

広報

あさくら



2019
平成31年
2月1日号

No.308



特集

祝 成人——晴れ姿で、新たな門出

20歳のひと

成人式を迎えた感想や
これからの夢・目標



祝 成人



📷 会場では、旧友や恩師との再会に喜びの声が絶えず、終始晴れやかな表情の新成人がたくさん見られました

新成人の代表が、誓いのことばを述べました。

成人を迎えた私たちの門出に対し、このような盛大な素晴らしい式典を開催していただき、誠にありがとうございます。新成人一同お礼申し上げます。

私たちはこの20年間、どのように生き、成長したのか、自分の歩んできた道を振り返るだけでも多くの喜怒哀楽が詰まっています。20代になって何がかわるのか。気持ちの変化はあると思います。

1年半前の7月、未曾有の豪雨が朝倉市を含む九州北部を襲い、目を覆うような大きな被害をもたらしました。多くの自然と歴史が息づく朝倉の地が、一晩にして変わり果てた姿や、時間が経った今でも復興が追いつかない地域、今でも不自由な生活を送っている方がいらつしやるという現実が胸が痛みます。一方、多くの支援などを見て、これから朝倉は今以上に団結力が強く、愛される場になっていくだろうと感じました。数多くの温かい恩を、社会や朝倉に貢献して生きていくことで返していきたいと感じています。

しかし、成人として第一歩を踏み出したばかりの未熟な私たちです。これからもご指導、ご鞭撻をお願いいたします。

今日、私たちがこの場に集い、笑顔で成人式を迎えることができるのは、私たちを支えてくれた家族や親族、教養導いてくれた先生方、私たちの成長を温かく見守ってくれた地域の方々、そして共に歩んだ友人、仲間たちのおかげです。感謝の気持ちと、朝倉で生まれ育った誇り、朝倉の復興と発展の力になること、そして成人としての決意を心に刻み、これからの人生を歩んでいくことを誓います。



谷口 湧哉さん

社会や朝倉に貢献することで恩を返していきたい

晴れ姿で、新たな門出 第13回 朝倉市成人式 20歳の決意



谷口湧哉さん(杷木中出身)が新成人誓いのことばを述べた後、浦塚朋美さん(比良松中出身)が林市長から記念品を受け取りました。

アトラクションDVD「二十歳の原点」では、スクリーンに小・中学生時代の写真や恩師からのインタビュー映像が映し出され、会場は大きな歓声と拍手に包まれました。

とりどりの振袖や袴、真新しいスーツで迎えた成人式。式典は、馬田和太鼓・鼓響の力強い演奏で幕を開けました。石原 奏さん(南陵中出身)の司会で進行。式辞では林市長が「ふるさと朝倉を取り戻すためには、未来を担う新成人の皆さんの力が必要です。『どんな朝倉市にしたい』『こんな朝倉市に住み続けたい』という思いが、朝倉市が復興し前進していくための大きな源になります」と豪雨災害に触れ、「それぞれが可能性を求め、失敗を恐れず、勇気を持って新しいことに挑戦してください。より魅力ある朝倉市へ復興させていきましょう」と新成人を激励しました。

1月13日、ピーボート甘木で第13回朝倉市成人式が行われ、475人が出席し、大人の仲間入りを果たしました。



一般的に国保は、他の健康保険と比べ高齢者の割合が高く、加入者の所得水準が低いといったさまざまな課題を抱えています。国保制度を将来にわたって守り続けるために、平成30年度から県が財政運営の責任主体となり、市町村国保と協力して運営をしています。

安定した財政運営のためには、国保税の「納期内納税」と「医療費の適正化」が必要となります。

国保税の「納期内納税」と「医療費の適正化」で安定した財政運営へ

国保特別会計では原則、国民健康保険事業費を国や県などの公費、法律で定められている市からの繰入金（法定繰入金）と国保税で賄うこととなっています。

朝倉市の国保特別会計の決算は、累積赤字が約2億7千万円（平成29年度末）に達しています。昨今の増え続ける医療費に対して、必要な財源が確保できず、恒常的に赤字が続いている状況です。このまま医療費が増え続け、収入が不足すると、国保税の引き上げが必要となります。

累積赤字が約2億7千万円 朝倉市国保財政運営の厳しい現状

身近なことから医療費適正化に取り組みましょう

《適正受診の方法》

- ・はしご受診（注1）、頻回受診（注2）、時間外受診（緊急時を除く）を控える
- ・緊急時を除いて、紹介状なしで大病院にかからない
- ・診察を受けずに薬の処方希望しない・重複服薬（同じ種類の薬を複数の医療機関からもらうこと）を控える
- （注1）同じ病気で複数の医療機関を受診すること
- （注2）必要以上に医療機関を受診すること

《生活習慣病の予防》

- ・年に1回は健診を受ける（40歳～74歳）

の人は特定健診

- ・適度な運動をする
 - ・悪い「食習慣」をやめる
 - ・お酒を飲む場合は適量を守る
 - ・休養して質のよい睡眠をとる
- ※特定健診は、40歳～74歳を対象として、診察・身体測定・血液検査などの基本的な検査と、生活習慣について問診を行い、その結果からメタボリックシンドロームの危険性のレベルなどを判定します。3月中旬ごろ、住民検診の案内が届くので、年1回特定健診の予約をして必ず受診してください。

問 市保険年金課 国民健康保険係（☎2817558）

国民健康保険（以下、国保という）には、職場の健康保険、後期高齢者医療制度に加入している人や生活保護を受けている人を除くすべての人が加入します。このように、日本では原則としてすべての人が何らかの公的医療保険に入る「国民皆保険」が制度化されています。この制度により、医療機関を受診したときは医療費が3割などの一部負担となり、安心して医療を受けることができます。今回は、朝倉市の国保を取り巻く現状についてお知らせします。

朝倉市国民健康保険の 安定した財政運営のために

被保険者の減少と医療費の増加 高医療費市町村に5年連続で指定

朝倉市の国保には、1万3854人（平成29年度平均）が加入していますが、被保険者数は年々減少しています。一方、1年間の1人当たり医療費は、40万3050円（平成28年度）で、福岡県および全国平均よりも高くなっています（図1参照）。

平成30年度は、県内で医療費が高い上位6市町村が指定される高医療費市町村に5年連続で指定されており、医療費適正化に向けて積極的に取り組まなければならない状況が続いています。

医療費の増加の背景として、医療の高度化による1件当たり医療費の増加・高齢化に伴う医療費の増加・生活習慣病の増加などが挙げられます。

【1人当たり医療費】

	26年度	27年度	28年度	29年度
朝倉市	397,455	406,134	403,050	415,552
福岡県（平均）	357,316	370,646	371,188	—
全国（平均）	333,461	349,697	352,839	—

【被保険者数】

	26年度	27年度	28年度	29年度
朝倉市	15,519人	15,021人	14,436人	13,854人

朝倉市の国保運営状況



朝倉市では、健康づくりの運動として、ステップ運動・スロージョギングを推奨しています！

3月9日（土） ステップ&スロージョギング 大会開催！

スロージョギングで健康づくり始めませんか？

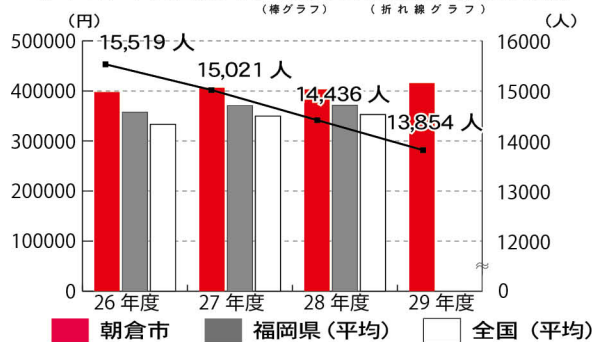
※詳細は、今後の広報あさくらでお知らせします。

【朝倉市の国民健康保険特別会計（事業勘定）決算】
（単位：万円）

	歳入額	歳出額	差引
平成27年度	855,104	914,133	△59,029
平成28年度	831,757	868,584	△36,827
平成29年度	805,853	833,163	△27,310

※国民健康保険特別会計（事業勘定）においては、赤字のため、翌年度歳入を繰り上げて当年度歳入に充てる繰上充用を行っています。

【図1】1人当たり医療費と被保険者数の推移



子育て支援のいま ～学童保育所～

昨年12月3日に、市主催の学童保育所支援員研修会が行われました。講師は福岡県立大学の江上千代美さん。「規則正しい基本的な生活の大切さ」と「気になる子どもへの対応」についての話がありました。

この研修内容は、子育て世代にも知ってほしい内容です。学童保育所の役割とあわせて紹介します。



立石学童保育所の日常風景。おやつを食べ、宿題を終えた子どもたちから遊びます。

～学び1～

朝食や早寝早起きなどの規則正しい生活が大切

文部科学省やスポーツ庁が行った調査によると、朝食を毎日食べている子どもの方が、朝食を取っていない子どもよりも学力・運動能力ともに高い傾向にあります。また、早寝早起きすることで、生活リズムが整い、病気になるにくい体になったり、心身ともによく成長しやすくなったりします。子どもの健やかな成長のため、規則正しい基本的な生活をしつかり身に付けさせるようにしましょう。

～学び2～

**前向きに子育てを
～前向き子育てプログラム～**

子どもは、先生や親など大人の注目が好きです。子どもは、適切な行動に対して励まされたり、褒められたりすると、適切な行動が増えることにつながります。子どもの適切な行動に対して、その行動のどんなところが良かったかを伝えるようにしましょう。例えば、「ご挨拶が上手にできて気持ちいいね！」など良いところを具体的に表現します。子どもには何が期待される行動かを知るためのルールが必要です。「～してはダメ！」というものはなく、「帰ったら靴を並べる」「●時は宿題」など前向きなルールを決めると良いです。逆に、子どもの好ましくない行動に対しては注意を向けず、ルール違反には対話で指導する

▶表現の実践例

「いただきますができたね。」
「約束が守れてえらいね。」

学童保育所は 「遊びの場」「生活の場」

ように心がけましょう。親も自分の感情に波がありますが、一貫したわかりやすいしつけをすると、子どもにとって学びやすい環境をつくることになります。

研修に参加した学童保育所支援員からは「二人ひとりの行動をきちんと見て声かけしていこうと思えます」「前向きな指示を心がけるようにすると、子どもにも伝わりやすい」などの声が聞かれました。

学童保育所は、単に授業終了後に保護者が昼間家庭にいない児童を預かるだけでなく、児童が学童保育所支援員の助けを借りながら、基本的

▶対話による支援の実践例

1. 子どもの注意を引く。「●●君。」
2. 問題を簡単に、落ち着いて言う。
3. なぜ悪いのか手短かに説明する。
4. 正しい行動を子どもに言ってもらう。
「どうするのがルールですか？」
5. 子どもに正しい行動を練習させる。
「もう一回、……やり直して。」
6. 子どもの正しい行動を褒める。
「それで良いよ。これで安心できるわ。」

子育てには技術がある すべてのお父さん・お母さんへ伝えたい 「前向き子育てプログラム」

研修会後半に紹介したのは「前向き子育てプログラム」。このプログラムは、子育ての悩み解決にとっても有効で、数十年の研究と臨床試験に基づいて、近年、世界中で採用されてきています。子育てには技術があって、良い親子関係を形成したり、良い習慣を促したりするために、その技術を知っているとほとんどの状況に対応できるようになります。

学童期の子どもは、6～12年間しか生きておらず、「当たり前」がありません。学びの最中なのです。好ましくない行動をしたときは、「この子は今、学ぶチャンスが来た!」と前向きに捉えること。そして、親としての年齢も子どもと同じです。完璧な親を目指すことよりも、親子が経験を前向きに捉えていくことが重要です。

福岡県立大学

江上 千代美 さん



問 市子ども未来課 (☎ 28-7568)