



あなぶき はづきさん／平成3年7月生まれ／津別町役場勤務

青春

くろーずあつぷ

今年4月から津別町役場に勤めている保健師の穴吹葉月さん。保健福祉課健康推進係に所属し、乳幼児健診などの母子保健や巡回訪問など、地域住民の健康推進業務を担当しています。

津別町出身の穴吹さんは、津別高等学校から札幌市立大学看護学部に進学し、保健師と看護師の資格を取得しました。保健師を志望したのは、高校時代にコンビニエンスストアでアルバイトをするなど、人と接する仕事に興味があったことが理由のひとつで、

将来は地元・津別のために役立ちたいと考えていました。

大学卒業後、北見赤十字病院での勤務を経て、念願だった町の保健師として働き始めた穴吹さん。「とても働きやすい職場です。まだまだ覚えることが多いですが、町民の方に頼りにされる職員を目標に頑張ります」と、意気込みを話してもらいました。

特技の珠算は、珠算検定・暗算検定ともに九段。最高位の十段を目指して今も練習を続けています。

温故知新

【496】

俳句に親しんで38年

土屋 幸子 さん



つちや さちこさん／大正14年5月、東京生まれ／94歳／大通在住

『大正に生まれ令和の桜かな』昭和56年に津別町俳句会に入会して以来、38年間にわたって俳句作りに親しんできた土屋幸子さん。同会は惜しまれつつ今年6月で活動を終えましたが、その間に月例会で披露した作品は1000句を超えます。冒頭の俳句は、最後の例会で土屋さんがこれまでの思いを込めて詠んだ納めの句です。

東京で生まれ育った土屋さんですが、父親が北海道で材木を仕入れる仕事をしていたことから、第二次大戦が激しさを増した昭和17年に疎開を兼ねて一家

6人で津別に転居します。当初は厚手のコートなどもなく、慣れない環境に苦労しました。

昭和22年に縁あって土屋竹夫さんと結婚し、昭和29年から大通の土屋精肉店を夫婦で営みます。「休日になると、夫は狩猟や釣りですよつちゅう外に出かけ、私は家で読書という正反對の夫婦でした」と笑います。

元々小説が好きだった土屋さんは、知人の勧めで津別町俳句会に入り、五七五の十七音から成る定型詩の魅力に接します。月一回行われる例会には、各自3〜5句ほどを持ち寄り、無記名で読み上げてその出来ばえを参加者で評します。最後に作者を発表して、会員同士の研鑽と親睦を図りました。

「私にとって俳句は、日々見聞きしたことや身の回りの出来事を綴る日記のようなものでした」と話す土屋さん。日常の生活や旅行先などで感じたことを、十七音の短い言葉で表現することを楽しみのひとつでした。作句の上で苦心したのは季語の入れ方と、余分な文字を削って五七五のリズムを整えることでした。

俳句会の解散により作句からは卒業しますが、これまでに詠んだ作品の数々は、思い出の記録として残ります。

特定医療費(指定難病)受給者証等の更新申請出張受付を津別町で実施

下記の各医療受給者証の有効期限が令和元年(2019年)9月30日までとなっている方で、引き続き医療費の助成を希望される方は、更新申請が必要です。

今年度から下記の日程で出張受付を行いますので、津別町にお住まいの方はご利用ください。

〈更新対象医療受給者証種別〉

- ・特定医療費(指定難病)受給者証
- ・特定疾患医療受給者証
- ・ウイルス性肝炎進行防止対策医療受給者証
- ・ウイルス性肝炎進行防止対策橋本病重症患者医療受給者証

〈出張受付〉

- ・日時 8月9日(金)午前10時~午後3時
- ・場所 津別町林業研修会館 1階 図書室

〈問い合わせ先〉

北見保健所健康推進課保健係
☎0157-24-4173(課直通)

8月4日は栄養の日

8(=エイト)月
4(=よん)日
で(ちょっと苦しいですが…)
栄養の日だそうです。



最近の栄養の話題では、肥満とやせの人が二極化しているといわれています。

肥満は数年前からいわれている働き盛りの人のメタボの問題です。やせは若い女性と高齢者に増えています。

高齢者にとって、筋肉量が減ってしまうやせは健康を維持するうえでとても大きな問題です。日ごろから1日3食を取って、体重を計るようにしましょう。

野菜を食べよう、1日350g!



クイズ・野菜を知ろう：今月は小さめの野菜です。ピーマンに似た形で同じナス科です。

完熟すると赤くなります。辛みは少ないですが、カプサイシンは含まれていて、ビタミンA、B群、C、Kが豊富な野菜は？ 答えは6ページの下にあります。

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48万円を超える方は、税務署に中間申告書を提出することにも、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。

この「前年分の確定消費税額」とは、前年分(平成30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(地方消費税は含みません)。

中間申告の方法

次の2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(事業状況が前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400万円以下の方は令和元年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令和元年9月27日(金)になります。