



いわまつ えいじさん / 昭和63年12月生まれ / 津別町役場勤務 / 緑町在住

青春

くるーずあっぷ

「覚えることが多くて大変ですが、優しい先輩ばかりなので、伸び伸びと仕事をさせてもらっています」と話すのは、今年4月から津別町役場に勤めている岩松英司さん。旧常呂町（現北見市常呂町）出身で、網走南ヶ丘高等学校を卒業後、日本大学法学部政治経済学科に進学しました。

や町おこしにかかりたい、と思っただけです。現在、総務課庶務グループで、職員の福利厚生事務などを担当。「縁の下の力持ち的な役目で、町民の方と接する機会は少ないですが、重要な仕事だと思えます」と目を輝かせます。中学・高校時代は野球部に所属し、毎日白球を追っていたという岩松さん。役場でも野球チームに参加しており、早くも若手の主力選手として活躍が期待されているようです。

温故知新

【424】

畑作ひとすじで 農業の発展に尽力

畑山 敏雄 さん



はたやま としおさん / 昭和4年3月、津別町生まれ / 84歳 / 高台在住

「これといった趣味もないので、草取りや庭木の手入れなどで毎日体を動かしています」と話す畑山敏雄さん。畑作ひとすじで、永く津別農業の発展に尽力し、今は次の世代の新しい取り組みを見守っています。農家の4男として高台に生まれた畑山さんは、津別尋常小学校、同高等小学校を卒業し、家業を手伝います。しかし、時代は第二次世界大戦の真っただ中。兄3人が戦地に赴き、次兄は帰らぬ人となります。当然、人手

健康 いきいき

夏の子どもの水分補給

気温が高くなってきたこの季節。子どもたちも、外で長時間夢中になって遊ぶことが増えてくるのではないのでしょうか。

子どものからだ 人間の体にある水分は、大人では体重の約60%、乳幼児では約70%が水分だといわれています。そのため、子どもは大人と比べて水分量が多く、水の出入りも大きく変化しやすいため、脱水症になりやすいのも特徴です。つまり、子どものからだは大人以上に水分を欲しがります。そして、ここで大切なのは、子どもは大人が注意しなければ、自分で適切な水分をとれないということです。

1日にとりたい水分量 幼児の場合は、1000(ml) × 体重(kg)が、1日に必要な水分量(ml)になります。このうちおおよそ半分は、食事から水分をとっているといわれているので、残り飲料としてとりま。

どんなものを飲んだらいいの 飲み物は水やお茶の他に、イオン飲料水やスポーツドリンクがあります。この2つは、水分の吸収率が良いですが、その反面、電解

質（ナトリウム・塩）や糖分が入っています。つまり、長時間の運動や外遊びなど、大量の汗をかけた時には適していますが、電解質を不必要に与えると、子どもの未熟な腎臓に負担や、糖分の取りすぎで肥満、また虫歯につながることもあります。そのため、普段の水分は水やお茶が良いでしょう。

- 水分不足チェックポイント
- ・ 気温30度以上の炎天下時
- ・ 手足、顔色がいつもより赤い
- ・ 呼吸が荒く早い
- ・ おしっこが出ない
- ・ 機嫌が悪い、泣いても涙が出ない
- ・ 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良いときになります。

暮らしを支える 税

消費税等の中間申告

個人事業者の方で、前年分の確定消費税額が一定金額を超える方は、中間申告書を提出するとともに、消費税額及び地方消費税額を納付しなければなりません。

中間申告と納税が必要な方 個人事業者の方で、平成24年分の確定消費税額が48万円を超える方は、中間申告と納税が必要です。

この「平成24年分の確定消費税額」とは、平成24年分の確定申告により確定した消費税の年税額をいい、期限後申告又は修正申告等が行われた場合には、これらによって確定した消費税の年税額をいいます。消費税と地方消費税を合わせた額ではありません。

中間申告の方法 次の二つの方法がありいずれかの方法によることができます。

- ① 前年実績による中間申告
- ② 仮決算に基づく中間申告（事業状況が平成24年と著しく異なる場合などのとき）

申告と納付期限 確定消費税の額（地方消費税分を除く額）が48万円を超え400万円以下の方は平成25年9月2日（月）までに申告・納付をしてください。振替納税をご利用の方の振替日は平成25年9月27日（金）になります。