

早く仕事を覚えて先輩に追いつきたい

高橋 綾汰 さん



たかはし りょうたさん/平成8年2月生まれ、津別消防署勤務

青春

くろ-ずあつぷ

今年4月、津別消防署に採用され、消防学校での訓練と津別病院に於ける実地研修を経て、10月から署に正式配属となった高橋綾汰さん。

「消防学校では、4人部屋の団体生活など慣れない環境で気を使いましたが、多くの友人もできました」と、5か月間の訓練を振り返ります。

足寄町出身の高橋さんは、足寄高等学校から恵庭市にある北海道ハイテクノロジー専門学校に進学し、救急救命士の資格を取得

しました。お母さんの知り合いに救急救命士がいたことで興味を持ち、小学生のころから人の命を救う仕事として意識するようになったそうです。

現在、警防担当として消防・救急出動をはじめとする様々な業務に取り組んでいる高橋さん。「しっかりと仕事を覚え、一人前の消防署員として早く先輩たちに追いつけるよう頑張ります」と、力強く抱負を話していただきました。

温故知新

【475】

若いころは俵上げ
競技で活躍

青山 博秋 さん



あおやま ひろあきさん/昭和18年8月、津別町生まれ/74歳/活潑在住

「そんなに力持ちというわけではありませんが、なぜか俵を持ち上げていた時間は我慢できました」と若き日を振り返る青山博秋さん。20代、30代のころ、当時町内で催されていた農民運動会や町民大運動会で、青山さんは40kgの重さの俵を頭上に掲げている時間の長さを競う『俵上げ競技』に出場します。他の力自慢の出場者たちが3分ほどで音を上げる中、畑作業で鍛えた腕力と持ち前の粘り強さを発揮し、最後まで俵を掲げ続けて表彰台の常連となりました。

の長男として生まれた青山さんは、活潑中学校を卒業すると農業に就きます。

農業後継者として、経験を積みながらビートや小麦栽培を中心に順調に畑作経営をしていきましたが、青山さんが27歳のときに、お父さんが50代の若さで他界します。「あのときは、いろいろと大変でしたが、近所の方々の支えのおかげで乗り越えることができました」と、青山さんは周囲への感謝の言葉を口にします。

若くして一家の大黒柱となつてからは、より農業の発展に尽くします。畑は連作障害を防ぐため4年周期で輪作を行い、生産性を高めるよう努めました。また、今は町内で2戸しか作っていない、メロンの栽培にも長く取り組んでいます。ルピアレッドという品種の赤肉メロンで、他の作物に比べ温度管理が細かいなど手間のかかる作物ですが、ハウスの中で大切に育てています。

一男二女を育て上げ、ご長男が家業を継いだ今は、仕事を手伝うかたわら好きなカラオケを楽しんでいます。地域の老人クラブなどで歌うのは古い演歌が多く、中でも三波春夫がお気に入りだそうです。

《消防署からのお願い》 消防水利周辺のスペース 確保をお願いします

消火栓や防火水槽などの消防水利は、火災時に消防車へ水を送るための大切な施設です。消防職員は冬期間、町内各水利を廻りいつでも使用できるよう除雪や氷割りをします。

消防水利の除雪や消火活動の妨げとならぬよう、車を駐車したり物を置いたりしないようご協力をお願いします。



問い合わせ先 津別消防署 ☎ 76 - 2189



11月は糖尿病予防月間です

年々、増加傾向にある糖尿病ですが、自覚症状があまり無いうちに進行します。糖尿病は血管を傷つける病気です。

日ごろの食事や活動で予防や悪化予防は可能な病気です。血糖値をあげない食事をこころがけましょう。

- ・食べる順番に気をつける
食事は野菜やたんぱく質の多い魚、肉、卵、大豆製品から食べる。
- ・食事はバランス良く食べる
主食、主菜、副菜を準備する。
- ・炭水化物の重ね食べに注意する
麺とご飯、粉ものごと飯、パンとポテトなど。
- ・間食や甘い飲み物に気をつける
市販のものは栄養表示の糖質を見る(無糖と書いてあるものでも100mlに0.5g未満の砂糖が入っているものがある)。



野菜を食べよう、1日350g!

野菜を知ろう：先月の野菜は白菜でした。今月は最近普及した野菜です。見た目は芋のようですが、梨のような食感で、生でも加熱しても良いです。フラクトオリゴ糖と食物繊維が多く含まれています。切ると変色しやすいので、すばやく調理するか、酢の物に使うと良い野菜は？

暮らしを支える 税 生命保険料 控除証明書について

生命保険に加入していると、保険会社から毎年一回「生命保険料控除証明書」が送られてきます。

これは、その年のうちに保険会社に支払っている生命保険の掛け金の総額(見込)が記載されており、所得税の精算に必要となるものです。会社で給与をもらっている方は、年末調整をする際に勤め先に提出してください。確定申告をされる方は、申告に使いますので保管をお願いします。

生命保険料控除は、「旧生命保険料」「旧個人年金保険料」「新生命保険料」「新個人年金保険料」「介護医療保険料」(※町に納めていただいている介護保険料ではありません)の5区分となっております。証明書の内容をよくご確認の上お取り扱ってください。

11月は

「固定資産税」第4期、

「国民健康保険税」

「後期高齢者医療保険料」第6期の納付月です。

納付期限は11月30日(木)です。

※口座振替をご利用の方は、引落口座の残高のご確認をお願いいたします。