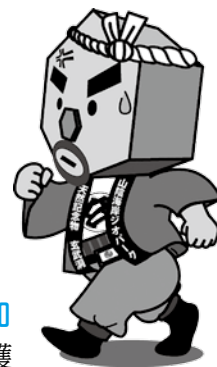


活用していますか？

スマホアプリ「とよおか歩子」

《問合せ》健康増進課 ☎21-9095



歩数の記録とポイント寄付を行えるスマホアプリ「とよおか歩子」、ダウンロード後に活用していますか？ ダウンロードしたら、定期的にアプリを起動して歩数の確認をし、健康づくり役に役立ててください。

たまったポイントは12月末までにポイント交換を

目標を達成してたまったポイントは、小中学校等の施設に寄付することで、図書購入や体育の用具の購入などに活用されます。2021年度はアプリ「とよおか歩子」と「運動健康ポイントシート」を合わせて延べ3,138人から、市内68カ所の学校園と、9カ所のコミュニティセンターに寄付がありました。ポイントを寄付できる最終日は、毎年12月末です。1月1日以降に申請されたポイントは、翌年度の寄付として取り扱います。

アプリの利用をやめるときに
個人情報削除する機能を追加

2022年4月の個人情報保護法改正に伴い、アプリの利用をやめるとき、登録していた個人情報を削除する機能を追加しました。次の手順で設定してください。

なお、利用の終了を推奨するものではありません。

【設定方法】

- 設定メニューから「利用を終了する」を選択
- 確認画面に表示される「利用を終了し、個人情報を削除する」のボタンを押す。



11月は「糖尿病予防月間」、14日は世界糖尿病デー

食事や運動で糖尿病予防

気がつかないうちに病状がすすみ合併症をおこす糖尿病

食べ物に含まれるブドウ糖は、体内に取り込まれると、エネルギーとして利用されます。しかし、インスリンの作用が弱いとブドウ糖(血糖)をうまく利用できず、血糖値が高くなります。

糖尿病は気が付かないうちに病状が進行し、合併症として、神経障害や網膜症による失明、腎症などを引き起こす可能性があります。新規に人工透析を始める人の約半数は糖尿病性腎症が原因です。

※人工透析・・・腎臓が行っている血液の浄化を、人工的に行う治療法

定期健診で血糖とHbA1cの数値を確認

空腹時血糖100mg/dl以上、HbA1c(NGSP値)5.6%以上は要注意です。健診は毎年受診し、自分の血糖値などを知る機会にしましょう。検査結果から必要な方は病院を受診し、自分の体についてよく知り、生活習慣を見直しましょう。

※空腹時血糖100mg/dl以上、HbA1c(NGSP値)5.6%

以上は、特定健康診査(40~74歳対象)を受けた人が、特定保健指導(保健師や栄養士が行う生活習慣改善のための指導)の対象になる基準の一つです。

初期段階なら間に合う

糖尿病の診断を受けたとしても、初期段階の軽症なうちは、食事や運動習慣の改善などの生活習慣を見直すことにより血糖をコントロールすることができます。

稽古堂ライトアップ

糖尿病予防月間の11月1日~12日、豊岡稽古堂を、糖尿病の予防と治療に対する啓発のシンボルカラーのブルーにライトアップします。

《問合せ》健康増進課 ☎24-7034



■水道課 ☎22-5377 FAX24-2985

■下水道課 ☎22-1801 FAX22-1803

■水道お客さまセンター

☎22-5378 FAX22-5466

水道メーターの検針、水道の開栓・閉栓、
上下水道料金の請求・徴収

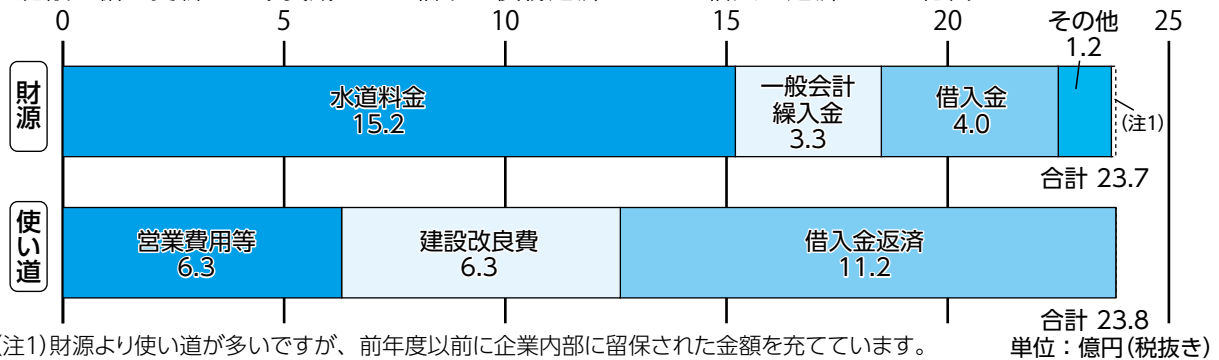
2021年度上下水道事業 決算の概要

2021年度上下水道事業の決算概要は、水道事業会計の現金収入が23.7億円、現金支出は23.8億円でした。下水道事業会計の現金収入は76.4億円、現金支出は74.9億円でした。

■ 水道事業会計

財源と使い道

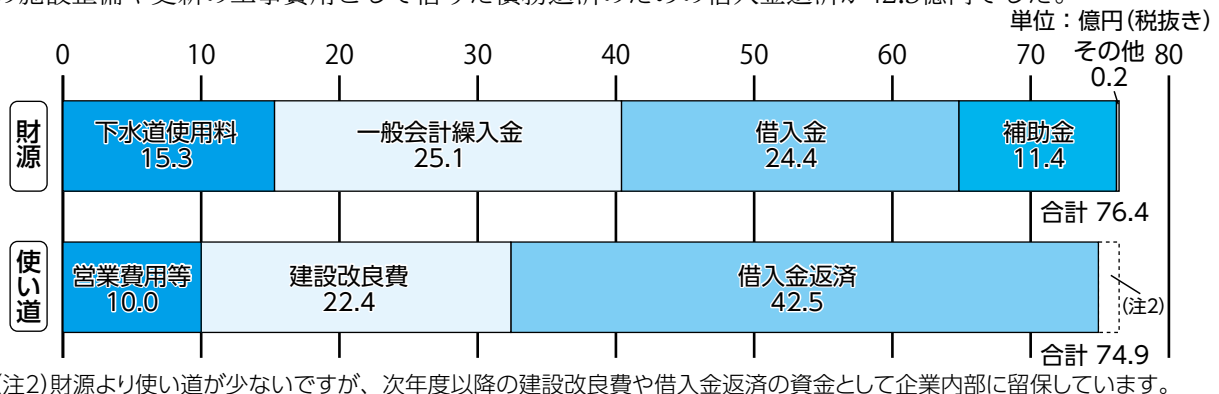
財源(収入)では、水道料金が最も多く15.2億円でした。使い道(支出)では、水をきれいにし、家庭に届けるための営業費用等が6.3億円、施設整備や給配水管の更新に使う建設改良費が6.3億円、過去の施設整備や更新の工事費用として借りた債務返済のための借入金返済が11.2億円でした。



■ 下水道事業会計

財源と使い道

財源(収入)では、一般会計繰入金が最も多く25.1億円でした。使い道(支出)では、雨水の排水や汚水を集めて浄化するための営業費用等が10億円、施設整備や更新に使う建設改良費が22.4億円、過去の施設整備や更新の工事費用として借りた債務返済のための借入金返済が42.5億円でした。



※ これらの表は、2021年度決算のうち現金収支に着目して作成したもので、減価償却費等は除いています。

来年4月1日に水道料金の引き上げを利用者の皆さんにお願いすることとなりました。

上下水道事業は皆さんからの水道料金と下水道使用料などを財源に、暮らしを支えるライフラインの確保に不可欠な事業を実施しながら、効率的な財政運営に努めています。

今後も、安全・安心で良質な水道水の供給と衛生的な生活排水処理、そして環境にやさしい水質保全に向け、適切な事業を行い、市民サービスの一層の向上に努めますのでご理解とご協力をお願いします。