

周りから頼られる社員になりたい

矢吹 聖羅 さん



やぶき せいらさん / 平成6年1月生まれ / 丸玉産業(株)勤務 / 緑町在住

青春

くるーずあっぷ

津別高校を卒業し、今年4月から丸玉産業(株)に勤務している矢吹聖羅さん。

「会社に勤めるお母さんに勧められたのが志望の理由で、実は祖母も以前、お世話になっていました」という、親子3代の丸玉ファミリーだそうです。

所属は品質管理部の事務職。「優しい先輩ばかりの楽しい職場ですが、専門用語などまだまだ知らない言葉が多く勉強の毎日です。早く仕事を覚えて、周

りから頼られる社員になりたいです」と、抱負を語ってくれました。

プライベートでは、高校時代に部活でやっていたバドミントンを今も続けており、卒業後に週2回ほどトレーニングセンターで汗を流しているそうです。

休日には買ったばかりの車で出かけることが楽しみという矢吹さん。「北見ぐらいままでしか行きませんが、慣れたらもっと遠くまで行ってみたい」とか。

温故知新

【411】

保健福祉事業の発展に尽力

石上 辰治さん

「山男だから山歩きしているときが一番元気です」と話す石上辰治さん。80歳を過ぎてなお自慢の健脚で、森林ウォーキングや季節ごとの山菜採りなどを楽しんでおられます。

13人兄弟の長男(姉が2人)として津別で生まれた石上さんは、津別尋常高等小学校を卒業後、昭和18年に美幌農林学校林業科に進学。ところが第二次大戦中とあって、在学期間の半分は勤労奉仕で各地の営林署まわり。卒業の際に、留年してでももう少し勉強させて欲しいと校



いしがみ たつじさん / 昭和3年5月、津別町で生まれる / 84歳 / 豊永在住

健康いきいき

認知症を正しく知ろう！

現在、津別町の高齢化率は38%を超え、その中で認知症を発症する方も多くおり、85歳以上の4人に1人は認知症高齢者といわれています。そのため、「認知症は誰にでも起こりうる病気」といわれていますが、日ごろの心がけで、予防や早期発見が行えます。

認知症は、脳の細胞がゆっくり死んでしまい脳全体が縮んでいく「アルツハイマー型認知症」、脳の血管がつまったりすることで栄養や酸素がいきわたらず一部の細胞が死んでしまう「脳血管性認知症」などが主にあります。

認知症の症状には、新しいことを覚えられない、すぐに忘れてしまふ、時間や場所の感覚がわからなくなる、計画的にものこを進めることが難しくなるといった「中核症状」と、周囲の環境や心の状態が中核症状に影響し、うつや不安症状、暴言、はいかい、妄想などが現れる「行動・心理症状」があります。

認知症の予防について
認知症は加齢が原因で防ぎようがないと思われがちですが、認知

症の約2割を占める脳血管性認知症の予防には、高血圧や高脂血症、肥満などの対策が有効です。また、半数以上を占めるアルツハイマー型でも、運動をはじめとする生活習慣病対策が発症のリスクを減らすことが示されています。

さらに、仲間と楽しく会話をしたり、計算などの学習、音楽や絵画などの趣味活動をおし、楽しみながら脳を活性化することも予防につながります。

早期診断・早期治療が大切！
認知症の原因となる病気には、早期に治療すれば治せるものもあります。また、早い段階で診断を受けることで、治療の効果を最大限発揮できる場合があります。「おやっ?」と気になる症状があれば、早めに専門の医療機関への受診をお勧めします。

あなたも認知症サポーターに！
認知症に関する知識をより深め、地域で生活する認知症の方やその家族を暖かく見守る「認知症サポーター」の養成講座を随時開催しています。認知症を正しく理解し、安心な地域を一緒に作りましょう。

暮らしを支える

税

口座振替のすすめ

「昼間は仕事があるから銀行に行けない!」「いつも納付書をなくしてしまふ!」方は、口座振替のご利用をお勧めします。

手続きさえ済ませておけば、預金口座から自動で納税することができまふから、毎回納期ごとに金融機関に行かなくて済みます。手続きは、町内金融機関窓口にて、通帳と印鑑を持参の上、「町の税金の口座振替をしたい」とお申出ください。

現金で納税したい方は、北見信金、網走信金、津別農協、北洋銀行、北海道内全ての郵便局及び津別町役場で納付することができます。

なお、金融機関窓口が閉まった後でも、役場の窓口は午後5時15分まで受け付けていますので、ぜひご利用ください。

7月は固定資産税、国民健康保険第2期の納付月です。
納期限は7月31日(火)です。
口座振替のご利用の方は、引落口座の残高のご確認をお願いいたします。