

人

家族や同僚など多くの方のおかげで受章
いきいき

平成25年春の褒章で黄綬褒章を受章した訓子府石灰工業株生産部の三塚建太郎採鉱課長。「母親の一言で今まで働き続けることができました。家族や多くの同僚などのおかげで受章できました」と話していました。

「生まれは札幌なんですが、生後6か月で訓子府に来たので訓子府出身と言つてもいいですね。北見工業高校を卒業後、北見の企業に勤め、昭和51年に訓子府石灰に入社しました。当時は日の出工場で機械のオペレーターを中心に仕事をしていました。平成10年に生産部採鉱課採鉱係長となり、大谷の鉱山事務所に勤務しています」



三塚 建太郎さん
(東町 56歳)

た。その夢が捨てきれない状況の中で働いていましたが、母親が『肥料を農家が使い、作物を育て、その作物を私たちが食べる。人の一生に大切な食事の誇りを持つべきだ』と言われ、現在の仕事に打ち込むことができ、37年間勤めています』

「現在、大谷の鉱山事務所には社員4人で、ほかに採掘や運送などで8人が、この山にかかります。広さは約25万m²あり、現場作業の管理・監督が中心ですが、火薬を使う作業や大雨後の土砂崩れへの監視、さらにヒグマも出没しますから、危険を伴う仕事だけに、安全指導など細心の注意を払っています」

「社員一丸となつて働いています。そんな仲間や家族がいたことで、長い間勤めることができ、会社として二人目の褒章受章となりました。多くの方に感謝したい」

「伝達式は、5月16日に行われました。今後とも、多くの仲間とともに現場の保安優先第一に指導力を發揮していきます」

充実した毎日を送っています



但野 政由さん
(穂波 24歳)

ヘルシー

才

運動・栄養・休養

量の多い北海
は野菜生産調
査で、北海道の
国民栄養調査
が分かりまし
た。野菜生産



増えた大腸がん
が少ないこと
が分かりまし
た。野菜生産
量の多い北海
道の国民栄養調
査で、北海道は
野菜摂取量
が少ないと
言わされています。

大腸がんは、日本人の約半数がかかると言われ、誰でもかかる可能性のある病気です。日本人の死因の第1位となっており、死者数も年々増え続けています。がん検診の目的は、早期にがんを発見し、適切な治療を行うことです。がんによる死亡率を低めています。

早期のがんは、自覚症状がほとんどみられないため、定期的にがん検診を受けることが大切です。がん検診の目的は、早期にがんを発見し、適切な治療を行うことです。がんによる死亡率を低めています。

道ですが、1日の野菜摂取量が男女とも低く、男性が全国の中で43位、女性が37位という結果が分かりました。また、肥満の割合も高く、脂肪の摂取量は全国平均よりも高い順位にあります。大腸がんになりやすい食生活の特徴が見えてきました。

ぜひ、この機会に受診してください。お申し込みは、福祉保健課健康増進係(☎ 47-5555)です。

● 11月29日
■ 子宮がん・乳がん検診
○ 12月8日・9日
■ 診日程
○ 8月1日
○ 6月26日
○ 7月30日
○ 31日
○ 28日
■ 胃・肺・大腸・前立腺がん検

今月の担当 保健師 清水 麻美

分譲・支援・予防

わたしたちの国民年金

お得です！付加保険料

国民年金の定額保険料は、月額15,040円です。定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納付されると、将来、老齢基礎年金に加えて付加年金が支給されます。

付加年金額は(200円×付加保険料納付月数)で算出されます。

例えば、10年間付加保険料を納めるともらえる付加年金の額は、年額24,000円(200円×120月)となります。この場合、将来年金を2年間もらうと48,000円となり、支払った保険料と同額となるため、3年目以降はお得になります。

付加保険料を納付する場合は、必ず定額保険料の納付が必要です。

なお、国民年金基金に加入している方は、付加保険料は納められません。加入の手続きは、町民課戸籍年金係(☎ 47-2203 役場1階窓口1番)へお問い合わせください。

付加保険料納付額と受取額の例		
10年間(120か月)加入した場合 (納付額=400円×120か月=48,000円)		
受取1年目	200円×120か月=24,000円	48,000円
受取2年目	200円×120か月=24,000円	
受取3年目	200円×120か月=24,000円	
		↓3年目からお得に
20年間(240か月)加入した場合 (納付額=400円×240か月=96,000円)		
受取1年目	200円×240か月=48,000円	96,000円
受取2年目	200円×240か月=48,000円	
受取3年目	200円×240か月=48,000円	
		↓3年目からお得に

保険料納付は便利な口座振替で

くんねっぷ ファン

今月は、(有)訓子府運送社に勤めていた但野政由さんにお話をうかがいました。「札幌大学を卒業後、2年間札幌の自動車販売会社に勤め、今年3月から家庭の訓子府運送社に勤めています。覚える仕事がたくさんあります。充実した日々を過ごしています。会社の雰囲気も良く、仕事が楽しいですね」

「小学校2年生から高校生まで野球をしていました。現在も町内の野球チームに所属し、練習や試合に参加しています。冬にはスノーボードを上達したいと思っています」「札幌市で一人暮らしをしていたころは、自分の家で作るくらいのこやしが好きで、長期の休みが取れたら、大阪に行き、本場のたこやきを食べてみたいです」