

野菜、足りていますか？ ベジチエックで摂取レベルを確認しよう

詳細 健康推進担当

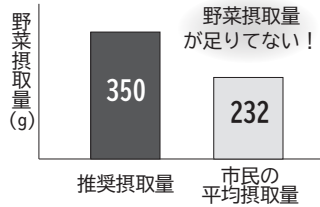
☎ 381-1044

● 江別市民の8割が野菜不足？

野菜はビタミンやミネラル、食物繊維が豊富で、健やかな体と若々しさを保つための基礎を作ります。高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防のほか、体の調子を整えて疲れにくくしたり、アンチエイジングや体型の維持に役立ちたりするとされており、その効果は多岐にわたります。

推奨されている

1日の野菜摂取量は350gです。市民の平均摂取量は232gで、約8割の方が野菜不足といわれています。



● あなたは大丈夫？野菜摂取レベルをチエック

日頃の野菜摂取量が足りているか、測定器「ベジチエック」で簡単に確認することができます。センサーに手を約30秒かざすだけで、皮膚のカロテノイド量を測定し、野菜摂取レベルを数値化します。

摂取量が分かると、あとどれくらい野菜を食べれば良いかの目安が分かります。測定コーナーの開設日程は下の表のほか、二次元コードから確認できます。



※本器は成人向けの健康管理を目的としており、医療機器ではありません。おおむね小学校高学年から使用できます。

野菜に含まれる主な栄養素

<p>食物繊維 血糖値の抑制 腸内環境改善</p>	<p>カリウム 塩分排出 血圧維持を助ける</p>
<p>βカロテン 免疫活性化 皮膚や粘膜を保護</p>	<p>ビタミンC 抗酸化作用 鉄分吸収を助ける</p>

手をかざすだけで
野菜摂取レベルが測れる



測定コーナー 開設日程 (予約不要、無料)

日程	時間	場所
6/12 (金)～17 (水)※	9:00～20:00	大麻公民館
6/20 (土)	10:00～14:00	野幌公民館 (えべつ環境 SDGs 広場に出展)
7/8 (水)	10:00～14:00	市役所1階ロビー

※ 6/15 (月)は休館日のため開設なし。6/12 (金)は10:00から、6/17 (水)は16:00まで開設

ふだんの生活にプラス1
ここにもあるある！

協働のまちづくり

Part54

詳細 市民生活課 ☎ 381-1124

気取らず、気軽な本格派コンサート

「ななかまどの会」は、クラシック音楽を中心に、子どもから大人まで誰もが親しめる音楽活動を行っています。子どもたちの歓声や泣き声が響いても気兼ねなく過ごせる雰囲気の自由なコンサートが魅力です。

コンサートの最後には観客も一緒に歌うことができるほか、抽選会が行われるなど、演者と観客が一体となるよう工夫されており、誰もが遠慮なく演奏を楽しめる場が創り出されています。

● ななかまどコンサート

【日時】6月6日(土) 14:00 開演 (13:30 開場)

【会場】えぼあホール

【料金】当日1,500円(前売り1,000円)、小・中学生・障害者手帳をお持ちの方500円、未就学児無料。

チケットは市民会館、各公民館で販売

【お問い合わせ】ななかまどの会

☎ 080-4040-1967 (水野) ✉ akkmzn@me.com



Instagram



一人一人の「学び」のために 通級指導教室の利用案内



市では、児童の特性や困り事に寄り添い、一人一人の発達の状態や特性に応じた特別支援教育を推進しています。令和8年度から、東野幌小学校に通級指導教室が新たに開設されました。

【詳細】教育支援課 ☎ 381-1409

■通級指導教室とは？

普段は通常の学級で学習しながら、学校生活の中で抱える苦手な事や困り事を解消するために、週に数時間、個別に相談や指導を受ける教室です。学習や生活面を支える「まなびの教室」と、発音などを支える「ことばの教室」を開設しています。

▼このようなことに心当たりのあるお子さんが対象です

1 集団行動が少し苦手



2 意思疎通に不安がある



3 読み書きが難しい、一部の教科が極端に苦手



■市内の開設状況

【小学校（まなびの教室）】

江別第一小、江別第二小、東野幌小（新設）、大麻東小

【小学校（ことばの教室）】

大麻東小、中央小

【中学校】

中央中を拠点として、担当教員が巡回します。

■利用までの流れ

在籍している学校に相談のうえ、通級指導教室開設校に直接連絡してください。連絡先は右の二次元コードからご確認ください。



■困り事を抱えるお子さんの相談

専門家による巡回相談や、就学相談も実施しています。詳細はご相談ください。

令和7年度予算執行状況

令和8年3月までの予算執行状況などの概要をお知らせします。【詳細】財政課 ☎ 381-1010

各会計の予算執行状況

会計名		歳入予算額	収入済額	執行率	歳出予算額	支出済額	執行率	
一般会計		685億9,228万円	537億5,043万6千円	78.4%	685億9,228万円	522億6,956万2千円	76.2%	
特別会計	国民健康保険	123億1,867万円	109億5,485万2千円	88.9%	123億1,867万円	114億8,832万1千円	93.3%	
	後期高齢者医療	22億5,900万円	17億2,218万3千円	76.2%	22億5,900万円	21億6,632万5千円	95.9%	
	介護保険	119億6,979万9千円	96億5,581万5千円	81.1%	119億6,979万9千円	106億8,947万4千円	89.8%	
	基本財産基金運用	3億300万円	9,878万4千円	32.6%	3億300万円	9,878万4千円	32.6%	
会計名		収入予算額	執行額	執行率	支出予算額	執行額	執行率	
企業会計	水道	収益的収支	25億318万1千円	25億3,178万円	101.1%	24億7,983万6千円	23億8,506万5千円	96.2%
		資本的収支	10億6,361万2千円	4億8,804万8千円	45.9%	24億4,133万5千円	16億8,204万1千円	68.9%
	下水道	収益的収支	34億7,482万2千円	34億4,357万2千円	99.1%	34億7,682万1千円	33億8,621万7千円	97.4%
		資本的収支	10億5,090万9千円	5億832万6千円	48.4%	21億9,208万9千円	15億8,076万9千円	72.1%
	病院	収益的収支	76億642万5千円	76億5,914万5千円	100.7%	81億180万2千円	79億7,517万1千円	98.4%
		資本的収支	4億9,906万3千円	4億8,657万9千円	97.5%	13億6,608万4千円	13億6,247万6千円	99.7%

地方債（長期の借入金）の状況

会計	残高	市民1人当たり
一般	335億5,750万円	28万5,929円
水道	19億7,994万円	1万6,870円
下水道	85億3,608万円	7万2,732円
病院	62億3,577万円	5万3,132円
合計	503億929万円	42万8,664円

市有財産の状況

区分	数量	市民1人当たり
土地	551万6,206㎡	47.00㎡
建物	36万1,334㎡	3.08㎡
各種基金（現金等）	139億4,350万円	10万7,527円
各種基金（土地）	12万9,571㎡	1.10㎡
債権・有価証券・出資金	9億4,480万円	8,050円
車両	121台	—

一時借入金の状況

借入額（3月末）	
一般	5億円（限度額100億円）
水道	0億円（限度額1億円）
下水道	0億円（限度額6億円）
病院	1.5億円（限度額30億円）

※当初予算で限度額を設定している会計のみ記載

※ 市民1人当たりの欄は、令和8年4月1日現在の人口117,363人で計算しています