



# とくしま

K O H O T O K U S H I M A

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

No.801

2009 2月15日

平成21年2月1日現在

(前月比)  
 人口 259,494人(+1)  
 男 123,365人(-30)  
 女 136,129人(+31)  
 世帯数 110,975世帯(+60)  
 面積 191.39km<sup>2</sup>



## 糖尿病予防大作戦実施中!

一人一人が健康づくりに取り組もう!

徳島市では、「まず8000歩・腹八分目でとくしましよう」を合言葉に糖尿病予防大作戦を実施し、さまざまな保健事業を展開しています。一人一人が生活習慣を改善し、健康づくりに取り組むとともに、糖尿病に対する正しい知識を身につけて、「糖尿病およびその予備群」の予防に努めましょう。

### 糖尿病とは

#### 徳島市の現状

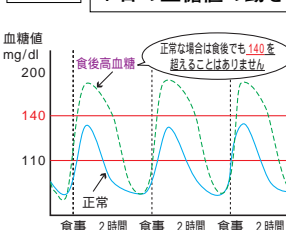
徳島県は、糖尿病死亡率が14年連続で全国ワースト1位を続けていました。平成19年度で6位に下がったものの、依然として全国平均を大きく上回っています。徳島市でも、市民の4人に1人が「糖尿病およびその予

備群」であることから、市民の皆さんの健康を守るため、その予防対策が急務となっています。

#### 食後高血糖を ご存知ですか?

正常な人の場合、血糖値(血液中のブドウ糖の濃度)は何を食べても140mg/dlを超えてはなりません。しかし、糖尿病予備群の段階などでは、食前の血糖値が正常でも、食後の

#### 1日の血糖値の動き



### 糖尿病はなぜ怖い

糖尿病の症状である高血糖状態が長く続くと、血管が傷んだり神経の働きに障害が生じます。このときに血糖をコントロールしないといくと、発症時から5年から10年で、細小血管の合併症(網膜症、腎症、神経障害など)があらわれます。

### 糖尿病を 予防するために

食後高血糖や糖尿病の初期は自覚症状がほとんどなく、何らかの症状があらわれたときには病状はかなり進行しています。予防には健康診査を必ず受診し、血糖値に異常が見られた場合は再検査や治療を受けましょう。そして、その結果を保存し、正常範囲の中でも値が悪くなっ

#### 糖尿病の主な検査項目

検査項目	基準値
空腹時血糖	100mg/dl未満
ヘモグロビンA1c (1~2カ月の平均的な血糖値の指標)	5.2%未満

\*特定保健指導対象者を選定・階層化するための判断項目としての基準値

### 糖尿病への 取り組み

一人一人ができる糖尿病への予防で最も大切なことは、普段の生活の中でのバランスのとれた食事と適度な運動です。徳島市保健センターでは、糖尿病予防大作戦を実施し、「まず8000歩・腹八分目でとくしましよう」を合言葉に、さまざまな事業に取り組んでいます。

#### 健康づくり情報を配信

徳島市ホームページの「健康れしび」コーナーで、「からだ・栄養・運動」の3つの視点から健康づくりに関する情報を配信しています。

- ◆からだ健康診査の必要性・糖尿病やメタボリックシンドロームについてなど
- ◆栄養Ⅱバランスのとれた食事について・生活習慣病予防食の献立例の紹介など
- ◆運動Ⅱ徳島市の現状と課題・運動の効果・からだを動かす工夫・ウォーキングのすすめ・運動時の注意点など



健康センターだより冬号

「ターダより」を年4回発行しています。

#### 健康相談を実施

医師・保健師・栄養士・健康運動実践指導者が健康相談を行っています。健診結果の見方や気になることがあればいつでもご相談ください。



健康についてご相談ください

#### 出前講座を開講

糖尿病を予防する目的で、小中学校の保護者の集まりや、事業所の昼休みなどの時間に、簡易健康チェック(血圧・腹囲・必要に応じ自己血糖測定や検尿)と、健康相談・栄養相談・健康教育などを実施しています。少人数からでも結構です。気軽にご利用ください。



気軽にご利用を

#### 運動のきっかけづくりに体操を実施

運動習慣のきっかけづくりとして、毎週月曜日に「きっかけ



きっかけ体操の様子

#### ウォーキングメイトと歩こう

実施場所	曜日	集合場所
とくしま植物園	毎週 月	緑の相談所前
徳島中央公園	毎週 火・木	鶯の門前
文化の森総合公園	毎週 水・金	噴水前

\*開始時間10:00~。申し込み不要。雨天中止。祝・祭日、夏場の熱中症危険時期は休み

徳島市では、これからも糖尿病予防大作戦を展開していきます。市民の皆さんのご協力をお願いいたします。

「問い合わせ先」徳島市保健センター ☎(6556)0534

徳島市人事行政の運営などの状況

徳島市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例(平成17年徳島市条例第19号)第6条の規定に基づき、平成19年度における徳島市の人事行政の運営などの状況の概要を公表します。

問い合わせ先 人事課 (☎621-5023)

1 職員の任免および職員数に関する状況

Table 1: 職員の採用状況 (平成19年度実施職員採用試験による採用状況)

Table 2: 再任用職員の状況 (再任用職員とは、高齢者雇用の推進のため定年退職者などから)

Table 3: 職員の退職の状況 (平成19年度における職員の退職状況)

- 退職者数には、再任用職員、臨時的任用職員、非常勤職員などは除いています。
2 その他には、死亡、免職などによる退職を計上しています。

2 職員の給与との状況

Table 4: 人件費の状況 (人件費 21,203,804千円(全歳出の24.9%))

Table 5: 職員給与費の状況 (平成19年度普通会計決算職員給与費 14,499,229千円)

Table 6: 職員給与費との状況 (職員給与費とは、人件費のうち一般職員に支給される給与)

Table 7: 職員の平均給料月額および平均年齢の状況 (平成20年4月1日現在)

(4) 部門別職員数の状況と主な増減理由(各年4月1日現在)(単位:人)

Table 8: 部門別職員数の状況と主な増減理由

- 職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する生徒、派遣職員などを含む、臨時の任用または非常勤職員を除いています。
2 「一時的な欠員不補充」とは、平成20年3月末退職者に係る職員の補充を、平成20年5月1日付け人事異動において行ったことを示しています。

(3) 職員の初任給および経年数別・学歴別平均給料月額の状況 (平成20年4月1日現在(単位:円))

Table 9: 職員の初任給および経年数別・学歴別平均給料月額の状況

(4) 職員の平均給料月額および平均年齢の状況 (平成20年4月1日現在)

Table 10: 職員の平均給料月額および平均年齢の状況

平成20年4月1日現在

Table 11: 特別職の給料月額などの状況 (市長 894,400円 議長 714,000円)

- 1 期末手当は年間3.3月分です。
2 平成17年4月1日から、市長20%、副市長12%の給料月額および期末手当の減額を実施しています。

3 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

Table 12: 勤務時間の概要 (開始時刻 8:30 終了時刻 17:00)

- (2) 休暇制度の概要 (職員の休暇の概要は、次のとおりです。)

Table 13: 休暇制度の概要 (区分 休暇期間 区分 休暇期間)

- (3) 年次休暇の取得状況 (平均取得日数 平成19年 14.37日 平成18年 14.60日)

Table 14: 育児休業などの取得状況 (単位:人)

- 1 育児休業とは、職員が「任命権者の承認を受けて、当該職員の3歳に満たない子どもを養育するために、当該子どもが3歳に達する日までの間、必要とする期間を休業すること。
2 部分休業とは、職員が任命権者の承認を受けて、当該職員の3歳に満たない子どもを養育するために、当該子どもが3歳に達するまでの間、必要とする期間に係る1日の勤務時間の始めまたは終わりについて、1日を通じて2時間を超えない範囲内で休業すること。

4 職員の分限および懲戒処分の状況

- 1 平成19年度の分限処分状況 (分限処分の職員総数は16人(降任1人、休職15人)です。
2 平成19年度の懲戒処分状況 (懲戒処分の職員総数は7人(減給4人、停職2人、免職1人)です。)

5 職員の研修および勤務成績の評定の状況

- 1 平成19年度職員研修実績 (単位:人)

Table 15: 平成19年度職員研修実績 (区分 受講者数 研修内容など)

- (2) 職員の勤務成績の評定の状況 (職員は、平成19年度は、交付金23,431千円を支出しています。)

6 職員の福祉および利益の保護の状況

- 1 福利厚生制度 (2) 防災災害補償制度 (福利厚生制度は、条例で徳島市職員互助会を設置し、給付、職員が公務上の災害または付やレクリエーション事業などによる災害を受けた場合は、その災害で生じた補償などの事業を行うものです。)

Table 16: 公務災害 39件 通勤災害 2件

7 公平委員会の業務の状況

- (1) 勤務条件に関する措置要求の状況 .....該当なし
(2) 不利益処分に関する不服申立ての状況 .....該当なし

親子ふれあいプラザ 【3月の行事】 ☎657-0065 いずれも参加無料。※印は要申し込み。 ◆子育てセミナー 「親子で遊ぼうキッドピクス」 ※日時 3月11日(水) 10:30~11:30 場所 親子ふれあいプラザ(きりんルーム) 講師 吉本 直子さん 定員 就学前の子どもとその保護者25組 ◆親子教室 対象: 就学前の子どもとその保護者

不用品活用 【譲ります】(品名、使用年数、価格) ▶折りたたみ自転車、5年、2,500円▶会議机(和室用、3人がけ)3台、10年、1,000円(1台)▶スーツケース(大、中、小)、10年、無償 【譲ってください】▶足踏みミシン▶2人乗りベビーカー▶洗濯機(6kg)▶チャイルドシート(4歳見使用)▶ポータブルミシン 申はがきに希望の品(1人1品目)・住所・名前・電話番号を記入し、2月19日(木)までに消費生活センター(〒770-0834 元町1)へ。〇21日(土)に抽選し、当選者に連絡。詳しくは、徳島市ホームページでご確認ください。 問 徳島市消費生活センター (☎625-2326 火曜日・祝日は休み)

市バス 旅への誘い ◆四国八十八か所日帰りへの旅 2月22日(日)<日帰り> 6,300円(昼食付き) ◆石切神社・清荒神・生田神社 2月26日(木)<日帰り> 7,000円(昼食付き) ◆せとうち七福神 3月3日(日)<日帰り> 8,500円(昼食付き) ◆なばなの里・梅まつり 3月8日(日)<日帰り> 8,700円(昼・夕食付き) ◆高野山月まいり 3月16日(日)<日帰り> 10,000円(昼・夕食付き) 問 市バス観光係 (☎652-2133)

CO2を減らしてストップ温暖化 ~エコライフメニュー⑪~ 暖房便座はこまめに温度調節し、フタを閉めましょう ▶便座の暖房を一段階下げ(中一弱)、使わないうときはフタを閉めると、年間25.1kgのCO2削減ができ、約1,350円節約できます。 問 環境保全課 (☎621-5213)



### 農業体験めぐり参加者募集

徳島市の農業・農村への理解を深め、「食」と「農」の大切さを実感していただくために、農業体験めぐりを開催します。

- 【とき】3月25日(水)8:30~16:00 (集合は8:20に市役所東側)
- 【体験先】市内の酪農家(乳牛)、野菜・花栽培農家などで簡単な農作業体験
- 【対象】市内在住の小学3~6年生(子どものみの参加が原則)
- 【定員】20人(希望者多数の場合は抽選)
- 【参加費】無料(昼食は準備してください)

【申し込み方法】往復はがきに住所、名前、学校名と学年、電話番号、返信あて名を書いて、2月27日(金)までに徳島市農業士会(〒770-8571 幸町2-5 農林水産課内 ☎621-5252)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。



▲昨年の農業体験めぐりに参加した子どもたち

### とくしま動物園 ピクニック広場 休憩所の愛称は 「ふとんのタカハシ こんどる休憩所」



とくしま動物園が募集していた園内ピクニック広場の休憩所(※写真上)のネーミングライツのパートナー企業が決定し、休憩所の愛称が「ふとんのタカハシ こんどる休憩所」に決まりました。

休憩所はテント張りで面積22.3・5平方m。昨年、開園10周年を記念して整備され、休憩所内には、動物のイラストを配したベンチ(※写真左)が設置されています。

今後は休憩所内でイベントの



開催なども予定しています。多くの来園者のご利用をお待ちしています。

### 土・日・祝日運行し途中下車OK！乗車無料 ぐるぐるバス好評運行中！ 日曜市直通便もご利用を

徳島市では、徳島市日本観光旅館連盟の協力を得て、土・日・祝日に、市内に点在する観光バス(ぐるぐるバス)を運行しています。

乗車は無料です。市民の皆さんもぐるぐるバスに乗って、気軽に市内を巡ってみませんか。

【運行日時】土曜日・日曜日・祝日(年末年始を除く)10時~15時の間、1時間ごとに1日6便

コース 阿波おどり会館→瑞巖寺前→紺屋町→両国橋詰→JR徳島駅→徳島城鷲の門前→助任橋→助任川河岸緑地→お花畑踏切→新町橋→春日神社前→阿波おどり会館(所要時間約40分)

※途中下車可能(ただし、周囲の安全が確認できるところに限ります)

【定員】24人(先着)

【乗車場所】阿波おどり会館前



▶日曜市直通便もある「ぐるぐるバス」 紺屋町日曜市会場前

【問い合わせ先】とくしま動物園 ☎636-32115

### とくしま動物園 年間パスポートを発売中！



とくしま動物園では、1年間何度でも使用できる年間パスポートを発売しています。

来園したその日から使用でき、有効期限までの1年間、パスポートを提示すれば何回でも入園できます。券売機が混雑していても並ぶ必要がなく、すぐに入園できるのも魅力です。

動物が好きな人、子どもと一緒

【問い合わせ先】徳島総合観光案内所 ☎(652)7694、観光課 ☎(621)5232

【ご利用ください】日曜市直通便も運行中

阿波おどり会館と市内で開催されている問屋町(毎週日曜日)と紺屋町(毎月最終日曜日)

を結ぶ「ぐるぐるバス日曜市直通便」も運行しています。乗車は無料です。

日曜市へお越しの際は、ぐるぐるバスをぜひご利用ください。

コース 阿波おどり会館→徳島わくわく日曜市(紺屋町)→徳島びっく日曜市(問屋町)

【定員】24人(先着)

【運行日時】毎週日曜日(紺屋町には最終日曜日のみ停車)阿波おどり会館発が8時と9時。徳島びっく日曜市(問屋町)発が8時30分と9時30分。

【問い合わせ先】徳島総合観光案内所 ☎(652)7694、観光課 ☎(621)5232

一緒に動物園を楽しみたい人など、年間パスポートを作ってみませんか。

【バスポート料金】1枚1,000円

(本人に限り有効)払い戻しや再発行はできません。

【購入方法】①パスポート申込書に名前、性別、電話番号などを記入し、顔写真を撮る(無

料。2・5センチ×3センチの写真をお持ちいただいても可)

②窓口で料金を払い、引換券を受け取る

③引換券を提示し入園

④帰りに引換券と交換でパスポートを受け取る(申し込みから発行まで約1時間かかります)

※通常入園料(1日)は、大人500円、中学生以下は無料となっています。

【問い合わせ先】とくしま動物園 ☎(636)32115

【問い合わせ先】とくしま動物園 ☎(636)32115

【問い合わせ先】とくしま動物園 ☎(636)32115

【問い合わせ先】とくしま動物園 ☎(636)32115

### 眉山・阿波おどり会館で 春を先取りしませんか

#### ■春の花畑展

野に咲く草花で徳島の春を表現します。

【とき・ところ】阿波おどり会館

1階=2月25日(水)まで

#### ■ひな人形の展示

【とき】2月22日(日)~3月8日(日)

【ところ】阿波おどり会館2階ギャラリー

#### ■ひなあられのプレゼント

【とき】3月1日(日)

【対象】眉山ロープウェイ利用者(先着100人)と昼の阿波おどり公演入場者(各公演先着50人)

【問い合わせ先】阿波おどり会館 ☎611-1611



### 徳島・雛めぐりウオーク

徳島に春を告げるひな祭りの2会場と特別会場を巡ってみませんか。記念スタンプを2個以上集めれば記念品をプレゼントします。

【とき】2月22日(日)~3月8日(日)

【ところ】▶阿波おどり会館(2月25日は休館)▶徳島城博物館(毎週月曜日は休館)

特別展「源氏物語と宮廷文化へのあこがれ」▶勝浦町人形文化交流館・ビッグひな祭り(勝浦町生名ノ瀬：会期は2月22日(日)~3月22日(日)9:00~16:00)

【問い合わせ先】阿波おどり会館 ☎611-1611



### 徳島城博物館 特別展「源氏物語と宮廷文化へのあこがれ」関連イベント

#### ■香道講座「香りの文化史~香道確立から源氏香まで」

【とき】2月28日(土)13:30~15:30 【ところ】徳島城博物館和室

【内容】王朝文化の中の薫物をはじめ、室町期の香道の成立、江戸時代の源氏香に代表される組香の流行など、日本の香りをめぐる歴史についての話の後、受講者全員に実際に香の体験もしていただきます。

【講師】福井北勝洞さん(香道開院流宗家)

#### ■古典の小箱

「源氏物語~女三の宮と柏木の恋」

【とき】3月1日(日)13:30~15:00

【ところ】徳島城博物館和室

【内容】光源氏の栄華を暗転させ、登場人物たちを悲劇的な運命へと導いていった女三の宮と柏木の恋の知られざるドラマを紹介します。

【講師】藤井悦子さん(書家)

【入館料】大人500円、高校・大学生300円、中学生以下は無料

【問い合わせ先】徳島城博物館 ☎656-2525

