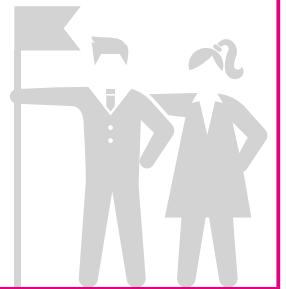


県の行財政の改革

しなやかで力強い県庁をめざし



行財政環境が引き続き厳しいことに加え、先行きへの不透明さを増す中で「青森県基本計画 未来を変える挑戦」に基づき施策を着実に進めていくためには、しなやかで力強い行財政運営体制をつくる必要があります。

このため、県では、昨年12月に行財政改革大綱を改定し、これまでの歩みをゆるめることなく行財政の改革に取り組むこととしました。新しい大綱では、めざす行財政の姿として、

- ① 柔軟かつ創造的な執行体制の確立
 - ② 地域との連携・協働の推進
 - ③ 次世代に向けて持続可能な財政基盤の確立
- を掲げるとともに、戦略的かつ着実に改革を進めるため、今後5年間の取組の基軸を次のとおり定めています。

1 業務戦略

業務の進め方の点検・改善や、その業務により得られた成果の検証の徹底など、適切な業務マネジメントを確立し、限られた行財政資源（職員や財源）で最大の効果を発揮できる業務運営体制づくりに取り組めます。

2 組織戦略

優秀な人材の確保や育成を進めるとともに、職員の能力を最大限に引き出す職場環境の整備に取り組みます。

また、地域県民局の機能向上などの組織の見直しや職員数の適正化に取り組めます。

3 協働戦略

県民の皆さんとの情報共有を図り、県行政への県民参画を推進するとともに、市町村や企業、団体など地域を構成する多様な主体との適切な役割分担のもとに連携・協働を進め、地域力の向上と地域全体としての公共サービスの最適化に取り組めます。

4 財政戦略

収支均衡型の財政運営に向け、歳出改革や財源確保の取組を継続しつつ、次世代の負担軽減にも配慮した財政健全化に取り組めます。また、優先度を踏まえた重点化や成果重視型の財政運営を徹底します。

行財政改革を着実に進めるためには、大綱に掲げた戦略軸に沿って計画的に取組を実施することが重要です。

このため、具体的な取組の内容や工程を実施計画にとりまとめ取り組むとともに、民間有識者等で構成する行財政改革推進委員会の意見等も踏まえ、毎年度その達成状況を点検し、必要な見直し等を行いながら、取組を進めていきます。

ちょっとした工夫で、健康ごはん！

下ごしらえで栄養素を逃がさない！

野菜ごろごろカレー

野菜の「洗い方、切り方」によって、カラダに取り込む栄養素が変わることをご存知でしたか？旬のごぼうと彩り豊かな野菜の栄養がまるごとカレーに溶け込んだカラダにやさしいカレーです。

生産量日本一を誇る青森県産のごぼう 食物繊維が豊富に含まれることが知られている「ごぼう」。特にごぼうに含まれる食物繊維（イヌリン）は、糖質が腸から吸収されるスピードを遅くし、血糖値の上昇をゆるやかにしてくれる働きがあります。青森の野菜をもっと食べて、健やかな毎日を過ごしましょう。

洗う

◎ごぼうは、流水でこすり洗い
ごぼうの皮の部分には、ごぼう特有の香りや旨味・栄養素などがたっぷり。包丁の背でこそげ取らず、流水の下でたわしで軽く汚れをとる事で十分です。

切る

◎素材の旨味を引き出す切り方
皮の間に栄養素が詰まった大根、にんじんは、皮付きのまま乱切りに。玉ねぎは、繊維に対して直角にうす切りにすることで、野菜の旨味を逃さず、短時間で柔らかく煮込めます。

◎材料 ※材料は4人分です

- ごぼう…150g(斜め切りで水にさらす)
- 大根……………100g
- にんじん……………70g
- 玉ねぎ……………100g
- 豚すき切り肉……………100g
- プチトマト……………100g(ハタをとる)
- にんにく……………10g
- 生姜……………10g
- ごはん……………米2カップ分

◎調味料

- サラダ油……………大さじ1
- カレー粉……………大さじ1・1/2
- 水……………3カップ
- バター……………10g
- 塩……………小さじ1
- こしょう……………適量
- しょうゆ……………大さじ1・1/2
- 砂糖……………小さじ1
- 米粉……………大さじ2(大さじ2の水で溶く)
- ◎飾り用
- ごぼう……………50g
- 菜花……………50g
- 揚げ油……………適宜

◎調理法

- ① 鍋にサラダ油を熱し、みじん切りにんにく・生姜を加えて炒める。
- ② 香りがたったら、ごぼう・大根・にんじん・玉ねぎ・豚肉の順に入れ、炒める。
- ③ ②にカレー粉を加え、粉っぽさが無くなったら、水・バターを入れて煮込む。途中、アクを取り除いてから調味料を加え、沸騰したら中火にし、15分ほど煮込む。
- ④ 水溶き米粉を加えてとろみをつけ、2等分に切ったプチトマトを加える。
- ⑤ 菜花を2cm幅に切って塩ゆでに。ごぼうは、長さ15cmに切り、ピーラーで薄く引き、水にさらした後、素揚げに。
- ⑥ ⑤をカレーの上に飾ってできあがり。

1人分の栄養価

エネルギー…521kcal
塩分……………2.5g
食物繊維……………5.0g
(食物繊維の現在の目標量
19歳以上：男性19g以上・女性17g以上)

[今回のレシピの野菜摂取量：一人あたり160g]

「健やか力」アップ！ 一口メモ

青森県男性の野菜摂取量は1日あたり296gで全国23位、女性は292gで14位。1位の長野県と比べると男性は1日あたり83g、女性は73g少なくなっています。(野菜摂取量は、厚生労働省「平成24年国民健康・栄養調査」より)

目標は1日あたり **野菜+100g** 目安 1/2本

※「健やか力」とは、県民が主体的に健康づくりに向けた活動を実践していく力のことを表現します。