



雪が舞うなか

雪が降り続ける中行われた岩崎地区の裸参り。寒さに負けず町を練り歩き、男衆たちの熱気が感じられました。

新春のあいさつ

深浦町長 吉田 満

平成30年の輝かしい新春を迎え、謹んで新年のお慶びを申し上げます。

町民の皆様には、平素から町政運営の各般にわたり、深い御理解と御協力、御支援を賜り、誠にありがとうございます。

昨年は、北朝鮮からの度重なる弾道ミサイル発射に加え、町内海岸線に木造船などの漂着が相次ぎ、町民の皆さんは大きな不安を感じられたことと思います。

町はこうした不安に対処すべく、昨年10月に内閣官房、消防庁及び青森県と連携し、弾道ミサイルを想定した住民避難訓練を実施、また、海岸漂着物対応については、速やかな情報収集を行いながら、国や県との連携による対応態勢の構築を訴えてまいりました。今後も町民の皆さんの安心・安全な生活の確保に努めてまいります。

さて、我が国の経済は、景気回復期間が戦後第2位のいざなぎ景気を超える長さになったと言われておりますが、地方経済においては、未だにその実感が薄い状況となっております。

政府は、昨年11月に発足した第4次安倍晋三内閣の基本方針として「復興の加速化」、「人づくり革命の断行」、「一億総活躍社会の実現」、「世界の中心で輝く日本」の4本柱を掲げ、平成29年度補正予算の編成と併せて、そ

の実現に向けた取組を加速させようとしております。

こうした国の動向を注意深く分析しながら、町勢発展につながる施策を展開していくにあたって、最近の社会情勢と町政運営の状況、更には、今後の展望について御紹介させていただきま

まず、当町の財政状況につきまして、平成28年度一般会計決算において、9年連続で黒字決算となったところであり、一方では町の歳入の半分以上を占める地方交付税が平成27年度から段階的に削減されており、平成30年度においても相当額の減額があるものと予想されております。

平成30年度予算の編成につきまして、厳しい社会情勢を十分認識しながら、深浦町第二次総合計画に掲げた町の将来像実現や、目標達成に必要な政策的経費を確保し、「生きがいと活力のある町づくり」を進めてまいります。

次に、深浦町の基幹産業でございますが、農業につきましては、近年、青年等の新規就農者による夏秋トマト栽培の取組が進んでおり、平成29年の販売額は1億450万円と、平成25年以来4年ぶりの1億円突破となりました。漁業につきましては、漁港・漁場等の環境保全に努めるとともに、天然資源依存型の漁業から栽培漁業・資源管

理型漁業への積極的な展開を図ります。

また、サーモン養殖事業については、海面養殖試験の段階に進んでおり、本年中の区画漁業権取得を契機に、本格的な海面養殖事業に進展して行くものと期待しております。

津軽半島一帯におけるサーモンの海面養殖事業の展開により、その種苗供給拠点を有する当町の役割が益々重要となるものと考えており、サーモン養殖事業の推進が、町の経済発展に結びつくよう努めてまいります。

次に、商工関係であります。商店街の活性化と観光客の回遊性向上につながる拠点としてピアハウスの改修を進めており、本年4月から生産者直売所や食堂を併設した「ふかうら地域産物PR販売拠点施設」として運営を開始いたします。

観光面では、オンシーズンの観光に関しては総じて堅調であり、マグロステーキ井についても昨年10月末で17万5千食を達成するなど、当町に大きな経済波及効果をもたらしております。また、6回目を数えた北金ヶ沢の「大イチョウのライトアップ」、「ビッグイェロー」は、その佇まいの荘厳さとともに、点灯式がメディアに取上げられ

年頭のあいさつ

深浦町議会議長 工藤 博利

童・生徒が一人ひとりの個性と能力を伸ばし、生きる力と豊かな人間性の形成につながるよう、学校教育の充実を図ります。

また、社会教育におきましては、白神山地と日本海の豊かな自然や歴史・文化を最大限活用し、生涯学習の推進、スポーツ活動の振興が図られるよう各種事業を実施してまいります。

昨年4月、深浦町や鱈ヶ沢町を含む全国11市町が共同申請していた「北前船寄港地・船主集落」が、地域の文化・伝統を誇る「日本遺産」に認定されました。

いにしえから、天然の良港として栄えた歴史を持つ深浦町は、北前船によってもたらされた文化と祭り、経済繁栄の足跡が薫る町としての新たな称号を得ることができました。

先人が大切に守り育んできたふるさとの貴重な宝、世界自然遺産「白神山地」と、日本遺産「北前船」を有する町として、一層、その魅力を発信していかなければと、決意を新たにしているところではあります。

地方経済を取り巻く状況は、人口減少や少子化を背景に依然として厳しさを増しておりますが、地域にある様々な資源を一層活用しながら、深浦町の明るい未来を切り開くため全力を尽くしてまいります。

町民の皆様には、なお一層の御支援・御協力をお願い申し上げます。結び、本年が皆様にとりまして、素晴らしい一年となりますことをお祈り申し上げ、年頭のあいさつといたします。

町民の皆様には、健やかに新春を迎えることと、心からお喜びを申し上げます。また、旧年中に町議会に賜りました格別の御支援と御協力に、厚く御礼を申し上げます。

御承知のように昨年は、地方自治法が施行されてから70周年に当たり、去る11月20日には、天皇・皇后両陛下の御臨席を仰ぎ、全国47都道府県の自治体関係者が参加して記念式典が挙行され、私も機会を得て、出席をさせていただきました。

現在の日本においては、約1800の法律と5000を超える政令、府・省令等が施行されておりますけれども、一本の法律の節目を祝うセレモニーに両陛下が御臨席されるという例は、「地方自治法」が後にも先にも唯一であると伺ってまいりました。

このことは、日本国憲法と同じ日に施行された一つの法律が指し示す「地方自治」の意義と重要性を示す象徴的な事象であると認識するところであります。私も町議会も、深浦町の自治の一翼を担う機関として、地方自治の本旨である「自らの地域のことは、可能な限り自分たちで決める」という理念に今一度立ち返り、町民の皆様へ寄り添い、町執行部と向き合って、福祉の増進や地域の発展に寄与し得る議会活動を展開していかなければならないと考えるところであります。

平成29年は、隣国の弾道ミサイルの発射や核実験、大統領の弾劾と逮捕、そして、世界各地で頻発する痛ましいテロ等、国際社会に混乱の度が高まる1年であったように感じています。

また、国内にあっても、「忬度」を一躍流行語に押し上げた政治家の疑惑、「ものづくり大国日本」のイメージを失墜させる経済産業界の不正・不祥事、短絡的で異常性を増す殺人事件等々、総じて暗く不安な出来事に接する機会が多かったように感じているところであります。

このような中であって、アキレス腱断裂の大けがを克服し、大相撲九州場所において最年長で幕内に返り咲き、見事勝ち越しを決めた安美錦関の活躍は、深浦町の若い世代に諦めずに努力することの大切さを示し、シニア・高齢者世代の背中を押してくる一服の清涼剤でありました。

私どもも、安美錦関を手本とし、議員12人が一丸となって、弛まらず、皆さまの負託に応えてまいります決意を

たこともあり、県内外からたくさんの方々が観光客にお越しいただきました。

また、ライトアップ期間中、JR東日本の豪華寝台列車「四季島」からリゾート「しらかみ号」に乗り継いだ乗客らに、地元の方々がビッグイェローから手を振って歓迎の気持ちをお伝えしたことが大変な好感を得て、JR秋田支社長から感謝状をいただいたところでございます。

次に、町の保健・医療・福祉関係につきまして、本年6月から広島地区に深浦診療所を開設いたします。今後、新たな地域包括ケアセンターも整備されることから、在宅医療の充実が図られるとともに、総合的な地域医療体制が確立されることとなります。

また、子育て支援として、子ども医療費については、高校卒業まで医療費の無償化を拡充するなど、子育ての環境の充実を図ります。

次に、教育関係であります。児童

新たにしたところでございます。今年の干支「戌」には、草木が減びるという意味があり、「次への新しいステップ」を表す文字であると言われております。

少子高齢化・人口減少という課題を抱える当町においても、町民の皆様が将来への希望や生きがいを持ち、精神的な豊かさや生活の質の向上を実感できる成熟社会、人と人の絆を実感できる地域社会の構築に向け、皆様とともに、地方自治法施行71年目の第一歩を力強く踏み出したいと考えているところでありますので、引き続きの御支援、御鞭撻をよろしくお願い申し上げますとともに、本年が町民の皆様にとって実り豊かな一年となりますことを御祈念申し上げます。年頭の御挨拶といたします。



2017年 まちの出来事

1月

- 4日 新春町民放談の集い
- 5日 消防団出初式
- 26日 深浦町文化賞・スポーツ賞表彰式

2月

- 19日 芸能発表会
- 25日 生涯学習フォーラム

3月

- 16日 町内郵便局との包括連携協定締結

4月

- 1日 「リゾートしらかみ」運行開始20周年
- 13日 白神十二湖山開き安全祈願祭
- 15日 沿道美化清掃
- 15日 FMB「Bリーグ」青森ワッツ戦ハーフタイムショー出演
- 28日 「北前船寄港地・船主集落」が日本遺産認定

5月

- 2日 マグステ井15万食達成
- 23日 交通死亡事故ゼロ1500日達成
- 26日 深浦町防災訓練

6月

- 14日 学校給食にマグステ登場
- 21日 町民総決起大会
- 24日 つがる日本海お魚大漁まつり

7月

- 8日 深浦会東京総会・交流会
- 28日 展望モノレール「しらかみ号」リニューアルオープン

8月

- 14日 津軽風待ち湊ふかうらヤットセ（～15日）
- 14日 深浦町成人式
- 17日 深浦町平和祈念祭

9月

- 15日 十二湖ウッドチップ敷設
- 20日 生きいき健康福祉祭

10月

- 10日 ミサイル飛来を想定した避難訓練
- 28日 チャンチャンと深浦牛まつり（～29日）

11月

- 2日 津波避難訓練（大間越地区）
- 3日 深浦町文化祭作品展（～4日、11日～12日）
- 9日 ビッグイエロー2017（～28日）
- 18日 ふかうら芸能祭
- 18日 深浦中学校創立70周年記念式典

12月

- 12日 相次ぐ不審船、身元不明遺体の漂着



雪の中円覚寺に向かう男衆

年末の恒例行事である「裸参り」が町内各地で行われ、「サイギ、サイギ」と威勢のいい掛け声を響かせた男衆が、新年の五穀豊穡や豊漁、無病息災を祈願しました。

このうち、17日に行われた崎の町地区での裸参りは、しんしんと雪が降り、冷たい風が吹き付ける中、約40名の男衆が円覚寺を目指し町内を練り歩き、しめ縄を奉納しました。

また、30日に行われた岩崎地区の裸参りは、16人の男衆が威勢のいい声を響かせながら町内を練り歩きました。岩崎漁港近くに到着すると、海に面し



我先にと駆け出す男衆

た宗像神社と山沿いの武甕槌神社を目指して男衆が二手に分かれて疾走。今回は海側のグループが先にしめ縄を取り付け、新年は豊漁の予想となりました。帰省のたびに参加している岩谷武郎さんは「手足が冷たくしめ縄を取り付けるのが大変だった。これをやらなると1年が終わった気がしない」と話していました。

その他、24日には岡町、30日に正久地区で裸参りが行われ、各地区とも男衆の声が聞こえてくると、一目見ようと沿道に地域住民が集まり、地域に根付く伝統文化を見守っていました。

笑いは健康と幸せのかけはし 11/29

日頃頑張りすぎている人に笑いで健康増進してもらおうと、ガンバリすぎる人のための心の講演会が町民文化ホールで開催されました。講師に男鹿市在住で日本笑い学会秋田県人会長・ユーモア話術コンサルタントの人星亨喜楽駄朗氏を招き「人生漫談～笑いは健康と幸せへのかけ橋～」と題し講演。ユーモアあふれるスベらない小話や小道具を使用し観客と掛け合いながら約1時間の漫談を披露しました。漫談を聞いた岩根久美子さん（追良瀬）は「おなか一杯笑うことができた」と話し、会場内は爆笑の渦に包まれていました。



講演した人星亨喜楽駄朗さん

11/30 吹奏楽の演奏に大興奮



緊張の面持ちで指揮者を体験する児童

町内3小学校の児童254人が一堂に集まり、様々な芸術に触れる小学校芸術鑑賞教室が深浦小学校体育館で行われ、陸上自衛隊第9音楽隊の演奏を鑑賞しました。行進曲や今年流行したJ-POPなど10曲を演奏。ダンスが有名となった曲ではダンスを知っている児童とともに踊りながら楽しみました。また、指揮者体験も行われ、早くなったり遅くなったりと児童の指揮にあわせて音楽隊が演奏していました。栗谷旭さん（深浦小6年）は「一つ一つの音がとてもキレイで感動した」と大興奮のようでした。

選挙の大切さを学ぶ 12/4

深浦中学校生徒会役員選挙にあわせ、選挙について考え投票の大切さを知ってもらおうと選挙講座と模擬投票が開催されました。選挙講座では町選挙管理委員会の職員が、選挙の種類や最近行われた選挙の投票率などを紹介しました。その後行われた模擬投票では、生徒たち自ら投票用紙を交付するなど投票だけでなく事務作業を体験しました。生徒たちは「思ったよりも簡単だった。18歳になったら投票に行きたい」と選挙について理解を深めていました。



記載する生徒ら

12/11 深浦町に感謝状贈呈



感謝状を手にする菊地支社長(右)と吉田町長(中)、盾を手にする米谷観光課長(左)

トランスイート四季島の乗客へのおもてなしに対してJR東日本秋田支社から町に感謝状が贈られました。この感謝状は、四季島から乗り継いだリゾートしらかみが北金ヶ沢駅付近に差し掛かった際に、日本一の大イチョウライトアップと子どもたちが笑顔で手を振る姿が乗客に感動を与えたことの謝意が込められています。この日町役場を訪れたJR東日本秋田支社菊地支社長は「ライトアップの時期の調整や、冬の寒く暗い中大イチョウの下でおもてなしいただいて感謝します」と話されていました。

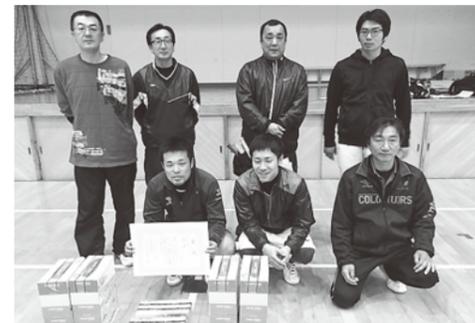
まちかど

ウォッチング

みなさんの身近な話題・行事・出来事などの情報をお寄せ下さい。
 深浦町総合戦略課 企画調整係
 電話 74-2122

子どもたちが赤十字募金 11/16

みはる保育園の園児5名が町役場を訪れ、困っている人に役立ててくださいと、約5,000円を手渡しました。みはる保育園では、毎月1日を子ども赤十字の日として募金活動を行ってきました。この募金は、町を通して日本赤十字社に送られます。



優勝した「村度します」チーム

町民ナイターバドミントン大会

11月14日から3週間にわたって行われたナイターバドミントン大会がこのほど終了し、「村度します」が優勝を飾りました。昨年より2チーム増え、8チームが参加した大会は、A、Bの2リーグで実施。なじみの選手や初参加の選手がバドミントンを通してお互いの親睦を深めました。大会結果は次のとおり。
 Aリーグ 優勝 村度します 準優勝 年長組
 Bリーグ 優勝 ゆずき 準優勝 トーナ缶Premium

大きく育った自然薯800本 11/30

町内7農家で取り組んでいる自然薯の選果作業が、大館地区野菜集出荷施設で行われました。この日は、会員7人が朝から作業を開始し約200箱を作成。今年は天気の影響で例年より1周りほど小ぶりですが、Lサイズを中心に真っすぐ伸びた自然薯になりました。箱詰めされた自然薯はインターネットショップ「ふかうら本舗」などで販売される予定です。



大きな自然薯を箱詰め

たけくま動物病院

TAKEKUMA SMALL ANIMAL HOSPITAL

秋田県能代市藤山114番地
TEL 0185-89-2666

http://www.takekuma-vet.com/

◎診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝日
午前	9:00~12:00	○	○	休診	○	○	10:00~12:00
午後	3:00~6:00	○	○	1:30~5:00	○	○	3:00~5:00 1:00~3:00

「思いやりの心」と「明るく誠実に接する」動物病院を目指しています。
 狂犬病予防注射は病院で随時接種できます。

入院施設有
往診快諾

- ペットホテル有
- 避妊・去勢手術随時受付
- 狂犬病・フィラリア・混合ワクチン予防実施
- 各種検査、健康診断(血液・レントゲン・超音波・内視鏡・心電図等)

◆診療時間が変更になる場合がありますので電話等で確認してください

粘土で昆虫を作ろう!

昆虫館に展示している標本や図書室の図鑑を見ながら作ってみよう!
 完成した粘土は昆虫館に展示されて賞状ももらえるよ!

参加料は税込500円

受付期間:平成30年3月20日まで
 展示期間:平成30年3月31日まで

昆虫なら何でもOK

特賞 (1名) アトラスオオカブト +4人用コテージ無料宿泊券

金賞 (数名) クワガタ(種類未定) +レストラン3,000円お食事券

銀賞 (数名) 展望温泉5回入浴券

参加賞 (全員) 物産館ソフトクリーム無料券

ウェスパ WeSpa 椿山 ☎75-2261

ふかうらのいいもの

これが深浦のブランド特産品

今月号も特産品をご紹介します。先生は『ゆうひくん』にお願いします。
ゆうひくんが特産品の特徴を教えてください。

【贅沢だし粉・鯛だし粉・あごだし粉】～千畳敷センター～

深浦町産の魚を使用した無添加天然だし。煮干しの約5倍のだしがでるといわれる焼き干しを使用。微粉末なので手軽に幅広いお料理にお使いいただけます。

こんな食べ方もあります！

「鶏団子と野菜の含め煮」（贅沢だし粉）

- 材料
鶏団子200g、ネギ1本、人参1/2本、白菜1/4個、大根1/3本、贅沢だし粉小さじ2、塩小さじ1/2、みりん大さじ3、薄口醤油大さじ3、水溶き片栗粉大さじ1（片栗粉大さじ1+水大さじ1）
- 作り方
①白菜、人参、大根をそれぞれ1口大に切り、ある程度火が入るまで下茹でする。ねぎは1口大に切った後フライパンで焼く。
②鍋に白菜、大根、人参を並べ、贅沢だし粉、水（材料がヒタヒタになるくらい）、薄口醤油、塩、みりんを加え煮る。
③具材に火が通ったら、鶏団子を加え、①の焼きネギを加えて5分ほど煮る。
④味が染みたら具だけ器に盛り、鍋に残った出し汁を再度火にかけ、水溶き片栗粉を鍋に回し入れてとろみをつける。
⑤器に④の出し汁ををかけて完成。



「簡単鯛めし」（鯛だし粉）

- 材料
鯛だし粉小さじ1と1/2、米3合、鯛切り身2切れ、塩小さじ1、醤油大さじ1、酒大さじ1/2、三つ葉少々
- 作り方
①鯛はグリルでさっと焼く。（又は熱湯をかけて霜降りにする。）
②炊飯器にといだ米、塩・醤油・酒・鯛だし粉、①の鯛を加えて炊飯する。
③出来上がったら、三つ葉をトッピングする。
※残りご飯には、鯛だし粉と醤油をお湯に溶いて、かけて鯛茶漬けに！



「だし薫るかき玉うどん」（あごだし粉）

- 材料
うどん、卵、あごだし粉、しょうが、長ネギ、うどんつゆ
- 作り方
①鍋に水、うどんつゆ、だし粉、しょうがを入れあたためる。
②うどんをゆで、ゆで上がった後は流水でしめる。
③長ネギを斜め切りにし、①に入れる。
④卵を溶き、③に流し入れる。
⑤器に②を盛り、アツアツの④をかけて完成。



販売者：千畳敷センター 北金ヶ沢字榊原138-2 0173-76-2454
販売場所：ウェスパ椿山(コロボックル)、不老ふ死温泉、風待ち館、かまど屋、千畳敷センター

◎ゆうひくんへたくさんの方の年賀状ありがとうございました！



昨年の広報お知らせ版No.305(12月8日発行)でお知らせしていた、ぼく宛ての年賀状が町内外からたくさん届きました。ぼくのイラストや、あたたかい応援メッセージなど、皆からの思いが詰まった年賀状、本当に嬉しかったです。今年も、ぼくと深浦ブランド特産品「ふかうらのいいもの」をよろしくお願ひいたします。

「ふかうらのいいもの」に関するお問合せについては下記までご連絡ください。
深浦町特産品振興会事務局(観光課商工振興係) 0173-74-4412

みんなに囲まれ100歳を祝う

12/15

川村さなさん(風合瀬)が100歳の誕生日を迎え、町から顕彰状と祝い金、花束が贈られました。

川村さんは1917(大正6)年、旧大戸瀬村生まれ。夫佐吉さんと結婚し子ども4人、孫8人、ひ孫8人に恵まれました。

現在は、はまなす荘に入所していますが、90歳までは畑仕事に汗を流し栄養ドリンクを飲むのが好きだったそうです。

同施設で贈呈式が行われ、家族や施設のスタッフがさなさんを囲み祝福していました。



川村さなさん

12/19 英検準2級合格



藤原愛海さん

実用英語技能検定(英検)準2級に岩崎中学校3年の藤原愛海さんが合格しました。英検とは日本全国で行われている検定で準2級は高校2年生程度の学力が必要とされています。

藤原さんは夏休みや土日、放課後を利用して先生とマンツーマンでの学習を続け合格しました。「まだ分からない単語を覚えるのに苦労しました。英語が好きなので今後も勉強に励みたい」と嬉しそうに話していました。

十二湖の成り立ちと自然を学ぶ

12/22

弘前大学と町が連携し産業振興、地域活性化につながる取組みを展開する「弘前大学深浦エコサテライトキャンパス」が主催する公開講座がしらかみ十二湖エコ・ミュージアムで開催されました。

2回目となる今回の講座は、弘前大学白神自然環境研究所所長の檜垣大助氏が「白神山地の地すべりが作り出した自然の多様性～十二湖を例に～」と題し講演。また、「白神岳で開始したブナ林と植物群落変化のモニタリング調査」と題し同研究所副所長の石川幸男氏が講演しました。

十二湖ガイドなど約30人の参加者は見聞を広めていました。



講演する檜垣教授

12/26 雪人参がラスクに



試食する吉田町長(左)と藤田取締役総支配人(右)

青森ワイナリーホテルでは、「ラスクで青森県一周」をコンセプトに、ふかうら雪人参などを使用した「青森ラスクモダン」を開発し、完成の報告に同ホテル藤田賀津彦取締役総支配人が町長を訪れました。

ラスクに使用する原材料に深浦町食産業振興公社の雪人参ペーストを使用しており、試食した吉田町長は「色合いがよく非常にいい出来だと思う。雪人参ジャムと一緒に食べてほしい」と絶賛していました。

商品は8枚入り1,080円(税込み)。同ホテルのほか、道の駅ふかうらかそせいか焼き村で購入できます。

木造船漂着 撤去・処分に向けて

11月以降、当町の海岸に北朝鮮からと推定される木造船の漂着が相次ぎ、町ではこれらを早期に撤去・処分するための取組みを進めています。

深浦町の海岸における北朝鮮籍とみられる船の漂着・漂着は、船の一部とみられる木片の漂着を含めると、12月28日現在で10件となっています。

町では、これら木造船の撤去・処分に向けて国・県に処理費用の支援を求めながら、できるだけ早く対処することとしています。



漂着した漂流船



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター
木村正雄先生
木村内科医院・院長



狭心症って、どんな病気？

年も明けて、ますます冷え込みが強くなってきましたね。早朝から雪かきをしている方も多いと思いますが、注意していただきたいのは、狭心症の症状です。狭心症という言葉は聞いたことがある方が多いと思いますが、正確にどういう病気かご存知でしょうか。

狭心症は、読んで字のごとく心臓の病気です。心臓は全身に血液を送り出すポンプの働きをしていますが、筋肉で出来ています。手足の筋肉と違い、休まず動き続けることができる特殊な筋肉ですが、やはり筋肉ですので栄養や酸素が必要です。心臓がそれをどこから得るのかというと、他の臓器と同様に血液から栄養・酸素をもらっています。心臓にも血管が来ているのですね。

心臓から大動脈が出ますが、そのすぐ根元に右に1本、左に1本太い血管が心臓に向かっていきます。そのあと、左の血管は大きく二つに分かれるのですが、左右の血管がそれぞれ枝分かれしていき、まるで王冠のように心臓を取り囲んでいることから、冠動脈と呼ばれます。その冠動脈に動脈硬化が起こり、心臓の筋肉への血液の流れが悪くなると、狭心症が起こります。

運動したり長い距離を歩いたり坂道を登ったりなど、体に負担がかかることをすると、普段より多くの血液を身体中にめぐらせようとして、心拍数が早

くなり、心臓の動きを高めようとして、その時、冠動脈に細い部分があると、その先の心臓の筋肉に栄養・酸素が十分行き渡らなくなり、胸が苦しくなるのです。これが典型的な狭心症です。他にも、動脈硬化が起こっていないくても、血管に痙攣が起き、血管が細くなって血液の流れが悪くなる狭心症もあります（早朝～朝方に多く見られます）。

胸痛の特徴としては、胸が締め付けられるような、強い圧迫感というのが挙げられます。逆に、刺すような強い痛み・チクチクした痛みは狭心症ではないことが多いです。場所は前胸部中央～左だったり、場合によっては左肩に広がるような痛みだったりします。他にも人によっては喉元が苦しくなる、右胸が苦しくなったりと、さまざまです（心臓だから左胸、ではないですよ）。

軽症の場合はしばらく安静にして休んでいると数分くらいで胸痛は治まってくることが多いのですが、冠動脈の狭窄が強く、1日に何度も胸痛を繰り返すこともあります。また、狭窄部位が完全に詰まってしまうと、休んでも胸痛が良ならず、心臓の筋肉が強いダメージを受ける心筋梗塞になってしまうことがあります。こうなるとたとえ治療しても重い心筋障害が残ったりしますので、前述の狭心症を疑う胸痛が続く時は、我慢せずにすぐ近くの病院を受診するようにしましょう。

大切な御縁をいただいたお客様に ~ありがとう~ と言われる仕事を心掛けています。

家族葬から一般葬・社葬まで
ご予算に応じた御葬儀を
提案・施工いたします。

ご用命は
任せて安心の

厚生労働省認定

1級葬祭ディレクター在籍店



株式会社 深浦葬祭

Fukaura Funeral Service

電話 (74) 4536

FAX: 74-4546

従業員
募集中

病院・施設等からの搬送は安心の緑ナンバー車！
「一般貨物自動車運送事業（霊柩）第497号」
365日・24時間受け付けております。



ふから学

「町民が主役の社会教育を目指して」

深浦町公民館・岩崎分館・大戸瀬分館を紹介します。



【公民館サークル活動】

町民にとって生涯学習が身近に感じられ、文化・芸術、レクリエーションなど様々な活動が気軽に楽しめるように深浦町公民館、岩崎分館、大戸瀬分館では各種サークル活動を支援しています。

【主なサークル】陶芸、編み物、パッチワーク、料理、木目込人形、油絵、墨絵・掛軸、書道、ダンス、舞踊



【ふれあい体験教室】

深浦町公民館では住民同士の学習や世代間交流を目的にふれあい体験教室を開催しています。

■きのこ植菌体験教室

つがる森林組合の職員が講師となり植菌の仕方や管理方法を学んでいます。原木2本に電動ドリルで穴を開け、種駒を打ち込みます。しいたけは早ければ秋には生えてくるということで、毎年2月の下旬に開催しています。



【各種教室】

深浦町公民館では、文化・芸術、技術の向上をテーマとした各種教室を開催しています。

■ヨガ体験教室

親子や友達など世代間の交流を深め、インストラクターと一緒に1時間ほど体を動かし、疲労した心と体を癒やしてくれるヨガ教室を開催しています。

【主な教室】編み物、スイーツ、パッチワーク、ビーズ、木目込人形、ヨガ、パソコン

参加してみたい。見学してみたいという方は下記へご連絡ください。

■深浦町公民館

深浦町大字深浦字中沢14-1 TEL・FAX 74-2031



深校だより

2年次修学旅行 in 関西

12月1日～5日、2年次生21名が4泊5日の日程で関西方面に修学旅行に行ってきました。

初日は、名古屋まで移動し伊勢神宮を見学しました。伊勢神宮では、思った以上に大きな鳥居に生徒は驚いていました。おかげ横丁で1時間自由に散策し、伊勢名物である赤福の冬限定ぜんざいや1本1000円以上する松坂牛の串刺しを頬張る生徒もいました。

2日目は京都に移動し、三十三間堂、伏見稲荷大社、平等院鳳凰堂を見学しました。平等院鳳凰堂は10円玉で見ているものの、目の当たりにし生徒は感動しているようでした。10円玉を振ると平等院の扉がとじたりしまったりするとガイドさんに教えてもらい一生懸命10円玉を振る生徒もいました。京都では知恩院の宿坊である和順会館に宿泊し、夜間外出で京都の夜景を楽しみました。

3日目は、清水寺を見学しました。朝早い時間のためそれほど観光客が多くなく、普段は行列が絶えない音羽の滝も並ばずに水を飲むことができました。その後、各班の自主研修がスタート。事前に相談して決めたコースで京都市内を散策しました。どの班もほぼ予定通り名所をまわり、時間内に戻ることができました。金閣寺や地主神社など有名な場所を巡る班やちよつと寄り道をしたり、お目当ての店で買い物をする班もありました。六道珍皇寺を訪れた班は、担任の尽力で普段見ることができない地獄に通じる井戸を見ることができました。外国人観光客に英語で話しかけられ、何とか答えることができた生徒



もいるなど普段できない経験をすることができました。
4日目は、京都から電車でUSJに移動しました。朝の電車は通勤ラッシュで、乗車時から人が乗れないほど混んでいたのに次々と乗客が乗り込み、USJに到着する前にかんりの体力を消耗してしまいました。USJは、最近アトラクションが増え人気のスポットですが、この日は天候があまり良くなく、あまり混雑していませんでした。USJでは、絶叫系の乗り物に何度も乗る生徒やほとんどの時間を土産の購入に費やす生徒など初めてのUSJを満喫しました。
最終日は奈良に移動し、薬師寺、奈良公園を見学しました。薬師寺では、お坊さんの有り難い法話を聞きました。最初はあまり反応していなかった生徒たちもお坊さんの軽快な話に引き込まれ、USJならぬYSJと爆笑の嵐となりました。また、ほかの団体と合同にならなかつたため、多くの生徒がお坊さんに突っ込まれ、いじられながら楽しく話を聞くことができました。奈良公園では、おなじみの鹿とふれあい、南大門の仁王像や、金堂の大仏を見学しました。
4日目は多少雨が降りましたが、ほとんど好天に恵まれ、大きなトラブルなく全行程を終えることができました。生徒全員がケガや病気をすることなく無事に帰ってくることで、実りある修学旅行になりました。



1・2月の行事予定

- 1月16日(火) 百人一首大会
- 1月17日(水) 第3回防災教室
- 1月21日(日) 情報処理検定
- 1月26日(金) 31日(水) 3年次3学期期末考査
- 1月28日(日) 簿記実務検定
- 2月4日(日) 商業経済検定

編・集・後・記

あけましておめでとうござい
ます。今年のお正月はみなさん
いかがお過ごしでしたでしょう
か。正月といえば、昨年インフ
ルエンザにかかり散々だったこ
とが未だに思い出されます。
今年の年末年始は何事もなく、
食べて飲んで寝てを毎日繰り返

していました。そのおかげか久
しぶりに会った友達に「顔丸く
なったね」と言われるほどでし
た。冬の寒い時期は体を温めよ
うとするため痩せやすい時期だ
そうです。2018年気持ち
新たに今年もよろしく願いま
す。

野矢文子

く川柳

つり銭に師走の声もついてくる
真心に忘える仕種あたたかい
肌晒しこの細腕で耐えてきた
お金では返せぬ愛の借書
返礼に津軽のりんご送ります
千羽鶴折り線ごとにある祈り
袖子風呂に笑顔浮かべる三世代
磁針みな北の女の情を指す
木漏れ日と回覧板でつなぎましょ
善人の貌としている赤い羽根

蒲田 磨 砂
佐藤 信 豊
後藤 信 柳
浜町 岡 歩
乳井 光 昭
山野 茶花子
池田 郷太郎
佐々木 かもめ
吉田 吹喜
草野 力丸

戸籍の窓

11月21日～12月20日までの戸籍届出



お誕生おめでとう

世永 咲羽 (沙翼) 風合 瀬



おぐやみ申し上げます

黄金崎	信子 (74歳)	船作
西崎	明 (84歳)	船作
西崎	正孝 (86歳)	横磯
平岡	秀昭 (83歳)	相野山
大沢	繁夫 (94歳)	塩見崎
長尾	香織 (48歳)	轟木
大船	清 (93歳)	晴山
大川	スミ (88歳)	北金1区
長谷川	直勝 (52歳)	北金3区
古川	しよ (97歳)	北金3区
草譯	レイ (88歳)	柳田
木村	次男 (83歳)	柳田
岩谷	秀昭 (89歳)	岩坂
豊嶋	郁子 (75歳)	岩崎中
菊池	みちよ (87歳)	岩崎中
菊池	あいち (95歳)	岩崎中
竹内	欣二 (88歳)	岩崎中
七戸	定市 (86歳)	松崎神

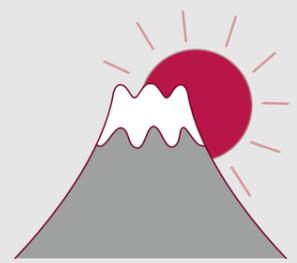
深浦町の人口と世帯

(12月末日現在)()内は前月比

男 …… 3,995人 (-10)
女 …… 4,468人 (-4)
計 …… 8,463人 (-14)

世帯数 3,785世帯 (-7)

深浦町の総面積 488.89km²



うらのいち 編集部

「たまらん手」

第29回



このコーナーは、編集部がいつも食べている好きなランチをただただ紹介するコーナーです。
ラーメン1001

一緒に訪れた同僚は、サイドメニューのチャーハン(¥200)と坦々味噌にラー油や唐辛子をこれでもかとかけて食べていました(笑)。
無性に食べたくなるこの「しよが味噌ラーメン」。これがおれのたまらん手!

爆弾低気圧の影響で一段と寒さが増したクリスマス。強い風と吹雪で冷えた体を温めようとラーメン1001(いちまるいち)を訪れました。
注文したのは、もちろん「しよが味噌ラーメン」。味噌ラーメンの上のつた大量のしょうが食欲をそそります。そのしょうがにたっぷりラー油をかけてるのが私流の食べ方で、食べ終わると汗が止まりません。ラーメン大盛にしなかつたのでミニチャーシュー丼と一緒に食べ進めました。
そのほか、季節限定ラーメンとして白ごま担々味噌(¥850)が提供されていました。一



【店舗情報】
深浦町大字月屋字裸森24
TEL 75-2161
定休日 火曜日

ちびっこ チャンピオン

「ぼく、わたしのおもしろはなが」

みはる保育園のなかよしたち

(左から)

おの かなさん (5さい)
いしざわ ももねさん (6さい)
さかざき りとらくん (6さい)
よした たまきさん (6さい)
やまもと なつきさん (6さい)



このコーナーでは、元気いっぱいな園児達の作品をご紹介します。

深浦町の花



■福寿草■

深浦町の木



■榎■

深浦町の鳥



■カモメ■



★このコーナーでは、1歳を迎えたちびっこ達をご紹介します★



あかり
熊谷明香里ちゃん
(父 利 克さん 6区
母 郁 子さん)

* 寄附者の紹介 *

(12月19日まで入金分)

ふるさと納税制度を利用したご寄附を次の方からいただきました。

- 千葉県船橋市 J I N K 様
- 大阪府吹田市 たきがわ 様
- 東京都目黒区 奈良睦子 様
- 東京都小平市 八幡純平 様
- 長野県宮田村 有賀正治 様
- 千葉県船橋市 塩谷貴治 様
- 北海道札幌市 高橋初美 様
- 宮城県仙台市 佐藤政彦 様
- 大阪府茨木市 ことうじ 様

ありがとうございました。

- 神奈川県横浜市 高橋 健 様
- 東京都世田谷区 坂本みさき 様
- 山形県山形市 横山 博信 様
- 埼玉県上尾市 國方 徹也 様
- 東京都江東区 森田 俊平 様
- 長野県長野市 宮川 悟男 様
- 東京都大田区 松本 陸男 様
- 埼玉県所沢市 所沢の深浦人 様
- 静岡県富士市 竹部 幸雄 様
- 千葉県千葉市 西山 成二 様
- 神奈川県相模原市 加藤 智子 様
- 静岡県裾野市 成田 修一 様
- 東京都中野区 青山 高之 様
- 東京都世田谷区 長谷川 圭一 様
- 東京都江戸川区 伊藤 一正 様
- 東京都八王子市 三好 明子 様
- 静岡県静岡市 かつ びい 様
- 埼玉県加須市 兼平百合子 様
- 東京都練馬区 P l a i s i r 様
- 埼玉県深谷市 入平 様
- 東京都港区 P r e z j o a l e h 様
- 東京都中央区 遠山 仁 様
- 青森県青森市 小野 忠彦 様
- 北海道苫小牧市 クドウハジメ 様
- 北海道音更町 牧原布巳子 様
- 埼玉県川口市 斉藤 艶子 様
- 青森県青森市 佐々木真紀 様



発行/青森県深浦町 編集/総合戦略課企画調整係
0173-74-2111 (代表)