や、災害時に備えた水道庁舎の耐震補強計画の策定に取り組んでいます。今後も更に効率的な運営により経費の節減を図りながら、ライフラインを確保するための諸事業を推進します。

病院事業

病院事業収益内訳 70億1,827万4千円



病院事業費用内訳 68億3,859万9千円



病院事業の平成25年度の収益的収支は、約1億8,000万円の純利益を計上し、平成21年度から5年連続で黒字決算となりました。前年度の繰越利益剰余金約200万円とを合わせた約1億8,200万円を、翌年度へ繰り越しました。

収益的収入では、外来患者数が前年度より若干増加したものの、入院患者数の減少が影響し、病院事業収益全体では約6,400万円の減収となりました。今後、更なる医療の質の向上をめざすとともに、安定した病院経営に努めます。

収益的支出においては、病院事業費用全体で、約1,000万円増加していますが、診療に要する経費を見直し、または削減することにより、経費の抑制に努めています。

なお、今年度は、地域住民の皆さんにより安心の治療、高度医療を提供するため、がん治療に必要な不可欠な放射線治療棟の平成27年度完成をめざし、建設工事に着手したところです。

大和高田市の、財政の健全度についてお知らせします

「地方公共団体の健全化に関する法律」に基づき、財政破綻を未然に防ぐため、自治体の財政健全度を示す指標について、下記のとおりお知らせします。

健全化判断比率等の状況

指標	H25年度	H24年度	H23年度	H25-24 増減 ※1	早期健全化団体 基準値 ※2	財政再生団体 基準値 ※3	指標の内容 (単位：%)
実質赤字比率	▲6.71	▲5.38	▲3.85	▲1.33	12.85	20.00	一般会計等の一年間の会計に占める赤字の割合
連結実質赤字比率	▲25.23	▲21.67	▲13.20	▲3.56	17.85	30.00	市のすべての会計を合算した一年間の会計に占める赤字の割合
実質公債費比率	12.2	13.2	14.7	▲1.0	25.0	35.0	一年間の収入に占める借入金(地方債)の返済にかかる割合
将来負担比率	80.1	100.9	112.9	▲20.8	350.0	—	借入金(地方債)や今後の負担の見込み等の残高を表わす割合
資金不足比率 (病院事業会計)	▲21.1	▲14.2	▲2.8	▲6.9	20.0	—	水道・病院・下水道会計の事業の規模に対する資金不足額の割合

※1 増減の▲表示は、前年度より数値が好転したことを示します ※2 早期健全化団体基準値・・・この値を超えると「イエローカード」です

※3 財政再生団体基準値・・・この値を超えると「レッドカード」です

市の財政指標の公表

地方公共団体の財政の健全度を表す、健全化判断比率等の公表が、法律により義務付けられています。一定の基準値を超えると、財政が危機的な状態である「早期健全化団体」や「財政再生団体」となり、国、県の指導のもとに財政再建計画を策定することとなります。

平成25年度決算に基づく健全化判断比率は、一般会計、国民健康保険事業特別会計、病院事業会計の収支の好転や、市債残高の減少などにより、全ての指標において、国から示された基準値を下回るとともに、前年度よりも改善された結果となりました。

平成26年度以降も、強固な財政基盤の確立と、将来を見据えた健全な財政運営に努めます。

※詳しい内容については、市のホームページを見てください。

◎主な事業内容

◎教育施設の耐震化事業(約5億8,500万円)
Is値0.3〜0.45未満の高田小、磐園小、陵西小学校の耐震補強工事を行いました。



高田小学校



磐園小学校



陵西小学校

◎総合公園整備事業(約7,500万円)
災害時に飲料水を確保するため、総合公園内に耐震性貯水槽を設置しました。

◎都市公園遊具等整備事業(約1,200万円)
市内都市公園(5か所)の遊具を更新しました。

◎観光事業(810万円)
「義経と・弁慶・静合同サミット」の開催や、ガイドブックの作成などを行いました。

◎通学路整備事業(580万円)
通学路の安全確保のため、標識の取替やカラーラインの標示をしました。

◎姉妹都市交流50周年記念事業(330万円)
市民訪問団を結成し、リズモー市での記念式典に出席しました。



通学路整備事業



都市公園遊具(大中公園)



姉妹都市交流50周年記念事業



義経と・弁慶・静合同サミット



総合公園耐震性貯水槽



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

女性に対する暴力をなくす運動

11月12日～25日

11月25日は、「女性に対する暴力撤廃国際日」です。その日にちなみ、我が国でも11月12日～25日の間、「女性に対する暴力をなくす運動」が展開されます。

夫やパートナーからの暴力、性犯罪、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。この機会に、女性に対する暴力の問題について考えてください。



女性に対する暴力防止パープルリボン運動

◎女性の暴力に関する相談窓口

相談無料・秘密は厳守します。まずは電話で相談してください(面接相談もあります※要予約)。

相談機関・窓口	相談日時	電話番号
市人権施策課 男女共同参画推進係	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※祝日、年末年始を除く	☎ 22-1101(内線287)
奈良県高田子ども家庭相談センター	(電話相談)月～金曜日 午前9時～午後4時30分 ※祝日、年末年始を除く	☎ 22-6079
奈良県中央子ども家庭相談センター	(電話相談)月～金曜日 午前9時～午後8時 ※祝日、年末年始を除く	☎ 0742-22-4083
奈良県女性センター	(電話相談) ・火～金曜日：午前9時30分～午後6時 ・土曜日：午前9時30分～午後8時 ・日曜日・祝日：午前9時30分～午後5時 ※月曜日が祝日の場合の直後の平日、年末年始を除く	☎ 0742-22-1240

※緊急時は、110番通報してください。

[人権施策課 内線287]

まちの話題

「くらしの便利帳」協働発行

9月24日(水)、株式会社ゼンリンと協働で発行する「大和高田市くらしの便利帳」の協定書調印式を行いました。市の紹介や避難所情報、各課からのお知らせ、公共施設の案内などを、市内地図と広告付で作成します。広報誌「やまとたかだ」とともに、配布します。また転入者には、市民課窓口で配布します。配布日は、平成27年4月初日を予定しています。



[広報情報課 内線273]

歴史文化を再確認

映像作品「時を紡ぐ大和高田」

市では、大和高田市を紹介する映像作品の貸出しを行っています。個人での鑑賞だけでなく、自治会やイベントでの上映でも使うことができます。大和高田市の四季折々の風景や歴史を、お楽しみください。貸出場所は、広報情報課(市役所3階)と、市立図書館です。市内、市外在住、個人、会社等を問わず、貸出すことができます。



※郵送等での受付、送付はしていません。
※貸出し枚数に限りがあります。

大和高田市紹介映像タイトル

- 時を紡ぐ、大和高田 (長編 16分58秒 英語日本語対応)
 - 時を紡ぐ、大和高田 (短編 4分35秒 英語・日本語・中国語対応)
 - A bond of friendship -Culture exchange between Yamato Takada and Lismore- (長編 12分39秒 英語日本語対応)
- それぞれ、DVD版とブルーレイ版があります。

[広報情報課 内線269]



奥に、大きな三角屋根の建物が見えます。

さて、ここは市内のどこでしょう。

答えは、うしろのページです。

Nowadays in Lismore from Colleen

コリーンさんからのご便り リズモーのこのごろ



Colleen

Colleen(コリーン)さんは、毎年交換学生制度のお手伝いをしています。

I was thrilled to hear that Risa and Kayo were coming back to visit Lismore. They stayed with their host sister, Phoebe Seymour but I was honored to spend a couple of days with them. On Wednesday, the 3rd September I took them for a drive to revisit Ballina and Lennox Head. It was a lovely fine day and we were lucky to see both whales and dolphins. We had lunch in Lismore at the café where Dominique Bryant works, she was excited to see them again.

On Saturday the 6th September I picked Risa and Kayo up from Phoebe's house, we went shopping at Lismore Shopping Square for a short time and once again the girls were surprised to see Brooke Restall. It is always lovely to see someone you recognise when you are in another country, it makes you feel very relaxed and as if you are in your second home. Both Dominique and Brooke have participated in the Sister City Student Exchange Program as well as being host families.

I bought them to our home for lunch and then went to Rocky Creek Dam. Two of our grandchildren, Isabella and Sebastian joined us for the day, they always love spending time with our Japanese guests. The girls were very relaxed and I made some treats for them as particularly Risa had always appreciated my cookies and cakes.

Their visit reinforces how our Sister City Student Exchange Program is so important and I am sure any student who has been on the program dreams of going back to visit their friends, Risa and Kayo lived that dream. I am confident they will visit again someday and as I tell all the students who have visited Lismore our home is always open if they get the chance to visit Lismore.



梨紗と佳代(H24、25年度の派遣学生)がリズモーに帰ってくると知ったとき、心が躍りました。2人は、ホスト姉妹のフィービー・シーモアの家に泊まっていたのですが、数日間彼女たちと過ごせたことは、大変嬉しいことでした。

9月3日(水)は、2人を連れてバリナとレノックスヘッドを再び訪れました。天気にも恵まれ、幸運なことに、クジラとイルカの両方を見ることができました。ドミニク・ブライアントが働くリズモー市内のカフェで昼食をとり、嬉しい再会を果たしました。

6日(土)には、少しの時間ですが、リズモーショッピングスクエアへ買い物に出かけました。ここでもブルック・リストールとの嬉しい再会に、彼女たちは驚いていました。

ドミニクとブルックは、交換学生派遣事業の参加者で、学生のホストファミリーでもあった二人です。外国で知っている人に再会できることは、嬉しいものです。第二の実家に帰ったかのよう

に、安心した気持ちにしてくれます。

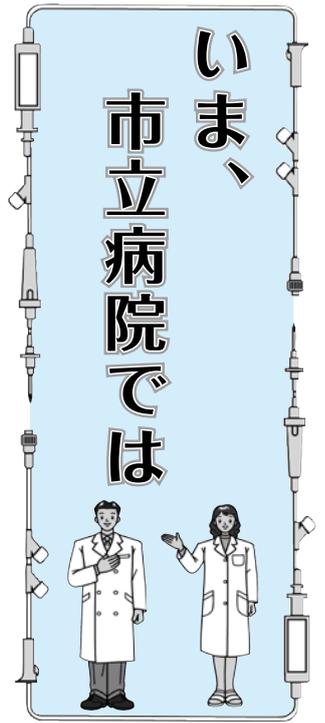
昼食後、ロッキークリークダムへ向かいました。この日は、日本からのお客様が大好きな孫のイザベラとセバスチャンも一緒にいました。梨紗のお気に入りのクッキーやケーキを作ると、二人とも大喜びで、とてもくつろいでいました。

梨紗と佳代がリズモーに来てくれたことで、交換学生派遣事業の大切さを強く感じました。梨紗と佳代が想いを叶えたように、これまでの交換学生の多くが、リズモーにいる友だちを訪れたいと願っていると思います。彼女たちは、きっとまた帰ってきてくれるでしょう。

リズモーを訪れた全ての学生に、「リズモーに来ることがあれば、いつでも我が家はあなたたちのためにあります」と伝えています。



(英文は、原文のとおりです)



『助産師外来』の紹介

今回は、市立病院産婦人科で実施している『助産師外来』を紹介します。

『助産師外来』では、文字どおり、助産師が妊婦さんの健診を行います。

ゆったりとした雰囲気の中で、家族と一緒に、妊娠中の気になることや注意すること、また、ちょっとした出来事などを、気軽に助産師に相談することが出来ます。

◎助産師外来

▽健診日 月・火・木・金曜日の午前中のみ

▽ところ 市立病院産婦人科病棟内の助産師外来専用室

▽内容

●超音波エコーで、赤ちゃんの様子を家族で見ることが出来ます。

●異常があれば、医師の診察

を受けていただきます。

▽対象者 医師が許可する妊娠14週前後の妊婦さん

▽健診料 1回4,000円

▽申込方法 産婦人科外来で、予約を受け付けています。

※妊婦健診審査受診票が使えます。

◎助産師外来を受けた妊婦さんの声

●「ゆつくり赤ちゃんに会えて、すごく楽しい時間を過ごせた」

●「落ち着いた雰囲気の中で、ゆつくり話をするのができ安心した」

●「助産師外来の回数をもっと増やしてほしい」「など、とてもうれしい声が寄せられています。」

◎担当した助産師の声

助産師外来でゆつくりとした時間を設け、妊婦さんに聞

わっていると、マタニティライフやどういったお産がしたいかなど、患者さんの思いを直接知ることが出来ます。患者さんの思いに沿った関わりを行うことで、助産師外来を開設してよかったです。

◎助産師外来のこれから

現在は、妊娠14週前後の人を対象として、妊娠初期における保健指導を行っています。

今後は、32週前後の人も対象にして、直前に迫ったお産や、育児などの相談も行えるようにしていきたいと思えます。

助産師外来での私たちの関わりによって、少しでも妊婦さんや、家族の妊娠中に抱える様々な不安が解消され、安心したお産につながるよう、取り組んでいきたいと思えます。

また「助産師外来(妊婦健診)」のほかに、「母乳外来」や「育児相談」も行っています。ぜひ、利用してください。

「助産師 西原 八重美」



寒い時期に、運動をしていますか？

寒い時期になると、どうしても外出や運動の機会が減ってしまいがちです。しかし、寒い時期でも、適度な運動はとても大切です。気分がさわやかになるほか、血液循環を良くし、筋力の衰えを防ぎます。

ただし、冬は寒さで関節や筋肉が硬直して、けがをしやすい時期だということを忘れてはいけません。思わぬ捻挫や骨折を防ぐためにも、運動をする時は、次のようなことに気を付けてください。

①準備体操

運動前には、ウォーミングアップが必要です。ウォーミングアップのストレッチにより、血液循環を良くし、神経と筋肉の協調や関節の動きをスムーズにします。10分くらいゆつくりと時間をかけて、全身の筋肉がスムーズに動くようにしてください。

②服装・靴

寒い時期はたくさん着込んでしまいがちです。寒さ対策は必要ですが、動きづらくないか、お腹や胸が苦しくないか、などに気を付けてください。運動をする汗をかいたので、はじめは重ね着をして暖かくして、途中で暖かくなってきたら、1枚脱ぐとよいでしょう。

また、外を歩く時は、自分に合った靴を選びましょう。



人権シリーズ 140

「食」?

二人の小学生と思われる子が、朝から子どもだけで、ハンバーガーショップで食事をしていました。どうやら、登校前のようにです。

子どもたちの、食事のあり方が気になりました。

食の問題点を端的に浮き彫りにしたことは、「食」に当てはまる漢字をいくつかあげられるでしょうか。

個、孤、己、子、固、粉、濃、小、戸、五...などがあるようです。『個』という漢字には、それぞれが別々のものを食べることにへの注意が込められています。同じ食卓にいても、バラバ

ラのもの食べていると、家族の絆がそこなわれるなどの問題につながります。

『孤』『己』という漢字は、その字から連想されるように、一人で食へることです。楽しいひとときであるべき食事の時間が、孤独感や寂しさへと変化しているようです。

『子』という漢字は、子どもたちだけで食へることを意味しています。子どもたちだけで食へると、どうしても好き嫌いが増え、偏った食事になってしまう。朝食に「ドーナツ」と「コーラ」などという例も多くなっています。糖分の摂りすぎも怖いですね。

『固』という漢字は、固定食の固です。同じ様なものを食べ続けることで、栄養のバランスが崩れるだけでなく、肥満や生活習慣病を引き起こしかねません。

『粉』という漢字は、パンや麺などの、粉からつくられるものばかり食へること。食の欧米化が進み、米の消費量は年々減少しています。やわらかいものばかり食へ続けると、かむ力も弱くなってしまう。

さて、濃、小、戸、五...などには、どんな問題が隠されているのでしょうか。今年、子どもの権利条約が批准されて、二十年目の年です。人権の土台をなす「食」の課題について考えてみました。

〔人権施策課 内線276〕

合わない靴で無理に運動を続けると、つま先が圧迫されることによる痛みや、靴ずれが起る可能性もあります。

③ 整理体操

運動後は、疲労が残らないように、クールダウンのストレッチを行います。無理のない程度に、膝の屈伸をして膝の疲労をとる、手足のぶらぶら運動などで筋肉をほぐす、呼吸を整えながら体を軽くひねる、などがいいでしょう。

④ 水分補給

運動をしたら、汗をかいたため、身体の水分が減ります。運動20分位前に、水分をとりましょう。また、運動中・運動後も、適度に水分を補給するようにしましょう。飲み物は胃腸に負担をかけないように、常温のお茶や、温かい飲み物がいいでしょう。

汗をかいたらよく拭きとる、着衣を着替えることも、忘れないでください。

運動の制限がある人などは、主治医と相談しながら無理をしないで行いましょう。

市では、65歳以上で、身体が弱ってきたと感じている人を対象にした運動教室「ゆっゆっはつらつクラブ」や、介護予防に関する教室「さわやか生活教室」、「転倒予防教室」なども行っています。広報誌の記事や挟み込みチラシの「地域包括支援センターだより」に詳しい内容を紹介していますので、見てください。

自分のペースで楽しみながら、運動習慣を身につけましょう。

〔地域包括支援課 内線5588・5888〕



商店街の

移り変りと

時代背景



大和高田語りべ：上嶋 丈夫さん
上嶋丈夫さんは、市内に住んで90年。自身が見てきた高田の歴史を、文章に書きとどめています。

高田劇場は、トーキー映画（映像と音声同期した映画のこと）になるまでは、客席が畳敷のマス席で、「お茶子さん」と呼ばれていた女性が、客の求めに応じて座布団・手あぶり火鉢を運んだり、チップ制で小用聞きのサービスをしたものでした。トーキー映画になつてからは、すべて椅子席にリフォームされました。曙館は早くから椅子席で、無声映画時代はスクリーンと舞台の脇には、活動弁士（無声映画を上映中に、その内容を語

り、表現して解説する人※戦前戦後を通して有名な弁士「徳川夢声」が第一人者でした）、舞台下の奈落には、5・6人の楽団がいて、音響効果を演出したものでした。

活動写真「高田馬場の決闘」（主演 坂東妻三郎）では、堀部安兵衛が高田馬場へ鉢巻に簪を挿して走るシーンの時などは、観客が二斉に床を足で踏み鳴らし、「早く行つたれーはよ、いったらんかい！」と口々に叫んだものです。今では見られない風景です。こうし

た観客は、映画が終わると一斉に天神橋商店街に繰り出すので、店も繁盛したものです。

昭和7年には、ジョニー・ワ

イズミユラーの「ターザン」が子どもたちに大変人気でした。そうそう、昭和11年には、人気俳優「林長次郎」が暴漢に襲われ、頬に刃傷を負つてしばらく休養しました。それが治癒すると、本名の「長谷川一夫」で再出発しました。昭和12年には日中事変が勃発し、外国映画の輸入が禁止されたことや、物価統制令・配給制度が布かれ、商店街も賑わいを無くすようになりました。

消費生活 センターから

遠隔操作による、プロバイダ変更 勧誘トラブルが急増!

大手電話会社名を名乗る人物から、プロバイダ料金が今よりも安くなるという電話勧誘を受け、安くなるならと思いつつ承ら電話があり、遠隔操作で作業を行うというので、ID、パスワードなど個人情報教え、遠隔操作でプロバイダ変更手続きを行い、完了した。しかし、作業中の画面で、大手電話会社でないことが分かった。また料金もさほど安くないことから解約したい。事業者のサイトには、2年以内の解約なら違約金15,000円が必要と書かれているが、支払わないといけないのか。

（40歳代 男性）

全国の消費生活センターには、「大手電話会社の関連業者」と思い、プロバイダの変更手続きを遠隔操作でしてもらったが、大

手電話会社とは無関係の事業者であった「プロバイダ料金が安くなる」といわれたが、実際は安くなつていないので、解約を申し入れたら違約金を請求された」という相談が多数寄せられています。

この契約は、大手電話会社と無関係にも関わらず、消費者が契約している大手電話会社の回線名を告げるなどして、いかにも関係事業者であるかのような印象を与えます。

そして、消費者が誤解したり、また電話勧誘で行われるため、不意打ち性があります。事業者のペースに乗せられ、消費者が十分に考える時間を与えられないまま、手続きが完了してしまふという問題がおきます。プロバイダなどの、電気通信関係の契約は、電話勧誘で契約しても、クーリング・オフ制度は適用されません。

しかし、虚偽の説明など問題のある勧誘を受けた場合は、取り消しができることもあります。

今回の事例では、料金が今より安くなると事実でないことから、告げられ契約していることから、契約取消しを主張するよう助けました。

11月のおはなし会

◎おはなし会

- ▷とき 11月8日(土) ぞぜん10じ30ぶん～
- ▷ところ としょかん 2かい
- 絵本 『おおきなかぶ』
- おはなし 『かしいお医者^{いしや}のやせぐすり』

◎えほん^{えほん}とわらべうた^{うた}の時間 《きらら》

- ▷とき 11月22日(土) ぞぜん10じ30ぶん～
- ▷ところ としょかん 2かい
- 絵本 『ぼちぼちいこか』
- おはなし 『ねずみのよめいり』

※ほかにもたのしいおはなしや、てあそびがあります。

〔大和高田市立図書館
☎52-3424 FAX 52-9415〕

BOOKサロン



今月の一冊



木内かつの
な、絵本から
発展していく
遊びを紹介し
ている本で
す。

絵本の読み聞かせをしてもらって湧き出た気持ちを、絵を描いたり体を使ったりなど、いろいろな形で表現して遊ぶのが『絵本あそび』。絵本をもっと楽しめるよう

『木内かつの絵本あそび』
木内かつ 著・西山悦子 写真
／福音館書店

11月の新着図書

児童書

- 『しょうてんがい^{しょうてんがい}はふしぎとおり』
内田麟太郎 作・村田エミコ 絵／佼成出版社
- 『かんたんカード&コインマジック』
ステファニー・ターンプル 作・長谷和幸 監修／ほるぷ出版
- 『げんきなぬいぐるみ人形ガルトラ』
モトウナナセシウィック 作・多賀京子 訳／福音館書店

☆ほかにも、新着図書がいろいろあります。

一般書

- 『心が疲れたらお粥を食べなさい』
吉村昇洋 著／幻冬舎
- 『子宮美人のつくりかた』
仁平美香 著／主婦の友社
- 『樹木見分けのポイント図鑑 新装版』
林弥栄 総監修・畔上能力(他) 監修／講談社

◎新装開店

10月17日(金)～31日(金)の長期間にわたる休館で、利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしました。無事、蔵書点検とシステムの入替えが完了しました。

今回、この入替えに伴い、蔵書検索した結果の資料情報が増えました。本を選ぶ際の参考にしてください。また、利用者自らインターネット検索ができるパソコンを、2台設置しました。

蔵書検索の方法など、わからないことがあれば、スタッフに声をかけてください。皆さんの来館をお待ちしています。



「たくさん本を借りてくださいね」



教えて! 最新情報

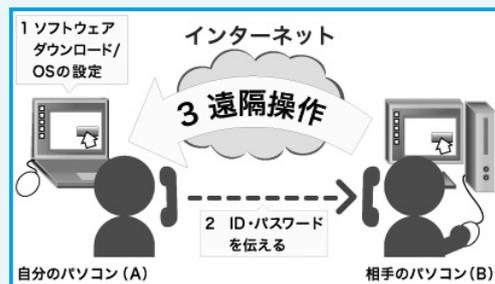
〇〇細胞への投資詐欺

- テレビや新聞で、〇〇細胞に関する話が色々な意味で話題だね。
- うまく活用されれば、医学が画期的に进步しますよね。
- 悪質業者は、そんな話題となる出来事や言葉を悪用して、近づいてくるんだよ。
- なんでもかんでも便乗してきますよね。
- 電話で、〇〇細胞を手掛けている会社の株を買う権利に当選したとか、その権利を購入して譲ってほしいとかね。
- 簡単に儲かる〇〇細胞の話は、ありませーん。
- と、とにかくおかしい電話があれば、すぐに消費生活センターへ電話じゃ。

消費者へのアドバイス

- 契約前に書面の交付を求め、契約内容を完全に理解しないまま電話口で契約の承諾をしないようにしましょう。
- 契約先は必ず確認しましょう。サービスの内容を確認し、現在の利用料より、何がいくらか安くなるのかを確認しましょう。
- 従前のプロバイダ契約の解約によるデメリットなどを理解し、必要のない契約であれば、きっぱりと断りましょう。
- トラブルになったら消費生活センターに相談してください。

●遠隔操作によるプロバイダ接続手続き(例)



平成26年9月18日 独立行政法人国民生活センター報道発表資料参照