



おおとも くにおさん / 昭和17年7月、津別町生まれ / 72歳 / 活潑在住

温故知新

【442】

マラソンが与えてくれる感動

大友 國男 さん

「走りながら眺める四季折々の風景やゴールの喜び、仲間との交流など、様々な感動を与えてくれるのがマラソンの魅力です」と、穏やかに話す大友國男さん。古希を過ぎた今も、毎日10kmのランニングを欠かさず、『サロマ湖100kmウルトラマラソン』や、『ランニングと自転車の複合競技』『ピホロ100kmデュアスロン大会』など、道内で開かれる大小の大会にエントリーしています。

双葉の農家に生まれた大友さんは、本岐中学校を卒業後、若くして亡くなった父親の跡を継いで農業を営み、同時に民間の山林仕事にも精を出します。そんな多忙な日々の中で、自らの心身を鍛えるためにと始めたのがランニングでした。最初に出場した大会は、『第一回全津別駅伝競争』（昭和36年）で、大友さんのチームは見事一位に入賞。その後、毎年いくつもの駅伝やマラソン大会で好成績を残し、道内の陸上関係者の間では名が知られる存在となります。

28歳のときに丸玉産業に勤める喜代さんと所帯を持ち、33歳からは津別菅林署に勤めることになった大友さんですが、走ることへの意欲は衰えません。仕事の合間に練習を続け、サロマ湖100kmウルトラマラソンには昭和61年の第一回から出場。50kmの部に於いて3時間38分の好タイムで優勝を果たしました。第二回目以降は毎年100kmの部に出場し完走17回、8時間40分台の自己記録を残しています。

平成10年には長年の活躍が認められ、津別町体育協会からスポーツ功労者の表彰を受けました。「妻の理解があったからこそ続けられました」と微笑む大友さん。練習で町内を走っていると、通りがかりの人に声を掛けられることがあり、それもまた励みになるそうです。

青春

くろーずあっぷ

網走信用金庫に勤めて3年目、津別支店に配属されて2年の元村恵里さん。主に窓口対応と出納業務を担当しており、特に窓口では笑顔をお忘れなように心がけているそうです。美幌町出身の元村さんは、美幌高等学校から北星学園短期大学に進学し、英文学を専攻しました。短大卒業後は地元で働くことを第一に考え、地域に根ざした企業の同金庫への就職を志望しました。

「最初は覚えることが多く大変でした。ミスは許されない職場なので、経験を積んでお客さまに安心して任せていただけるような職員になりたいです」と、こやかに仕事への思いを話してくれた元村さん。この2年で津別にも顔なじみの人が増えたようで、町内で催される様々なイベントに参加するなど、地域を盛り上げる活動にも積極的に関わりたいそうです。



もとむら えりさん / 平成3年4月生まれ / 網走信用金庫津別支店勤務

元村 恵里 さん

窓口対応は笑顔をお忘れずに

平成27年度住宅改修（リフォーム）奨励金申し込み期間について

平成27年度に住宅の改修を予定されている方で、奨励金の交付を希望される方は、**受付期間内に申し込みが必要です。**

奨励金の対象となる改修工事は、町内建設業者が請負い、改修に要する費用が50万円（税込み）以上、奨励金交付決定前に着手していない改修工事です。

受付期間は、3月10日から1カ月間を予定しています。詳しくは、広報つべつ3月号に掲載しますが、改修を予定されている方は、業者に見積もりを依頼するなど、早目のご準備をお願いします。



問い合わせ先
建設課住宅グループ ☎ 76 - 2151(内線252・255)

津別病院の在宅医療支援

《その⑤...在宅看取りについて》

がんの終末期や高齢終末期などで余命を告げられた時、住み慣れた自宅で最期を迎えたいご本人と家族を支援させていただきます。

前にご説明した「訪問診療・看護」の中で、定期的に医師、看護師が訪問し、さまざまな症状に合わせた緩和ケアを行います。

<緩和ケアとは>

がん等に伴う、体と心の痛みやつらさを和らげること。

患者さん本人や家族が「自分らしく」過ごすために、療養生活の問題や社会制度の活用も含めて幅広い支援を行います。



問い合わせ先
丸玉産業津別病院 在宅支援室 治部
☎(代)76 - 2121

暮らしを支える

税

所得税確定申告はお早めに

平成26年分所得税の確定申告の受付は2月16日（月）から3月16日（月）までです。

また、所得税の還付申告については、2月16日前でも税務担当で申告を受け付けています。

受付場所 役場税務担当⑥番カウンター
受付時間 午前9時～12時
午後1時～5時

なお、右の受付時間に仕事等の都合で来られない方については、事前にご連絡いただき、夜間の受付も対応いたします（午後8時まで）。

【申告に必要なもの】

税務署から確定申告書が送付されている方は、その申告書用紙、源泉徴収票（給与、公的年金 申告書に添付する必要があります）、必ず原本をご持参ください。印鑑、国民年金控除証明書、生命保険・地震保険・旧長期損害保険控除証明書を（持参ください）。

医療費控除をされる方は、領収書を個人ごとに分け、病院・薬局ごとの合計額を計算してきてください。なお、所得税の還付金が出る方は、申告者名義の銀行口座を控えてきてください。また、国税庁のホームページの確定申告書作成コーナーでも、申告書の作成ができます。