

西田 奨悟 さん



にしだ しょうごさん/平成7年5月生まれ、津別病院勤務

青春

くろーずあつぷ

昨年4月から津別病院のリハビリテーション科に勤めている、理学療法士の西田奨悟さん。けがや病気などで日常生活が不自由な患者さんの、運動機能回復や社会復帰をサポートしています。

訓子府町出身の西田さんは、北見柏陽高校から札幌医学技術福祉歯科専門学校に進み、国家試験を経て理学療法士の資格を取得します。高校時代にサッカー部の活動中にけがをし、理学療法士の治療を受けましたが、この仕事を知ることになりました。

「自分も人の役に立ちたいと思い、同じ仕事を目指しました。現在、リハビリテーション科では、理学療法士、作業療法士合わせて5人体制で外来と入院の患者さんに対応しています。自分は、まだ経験不足の部分もあると思います。患者さんが一日も早く元の生活に戻れるよう力を尽くしたいです」と、意気込みを話していただきました。

小学生の時から親しんでいるというサッカーでは、今も地域のチームに参加して汗を流しています。

温故知新

【491】 戦後の国有林を支えた津別営林署

石川 巖 さん



いしかわ いわお さん/昭和6年6月、津別町生まれ/87歳/新町在住

恩根生まれの石川さんは、国民学校（現在の小学校）2年生の時に当時の西町に転居し、終戦直前の昭和20年、国民学校高等科（現在の中学校）から、札幌鉄道局北見管理部（現在のJR）に就職。ところが終戦になり、復員兵の雇用を目的に年長者と年少者への退職勧告が行われ、18歳だった石川さんも退職を余儀なくされましたが、知人の勧めで、戦後に設置された津別営林署に就職。

市街地まで運搬するために敷設された鉄路で、林鉄の名で親しまれました。当時の車両は蒸気機関車で、「ドイツ製のアーサーコッペル式が2台、それに国産の中山式とで、合わせて3台が配備されていました。」運行は1日2往復、4月から12月までの稼働でしたが、地域からの要請で、冬期間は地域の足としても運行していたそう。

林鉄の運転士を8年務める間、昭和33年に職場の先輩の紹介で、奥さんの安子さんとご結婚。林鉄を降りた後は、林鉄の終点である上里の造材事業所に事務として10年以上在籍。事業所には50人以上がいましたが、みんな仕事の後はラジオのプロ野球中継が楽しみ。長嶋や王が活躍していた頃です。林鉄は昭和38年に廃止となり、トラック輸送に役割を譲りました。

昭和47年には旭町にあった営林署本署へ異動。現場での経験を生かし、林班図や航空写真から樹種を読み取り、国有林の立木調査や伐採、立木販売の業務に携わりました。そして平成4年に定年退職。津別営林署は、縮小を経て平成16年に廃止されましたが、石川さんは数えて米寿となった今も、ありし日の営林署の姿を昨日の日のように鮮明にお話ししてくれました。

北海道警察官 2019年度募集のご案内

採用予定人員	A区分 男性115名程度、女性40名程度 B区分 男性30名程度、女性15名程度
受験資格	学歴 A区分 学校教育法による大学（短期大学を除く）等を卒業した者（2020年3月末日までに卒業見込みの者を含む）。 ※高度専門士の称号を取得又は2020年3月末日までに取得見込みの者を含む。
	B区分 A区分以外の者
年齢	昭和62年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた者（2020年4月1日現在で18歳以上33歳未満）
試験公告日	3月1日（金）
受付期間	3月1日（金）～4月12日（金） （電子申請も同じ）
第1次試験日	5月18日（土）
第1次試験地	北見・網走・紋別警察署、その他 全道各地、青森、東京、大阪
第2次試験日	6月下旬～7月上旬
採用予定日	2020年4月1日以降（卒業見込者以外は、2019年10月1日に採用の場合あり）

問い合わせ先 美幌警察署警務課 ☎72-0110

栄養士の食善食語

鉄欠乏性貧血を予防する食事

ひとくちに貧血といっても様々な原因がありますが、鉄欠乏による貧血が多いといわれています。

血中の鉄分の働きは酸素を全身に運ぶことです。鉄欠乏の貧血が起こるとめまい、立ちくらみ、どうき、免疫力や感染症の抵抗力を低下させます。

鉄分は食事では取りにくい栄養素ですので、意識して取りましょう。多く含む食品はレバーや牛肉（赤身）、あさり缶や魚缶、小松菜やほうれん草などです。

ビタミンCと一緒に取ると吸収が上がりますので、ブロッコリーやピーマン、果物などと一緒に食べることをおすすめします。

野菜を食べよう、1日350g！

クイズ・野菜を知ろう番外編：今月は山菜のひとつです。採るときはとげに注意が必要です。天ぷらで食べることが多いです。若返りビタミンEやビタミンKが多く、造血作用の葉酸も多く含まれている山菜は？ 答えは8ページの下にあります。

暮らしを支える 税

所得税の申告と納税の期限が3月15日（金）、消費税（個人事業者）の申告と納税の期限が4月1日（月）までとなっています。特に、所得税の確定申告は期限近くになると混雑し、長時間お待ちいただくことがありますので、お早めに提出してください。

なお、振替納税を利用している方は、所得税は4月22日（月）、消費税は4月24日（水）に、登録口座から引落しになります。

新規で振替納税を利用したい方は、役場税務収納グループ⑥番窓口で、口座振替依頼書をご用意していますのでお申し出ください。

町税の未納はありませんか

町税を未納のまま放置しておくと、本税のほかに延滞金がかかります。未納の税金がないかお確かめのの上、未納分は早急に納付願います。また、納付が困難な場合は、放置せず収納担当までご相談ください。

問い合わせ先

住民企画課税務収納グループ
☎76-2151
税務担当（内線220、221）
収納担当（内線218）