



特集

知ってほしい四日市市の財政

表紙「四日市の文化財」  
お諏訪おどり(水沢地区)

# 知ってほしい 四日市市の 財政

平成25年度の決算が8月定例会議で市議会に認定されました。決算とは「1年間の収入と支出」を示すもので、市の家計簿のようなものです。決算を見ることで、市民の皆さんが納めていただいた税金がどのように使われたのかを知っていただくことができます。また、本市には借金が今どれくらいあるのか、将来に心配事はないのか、そもそも本市の財政状況は良いのか悪いのかなども、皆さんの気になるところではないでしょうか。今回は、平成25年度の決算を踏まえ、市民の生活を支える行政サービスの礎となる本市の財政について特集します。

本市の会計は、その使い道や収入源の違いにより、次の3つに分けて管理をしています。平成25年度の決算は、P4~P5で詳しく紹介します。

## 平成25年度 決算

### 一般会計

福祉や教育、土木など、基本的な行政運営の経費を賄う会計です

入ったお金 1,072億円  
使ったお金 1,043億円

### 特別会計など

競輪や国民健康保険など特定の収入によって運営する事業の会計です

入ったお金 765億円  
使ったお金 727億円

### 公営企業会計

利用料金などの収益で運営する採算性のある事業に適用される会計です

入ったお金 359億円  
使ったお金 344億円

## 財政状況は着実に改善しています

財政状況を見る指標についてはさまざまなものがありますが、ここでは、地方自治体の財政破たんを未然に防ぐため国が定めた「健全化判断比率」という4つの指標を紹介します。

財政が悪化し、4つの指標のいずれかが早期健全化基準を上回ると、イエローカードである「早期健全化団体」に指定されます。さらに悪化し、将来負担比率を除く3指標のいずれかが財政再生基準を上回ると、レッドカードである「財政再生団体」に指定されます。

本市の健全化判断比率は、右表のとおりいずれの指標においても早期健全化基準を下回っており、財政は健全な状態を保っています。また、過去からの推移を見ても、着実に改善が進んでいます。

指標	内容	財政再生基準	早期健全化基準	四日市市(25年度)
実質赤字比率	一般会計などの赤字の割合	20%	11.25%	赤字なし(0%)
連結実質赤字比率 ※①	全会計の赤字の割合	30%	16.25%	赤字なし(0%)
実質公債費比率 ※①	1年間の収入に対して返済する借金の割合(全国平均※②8.6%)	35%	25%	12.2%
将来負担比率 ※①	財政規模に対し将来に負担が見込まれる負債の割合(全国平均※②51.0%)	—	350%	50.2%

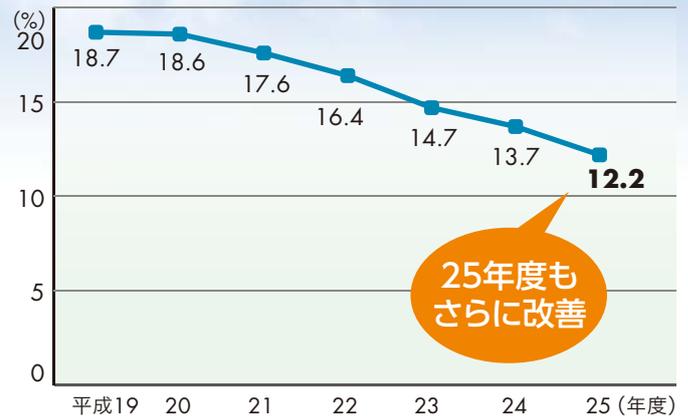
※①対象は一般会計、特別会計、公営企業会計のほか、公社などの関連団体を含めた会計です

※②全国の市区町村の平均値です。総務省発表の速報値に基づいており、今後変動する場合があります

## 実質公債費比率

この比率が高いほど、借金への依存度が高いということになります。18%以上になると新たな借金をするために国や県の許可が必要になり、25%以上で借金を制限されます。

本市の比率は12.2%であり、健全であるといえます。全国平均8.6%と比較するとやや高めではあるものの、これまで着実に削減を進めており、平成25年度決算においてもさらに改善しました。



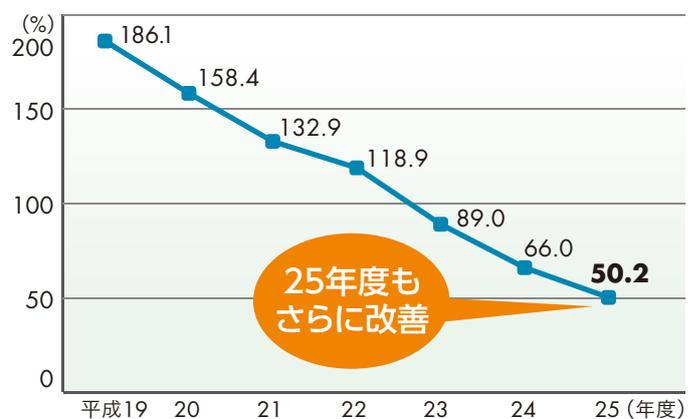
## 将来負担比率

この比率が高いほど、財政規模に比べ将来に見込まれる支出が大きくなり、今後、財政を圧迫する可能性が高くなります。

本市の比率は50.2%と健全であり、全国平均51.0%よりも下回っています。過去数年で大幅に削減が進んでおり、平成25年度決算においてもさらに改善しました。

このほかにも、民間企業の手法を用いた財務諸表など、さまざまな角度から財政状況を分析しています。詳しくはホームページを参照してください。

<http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/menu68040.html>

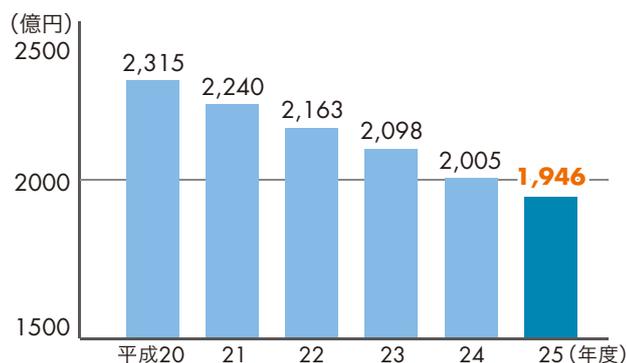


## 計画的に借金を減らしつつ必要な貯蓄をしています

本市は、「四日市市行財政改革プラン2011」（平成23～25年度）を策定し、「健全な財政運営」と「持続可能な財政基盤の確立」という2つの視点から財政運営の目標を定めました。具体的には、借金（市債）残高の削減と、災害などの不測の支出に備えるための貯金（財政調整基金）の確保であり、目標年度である平成25年度末では、いずれも達成に至りました。今後も将来を見据えた財政運営を行っていきます。

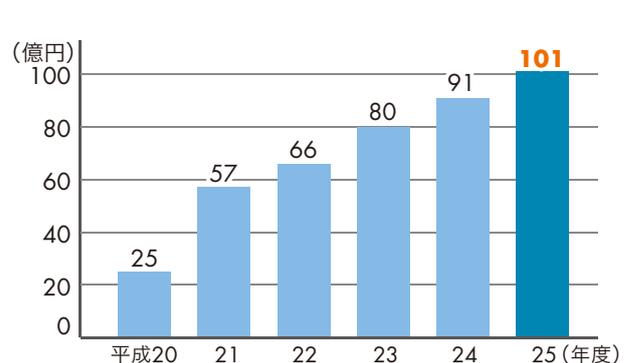
### 目標1 全会計市債残高を2,090億円以内とする

**達成!** 平成25年度末で1,946億円



### 目標2 財政調整基金を75億円以上とする

**達成!** 平成25年度末で101億円



# 税金を有効に活用しました(平成25年度決算)

平成25年度は、昨年度の1年間で市に入ったお金(歳入)と、使ったお金(歳出)は、次のとおりです。全ての会計において収支は黒字となりました。

## 一般会計



※歳入歳出差引額から翌年度へ繰り越した財源を差し引いた額

## 一般会計 歳入

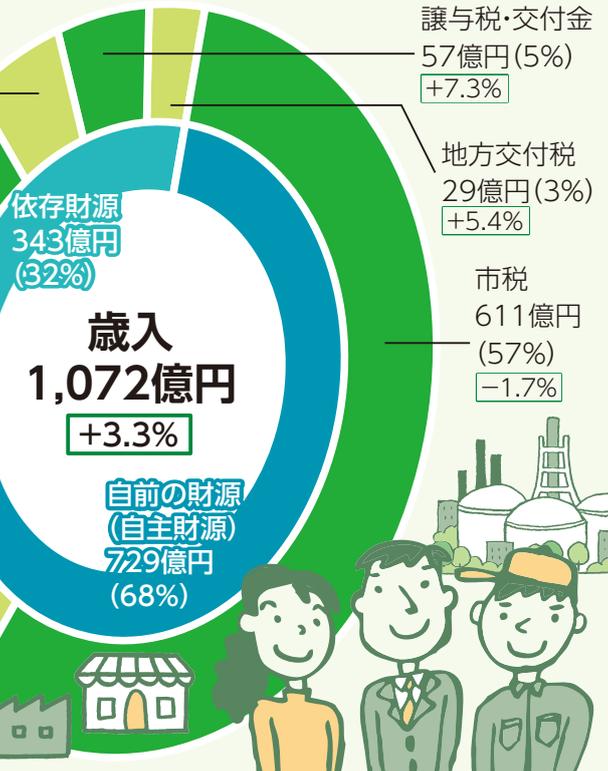
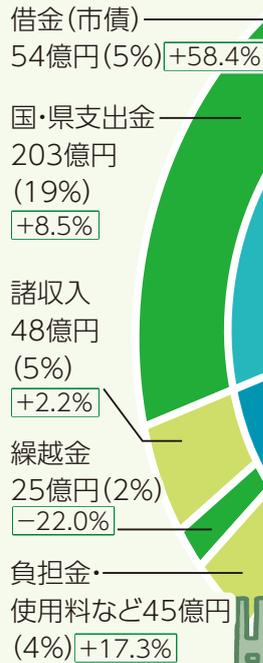
歳入は、市税収入をはじめとする自前の財源(自主財源)が7割近くを占め、残りは国や県からの支出金や借金(市債)などとなっています。

前年度比 +34億円(+3.3%)

### 主な増減

- 国・県支出金…+16億円(+8.5%)  
地域の元気臨時交付金(国庫支出金)の増など
- 市債…+20億円(+58.4%)  
曙町市営住宅建替事業による発行額増など
- 市税…-11億円(-1.7%)  
過去の大規模投資にかかる償却資産の減価償却が進んだことによる固定資産税の減など

( )カッコ内は構成比、  
□内は前年度比



## 一般会計 歳出

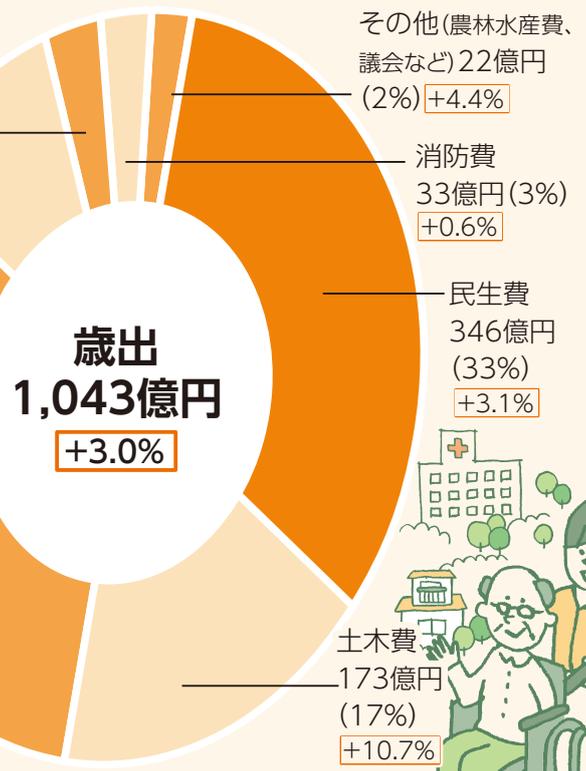
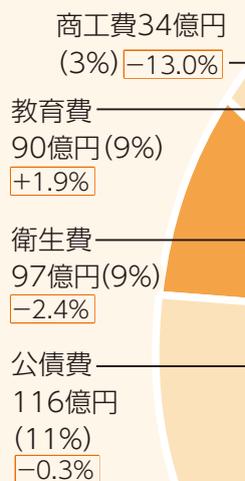
歳出は、福祉にかかる経費(民生費)が3分の1程度を占め、続いて土木費、総務費の順になっています。

前年度比 +30億円(+3.0%)

### 主な増減

- 土木費…+17億円(+10.7%)  
曙町市営住宅建替事業など
- 民生費…+10億円(+3.1%)  
後期高齢者医療特別会計繰出金の増など
- 商工費…-5億円(-13.0%)  
企業立地奨励金交付事業の減など

( )カッコ内は構成比、  
□内は前年度比



## 平成25年度の事業所税は27億円

事業所税は、人口30万人以上の都市などで、一定規模の事業を営む事業者から納めていただく市税です。平成25年度の事業所税は、主に次の事業に充てました。

- 防災対策に…2億円
- 廃棄物処理施設などに…1億円
- 道路、都市計画、下水などに…19億円
- 教育文化施設などに…5億円



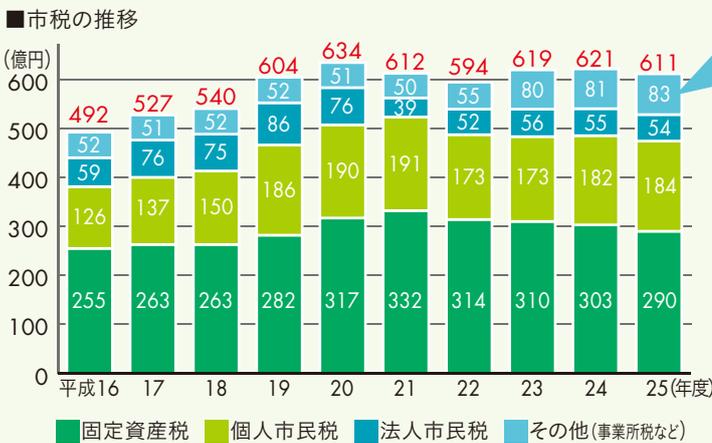
事業所税を充てて整備した笹川中学校の武道場にはその旨を明示→

この武道場は事業所税を活用し整備されたものです。  
四日市市

数字は四捨五入のため、合計に差異が生じる場合があります

### 市税の内訳と推移をみると

市税収入は、平成20年度にピークを迎えた後、世界同時不況の影響などで一時低迷しましたが、平成22年8月から事業所税の課税を開始したことなどにより、平成23年度以降は600億円台を確保しています。



## 特別会計など

平成25年度の特別会計は、国民健康保険や介護保険などの増により、歳入が前年比で0.3%、歳出が0.7%の増となりました。

項目	歳入	歳出	実質収支
競輪事業	165億円	156億円	9億円
国民健康保険	321億円	305億円	16億円
食肉センター食肉市場	6億円	6億円	7百万円
土地区画整理事業	6億円	6億円	4百万円
住宅新築資金等貸付事業	3千万円	1千万円	2千万円
公共用地取得事業	9億円	9億円	0百万円
農業集落排水事業	7億円	6億円	3千万円
介護保険	201億円	189億円	12億円
後期高齢者医療	50億円	50億円	2千万円
桜財産区※	3千9百万円	2百万円	3千6百万円
合計	765億円	727億円	38億円

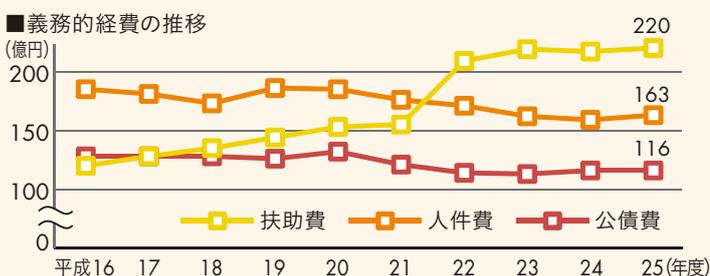
※財産管理などを行う特別地方公共団体です。桜財産区管理会が、桜地区にある山林保有などを行っています。

### 歳出を性質別にみると

歳出を性質別にみると、支出が義務付けられている義務的経費が半分近くを占めています。義務的経費は、扶助費(生活保護費など)、人件費(職員給料など)、公債費(借金の返済)の3つで構成され、特に扶助費が増加傾向にあります。

■歳出1,043億円の性質別内訳

義務的経費(47.9%)			投資的経費	補助費等	物件費	その他
扶助費	人件費	公債費				
220億円 (21.1%)	163億円 (15.7%)	116億円 (11.1%)	109億円 (10.4%)	147億円 (14.1%)	134億円 (12.8%)	154億円 (14.8%)



## 公営企業会計

本市の公営企業会計は、次の3事業となります。いずれも収支は黒字となりました。

項目	収益	費用	純利益
水道事業	73億円	66億円	7億円
病院事業	180億円	178億円	3億円
下水道事業	105億円	101億円	4億円

# 平成25年度実施事業

## 「安心、元気・魅力、絆のあるまち」を目指し、 5つの基本目標を掲げてさまざまな事業を着実に実施しました

本市は、今後10年間のまちづくりの方向性を定める「四日市市総合計画(平成23~32年度)」に基づき、「安心、元気・魅力、絆のあるまち」を目指して、さまざまな取り組みを進めています。

具体的には、総合計画に定める5つの基本目標に応じて、3カ年の実施計画として「推進計画(第1次推進計画は平成23~25年度)」を策定し、重点的に財源を配分することで、効果的に事業を推進しています。

ここでは、基本目標ごとに、平成25年度に実施した事業の成果の一部を紹介するとともに、主要な事業として、決算額の大きい上位5事業をお示します。



基本  
目標

### 1 「都市と環境が調和するまち」を目指して… 決算額 98億円

事業  
ピックアップ

#### 住みやすく魅力ある市営住宅を整備

曙町市営住宅建替事業 6億5,879万円

耐震基準を満たさない曙町市営住宅の建て替え(鉄筋コンクリート造5階2棟)を進めています。

平成25年度には第1期工事(1棟分)が予定どおり完了しました。津波避難ビルとして整備し、屋上には太陽光発電による非常用電源も備えています。



単位:百万円

平成25年度決算額(額が大きい順)		24年度	23年度
1 公共下水道事業(汚水)	5,601	3,446	1,471
2 水道整備事業	1,637	1,701	1,133
3 曙町市営住宅建替事業	659	115	44
4 新総合ごみ処理施設整備事業	594	667	631
5 農業集落排水事業	399	171	46

基本  
目標

### 2 「いきいきと働ける集いと交流のあるまち」を目指して… 決算額 5億円

事業  
ピックアップ

#### 企業の新規立地や設備投資を促進

企業立地奨励金交付事業 3億9,806万円

工場や事業所の新增設などを行う事業者に対し奨励措置を行っています。

臨海部企業や半導体関連企業など、市内32社(47件)、総額1,969億円の事業において本奨励金が活用され、新たな企業立地や設備投資が促進されました。



単位:百万円

平成25年度決算額(額が大きい順)		24年度	23年度
1 企業立地奨励金交付事業	398	875	575
2 民間研究所立地奨励金交付事業	37	0	7
3 観光推進事業	26	32	6
4 買い物拠点再生事業	13	12	11
5 臨海部工業地帯有効活用事業	10	10	10

基本目標 **3** 「誰もが自由に移動しやすい安全に暮らせるまち」を目指して…

決算額 **71** 億円



事業ピックアップ **防災井戸や鍵ボックスの整備で迅速な避難行動を**  
「避難施設等整備事業」のうち **2,986**万円

大規模な災害発生時に長期にわたる避難所生活の生活用水を確保する防災井戸(6カ所)や、津波避難ビルに震度5弱以上で自動開錠する鍵ボックス(31カ所)を設置するなど、迅速な避難行動の円滑化を図りました。



防災井戸



鍵ボックス

単位:百万円

平成25年度決算額(額が大きい順)	24年度	23年度	
1 総合治水対策推進事業	4,227	1,863	1,171
2 道路橋梁整備事業	1,163	1,005	755
3 公共施設ストックマネジメント事業	518	318	169
4 避難施設等整備事業	295	104	0
5 歩道・自転車道整備事業	207	121	31

基本目標 **4** 「市民が支えあい健康で自分らしく暮らせるまち」を目指して… 決算額 **44** 億円

事業ピックアップ **市立四日市病院をリニューアル**  
病棟増築・既設改修事業 **23**億1,215万円

医療・療養環境の改善を図るため、平成22年度から市立四日市病院のリニューアルを進めてきました。  
平成25年度には、既設病棟を全面改修し、従前の6人床病室の4人床化や個室の増床、トイレなどの設備の更新を行いました。



4人床化した病室(既設病棟)



単位:百万円

平成25年度決算額(額が大きい順)	24年度	23年度	
1 病棟増築・既設改修事業	2,312	1,728	3,997
2 子育て関係医療費助成	781	763	565
3 保健所関連施設整備事業	298	22	149
4 特別保育拡充事業	235	228	222
5 学童保育推進事業	223	210	175

基本目標 **5** 「心豊かな“よっかいち人”を育むまち」を目指して… 決算額 **20** 億円

事業ピックアップ **スクールカウンセラーを全小中学校に配置**  
「途切れのない指導・支援事業」のうち **2,685**万円

いじめ、不登校、発達障害など、多様化している子どもに係る問題に専門的な対応をするため、市内全小中学校にスクールカウンセラー(臨床心理士)を配置しました。  
一人ひとりの教育的ニーズを把握し、問題の早期発見・解決につなげています。



単位:百万円

平成25年度決算額(額が大きい順)	24年度	23年度	
1 大規模改修事業	406	121	4
2 校舎改築事業	302	304	659
3 博物館リニューアル事業	261	3	0
4 少人数学級拡充事業	215	190	186
5 途切れのない指導・支援事業	174	171	165

編集後記

毎年、この時期には前年度の決算を特集しています。今年は、市の財政のありのままの姿を知っていただきたいという思いで、財政健全化に向けた取り組みやその達成状況なども取り上げました。この特集をきっかけに、より多くの皆さんが市の財政に興味を持っていただければと思います。(財政経営課伊藤、広報広聴課木塚)

在宅医療の強い味方

# 訪問看護師

## ●訪問看護とは…

看護師などが自宅などを訪問して、主治医の指示や連携により行う看護(療養上の世話または必要な診療の補助)のことをいいます。

療養生活を送っているご本人やご家族の意思、ライフスタイルを尊重して、予防的支援から看取りまでを支えます。

訪問看護は、赤ちゃんから高齢者まで、訪問看護を必要とする全ての人に対して行います。介護保険や医療保険を使って利用することができます。

## ●こんなことをしています

健康状態の観察や助言、点滴、床ずれの手当て、食事指導、介護しているご家族のサポート、認知症や終末期の看護など一人ひとりの思いに寄り添ってケアを行っています。



## ●どうすれば、訪問看護を受けられるの？

訪問看護師の拠点は、主に訪問看護ステーションです。市内には20カ所あります。(平成26年10月現在)

訪問看護を希望される場合は、かかりつけ医、または、お近くの訪問看護ステーションにご相談ください。

また、お近くの在宅介護支援センターや担当のケアマネジャーにも相談ののってもらえます。

## 訪問看護利用者さんから一言

1回分ずつ薬を分けてもらったり、その薬を保管する箱を作ってもらったりしたので、一人で薬を飲めるようになりました。また、体調が良いときにはリハビリとして車いすで外に連れて行ってくれるなど、本当によくしてもらい助かっています。

現在94歳。100歳まで生きて、6年後の東京オリンピックを訪問看護師さんとテレビで観戦することが今の目標です。



## 訪問看護師になりませんか？

高齢化社会が進み、病院以外の自宅などで、療養する人が年々増加しています。在宅療養の患者が増えれば、訪問看護師の数がますます必要になってきます。本市でも平成27年1～2月にかけて、「訪問看護師養成研修」を開催します。

**日付** 平成27年1月15・22・29日、2月5・12日

**対象** 看護師有資格者。原則全日参加できる人

**定員** 10人



知っていますか？

## ICT(情報通信技術)を活用した医療情報ネットワークがスタートしました

患者さんの同意のもと、個人情報保護の上でインターネット回線を用いて、市内の基幹3病院(市立四日市病院、三重県立総合医療センター、羽津医療センター)の薬の処方や血液検査結果などの診療情報を病院間で共有し、診療所の医師が閲覧するシステムの運用が平成26年4月より始まっています。

このネットワークに同意いただくと、病院・診療所間で重複した検査や薬の処方を防ぐことができ、患者さんのご負担を軽減することができます。詳しくは、かかりつけ医または四日市医師会にお問い合わせください。

# まちなかに緑を

まちなかでビルや住宅などに囲まれた田んぼや畑など、市街化区域にある農地を「都市農地」といいます。米や野菜など農作物の生産以外にも、実は私たちの生活に大切な役割を担っている都市農地について紹介します。



## まちなかの緑の多様な機能

現在、全国的に都市化が進むとともに、農業従事者の高齢化や後継者不足などにより、まちなかにある農地は減少する傾向にあります。本市においても同様に、市街化区域における農地の維持が困難になっています。

都市農地は、下記のように多様な役割を持っており、その機能を保全する必要があります。

**市街化区域とは**  
都市計画法による区域区分の一つ。すでに市街地を形成している区域およびおおむね10年以内に優先的かつ計画的に市街化を図るべき区域。

## 都市農地の役割



## 都市農地の保全・活用に向けた取り組み

本市では、そうした都市農地の持つ機能を積極的に評価し、計画的に保全し良好な都市環境の形成を図るため、生産緑地制度の運用の見直しをはじめ、市民菜園や市民緑地制度の充実などによって、都市農地の保全や適切な活用を図っていきます。

**生産緑地**  
一定要件を備え、適正に管理されている都市農地を生産緑地として指定し、農地の計画的な保全を図っています。(税制優遇措置あり)

**市民菜園**  
農地を利用して、農業体験やレクリエーションなどの目的で農作業をすることで、農地が保全されています。

**市民緑地**  
民有緑地を市が無償で借り受け、地域団体などが整備・維持管理を行い、市民の憩いの場として提供しています。

緑あふれるまちを将来につなげていくために、市民の皆さんも都市農地の保全・活用と一緒に取り組んでみませんか。

都市計画課 ☎354-8272 FAX 354-8404

●この記事についてのお問い合わせ・ご意見は 農水振興課 ☎354-8180 FAX 354-8307



老若男女、各分野で活躍するさまざまな「四日市人」を取材して、その人の言葉で四日市の魅力などを読者に伝えるコーナーです。  
CTY「ちゃんねるよっかいち」でも紹介します。  
放送日時：12月11日から 9：00・19：30

## ○つながりを求めて

飲食店を始めて一番最初に感じたことは、桑名市や鈴鹿市に存在する飲食店同士の横のつながりがなかったことでした。

店舗間のつながりづくりのため、交流会などを開催し、顔を合わせる機会をつくることから始めました。

## ○AROUND 4って？

AROUND 4は市内にある飲食店の有志によるグループで、飲食店業界の活性化、人間力の向上、地域貢献のために日々活動しています。

派手な活動ばかりではないですが、毎月例会として勉強会を開催したり、年に1回よかもり（‘四日市を盛り上げる’という思いで名付けました）というスタッフのプレゼン大会も開催しています。



よかもりの様子

また、地域貢献のため、商店街などで開催されるイベントではできるだけ参加するようにしています。これまでの活動で得たネットワークを生かし、四日市の活性化のためにさまざまなイベントに参加してきました。



人材育成を目的としたイベントの様子

その結果、今ではお互いに協力関係も築け、店舗を超えたスタッフ同士のつながりができてきたと感じています。



よしだ きんじろう  
吉田金二郎さん

市内約30店の飲食店が参加しているAROUND 4の発起人である吉田金二郎さんを紹介しします。

## ○お客さんへのおもてなし

今年7月、商店街の中に「三重うまし国横丁 四日市宿」というお店を立ち上げました。三重の美味しいものを提供する郷土料理屋ですが、商店街の中を散策してもらう時に気軽に立ち寄ってもらえるように、お茶のまち四日市の「かぶせ茶」を無料で振る舞ったりしています。また、市外や県外のお客さんも多いので、夜遅くまでお土産などを買えるようにしています。



湯飲みはもちろん萬古焼です

## ○これからもつながりを大切に

多くの人にとって、「四日市に来ることが目的になる」のが目標です。目標の達成には、印象に残る対応が不可欠です。

ご来店いただいたお客さんの印象に残るように、積極的に話しかけたり、感想などを書き込めるノートを「三重うまし国横丁 四日市宿」に置いています。



全国のノートがあります

このノートは県別になっていて、お客さん同士のつながりが生まれればという思いがあります。

市内外を問わず、四日市の事が好きな人を増やし、さまざまなつながりが生まれるよう、これからも楽しみながらチャレンジし続けていきたいと思っています。

有料広告掲載欄

## くわしん カーライフローン

※インターネットでローンのお申し込み

くわしん 検索

■お使いみち  
新車・中古車の購入、車検・車の修理費用、免許取得費用他、お車に関する資金。

■ご融資金額 500万円以内 ■ご返済期間 3ヶ月以上10年以内

三重県内信用金庫統一キャンペーン実施中

【適用金利】

平成26年7月1日(火)～平成26年12月30日(火)

5年以内 年1.20%～年3.00%  
5年超10年以内 年2.20%～年4.00%

桑名信用金庫

四日市西支店  
TEL 351-2577  
生桑支店  
TEL 332-8181  
羽津支店  
TEL 332-2233  
大矢知支店  
TEL 364-3311  
川越支店  
TEL 364-8811

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。



産業を支え、人々の憩いの場としても活用されている四日市港の魅力をお伝えるコーナーです。

### 世界とつながる四日市港

四日市港は、平成25年の全国港別貿易額順位（空港を除く）で8位となっており、全国でも有数の国際貿易港です。古くは羊毛の輸入港として知られ、昭和40年代の初めには、全国の羊毛の6割が陸揚げされるなど、世界一の羊毛輸入港でした。その縁で、当時世界一の羊毛輸出港だったオーストラリアのシドニー港と姉妹港提携を締結しました。このため、四日市港には「シドニー港」にちなんだ名前がいくつかあります。

その一つが、友好記念に整備された「シドニー港公園」。

アスレチック遊具などがあり、子どもたちに人気の公園で、遊歩道がオーストラリア大陸をかたどった形状になっています。

現在では、オーストラリアから石炭やLNG（液化天然ガス）などがたくさん輸入され、中部圏のエネルギー供給にも重要な役割を果たしています。



※「SYSPA」・・・Sydney（シドニー）、Yokkaichi（四日市）、Sister（姉妹）、Port（港）、Affiliation（提携）の頭文字

**問い合わせ先**  
**四日市港管理組合 振興課**  
 ☎366-7022 FAX366-7025



来年4月に行われる統一地方選挙（県知事・県議会議員・市議会議員選挙）に向けての選挙啓発コーナーです。

政治参加や投票の重要性を同世代の皆さんに伝えるため結成された、四日市選挙啓発学生会「ツナガリ」。啓発イベントの企画など、毎月1回活動しています。一緒に活動してくれるメンバーも募集中。学生であればどなたでもOKです。一緒に啓発しませんか？



固くツナがるというイメージから、鎖と文字を組み合わせて自主製作したロゴマーク

四日市 ツナガリ

**問い合わせ先**  
**選挙管理委員会**  
 ☎354-8269 FAX359-0286



「HERO」は、みんなの声で立ち上がる！  
 「HERO」は、応援されると強くなる！  
 「選挙」にも「HERO」が必要だ！

投票率の向上を目指して、今日も地道に活動だ。  
 「投票に行ったよ」って、  
 声をかけてくれる 君がいるから がんばれる。  
 さあ選挙へ。

統一地方選挙  
 キャッチコピー

『投票で みせる街への 愛着度』

### 有料広告掲載欄



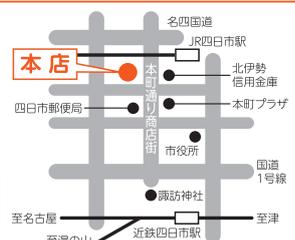
白魚紅梅煮 志ぐれ蛤 **喜太八時雨本舗**

### 明治十年創業 伝統の味を守り続けて百三十年

昔ながらの伝承醸造の極上生引きたまり醤油で独自の製法で吟味の上、素材の風味を生かすよう精魂込めて丹念に仕上げた“しぐれ”老舗伝統の味をご賞味ください。

**お歳暮ギフト  
 取扱っております**

本店●四日市市新町1-8 TEL(059)352-2265 FAX(059)352-4018  
 直売店●近鉄百貨店四日市2F http://www.shigure.co.jp



☎0120-17-4908

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。



## ～アルコールと上手に付き合みましょう～

年末年始が近づき、お酒を飲む機会が増える季節になりました。適度のアルコールは「百薬の長」ともいわれ、健康にもプラスにつながりますが、それは「節度ある適度な飲酒」をした場合で、飲みすぎると肥満や高血圧、肝機能障害など生活習慣病のリスクを高めてしまいます。



あなたがキラメキ健康づくりのヒントをお伝えします。今月は、「上手なアルコールとの付き合い方」の紹介です。

### ◎お酒の適量とは？

適度な飲酒量の目安(1日当たり)  
(厚生労働省 飲酒のガイドラインより)

- ビールなら 中瓶1本500ml
- 日本酒なら 1合180ml
- ワインなら グラス2杯240ml
- 焼酎(25度)なら 100ml
- ウイスキーなら ダブル1杯60ml

※個人差があり体質的にお酒の弱い人や、女性は「目安量」よりも少ない量が適量となります

※飲酒習慣のない人に対し、この量の飲酒を推奨するものではありません

### ◎おいしい食事と一緒に♪

お酒だけを飲んでいると、アルコールが吸収されやすくなるので、酔いが回りやすくなります。

☆食事と一緒に、ゆっくり飲むようにしましょう

☆濃いお酒は薄めて飲みましょう

☆アルコールは食欲を増進させるので、カロリーの低い料理を選びましょう



### 問い合わせ先

健康づくり課

(☎354-8291 FAX353-6385)



「ちえふうろう」は、市民・消費生活相談室のイメージキャラクターです。

## ～本当にお得?インターネット回線勧誘トラブルにご注意を!!～

### 【相談事例】

「光回線にすれば毎月のインターネットの利用料金が安くなる。今ならプロバイダー契約とのセットで、キャッシュバックもある。」と勧誘電話を受けた。よく分からないが安くなるならいいか、と思い承諾した。後日、説明と違って料金が安くないことが分かったので解約したい。

市民・消費生活相談室に寄せられた相談から、安全・安心な消費生活を送るために役立つ情報をお知らせします。

### 【アドバイス】

インターネットに関する回線やプロバイダー契約の勧誘では、「お得」「今だけ」と特典を強調して勧誘されることが多く、よく理解しないまますぐに承諾してトラブルになることがあります。

電気通信サービスには法律上のクーリングオフ制度はなく、解約には違約金がかかる場合があります。

また、申し込み時は「回線契約」「プロバイダー契約」など一度に複数の契約ができますが、解約にはそれぞれの契約先との手続きが必要です。

勧誘を受けてもすぐに承諾せず、

内容、契約先、料金など正確に理解してから契約するようにしましょう。



- この記事に関する問い合わせ先  
市民・消費生活相談室  
(☎354-8147 FAX354-8452)
- インターネット回線などに関するご相談は  
相談専用電話 ☎354-8264  
受付日時 月～金曜日  
(祝日・年末年始を除く)  
9:00～12:00、13:00～16:00

有料広告掲載欄  
**陽光苑介護職員  
初任者研修**  
(旧ホームヘルパー2級相当)  
**受講生募集!!**

《定員》

**10名**

※定員になり次第締め切り  
ますので、ご了承ください。

《受講料》

**77,344円**

(テキスト代含む)

《開講日程》

平成26年12月中旬より  
平成27年2月下旬まで  
の土・日コース

(通信・通学併用)

■お問い合わせ等は、  
事務局まで

社会福祉法人 三重福祉会 TEL.059-331-5183  
四日市市西坂部町1127 (担当:吉野)

※介護職員初任者研修は、平成25年4月よりホームヘルパー2級の代わりに新設されました。

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

市内各地で開催されたイベントなどを写真と文章で紹介するコーナーです。



## お木曳き (10月12日 神前地区)

伊勢神宮の式年遷宮の翌年に、鳥居の古材をもらい受け、神前神社へ運び込む「お木曳き」の行事が行われました。4台の台車が高角町内を練り歩いた後、神社へ勇壮に曳き上げられました。20年に1度のおめでたい行事で、古材は神社の鳥居として組み上げられます。



## 北部児童館フェスティバル (10月18日 富洲原地区)

創立50周年の記念イベントが開催され、工作やアートバルーン、ソーランクラブの発表など、たくさんの楽しい催しが行われました。

晴天にも恵まれ、会場は多くの参加者でにぎわいました。



## 表紙こぼれ話

今年度の表紙のテーマは、「四日市の文化財」です。



徳川三代将軍家光の頃、水沢の地は水利が悪く、農民は非常に苦勞をしていました。そこで、当時の村名主(庄屋)の辻久善が苦難の末、灌漑の工事を行い(瀬戸用水)、農地を潤したそうです。お諏訪おどりは、この功績に対して、村人が感謝の気持ちを込めて踊り始めたといわれています。

頭に花笠を被り、胸に締め太鼓を付け、手にバチを持って6人の踊り子が回転しながら踊ります。踊りながら跳躍する独特な動きが特徴です。その周りには笛やほら貝と歌い手がつきます。

現在では、毎年7月31日に、足見田神社で水まつりの一部として行われています。



■問い合わせ先 広報広聴課  
(☎354-8244 FAX354-3974)

## 広報紙で動画を見よう

下のQRコードを読み取って、オリジナルアプリ「まるごと四日市」のサイトにアクセスしてね!



四日市のゆるキャラ®  
「こにゅうどうくん」



「まるごと四日市」のサイト

●この「こにゅうどうくん」のイラストや表紙の「広報よっかいち」のロゴにスマートフォンなどをかざせば動画が見られます

## 掲載記事の訂正

11月下旬号12ページ「第1回体育協会スポーツ絵画コンクール」の体育協会の電話番号を「☎345-4511」と記載しましたが、「☎345-4111」の間違いでした。お詫びして訂正します。

有料広告掲載欄

## 楽しく汗をかきませんか?

スタジオフィールズは、10~70歳代の方が健康な身体づくりを目指して、和気あいあいと楽しみながら運動しています。ホットヨガをはじめとするヨガ各種、ボクシング、ボクシングエクササイズなど、18種類のレッスンが、月額女性6980円、男性9150円で受け放題です。

**12月28日までは入会金無料!**



来年80歳になります。一緒に楽しく運動しましょう!

広報よっかいち持参の方は12月28日まで体験レッスンが無料です!

セブンイレブン



スタジオフィールズ  
四日市市城北町1の1  
TEL(354)9230

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

## 第3回全国ファミリー音楽コンクール in よっかいち



トッキーの  
市政トーク

四日市市長  
田中 俊行

皆さん、こんにちは！トッキーこと、市長の田中俊行です。

今回は、先日開催された「第3回全国ファミリー音楽コンクール in よっかいち」についてお話をします。

全国屈指の産業都市である本市が、魅力と風格を備えた都市として発展していくためには、産業活力に加え、文化力の創造と発信が必要不可欠だと思います。

この音楽コンクールは、そうした考え方に基づき、総合計画に掲

げる「みんなが誇りを持てるまち四日市」の実現に向けてスタートした目玉事業の一つです。「家族」と「絆」をテーマとした、大変ユニークな音楽コンクールで、今年で3回目の開催となりました。

北は北海道から南は宮崎県まで、全国各地から70組の応募があり、予選審査を通過した15組が文化会館に集い、魅力あふれる演奏を披露してくれました。

家族ならではの温かく楽しいパフォーマンスに、会場は大きな感動に包まれ、見事グランプリを受賞したのは、本市から出場のご家族でした。

司会を務めていただいた青島広志さんの軽妙なトークと共に、広く全国に四日市の文化力を発信する機会として、ぜひ継続していきたいと考えています。

近い将来、全国有数の音楽コンクールに育てあげていくため、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



グランプリを受賞した「Swing girls and a boy」

## 出生率アップ！～国への緊急アピール～

全国市長会「少子化対策・子育て支援に関する研究会」の座長として、提言書を取りまとめ、このたび、有村 内閣府特命大臣（少子化対策）、平 内閣府副大臣（地方創生）、村木 厚生労働事務次官に面会し、要請をしてきました。

この提言書では、子ども医療費の無償化、保育料負担の軽減、産科・小児科等の医師確保など、国全体の制度改革を求めると共に、自治体が地域の実情に合った子育て支援対策を実施できるよう、大胆な規制の緩和や権限の移譲などを要請しています。

このように、国と地方自治体が役割分担をしながら、危機感を持って出生率アップに取り組むことが、喫緊の重要課題だと思えます。



田中市長と  
有村内閣府特命大臣(左)

## 最近のトピックス

## サイクル・スポーツ・フェスティバル

スポーツの秋、今年も全国から多くの若きサイクリストをお迎えして、「四日市サイクル・スポーツ・フェスティバル(全国ジュニア自転車競技大会)」を開催しました。

記念すべき第10回目となった今大会は、過去最高となる514人の選手がエントリーし、鈴鹿山麓に広がる緑豊かな茶畑や里山を背景に、全国トップレベルの熱いレースから補助輪をつけた可愛いレースまで全20レースが展開されました。

2020年の東京オリンピック、2021年の三重国体に向けて、本大会で競い合ったジュニア世代の選手



たちが、日本の代表的な選手として大きく羽ばたいてくれることを期待しています。

有料広告掲載欄

## 『交通事故・借金問題・相続・離婚・不動産・その他法律問題』でお困りではありませんか？

**借金** 借金で困っています。会社やお店はどうすればいい？

**交通事故** 保険会社の対応に納得できません。これからの交渉はどうすればいい？

**相続** 遺産分割の話合いがたじろいでいます。

**離婚** 調停や裁判の対応の仕方がわかりません。

まずはお電話ください！  
「安心してご相談ください！  
お一人お一人私が丁寧に  
対応します！」

近鉄四日市駅から徒歩1分！南改札口(東口)すぐ！

〒599-0278 四日市市浜田町5番27号  
第3加藤ビル5階(1階にJTBが入ったビル)

**尾市法律事務所**

◆土曜日や夜間も対応可(要予約)◆  
☎《予約制》059-350-2080

◆交通事故・借金問題のご相談は無料です◆  
◆一般法律相談料(初回)30分 5,000円(税別)◆

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

■人口 312,857人 [10月末日現在(前年比-511)] ■火災件数 9件 [10月分(前年比-3)] ■交通事故件数 894件 [10月分]