



ゆずりは こゆき さん／平成16年1月生まれ／津別郵便局勤務

今年の4月から津別郵便局に勤務している美幌町出身の杠小雪さん。郵便物の受け取りや手紙の郵送など窓口業務を担当しています。

高校1年生の頃から就職を考えていた杠さんは、人と接することが好きなこともあり、郵便局を志望します。入局して最初の頃は、研修などが多かったのですが、最近は一人で窓口の対応をしています。「不安なこともありますが、一緒に働いている方々が優しく丁寧に教えて

くれるので、とても働きやすいです」と話します。

また、今後の意気込みとして「自信を持って窓口に立てるように頑張ります」と語ってくれました。

趣味は、好きなアイドルグループを見て癒されることで、(O)ジェイオーワン)や(ON)アイエヌアイ)、OCTPATH)オクトパス)などを応援しています。社会人になってからはライブに出掛けるようになり、生きがいとなっているそうです。

青春 くろーずあつぷ

温故 知新

【532】

防犯活動で地域を 守り続けて半世紀

大澤 光宜 さん



おおさわ みつのり さん／昭和12年11月、青森県生まれ／85歳／西町在住

「防犯協会で活動していく中で、多くの人との繋がりができた。自分の中ではかけがえのない大切なものになっている」と話す大澤光宜さん。50年以上続けている地域の防犯活動では、これまでに多くの出来事があったそうです。

青森生まれ樺太育ちの大澤さんは、昭和20年に女満別へ引越します。地元中学校を卒業後、実家の農家を2年手伝いました。その後、津別に移住し、約10年間営林署に勤めました。昭和41年からは青木商店で働きます。青木商店に勤めたことをきっかけに、地域の防犯活動をしき

た大澤さん。現在も防犯協会の一員としてさまざまな活動をしています。その中でも特に忘れられないエピソードとして、昆布事件を話してくれました。「年の暮れに知らない人が昆布を売りに来たので、怪しいと思い車の写真を撮ると慌てて逃げて行った。その後警察に情報提供をすると、釧路で起こった昆布の窃盗犯だと分かり、写真提供をしたことがきっかけで、事件解決に繋がった」と話します。防犯協会の活動の一環として、町外から来る車のナンバーは控えるようにしているそうで、昆布事件の他にも、多くのことで解決の手助けになってきたそうです。

また、仕事や防犯協会の活動などを通じ人と話すことが多くあった大澤さんは、夫婦問題や就職活動に対することなどの相談を受けることもあったそうです。「自分なりのアドバイスを伝え、不安や悩みの解消をしていた」と、周りからも頼られる存在だったようです。

山登りが好きな大澤さん。定年退職後はたくさん山に登ってきました。今年も大雪山や雌阿寒岳などで登山を楽しんだそうです。「登山では、肺活量と足腰が大事。体が続く限りは毎年続けていきたい」と、笑顔で話してくれました。

はっぴーハロウィーン～カボチャ冷凍のコツ～



少し先ですが、秋といえば有名なイベントにハロウィンがありますね。皆さんはハロウィンの食事と言われると何を思い浮かべますか？ オレンジ色で丸いカボチャではないでしょうか。しかし、元々はハロウィン＝カブだったそうです。ジャック・オー・ランタンの伝説が由来となっていますが、ハロウィンがアメリカに伝わったとき、アメリカではまだカブが栽培されておらず、代替りのものとしてカボチャが使われることになり、今でもカボチャが用いられています。今回はカボチャの下処理のポイントについて少しご紹介します。

【カボチャの下処理方法】

- ①わたと種は一つも残らないよう取り除く（水分を多く含むわたから傷み始めます）。
- ②ラップをしてから600Wのレンジで2分加熱（4等分の場合）。
- ③余分な水分を拭き取り、お好みの大きさにカットする。
- ④小分けにしてラップをし、冷凍する。賞味期限は1か月程度。
- ⑤調理するときは、解凍しないまま使うとおいしくいただけます。炒め物やスープ、煮物やマッシュなどでぜひ食べてみてください。



野菜を食べよう
1日350g！

野菜を知ろう番外編 今回は「リンゴ」についての問題です。
リンゴの名前で「アルプス乙女」というリンゴがある。○か×か。
答えは14ページの下にあります。

暮らしを支える 税

納付のお忘れは
ありませんか？

10月3日（月）までに左記の納期限が到来しています。

町道民税	1期～2期
固定資産税	1期～3期
国民健康保険税	1期～4期
軽自動車税種別割	全期分
介護保険料	1期～2期
後期高齢者医療保険料	1期～4期

役場から届いている納付書を確認し、納期限が過ぎているものがありましたら、至急納付をお願いします。

納期限を過ぎますと延滞金の計算の対象となり、納付する税額や納付日により、本税のほかに『延滞金』も納めていただくこととなります。

納期限後、納付されていない税がある」と『督促状』を送付します。それでもなお納付せず、そのまま放置しておく、給与、預貯金、財産等の差押えをすることになります。納期限までに納付できないときは、そのまま放置せず、役場収納担当で納税相談されるようお願いします。

口座振替を利用されている方は、通常は納期限（郵便局は25日）の引落としになっていますので、振替日前までに口座の残高の確認をお願いします。残高不足で口座振替ができない場合は、納付書（役場収納担当で再発行します）で納付をお願いします。