

### 国民健康保険特別会計決算について

保健医療課 ☎42-5619

平成25年度国民健康保険特別会計の決算がまとまりましたのでお知らせします。

【総括】平成25年度は、収納率向上対策として、積極的な徴収作業や納税折衝の強化、資格証明書や短期被保険者種健診の一部助成や、生活

習慣病対策として各種健康増進事業の実施、レセプト点検の充実強化及びジェネリック医薬品の使用促進などを進め、国民健康保険事業の安定運営に努めました。今後、収納率向上対策の実施及び医療費適正化対策の推進を行い、市民総へルパー構想における健康増進の生活習慣病重症化予防事業を重点的に実施するとともに、健康づくり推進の各種保健事業を効果的に行ってまいります。

### ■平成25年度国民健康保険特別会計決算

【単位：千円】

歳入		歳出	
科目	決算額	科目	決算額
国民健康保険税	751,071	総務費	55,630
使用料及び手数料	0	保険給付費	2,574,695
国庫支出金	721,220	後期高齢者支援金	389,024
県支出金	231,202	前期高齢者納付金	387
療養給付費等交付金	360,176	老人保健拠出金	20
前期高齢者交付金	1,113,713	介護納付金	168,946
連合会支出金	0	共同事業拠出金	429,020
共同事業交付金	416,279	保健事業費	73,731
一般会計繰入金	281,072	基金積立金	474,886
基金等繰入金	75,940	公債費	0
繰越金	706,491	その他の支出	24,686
その他の収入	5,791	予備費	0
歳入合計	4,662,955	歳出合計	4,191,025

【単位：千円】

科目	金額
当年度経常利益	① 471,930
前年度繰越金	② 706,491
当年度財政調整基金繰入額	③ 75,940
当年度財政調整基金積立額	④ 474,886
当年度純利益	⑤ 164,385

①=歳入合計-歳出合計 ⑤=①-②-③+④

### 平成26年7月診療分 1人当り医療費 (単位：円)

	安芸高田市	県平均	県内順位
一般	30,969	26,564	3
退職本人	24,661	27,635	13
退職扶養	30,824	23,344	2
全被保険者	30,405	26,566	3

(※県内順位・県内23市町で1人当たり費用額が高い順)

### 【健康あきたかた21】～食生活・歯の健康部会～

ご存じですか？

## 11月8日は「い(1)い(1)歯(8)の日」です

※1993年(平成5年)日本歯科医師会が語呂合わせで設定しました。

歯のはたらきには……

- ①たべものをかむ  
歯の一番重要な役割です。よくかむことで歯ごたえや歯ざわりを感じ「味わう」ことができます。また、かむ刺激が「食べ過ぎ」「肥満」を防ぎ胃腸の働きもよくします。
- ②発音を助ける  
歯にも「くちびる」や「舌」と同じように発音を助ける役割があります。よくかむとあごが発達して舌も十分に動くことができます。きれいな歯ならびは、言葉を正しく発音させます。
- ③顔の形を整える  
子どもの時にむし歯が多かったり、歯並びが悪かったりすると、大人になってからの顔の形に悪い影響を与えます。きれいな歯は、人に良い印象を与えます。
- ④健康を助ける  
歯が悪いと頭が痛くなったり、姿勢が悪くなったりします。早めに治療を受けましょう。「はっぼくん」広島県歯科医師会イメージキャラクター

### ～毎日のお口ケアと定期健診で口の健康を保ちましょう～

### カルシウムアップ! 今月の食材 大豆

#### 大豆の南蛮漬

- (材料 作りやすい分量)
- 大豆(乾) …… 1合
  - いりこ …… 30g
  - にんじん …… 30g
  - しょうが …… 適量
  - (合わせ調味料)
  - しょう油 } 各大さじ2杯
  - みりん }
  - 酒、酢 }

## 食のさんぽ道

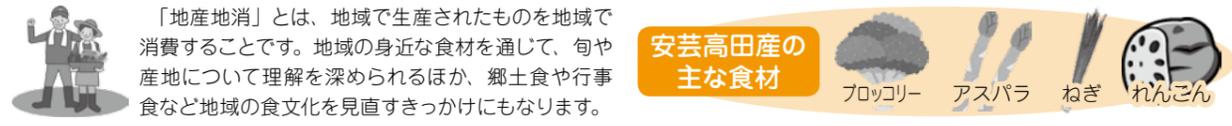


(作り方)

- ①大豆は一晩水に浸す。水分をとって素揚げにする。
- ②いりこは素揚げ、にんじんは千切りにしさとゆでる。しょうがは千切りにする。
- ③合わせ調味料を作り、①と②を混ぜ合わせる。(★一週間程度、保存がききます。)

(エネルギー：710kcal、塩分：7.0g)

### 地産地消 安芸高田産の旬の野菜を知っておいしく食べよう!



「地産地消」とは、地域で生産されたものを地域で消費することです。地域の身近な食材を通して、旬や産地について理解を深められるほか、郷土食や行事食など地域の食文化を見直すきっかけにもなります。

食生活に関するご相談は、お気軽に保健医療課 栄養士にお問い合わせ下さい。(☎42-5633)

### 「インフォメーション」 健康あれこれ

#### 「こまめに歩こう会」を行います!!

健康あきたかた21推進協議会運動部会では、「いつでも、どこでも、誰でも、手軽にできる」ウォーキングを推進しています。その一環として、「こまめに歩こう会」を行っています。皆様もこの機会を利用して、運動習慣を身につけていきませんか。お気軽にご参加ください。

日時 11月14日(金) 集合：10時  
土師ダムサイクリングターミナル 駐車場

コース 3km  
申込み不要・参加費無料  
持参物…動きやすい服装と靴・タオル・帽子・水分補給の出るもの

※体調には十分留意し、無理のないようにご参加ください。  
※天候が悪い時は、中止にする場合がありますので保健医療課(42-5633)へご確認ください。



#### 断酒会

広島断酒会ふたば会 中田克宣  
☎090-4802-1865

※詳しい内容はお問い合わせください。

場	日	場	日
ふれあいプラザ向原	11月7日(金)	18:30~20:30	30
吉田人権会館ハートプラザよしだ	11月30日(日)	13:00~15:30	30
	11月17日(月)	19:00~21:00	30
	11月2日(日)	13:00~15:00	30