



かねた だいきさん/平成8年11月生まれ、津別消防署勤務

# 青春

くろーずあつぷ

昨年4月、津別消防署に採用された兼田大樹さん。北海道消防学校での5か月に及ぶ教育・訓練を終え、津別病院における実地研修を経て、10月から署に正式配属となりました。

北見市留辺蘂町生まれの兼田さんは、留辺蘂高等学校から札幌市の吉田学園医療歯科専門学校救急救命学科に進学し、救急救命士の資格を取得しました。「父が消防署員なので、その姿を見て子どもころから自分も消防の仕

事に就きたいと思っていました」と志望動機を話します。

消防学校では、座学に加えて厳しい訓練もありましたが、高校時代まで野球部の練習で培った体力で乗り切りました。

当直勤務など、消防ならではの特殊な勤務形態にも慣れ、救急出動など地域住民の安全・安心のために日夜奮闘している兼田さん。

「将来は、地域の方や後輩たちから頼りにされる署員になれるよう頑張ります」。

# 温故知新

【490】

## 津別の優しさに 支えられた移住生活

溝淵 マサ子 さん



みぞぶち まさこ さん/昭和10年9月、大阪府生まれ/83歳/柏町在住

大阪市浪速区で印刷会社を営む家庭に育ったマサ子さんは、子ども時代を戦争の真つただ中で過ごしました。アメリカ軍による本土空襲が激しくなり、国民学校（現在の小学校）2年生のとき、滋賀県のお寺に学校ぐるみで集団疎開。親元を離れた生活に、寂しくて泣く子もいたそう。昭和20年3月14日の朝大阪の角に煙がもうもうと立ち上っているのが見え、先生のお話で大阪市が前夜の空襲で焼かれているのを知りました。この空襲で実家も丸焼けになりましたが、家族は焼夷弾の炎をかいくぐって生き延び、無事に

再会を果たします。

戦後は、行政の勧めもあり、家族で津別町に集団移住。双葉で3家族の共同生活が始まりました。自分も働き手として、子どもながらにてんびん棒を担いで沢の水汲みに何往復もしたそう。中学3年生の時からは、町内の農家に奉公に行くようになりましたが、「右も左も分からない中、行く先々で皆さんが優しく教えてくれました」。

昭和33年、縁あって柏町の溝淵明信さんと結婚。盲目の義母の世話しながら家の畑を耕すのがマサ子さんの仕事で、ここで奉公の経験が生きました。が、「家事をこなす代わりに、2人の息子たちにずいぶん苦勞を掛けてしまいました」と今も悔いが残ると言います。旧青葉幼稚園で掃除や草取りなどのパートも約20年勤めました。

これまでを振り返り「北海道に身寄りのないよそ者だったからこそ、地元の人がかけてくれた言葉がありがたく、忘れられませぬ。津別にいてよかった」と感謝の気持ちでいっぱい。孫3人とひ孫2人にも恵まれました。健康には常に気を付けているとの言葉どおり、自治会の集まりにも必ず参加するなど、元気そのもので7度目の年女を迎えています。

### よろず相談&心配ごと相談のお知らせ

2月のよろず相談 ☎76-2151(内線216)  
日時 2月15日(金) 午後1時~3時  
場所 林業研修会館 1階図書室  
相談委員 大場建男、福井全雅

心配ごと相談 ☎76-1161  
心配ごと相談は、社会福祉協議会で随時受付し、相談員との日程を調整します。  
気軽にお問い合わせください。

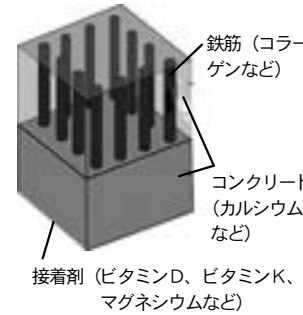
### 2月は「介護保険料」第5期、「国民健康保険税」「後期高齢者医療保険料」第9期の納付月です

納付期限は2月28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。  
問い合わせ先 住民企画課税務収納グループ  
☎76-2151(内線218,220,221)

### 骨を強くする食事

骨は右下の図のようにコラーゲン（たん白質）、カルシウム、ビタミンDやビタミンK、マグネシウムなどたくさんの成分からできています。

《骨の構造のイメージ》



骨を強くするにはカルシウムをとるだけでなく、たん白質をはじめ、いろいろな栄養素が必要です。食事はバランス良く食べて、カルシウムの吸収が良い乳製品も毎日食べるようにしましょう。

骨にカルシウムが吸着するのは夜といわれていますので、夕食にもカルシウムの多い食品をとりましょう。

### 野菜を食べよう、1日350g！

クイズ・野菜を知ろう：今月の野菜は、瓜科のウガオの果実をひも状に削って干して乾燥したものです。果実は夏にとれますが、1年中お寿司や昆布巻きなどに使われます。食物繊維が豊富で、水で戻すと約5.3倍に増えるこの野菜は？ 答えは7ページの下にあります。

## 税

### 所得税確定申告は お早めに

暮らしを支える  
平成30年分所得税の確定申告の受付は、2月18日(月)から3月15日(金)までです。また、所得税の還付申告については、2月18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1階税務担当 ⑥番窓口  
受付時間 午前9時~正午、午後1時~5時  
※なお、前述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やお知らせはがきを送付されている方は、その申告書用紙やお知らせはがき、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ので、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ご持参ください。  
また医療費控除をされる方は、医療費控除の明細書に、個人ごとの病院・薬局の合計額を計算して記入してください(※前回申告分より医療費控除にかかる領収書の添付が不要になっております)。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。

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。マイナンバーカードとICカードリーダーライタを用意すれば、電子での申告書提出も可能です。詳しくは、国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp> をご確認ください。