



平成30年5月1日現在の秋田市の人口(平成27年国勢調査の結果を反映した数値)

●人口▶308,982人(+930)…男▶145,616人(+567) 女▶163,366人(+363)

4月分 出生▶133人 死亡▶303人 転入▶1,866人 転出▶766人

●世帯▶136,226世帯(+970)

●1年前の人口▶311,952人 ()内は前月比



市役所からのお知らせ

●文中「SC」はサービスセンターの略

6月4日▼10日は 歯と口の健康週間

今年度の標語

のばそうよ
健康寿命
歯みがきで



健康な歯でよく噛むことは、生涯を通して健康面や生活の質に大きく関係しています。

食べる、話すなど、豊かな人生を送るための基礎となる歯や口の健康について考えてみましょう。

保健予防課☎(883)1178

大人も子どもも、大切な噛む力

◆よく噛むと身体にこんな効果があります

- ▼唾液の量が増える▼胃や腸での消化・吸収を助ける▼むし歯・歯周病・口臭の予防▼食べ過ぎ防止・生活習慣病予防▼脳の活性化や認知症予防▼やる気集中力・体力が向上する▼適度な咀嚼であごの発達を促す
- ◆噛むと増える唾液のはたらき！
- ▼消化を助ける▼飲み込みやすく

する▼粘膜を保護する▼味覚を感じやすくする▼むし歯を予防する
よく噛んでゆっくりと食べ物を味わうと、噛む刺激と味覚の働きで唾液がたくさん分泌されます。楽しくおしゃべりしながらリラックスして食事をしましょう。

①おとなの歯科健診

歯を失う2大要因は「むし歯」と「歯周病」で、それらは気づかないうちに進行する病気です。症状がなくても健診を受けましょう。

対象▶今年4月1日～来年3月31日中に迎える誕生日当日の年齢が

30・40・50・60・70歳のかた

料金▶700円(70歳のかたは無料)

内容▶お口の検査とお手入れのアドバイス。受診したかたに、みがきにくい部分に便利な「ワンタフトブラシ」をプレゼントします

②後期高齢者歯科健診

対象▶昭和17年4月1日から昭和18年3月31日生まれのかた

料金▶500円

内容▶歯の状態、お口の衛生状態、噛む力、飲み込みなどの機能検査や保健指導

*①②の実施医療機関は、5月に全戸配布した「秋田市の健診ガイド」または保健予防課ホームページをご覧ください。

③歯科健康相談(随時)

歯科衛生士が、歯周病、むし歯、

ブラッシング法などの相談に応じます。平日の午前8時30分～午後5時に左記の電話番号へ。

保健予防課☎(883)1178

*現在受診中のかたは、かかりつけ歯科医院にご相談ください。



子ども編

むし歯の原因は、食べ物(糖類)・むし歯菌(歯垢)・歯(歯質)の3つ。原因にあった方法でむし歯を予防しましょう。

子ども健康課☎(883)1174

★おやつのだらだら飲食を控えましょう…糖分の入った飲み物(ジュースやスポーツドリンク類など)は要注意です

★食後に歯を磨いてむし歯菌を減らしましょう…歯みがきを嫌がる時期のみがくコツは、短時間で楽しく。歯ブラシは小さく、小刻みに動かすのがポイント

★フッ化物や食事で質の強い歯を作りましょう…フッ化物を歯に塗ると歯の質が強くなり、むし歯を予防する効果があります

←対象者に、歯科医院で無料で1回フッ化物を塗ってもらえる塗布券を交付しています。期間内に忘れずに受けましょう

【対象と受けられる期間】
2歳児▼2歳児歯科健診時

3歳児▼3歳児健診受診日～2か月後の末日
4歳児▼誕生日～6か月後の末日
5歳児▼誕生日～6か月後の末日

市税の納期内納付 をお願いします



市・県民税(普通徴収)

第1期の納期限は7月2日(月)です(納税通知書は6月8日(金)に発送予定)。市税の納付には納め忘れがなく、手続きも簡単に便利な口座振替をご利用ください。

なお、口座振替を利用しているかたは、納期の最終日が口座からの引き落とし日になりますので、ご注意ください。

●問い合わせ

納税課☎(888)54833

野外焼却は禁止!

ごみの焼却は、法律で原則禁止されています。野外焼却は、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金、またはこれらの併科(同時に2つ)に処せられます。

家庭ごみは集積所へ出し、事業所ごみは許可業者に委託するなどして処分しましょう。

●問い合わせ 廃棄物対策課

☎(888)5713

秋田市役所職員採用試験

来年度採用の市職員(職務経験者)を募集します。市役所の総合案内(1階)・人事課(4階)、各市民SC(中央を除く)、駅東SC、秋田市東京事務所(千代田区)で配布する受験案内書に従って手続きしてください。受け付けは6月25日(月)から7月6日(金)まで。

問い合わせ 人事課 ☎(888)5429

*受験案内書は、人事課ホームページからダウンロードもできます。

【共通の受験資格】

昭和54年4月2日以降に生まれたかた(学歴不問)

【試験区分ごとの受験資格】

試験区分	採用予定	受験資格
行政	15人	職務経験が通算して5年以上あるかた
土木	2人	土木工事の企画立案・工事の設計・監督に関する職務経験が通算して5年以上あるかた
建築	2人	建築物の設計・施工管理に関する職務経験が通算して5年以上あるかた
電気	2人	電気設備の計画・設計・工事管理に関する職務経験が通算して5年以上あるかた
機械	2人	機械設備の計画・設計・工事管理に関する職務経験が通算して5年以上あるかた
化学	1人	環境衛生・食品衛生における調査検査に関する職務経験が通算して5年以上あるかた

◆一次試験 = 7月29日(日)

秋田会場▶秋田県社会福祉会館
東京会場▶全国町村会館(千代田区)

試験方法 …かつこ内は対象となる試験区分

- ▶書類審査(全区分) ▶基礎能力検査(行政)
- ▶専門試験(土木・建築・電気・機械・化学)

「建築」は、一級建築士の資格がある場合、専門試験を免除します。「電気」は、第1種または第2種電気主任技術者の資格がある場合、専門試験を免除します。

*高卒程度試験、資格職試験などの日程は、人事課ホームページをご覧ください。

求む！
職務経験者



6月9日(土)午前、
北部市民SCが
臨時休館します
☎(845)2261

→住民票の写しなどを発行する自動交付機は、午前9時から正午(予定)まで利用できません
→子育て交流ひろばと土崎図書館臨時出張所は午後1時に開館します

市立病院の職員を募集

勤務時期は、①～⑤が来年4月以降、⑥が今年10月以降です。

- ① 看護師 助産師 20人程度
 - ② 薬剤師 2人
 - ③ 作業療法士 1人
 - ④ 臨床検査技師 1人
 - ⑤ 管理栄養士 1人
- 受験資格▶昭和34年4月2日以降に生まれ、それぞれの資格があるかた(今年度中に資格取得見込みを含む)

試験内容▶適性検査(筆記)と面接を7月1日(日)に市立病院で実施

⑥事務職 若干名

受験資格▶昭和34年4月2日以降に生まれ、医療機関や民間企業などにおける職務経験が、直近6年間で3年以上(今年9月30日までに3年に達する見込みを含む)のかた
試験内容▶1次は書類審査。2次は適性検査(筆記)と面接を7月21日(土)に市立病院で実施

【申請方法(共通)】

市立病院、市役所1階総合案内、各市民SC(中央・東部を除く)、駅東SC、東京事務所(千代田区)にある受験案内書(病院ホームページ)

ジからも入手可)に従って、6月15日(金)まで市立病院総務課へ

●問い合わせ 市立病院総務課

☎(823)4171

食中毒「O157」「カンピロバクター」にご注意

梅雨の時期から夏にかけては、細菌による食中毒に特に注意が必要です。中でも注意したいのが、牛肉や豚肉、鶏肉を原因とする「腸管出血性大腸菌(O157など)」「カンピロバクター」など。正しい知識を身につけて、食中毒を防ぎましょう。

- ① 肉を生で食べない：生肉には食中毒菌が付いていることがあります。鮮度にかかわらず、食中毒になる危険性があります
 - ② 肉料理は十分に加熱する：肉の中心部を75℃で1分以上加熱し、中の赤身がなくなった状態で食べましょう
 - ③ 抵抗力の弱い子どもや妊婦、高齢者は要注意：食中毒症状が重症化し後遺症が残ることもあります
 - ④ 生肉に触れた箸と食べる箸は別にする
- 問い合わせ
衛生検査課 ☎(883)1181