

行政改革プランの進捗状況についてお知らせします

市は、平成24年3月に「日光市行政改革プラン（以下、「行革プラン」といいます）」を策定し、達成すべき大目標に、「日光創新に向けた健全な市政経営の確立」を掲げ、行政改革に取り組んでいます。行革プランは、行動期間を平成24～27年度の4年間としており、平成26年度で3カ年度にわたる取り組みが終了しました。今回は、平成26年度における行政改革の取り組み状況についてお知らせします。

平成26年度の取り組み状況

行革プランに基づいた平成26年度の取り組みべき項目は、全部で108項目です。未着手の取り組みはなくなり、全ての項目が検討・実施段階に移行しています。平成26年度終了時点の全体の進捗状況は、次のとおりです。

- ◆達成：1件(0.9%)
行革プランに掲げる目標を達成したものを。
- ◆現行どおり：1件(0.9%)
行革プランの目標達成に向け検討した結果、現行どおり行うこととしたもの。
- ◆継続：75件(69.5%)
行革プランに掲げた目標のために、毎年度継続して取り組む必要があるもの、および目標の一部は達成したものの未達成している事項があるため、引き続き検討が必要なものを。
- ◆検討：31件(28.7%)
行革プランに掲げた目標達成に向け検討中のもの。

未着手：0件

目標達成の方策ごとの取り組み内容

大目標「日光創新に向けた健全な市政経営の確立」を達成するために設定した3つの「目標達成の方策」ごとの取り組み状況は、下表のとおりです。

これらの取り組みにより、平成26年度中の財政的効果は約5億6,976万円となりました。また、平成24年度からの累積額は17億6,854万円になります。行政改革の効果は財政的なものだけではなく、市民サービスの向上や行政の効率化など、多くの事業効果としても表れています。

※詳しくは市ホームページに掲載していますので、ご覧ください。

くわしくは
行政改革課 行政改革係
☎(25)7722

表：目標達成の方策ごとの取り組み内容

方策	項目	達成	現行どおり	継続	検討
①事務事業の効率化と経営資源の有効活用	57項目	日光ブランド情報発信センターの指定管理(1件)	成人式の運営方法(1件)	審議会などへの公募委員・女性委員の登用の促進、地域包括支援センターの民間委託、公共施設マネジメント計画の策定など(33件)	消防無線3波統制、情報通信技術を活用した市政情報の提供、直営バス事業の民間委託など(22件)
②財政健全化に向けた取り組み	33項目			市税滞納処理対策本部による訪問徴収、人件費の削減、水道料金未収金対策の強化など(28件)	複式簿記・発生主義に基づく新公会計制度の導入の推進、包括的業務委託の導入の検討、下水道使用料の見直しなど(5件)
③効率的な行政経営システムの確立	18項目			組織機構改革計画の定期的な見直し、職員定員適正化計画の着実な実施、専門職員の計画的な採用など(14件)	総合的な行政経営システムの確立、活動基準原価計算に基づく行政コストの可視化など(4件)

おいしく食べて上手に減塩

～高血圧を予防しましょう～

くわしくは
健康課 保健指導班
☎ 21-2756

市は、市民の皆さんが生涯を通して健康な生活ができるよう、自ら進んで健康づくりに取り組むための指針「健康にっこう21計画(第2次)」を推進しています。

市民が医療機関を受診する疾病で、最も多いのが高血圧です(平成25年度国民健康保険疾病分類統計表より)。高血圧は、脳卒中や心臓病を引き起こす主な原因にもなりますが、生活習慣を見直すことで予防することが可能です。

★高血圧とは？
心臓から送り出された血液が、血管の壁に与える圧力を「血圧」といいます。加齢や生活習慣によって血管が弾力を失うと広がりにくくなり、血管の壁に高い圧力がかかるようになります。これが高血圧です。

★なぜ塩分の取り過ぎがダメなの？
高血圧は、食生活と深い関係があります。予防には、バランスの取れた食事の他にも塩分や脂肪を控えることが大切です。特に塩分の取り過ぎは血圧を上昇させ、動脈硬化を進めるため、脳卒中や心臓病の要因にもなります。

また、塩辛いものを食べると喉が渇きます。体には、血液中の塩分濃度を一定に保つ仕組みがあります。塩分を取り過ぎると、水分を多く取って塩分濃度を薄めようと、血液が増加します。血液が増加すると、心臓は血液を強く押し出すなくてはならなくなり、血圧が上昇します。

★減塩のポイント
減塩のコツは、調理と食べ方にあり

- ①漬物やつくだ煮・梅干しを控えめに！
古漬けよりも浅漬けのものを食べましょう。または漬物の代わりに酢の物、ゴマ和えなどに見ましましょう。
- ②しょうゆはかけるより付ける！
しょうゆやソースはかけるのではなく付けて食べましょう。また、焼き魚や揚げ物はしょうゆやソースではなく、レモンやスタチをかけましょう。
- ③薬味や酸味、スパイスで風味付け！
こしょうやカレー粉、さんしょう、七味とうがらしなどのスパイスをきかせましょう。また、塩の代わりにレモンや酢などの酸味やワサビなどの辛み、ニンニクやシソなど香味をきかせましょう。
- ④隠れた塩分にも注意！
かまぼこやハムなどの加工品にも塩分が含まれているので注意しましょう。
- ⑤汁物は1日1杯で具たくさんに！
みそ汁やスープは具たくさんにして汁の量を減らしましょう。
- ⑥ライオンなどの種類の汁は残す！
めん類の汁を全部飲むと塩分摂取量は4～5gになります。全部残すことで2～3g減塩できます。

⑦減塩調味料を活用する
減塩のしょうゆやみそにしましょう。また、だしは煮干しや昆布、シイタケなど天然食品から取り、だしとうまみを生かして調味料を減らしましょう。

この他、高血圧を予防・改善する方法には、適正体重の維持や禁煙、節酒、休養などがあります。また、生活習慣や食生活を見直し、年に1回は健康診査やがん検診を受診し、健康管理に役立てましょう。

◎あなたの塩分の取り方をチェックしてみましょう。
□漬物・つくだ煮・梅干しをよく食べる
□干物・焼き魚にしょうゆをかける
□常に食卓に塩やしょうゆなどがある
□ハムやソーセージ、かまぼこなどの加工食品をよく食べる
□みそ汁を1日2杯以上飲む
□煮物をよく食べる
□チエックが多いほど塩分を取り過ぎています。
※「日本人の食事摂取基準」2015年版では、1日当たり女性7g未満、男性は8g未満が塩分の目標量です。