青春 くろーずあっぷ

頼られる救命士になりたいです！

竹田　真也　さん

たけだ　しんや　さん／昭和61年7月生まれ／網走出身／津別消防署に勤務／新町

今年5月から津別消防署で働いている竹田真也さんにお話しを伺いました。

現在の仕事は総務関係の事務処理と救急や消防器材の取り扱い訓練だそうです。

救急救命士を目指したきっかけは「おじいちゃんのケガです。ケガをした際、救急救命士さんにお世話になったおじいちゃんの勧めと、体を動かすことが好きなので救急救命士を目指しました。」

趣味はスポーツをすることで、小・中学時代には野球部、高校時代には陸上部に所属。最近は津別の社会人野球チームに参加し、鍛えられた脚力から外野を任されています。

7月から1ヶ月間、血圧や脈の計測、点滴や介助などの実習を病院で行った後に、10月から5ヶ月間消防学校で訓練を行い、救命士として戻ってくるそうです。

今後の目標を聞くと、「『竹田救命士なら任せても大丈夫！』と皆さんから思われる救命士になることです。」（笑）と笑顔で話してくれました。

健康いきいき

こどもの水分補給

気温が高くなってきたこの季節。子供たちの気分は外へと関心が強くなってきます。子供は思う存分遊びますよね。

◎こどものからだ

人の体にはどのくらい水分があるのでしょう？大人では体重の60％、乳児では70％が水分だと言われています。また、子供は大人に比べ水分の出入りが多く、変化しやすいために脱水症になりやすいのも特徴です。つまり、子供のからだは大人以上に水分を欲しがるのです。ここで大切なのは、大人が注意しなければ子供は自分から水分を適切にとれないということです。

◎1日にとりたい水分量

幼児の場合

100ml　×　体重kg＝　ml

このうち右記の量のおおよそ半分は食事から水分として摂っていると言われているので、残りを飲料として摂ります。また、子供の胃の大きさに合わせ、こまめに少量ずつ与えましょう。

◎どんなものを飲んだらいいの

イオン飲料水やスポーツドリンクは便利な飲み物です。水分の吸収が良いので長時間、海や山に行ったり大量の汗をかいた時には適していますが、電解質（特にナトリウム＝塩）や糖分（飲みやすくするため）が入っているため、習慣的に飲むものとしては適していません。電解質を不必要に与えると子供の未熟な腎臓に負担がかかったり、糖分の摂りすぎにもなります。普段の水分は水や麦茶などが良いでしょう。

◎水分不足のチェックポイント

・気温が30度以上の炎天下の時
・手足、顔色がいつもより赤い
・呼吸が荒く速い
・おしっこが出ていない
・機嫌が悪い
・声をかけても反応が遅い
・いつも歩く子が抱っこ抱っこと執拗にせがむ

右記のことが見られたら、水分を欲しがっている時、または水分を補給したほうがいい時です。

お問い合わせ　健康医療グループ　健康推進担当　☎76－2151　内線231

温故知新

【363】

夫婦で一緒に山仕事

岩野　マサイ　さん

いわの　まさい　さん／大正11年1月生まれ／ハッカ農家を辞めて営林署で定年まで働く／86歳／西二条在住

福島県で生まれた岩野さんは、18歳で結婚と同時に東藻琴に移り、夫薫さんの実家で農業を手伝う。「ハッカ栽培が専売で、道具も何も触ったことがなく、主人はすぐ軍隊に召集となり、つらく苦しい生活が続きました」と当時を振り返る。4男1女の子どもに恵まれるが、二男を事故で亡くすつらい経験もしている。その後「子ども達には勉強させてあげたくて」と、マサイさん38歳の秋に離農を決め津別町に移り住む。

林務署で1年働いた後、ご主人と一緒に営林署で定年まで山仕事に従事。台風で現場のテントが壊れたことや署名活動をしたことが今も記憶に残るという。

50歳のときに胃の手術をし、一時は事務仕事に就いたが、すぐ現場に復帰した。「大変な時もあったけど、主人とは良いも悪いも同じ現場で働けて良かった。退職の時に一緒に沖縄旅行へ出掛けたこともまた良い思い出。とても優しい人でした」と、今でも14年前に76歳で亡くなったご主人への感謝の気持ちを持ち続けている。

70歳過ぎに脳血栓による麻痺の症状が出たが、幸い処置が早くその後元気になり、子ども達の元でのんびり過ごす事も多いという。

「夜が明けて、今日も私の命は大丈夫だね、とまた頑張れる。空を見上げ天気が良ければ、外の空気を吸って太陽の光を浴び、畑とにらめっこするのが私の趣味です」と笑顔で話す。

子ども達からの「おいしかったよ」の声を楽しみに、小さな畑でトマトやきゅうり、枝豆などを育てる毎日。また、町の「ミズナラ倶楽部」に5年前から参加し、週1回会話を楽しみながら置物や飾り物づくりに興じている。

「みんな良くしてくれ、保健師さんも友達のように話をしてくれる。悩みはないし、楽しく暮らせたらいい」と、終始にこやかにこちらを気遣いながら話をしてくれた。

暮らしを支える 税

平成19年に所得が減って所得税が課されなかった方 住民税が還付されます！

◎出産や病気のため長期休暇されていた方
◎定年退職や依願退職された方
◎自営業で業績悪化のため大幅に所得が減った方

以上のような方で、平成19年分所得税が課されなかった場合はこの措置の対象になる可能性があります。

ただし、所得税の住宅ローン控除の適用などにより、平成19年分の所得税が課税されない場合は対象となりません。

この還付を受けるためには申告が必要となり、7月1日から7月31日までが申告受付期間となります。

申告は所定の様式に住所・氏名・生年月日などを記載していただくだけの簡易なものとなっています。

なお、申告後還付の対象となるかどうかの審査を行い、その結果を申告された方に通知します。

適正に審査するため、申告された方の収入状況の確認など、結果通知までに時間がかかる場合もありますのであらかじめご了承ください。

申告先は平成19年1月1日の時点で住んでいた市区町村となります。

お問い合わせ　☎76－2151税務担当（内線219）
収納担当（内線218）