今月の顔

人いきいき

〝緑茶用にハッカを栽培 将来の事業拡大を期待〟

近年あまり見られなくなったハッカの栽培をしている人が町内にいます。福野の水留亮さんで、北見の茶販売業者が、このハッカの葉を混ぜた緑茶を販売しています。「作付けが少なく、本格的な栽培ではないですが、ハッカを軸にしたさまざまな事業に発展していければと思います」と意欲を見せています。

水留　亮さん
（福野　34歳）

ハッカは、昭和初期まで北見が世界の生産量の7割を占めるほど栽培されており、訓子府町でも栽培していたようです。

水留さんは、大学卒業後に網走市でサラリーマン生活を経験したあと、平成14年に実家に戻り農業に従事しながらハッカ栽培を手がけています。

「北見の業者が高校時代の同級生で、彼がハッカのお茶を作りたいという話になり、私に協力を求めてきました。私が知人から7種類のハッカをもらい、平成18年から試験的にハッカを栽培するようになりました。最初は0・5a、現在は1aで、お茶の香りに合う和種のハッカ1種類を路地で栽培しています」

「ハッカの葉は毎年4kgほど収穫でき、それを業者が粉にして緑茶に混ぜ、ティーパックで販売しています。売れほか、お菓子も作っています。売れ行きはまずまずといったところでしょうか」

「私の家は、ビート、小麦、ばれいしょのいわゆる畑作3品で20ha作付けしており、これが本業ですので、ハッカは私が興味本位で始めたものです。ただ、ハッカを売り出しながら、メーンの農産物を含めた産直や加工品販売など事業展開していけるといいなという考えは持っています」

水留さんは、平成18年に「ジュニア・ベジタブル&フルーツマイスター」に認定されています。「ハッカも考えようによっては野菜の一つ。この資格を生かすような活動もしていきたいですね」と話していました。

俳句　訓子府俳句会

雪消えし歩道の闊歩晴れやかに　穂波　蓑島　悠歩

比企郷に住みふたとせの春浅し　埼玉県　飯田　政章

きさらぎのバンクーバーに釘づけに　大町　住吉　和子

春の唄こころ癒さる胡弓の音　元町　山崎　芳子

小荷物のバランスとりて雪解道　旭町　相原　陽子

着ぶくれの子等まばらなる陽気かな　弥生　梶田　倶子

早春や小りんごの木に鵯の来る　東町　長内　フジ

干し氷下魚狙ふ野良猫計る距離　東幸町　吉野　良華

雑木山熊笹おこす雪解風　東幸町　小林　昭子

乗客はひひなの如き綱電車　栄町　堰代ヤヨイ

樹々霧氷空の真青に光りけり　西富　北野ミサオ

庭の端に僅か青める春みつけ　東町　生出　恭子

窓ごしに春夕焼をたのしめり　西富　吉村ツヤ子

ヘルシー&介護

運動・栄養・休養

“達人に聞く健康づくりの秘訣！”

今月の担当　保健師　杉本　麻美子

ある日の総合福祉センター午前9時。「健康増進室」に、おなじみの3人がやってきました。

保健師：おはようございます。毎日精が出ますね。皆さんの元気の秘訣をぜひ広報で紹介したいのですが。

Tさん・Yさん・Hさん：「どうする？」「いいんでないかい？」「写真を撮る？見合い写真かい？」「ワハハハハ」

Tさん：年齢は出さないでね。

保健師：マル秘にしておきますね（確か90歳）。毎日健康増進室にいらしてますが、どんなことをしているのですか？

Hさん：電気をかけたり（電気療法機器）、足裏健康遊歩道を歩いているよ。

Yさん：足裏を刺激すると調子が良い。風邪もひかなくなったなあ。

Tさん：「何とかは風邪ひかない」って言うしな！

3人：ワッハッハハハ！

Yさん：遊歩道の歩き方を工夫すれば、足首を柔らかくすることもできる。転ばない体になるよ。

Tさん：外を歩くことができない冬場の体力づくりになる。春になったら山歩きもしないとね！

保健師：元気に過ごすための秘訣は？

Hさん：歩くことが大事だよ。

Tさん：自分の体は自分で管理しないとね。

Yさん：健康でいたい。人の世話にはなりたくないからね。

Hさん：健康増進室は暖かく、楽しく運動できる。面倒がらないことが大事。

Tさん：みんなと話ができるのが楽しみなんだ！

Yさん：毎日顔を合わせても、なぜか話がつきない！

……　……

笑い声が絶えず、若々しさあふれる健康の達人たち。仲間が増えればうれしいとのことです。一度「健康増進室」をのぞいてみませんか？

総合福祉センター「健康増進室」の利用時間は8時45分～17時30分です。（土・日・祝日除く）

介護・支援・予防

わたしたちの国民年金

国民年金保険料が改定されます

平成22年4月分から月々の保険料が1万5,100円となります。

年金を支える力と給付のバランスをとるために保険料の段階的な引き上げを行っています。

老後だけではなく、20歳からしっかりサポート！

年金には、病気やけがによって障害が残った場合の障害年金や、一家の働き手を失ったときの遺族年金で、万一の場合もサポートします。

特別障害給付金制度をご存知ですか？

対象となる方は、①昭和61年3月以前に国民年金に任意加入していなかった被扶養配偶者であった方か、②平成3年3月以前に国民年金に任意加入していなかった学生であった方が、その当時の病気やけがなどが原因で、現在、一定以上の障害の状態にある方です。

住所や氏名に変更はありませんか？

住所や氏名に変更があった場合は手続きが必要です。

詳しくは、北見年金事務所（☎25-9635）または町民課戸籍年金係（☎47-2203　役場1階窓口1番）までお問い合わせください。

保険料納付は便利な口座振替で