



気分はおさるさん？

アドベンチャーキャンプのプログラムのひとつ、木登り体験。

巧みなロープさばきでスイスイと登り、頂上からおさるさんのような気分で景色を眺めていました。



1区 齊藤 涼太
札幌学院大学4年

自分のペースで集団についていき、持ち味を出せたので良かった。
自分の現状の中で最高のパフォーマンスができました。



2区 岩根 将太
深浦中学校2年

めちゃくちゃ緊張して、頭が真っ白で呼ばれているのに気づくことができなかった。タスキをもらってからは切り替えて走ることができました。



3区 村上 八雲
(株)サンデー

前の人についていこうと序盤から飛ばしたが、後半ついていくことが出来ずに後悔。
次は十分練習して臨みたいです。



4区 八木橋 洸斗
鱒ヶ沢高校2年

いつも通りの走りができなくて悔しいです。
来年は絶対リベンジしたいです。



5区 黄金崎 夏未
深浦町役場

1秒でも早く走ろうと心がけました。タイム的にはまだまだで練習不足を痛感しましたが、全力で走り切れました。



6区 西崎 宏光
飲食店勤務

イケるかなと思ったけど足がついてこないで後半ばてました。
繰り上げにならずタスキをつなげたので良かったです。



7区 藤森 万里奈
木造高校1年

1つずつ順位を上げようと思いながら走りました。暑くて前のランナーを抜けなかったけどまああの力は出せました。



8区 堀内 丈一郎
大戸瀬中学校3年

風が強くていつもの走りができなかったけど、自分のペースを心がけて楽しく走ることが出来ました。

健脚光る 青森県民駅伝



総合タイム 2:00:52
総合 第25位 町の部 第13位
監督 堀内 正人

- 1区 (4.6km) 齊藤 涼太
【総合14位・町の部5位】
- 2区 (3.8km) 岩根 将太
【総合31位・町の部18位】
- 3区 (4.6km) 村上 八雲
【総合24位・町の部13位】
- 4区 (6.1km) 八木橋 洸斗
【総合29位・町の部14位】
- 5区 (2.5km) 黄金崎 夏未
【総合19位・町の部9位】
- 6区 (5.2km) 西崎 宏光
【総合29位・町の部16位】
- 7区 (3.2km) 藤森 万里奈
【総合14位・町の部7位】
- 8区 (3.8km) 堀内 丈一郎
【総合29位・町の部16位】

9月3日、青森市で開催された青森県民駅伝競走大会(8区間:33.8km)において、県内40市町村の選手が競い合う中、深浦町チームは、総合順位25位、町の部第13位の成績を収めました。今年のチームは若い人からベテランまで経験豊富なメンバーが集結しました。
暑さや時折吹く強い風などが選手を襲いましたが、選手たちは1秒でも早くタスキをつなぐと力走しました。深浦町選手団のこれからの活躍に期待が持てるレースとなりました。



報告3 サーモンの海面養殖試験を、北金ヶ沢多機能静穏域（海洋牧場）と深浦港で、今年11月から実施します。

平成30年11月の本格的な海面養殖事業実施を見据え、青森県や県産業技術センター、町、地元漁業協同組合、㈱オカムラ食品工業や同社が主体となって設立した地元企業、「日本サーモンファーム㈱」の連携により、本年11月から約7か月間にわたって海面養殖試験を実施することとしています。



サーモン海面養殖試験に向けた取組と連携体制についての報告会に出席した、（右から）岡村恒一オカムラ食品工業社長、小枝裕幸新深浦町漁業協同組合長、吉田町長、山本幸宏深浦漁業協同組合長、堀内精二日本サーモンファーム専務（8月31日、町民文化ホール）

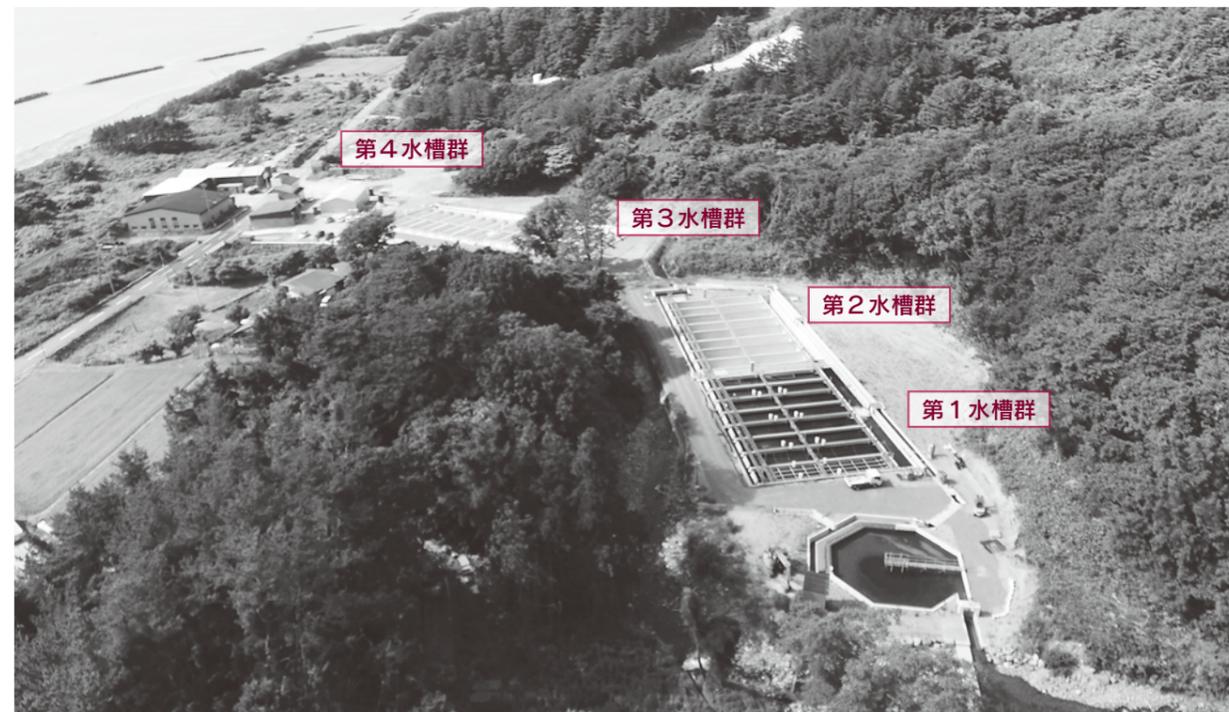


サーモン養殖試験に使われる円形いけす（直径20m）の組立作業が、9月下旬デンマーク人技術者の指導の下に行われました。

サーモン養殖事業の進ちょく状況を報告します

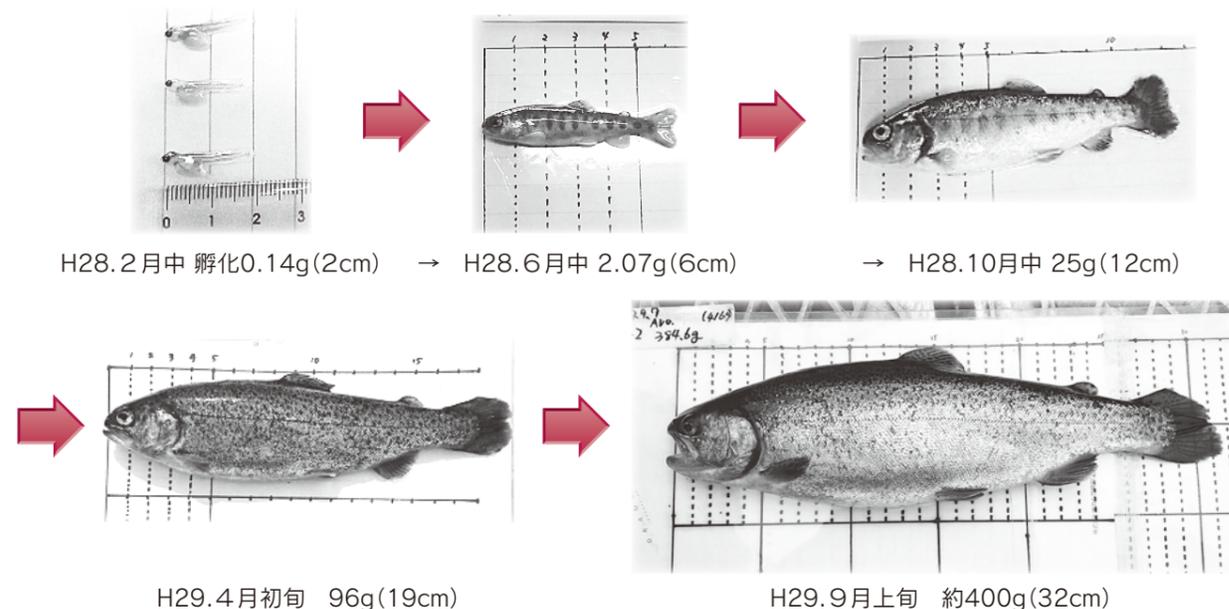
新たな産業創造による地域経済の発展と雇用創出、魅力ある地域づくりを目指し、産学官の連携により進められている「サーモン養殖事業」の進ちょく状況をご報告します。

報告1 黒崎地区（大峰川流域）に整備を進めていたサーモン中間養殖場建設工事が完成しました。



4つの水槽群を合わせた総水量は約4,000トン。現在第1水槽群では約25万尾の稚魚が飼育されています。今後ふ化事業の進展に伴い、中間養殖場の飼育数量も拡大していきます。

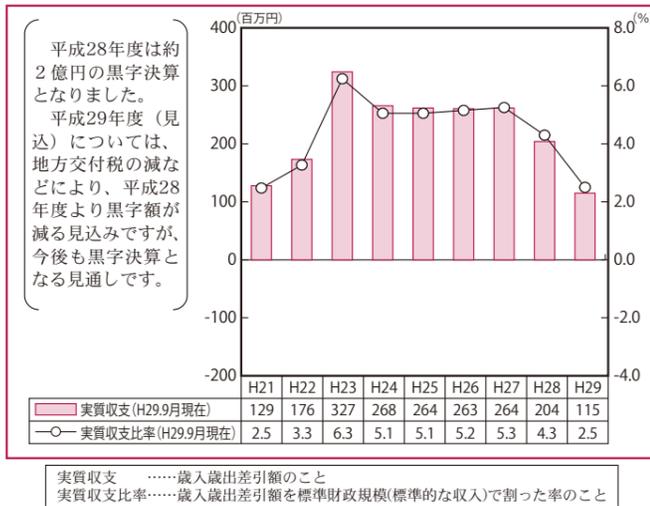
報告2 平成28年2月にふ化したサーモンの稚魚が、29年9月上旬時点では、約400g（32cm）に順調に成長。本年10月末には500g/尾を目指します。



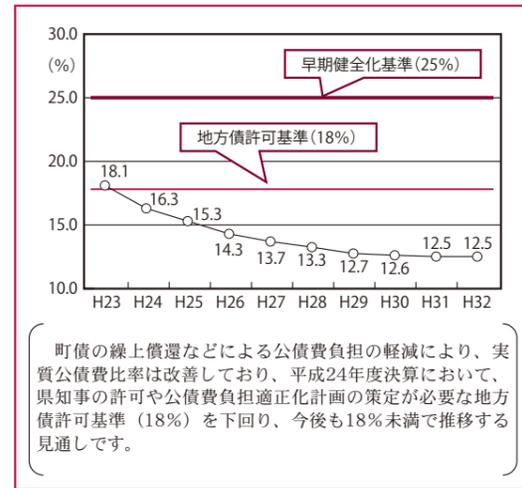
平成28年度 決算報告

3 健全化判断比率改善への取り組み

(1) 実質収支および実質収支比率

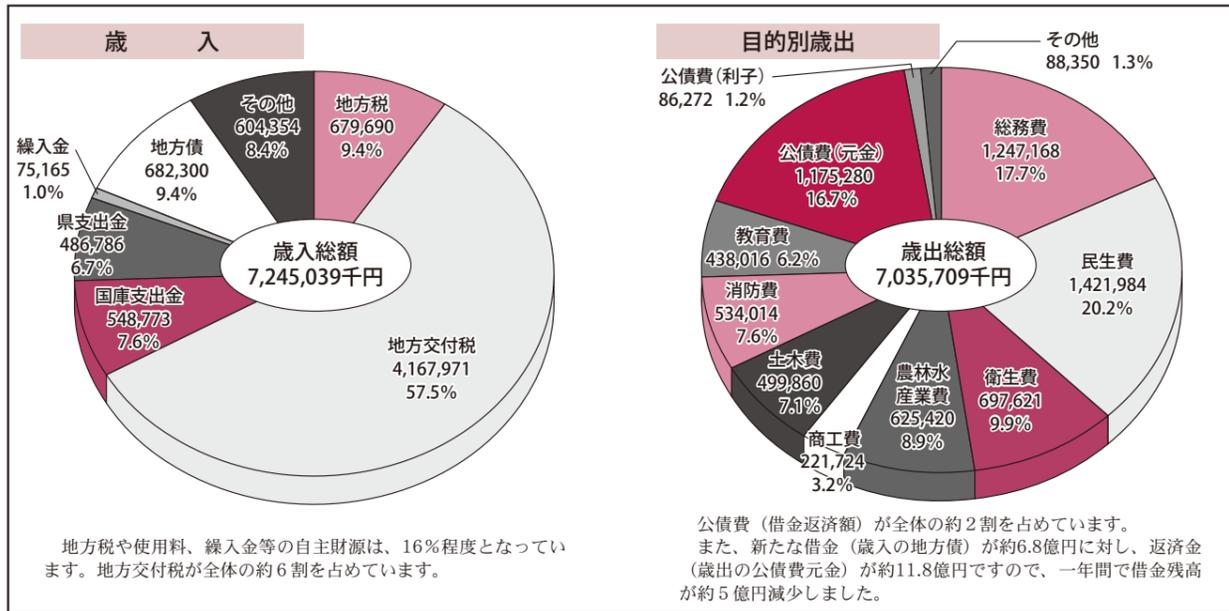


(2) 実質公債費比率



平成28年度の決算がまとまりましたので、その概要についてご紹介します。
各会計の実質収支は、一般会計が2億350万7千円の黒字決算となり、特別会計を含んだ場合の実質収支についても、2億7,748万9千円の黒字となりました。また、健全化判断比率は、全ての指標が早期健全化基準を下回り、前年度よりも改善しました。
歳入については、町の歳入の半分以上を占める地方交付税が、町村合併による特例期間の終了により段階的に削減されています。歳出については、町の借金の返済のための公債費が減少したものの、定住促進住宅建設事業の実施などにより普通建設事業費が増加しました。
そのほか、平成28年度は、医療・保健・福祉サービスを提供するための施設である「総合保健福祉センター」や、防災拠点と避難施設を兼ね備えた施設である「北金ヶ沢総合防災センター」の設計が完了し、平成29年度からこれらの施設整備に本格的に着手しています。
町では、基金や地方交付税による財政措置が有利となる地方債を活用しつつ、更なる財政健全化を目指すため、今後も緩めることなく行財政改革を推進するとともに、町民の皆さんの生活環境などに影響が出ないように、限られた財源を有効活用しながら一体的に取り組んでまいります。

4 普通会計決算の状況



1 平成28年度 深浦町決算総括表

会計名		歳入 A	歳出 B	形式収支 C (A-B)	翌年度繰越財源 D	実質収支 C-D
普通会計(一般会計)		7,245,039	7,035,709	209,330	5,823	203,507
特別会計	国民健康保険事業特別会計(事業勘定)	1,781,207	1,774,524	6,683	0	6,683
	国民健康保険事業特別会計(直診勘定)	185,477	179,815	5,662	0	5,662
	後期高齢者医療特別会計	111,487	109,886	1,601	0	1,601
	介護保険特別会計	1,391,936	1,338,680	53,256	0	53,256
	訪問看護ステーション特別会計	13,071	8,924	4,147	0	4,147
	下水道事業特別会計	313,550	311,776	1,774	0	1,774
	財産区特別会計	859	0	859	0	859
特別会計 合計		3,797,587	3,723,605	73,982	0	73,982
合計		11,042,626	10,759,314	283,312	5,823	277,489
公営企業会計	水道事業会計	収益的収入 477,795	収益的支出 457,218	差引 20,577		
		資本的収入 11,788	資本的支出 192,257	差引 ▲180,469		

(単位:千円)

資本的収支における不足額1億8,046万9千円については、過年度損益勘定留保資金など(現金の支出を伴わない減価償却費などの留保資金など)で補てんしました。

2 地方公共団体の財政の健全化に関する法律に規定する指標について

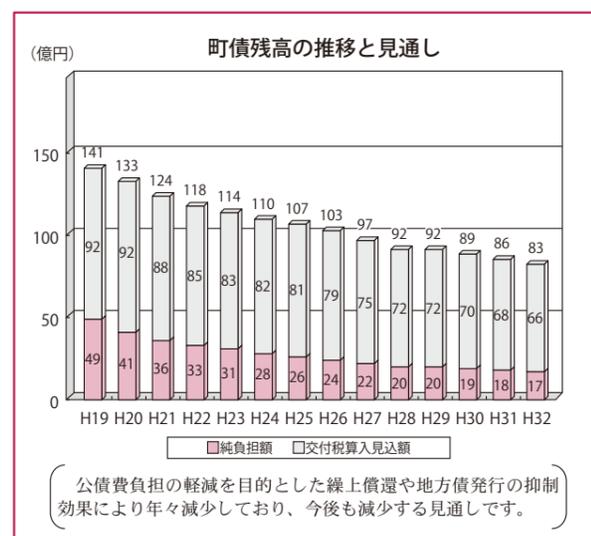
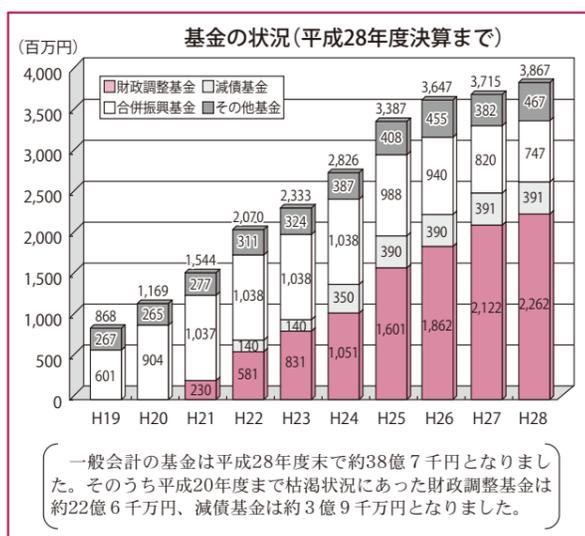
(1) 健全化判断比率

指標名	算出方法	深浦町の比率 (H28決算)	上段:早期健全化基準 下段:財政再生基準
① 実質赤字比率	普通会計赤字額を標準財政規模で割って求めます。	黒字のため該当なし	15.00% 20.00%
② 連結実質赤字比率	財産区を除く連結実質収支赤字額を標準財政規模で割って求めます。	黒字のため該当なし	20.00% 30.00%
③ 実質公債費比率	年間の借金返済額等を標準財政規模等で割って算出した率の3カ年平均値。	13.3%	25.0% 35.0%
④ 将来負担比率	普通会計の起債残高、公営企業会計や一部事務組合の起債残高等、将来普通会計が負担すべきと見込まれる額の合計を標準財政規模等で割って求めます。	63.4%	350.0% -

(2) 資金不足比率

公営企業会計名	算出方法	深浦町の比率 (H28決算)	経営健全化基準
① 水道事業会計	公営企業会計の資金不足額を、事業の規模(主に料金収入)で割って求めます。	資金不足なし	20.0%
② 下水道事業特別会計	公営企業会計の資金不足額を、事業の規模(主に料金収入)で割って求めます。	資金不足なし	20.0%

5 一般会計の基金(貯金)と町債(借金)の残高の状況



深浦牛をBBQで堪能

9/9~10

深浦産黒毛和牛である深浦牛を県内外にPRしようと「あおり深浦牛BBQまつり」がウェスパ椿山で開催されました。

当日は、深浦牛200gと野菜が入ったBBQセットが販売されました。購入したお客さんは会場に用意されたBBQコンロを使って深浦牛を堪能していました。板柳町から家族で訪れた成田来未さんは「初めて食べたけど柔らかくておいしい。」と笑顔で話しました。

また、町特産品認定商品の試食会も行われ、会場は深浦グルメを求める観光客であふれていました。



コンロを囲む子どもたち



遊歩道にウッドチップを敷き詰める

9/15 木の匂いに包まれて

木造高校深浦校舎の生徒が河川から流倒木を回収して作ったウッドチップを十二湖森林セラピー基地の遊歩道に敷き詰める作業を行いました。

作業には、木造高校深浦校舎の生徒や十二湖ガイド関係者、また、町内3中学校の生徒やいわさき小学校の児童ら約170名が参加しました。土のう袋約1,300袋、約6.5トンのウッドチップを敷設し、生徒や児童がその感触に癒されていました。

日頃の稽古の成果を発揮

9/16

第8回青森県小・中学校相撲夕陽海岸深浦大会が北金ヶ沢相撲場で行われ、県内各地から参加した12チーム、約90名が日頃の稽古で培った力と技を十二分に発揮しました。

なお、町関係分の結果は次のとおり。

個人戦小学校4年生の部 第3位 佐藤 蔭皇(天心館)



投げ技をかける力士



大学生と協力する子ども

9/16~17 都会の大学生と小学生が交流

町内の子どもと都会の大学生が豊かな自然に癒されながら、それぞれの地域の暮らしや文化の違いなどを学びあう森林スタディ・キャンプが、十二湖リフレッシュ村で行われ40人が参加しました。

キャンプは大間越地区の有志で組織する大白神会が主催。会の呼びかけに集まった大学生らが自然をテーマとした体験プログラムを企画しました。地元の子どもたちと大学生が一緒になって木工体験や星空観察を行ったほか、十二湖を巡るオリエンテーションではグループで協力し合って課題をクリアしていきました。

大白神会では、将来首都圏の子どもたちと交流するキャンプの開催を計画しています。

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

子どもたちが海岸清掃

9/5

岩崎漁港付近の海岸で、いわさき小学校(佐藤康子校長)と岩崎中学校(工藤勝昭校長)、岩崎上、中、下地区の地域住民ら約130人が海岸清掃を行いました。

ゴミ拾いは同校の恒例行事となっており、海岸に打ち上げられた漂流ゴミやペットボトルなど、地域の住民と協力しゴミ拾いに励みました。川幡真柚子さん(岩崎中3年)は「ゴミの量が年々少なくなっている。さらに少なくするために活動を続けていきたい」と地域の景観を保つ大切さを学んでいました。



ゴミを拾う子どもたち

9/5 脇川ベースボールクラブ4連覇!



優勝した脇川ベースボールクラブ

8月31日から八森山野球場で開催されていた「第26回深浦町長杯争奪野球大会」の決勝戦が行われ、脇川ベースボールクラブがレイダースとの熱戦を制しました。

序盤から得点を重ねた脇川ベースボールクラブ。レイダースが必死に食らいつきましたが8対4でゲームセット。4年連続の優勝を飾りました。

今年の大会は4チームが参加し、数々の熱戦を展開。町体育協会野球部では、今後も参加者の親睦と健康増進を図るとともに、各チームの熱いプレーを期待し、盛り上がりのある大会を目指します。

ヘリによる救出の流れを確認

9/7

鱒ヶ沢地区消防事務組合が、県防災航空隊及び鱒ヶ沢警察署と合同の遭難救助訓練を行いました。

訓練は、男性2人が八森山キャンプ場周辺でキノコ採りをしていた際、男性1人の姿が見えなくなったと想定。防災ヘリ「しらかみ」に救出を要請するとともに、捜索隊による地上捜索も行われました。

参加者は、真剣な表情でヘリに救助者を引き継ぐまでの一連の流れを確認し、いざという時の対応について認識を新たにしています。



要救助者を防災ヘリへ収容

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

生ビール&モールドルファ

好評につき第2弾! 10/31まで開催!
期間中毎日17:00~21:00まで!

レストランカミア
Camellia TEL・FAX 75-2131

2時間飲み放題

お一人様 2,000円
+1,000円で1時間延長可

コテージ宿泊も承ります!
5名様以上なら
深浦町内送迎無料

※飲み放題は運転手と未成年を除き、全員でご参加いただけます。お子様も飲み放題に参加される場合は下記料金となります。
小学生以下 500円(1名様は無料)、中学生以上の未成年 1,000円
※追加オーダー(おかわり)はグラス交換となります。また、お時間の10分前をラストオーダーとさせていただきます。

生きいき健康福祉祭

長年にわたって様々な分野で活躍し、社会の発展に尽力された高齢者を敬愛する「生きいき健康福祉祭」が9月20日、町民体育館で開催されました。

ダイヤモンド婚や金婚、米寿を迎えた方は204名、このうち、出席した81名に顕彰状と記念品が贈られました。

顕彰者は次のとおりです。

- (北金3区) ◆亀山辰巳・あね (関) ◆木村次男・キクエ (柳田) ◆草澤弘・レイ (柳田) ◆藤田清俊・れい子 (岩坂) ◆大石進・れい子 (沢辺) ◆七戸信・てい (岩崎下) ◆泉谷一正・初枝 (正久) ◆原田定雄・せつ (正久) ◆山正清隆・きゑ (森山) ◆泉健二郎・尚子 (大間越)

金婚 (結婚50年)

- ◆粟谷勇次郎・アツコ (横磯) ◆石沢民男・ひろ子 (横磯) ◆加藤義克・貞子 (横磯) ◆駿河勇・二三子 (3区) ◆工藤進・文子 (5区) ◆山田邦照・美智子 (5区) ◆平沢秀司・靖 (6区) ◆工藤與三郎・トヨエ (7区) ◆森山捷彦・まり (崎の町) ◆岩根保悦・愛子 (川原町) ◆伊藤恒雄・邦子 (12区) ◆黄金崎芳光・ユキエ (12区) ◆平岡則康・操 (12区) ◆工藤幸太郎・榮子 (広戸) ◆工藤利

表彰

ダイヤモンド婚(結婚60年)

- ◆黄金崎良一・カツエ (船作) ◆村上恒四郎・藤枝 (横磯) ◆平沢昭三・けい (6区) ◆佐藤貞吉・ヒサエ (川原町) ◆工藤竹代・ヤエ (広戸) ◆谷川明・恵 (轟木) ◆大川滋・フジ (北金2区) ◆葛西義三・はつゑ (北金3区) ◆古川誠治・裕美

- ◆菊池繁敏・昭子 (大間越) ◆山) ◆小野さき (田野沢) ◆兼平直作 (田野沢) ◆山下きぬゑ (田野沢) ◆大川リツ (北金1区) ◆八木橋せる (北金1区) ◆木村和三 (北金1区) ◆平澤きよ (関) ◆藤澤つま (関) ◆工藤サツ (関) ◆岩谷文子 (柳田) ◆米谷セツ (柳田) ◆派谷イコ (岩坂) ◆清野保 (岩坂) ◆藤田昭一 (岩坂) ◆岩谷久に (岩坂) ◆岩森秀四郎 (沢辺) ◆細川チナ (沢辺) ◆岩谷よし (沢辺) ◆七戸崇休 (岩崎下) ◆堀内かをる (岩崎中) ◆外山キヨ (岩崎上) ◆笹森みつゑ (岩崎上) ◆青山和男 (岩崎上) ◆川村テイ子 (岩崎上) ◆今つさ (岩崎上) ◆原田甚志智 (正久) ◆工藤安正 (正久) ◆安井吉見 (正久) ◆七戸アキ子 (森山) ◆七戸いちゑ (松神) ◆大屋清勝 (黒崎) ◆須藤徳治 (黒崎) ◆菊池てる (大間越) ◆蝦名きゑ (大間越)

安全運転をお願いします

9/19



安全運転を呼び掛ける園児

9月21日から30日まで行われた秋の交通安全運動の一環として、みはる保育園の園児11名が交通安全マスコットを配布しました。

風合瀬海岸付近の道路を通りかかるドライバーに、園児たちが大きな声で「安全運転をお願いします」と声を掛け、手作りしたマスコット約100個を手渡しました。

9/19

あおもり健康づくり奨励賞受賞

(株) 脇川建設工業所 (代表取締役社長脇川勇生) は、社員の健康づくりに対する先進的な取り組みが認められ、「あおもり健康づくり奨励賞」を受賞しました。

この賞は、健康づくりに取り組んでいる団体を広く表彰し、県民の健康づくり活動への関心を高めることを目的としています。

受賞報告のため町長を訪れた脇川勇生代表取締役社長は「大変うれしく思っている。今後も健康経営に力を入れていきたい」と抱負を語りました。



脇川社長 (中央) と吉村総務部長 (左)

あとは食べるだけ?

9/21



稲を片手に笑顔を見せる

深浦小学校5年生の16名が総合学習の一環として挑戦している、バケツ稲作の収穫体験が行われました。

児童たちはバケツから黄金色に輝く稲を丁寧に刈り取ると笑顔で喜びを表現していました。

収穫した稲は、脱穀、粳摺り、精米し、親子レクで食べることにしています。

9/23~24

見て触れて楽しむ



子どもたちが親元を離れ、2日間自然とふれあいテント生活をする「アドベンチャーキャンプ」が行われ、町内の小学生15名が参加しました。

子どもたちは自ら考え仲間と協力しながら、テント設営や夕食のカレー作りなどの作業に取り組みました。今回新たに、ザリガニ釣り体験。釣り上げたザリガニは夕食の一品として食べられました。

翌日は木登りを体験。岸本蓮流さん (深浦小6年) は「自分の力で登っている感じがして楽しかった」と興奮気味に話してくれました。

最近、生活でいろいろご不便になっていませんか?

ご家族・ご本人のお話を聞き、介護保険の申請代行

介護保険認定を受け、ケアマネージャーがケアプランを作成

ケアプランを基に、様々な部署への連絡調整します

SK 福祉を希望へ 希望を未来へ

社会福祉法人 西寿会 はまなす荘 居宅介護支援事業所

TEL0173-74-4381

http://www.hamanasuso.com

〒038-2412 青森県西津軽郡深浦町大字轟木字津山118-44

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。

【炭オブジェ 白神の動物】～炭工房勘(北金ヶ沢)～

消臭効果に優れていてインテリアとしても最適な「炭オブジェ 白神の動物」たち。
針葉樹の炭でできている可愛い動物たちです。定期的にほこりをはらって頂けると消臭効果が長持ちします。
毎年、干支も制作しています。

炭工房勘の炭はここが違います!!

炭工房勘の炭は、高温で焼成される高温炭です。600度の温度を境に木材からガスが抜け、炭に含まれる炭素の割合が多くなり中性からアルカリ性へ炭の性質が変わります。

ここが一般的な黒炭とは違う、炭工房勘の高温炭です。

○高温炭の魅力・効果とは

1. マイナスイオンを発生させ、癒し効果をもたらします。
2. 消臭効果に優れています。
3. 電磁波や、ホルムアルデヒドなどの化学物質を吸収します。
4. 水や空気を通しやすく脱臭や浄化に優れています。
5. 湿気など調湿します。

商品が壊れた!

使用している素材は100%炭のため、衝撃を与えると壊れてしまいます。壊れたとしても商品の品質が変わるわけではないので、そのままご使用いただけます。

また、細かく砕き、花壇や鉢植えの土に混ぜてお使いいただくと、土はふっくらと元気にになります。

販売者:炭工房勘 北金ヶ沢字榊原132-65 0173-76-2035

販売場所:ウェスパ榊山(コロボックル)、アオーネ白神十二湖(カワセミ、森の物産館キョロ口)、またせん
いか焼き村、さくら野青森店、グランメール山海荘



1個 50g 1,080円(税込)



【ぎばさわさび醤油漬】～(株)ふかうら開発～

青森県深浦産の粘りが強い海藻ぎばさ(アカモク)をピリッと辛いワサビと和えた『醤油漬け』が食欲をそそります。

作ってみよう!

「ふかうらネバナ丼」

○材料:ぎばさわさび醤油漬、深浦のネバリスター、ご飯
※深浦のネバリスターがなければ長芋でも大丈夫です。

○作り方:①ネバリスターの3/4をすりおろし、1/4を角切りにします。
②解凍したぎばさと①を混ぜ合わせます。
③ご飯に②をかけて完成です。



◎ほかの食材とのあえ物に使うと粘りと食感、ワサビの風味が良いアクセントになります。

- ◎一般的な販売方法は冷凍です。
- ◎期限も長いので、冷凍庫に1つあると重宝しますよ!
- ◎解凍後の期限は冷蔵で7日間です。



1パック80g
216円(税込)

販売者:株式会社ふかうら開発(水産事業部) 深浦岡崎大間97-7 0173-74-3811

販売場所:ウェスパ榊山(コロボックル)、十二湖駅、広福丸直売所

「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

ネバナ
シャキシャキが
くせになる♪



深浦中学校 職場体験



トモロー深浦



◆取材を終えて

えの木保育園で取材をしてみて、取材に行く前に電話でアポイントを取ったり、インタビューの内容を考えたりと、いろいろな作業があって大変だと思いました。ただ写真を撮るのでなくて、園児と触れあいながら撮影、隙を見つけてインタビューするのは本当に大変なことだと分かりました。いい写真が撮れた時の達成感ややりがいなどを感じる事ができてよかったです。本当にいい体験ができました。

(3年 野呂 風花)

取材をしてみて思ったことは、インタビューをする大変さです。インタビューの時、質問に答えてくれたことを、聞きながらメモを取ると字が追いつかなくて大変でした。なので、取材をしている人はすごいなと思いました。インタビューしたことを、まとめる時も文章には、だいたい文字数があるので、その文字数内でまとめるのも大変だと思いました。広報を作ることが出来て良かったです。(1年 西崎 未空)



(左から)野呂さんと西崎さん

9月26日から28日にかけて、将来の進路選択に役立てようと深浦中学校の職場体験「トモロー深浦」が行われ、町内23事業者の協力を得て深浦中1・3年生の60名が参加しました。このうち、2名が町総合戦略課で広報取材・記事作成に取り組みしたので、生徒が作成した記事をご覧ください。

◆生徒に聞いてみました!

えの木保育園で職場体験をしている深浦中学校の生徒にインタビューしてきました。

森山恵美香さんは子どもが好きで将来保育士になりたいからという思いで、えの木保育園で

職場体験しました。森山さんは「お昼寝の時間になかなか寝てくれないなど保育士の大変さを知ることができた。命の尊さや相手の立場を考えながら学校生活を送りたい」と話していました。奈良采海さんは園児と散歩するなど、子どもと触れ合う中で保育士の大変さや楽しさを学び「普段から誰にでも優しく接したい」と話していました。生徒たちは、自分が将来働きたい職場や体験してみたい職場に触れ、挨拶や返事の大切さや礼儀などを学び、働くことの大変さや町のためにできることを改めて考えていました。

◆事業者に向けてみました
各事業所のうち、えの木保育園の先生にインタビューしてきました。体験に来た生徒たちには外で遊ぶ子どもたちと一緒に遊ぶなど保育士の仕事を体験してもらい、その様子を見た先生たちは「言われたことをしっかりと聞き積極的に行動している」と生徒の活躍ぶりを口にしていました。体験する生徒に対し「時間を利用して、保育士の仕事はどういうものかを知ってほしい」と話していました。インタビューに答えていただきありがとうございます。



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
三浦元美先生
中村整形外科医院・院長



頭痛に悩んでいる方へ

普段から頭痛持ちの方は意外に多いのではないのでしょうか。もう何年も前から…という慢性頭痛には、大きく分けて三つあり、良く耳にする片頭痛、そして一番多い緊張型頭痛、それから群発頭痛（今回は割愛）です。

片頭痛は月に1回から数回の頻度で起こり、文字通り頭の片側（または両側）が脈打つようにガンガンと拍動性に痛みます。階段の昇り降りや運動によって頭痛が激しくなり、吐き気や嘔吐、光や音、匂いに敏感になるといった症状を伴います。人によっては頭痛が始まる前に、目の前がチカチカしたりギザギザの光が見えたりする前兆を感じます。片頭痛は、脳の血管が拡張することにより神経が圧迫、刺激されて生じるため、責任の重い仕事を頑張ってやり終えたなど精神的ストレスからの解放や、アルコールやグルタミン酸の入った料理、低血糖などで誘発されます。治療は薬物治療が中心となりますが、誘因を避けることが予防になります。

緊張型頭痛は最も一般的な頭痛で、無理な姿勢や過度な緊張、精神的・肉体的ストレスが重なって起こるため、「ストレス頭痛」とも呼ばれます。30分から数日にわたり頭の周りをギュッと締め付けられるような頭痛が続きますが、仕事ができないほどひどくはありません。首や肩の強いこり、めまい、

ふらつき、全身のだるさなどを伴うこともあります。肩こりを自覚していない方もいますが、首を触るととても痛がります。例えば前のめりでのパソコン操作やうつむき姿勢、車の運転、合わない枕、体の冷えなどが続くと首から肩、背中にかけての筋肉や頭の筋肉が緊張することで頭痛が生じます。運動不足も頭痛を招くため、ストレッチや体操、首や肩のマッサージ、ゆっくり入浴するなど温めて血行を良くして心身のストレスを上手に解消しましょう。

頭が痛いからと毎日のように市販の頭痛薬などを飲んでいて、かえって症状をこじらせることがあります。頭痛薬を月に10日以上飲んでいて「薬物乱用頭痛」に陥っている可能性があります。頭痛薬の飲み過ぎにより、脳が痛みに鈍感になり、頭痛の回数が増え薬も効きにくくなっていくという悪循環に陥ってしまうため、服用回数を守り、市販の鎮痛薬を予防的に飲むことは避けましょう。ぜひ医師に相談してください。

最後に、急激に起こる頭痛や、痛みが激しくなるなど、「いつもと違う頭痛」の場合は、くも膜下出血や脳出血、髄膜炎、脳腫瘍など危険な頭痛の場合がありますので、すぐに医療機関を受診するようにしましょう。

町政への提言レター

町では地域住民の声を反映させるため、町民がより自由な形で意見・要望などの提言を町政に対して行えるよう、『町政への提言レター事業』を実施します。

◆町政への提言レターは、次の方法で行います。

町政への提言レター募集用紙を年2回広報紙に折り込み、全世帯に配布します。切手の貼付、郵便番号、あて先等の記載は必要ありません。差出有効期間内は随時受け付けします。

町政に対する意見・要望は町の振興に関する建設的なものとし、個人あるいは特定の団体に対する誹謗中傷はご遠慮ください。差出人に回答する際に必要となるため、住所・氏名の記入をお願いします。

提言レターが契機となり、町勢振興のための諸施策に反映されたご意見ご要望や、広く町民のみなさんにお知らせする必要があるものについては、その提言内容等を広報紙にてお知らせします。

私が
お答えします！



深浦町長 吉田 満



こんなところを
聞いてみたい！

こんなことを
やってみたら？



外壁・屋根・塗装・リフォーム お任せください！！

守りたい あなたの住まい あなたの笑顔

お見積り無料！！
お気軽にご相談下さい

秋穂塗装店

代表 秋穂 直矢

TEL 0173-77-2578 携帯 080-5843-3128

〒038-2203 青森県西津軽郡深浦町大字正道尻小磯 84-2
〒036-8075 青森県弘前市撫牛子 2-14-4 カーフ・アンフィニ 201

ペンキの
お化粧屋 藤一美装

(代表)藤田 一哉

一級建築塗装技能士
一級鋼橋塗装技能士
職業訓練指導員
外壁アドバイザー
責任施工・快適・安心・丁寧！
見積りのお電話 お気軽に！

※1.2カ月前の予約・来年の塗装予約もOK！

つがる市森田町森田月見野300-3 つきみの団地37
電話0173-26-4341 携帯080-6001-1760

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

募集
中
従業員

病院・施設等からの搬送は安心の緑ナンバー車で！
「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。

ベニズワイガニの販売・発送承ります！！

(有)マルテツ堀内水産

代表取締役 堀内 透

○詳しくはお問合せください

■問合せ先
TEL 0173-77-2216
FAX 0173-77-3195

〒038-2201 青森県西津軽郡深浦町大字沢辺字山科 86-1



広告募集中！！

会社やお店の宣伝・
イベントの告知に
ご利用ください！

問合せ先
総合戦略課 企画調整係
74-2122



深校だより

森林セラピー基地遊歩道整備

9月15日、7月に袋詰めしたウッドチップ敷設作業を青池周辺の遊歩道で行いました。作業中、小雨に見舞われましたがいわさき小中学校6年生、深浦・岩崎中学校1年生、大戸瀬中学校3年生の皆さんと一緒に、ウッドチップの詰まった土のう袋、約1,300袋を運び、青池広場から200mほどの遊歩道に敷設しました。一昨年度から中学生、昨年度からは小学生の協力を得て5年間の間、ウッドチップを撒いていますが、土に還っているせいも一部遊歩道の土が露出しかけているところもありました。生徒達は、遊歩道の保護や雨により遊歩道の土が湖に流れ込み透明度が下がるのを防ぐため、この作業が地域の観光資源保護の大切な取組なのだということを自覚していました。

今年も、小・中学校の先生方や役場の方だけでなく、多くのボランティアの方にも協力していただき、無事に終了することができました。この活動に参加してくださったみなさん、ありがとうございました。

インターンシップ実施

8月28日から3日間の日程で実施しました。毎年、多くの事業者から協力をいただき、1・2年次生37名を受け入れていただきました。「店員さんの対応の仕方がとてもしっかりしている」「こんな仕事もしているのか」など、生徒自身が働くことで、今まで気づいていなかった部分が見えてきたようです。そこから、社会人にはどんな力が必要



なのか、これから何をしなければいけないのかなどが、少し理解したようでした。今後は、生徒一人ひとりが、今回得たものを自分たちの進路につなげていくことができるよう努力して参ります。この3日間は将来につながる、とても有意義な機会となりました。

お忙しい中、3日間丁寧にご指導いただき、本当にありがとうございました。

マグロ焼き完売御礼!

9月16日、17日の2日間、青森市のアスパムで行われた「うまい森青いもりフェア」に、本校深浦町探究愛好会ふかうらS.B.Pチームが参加し、マグロ焼のミニたい焼き「マグロ焼き」と、深浦の特産品を販売してきました。2日間で約500個分の生地を準備して臨み、朝9時30分から15時までの販売予定でしたが、両日とも終了時刻より1時間以上も早く完売となりました。

今回用意した食材はヤットセでも販売した、りんご&あんこ味と、カレー&チーズ味の2種類。試食したお客さんの中には、カレー&チーズ味のチーズがよく伸びることにとっても驚き、たくさん購入してくださった方もいました。今後は深校祭でも販売を予定していますので、深浦校舎オリジナルのマグロ焼きをぜひ食べに来てください。



10・11月の行事予定

- 10月21日(日) 深校祭(よさこいソーラン)
- 22日(日) 深校祭(一般公開)
- 26日(木) 企業見学会(2年次)
- 11月1日(水) 進路探究講座(予定)
- 7日(火)・8日(水) 授業公開日(9:00~15:00)
- 8日(水) 生徒会役員選挙

編・集・後・記

先日、職場対抗のフットサル大会が開催され、未経験者ながらも参加してきました。恰好から入る私は、フットサルシューズやソックス、シヤカシヤカするサッカー選手っぽい上着などを購入しました。

いざ試合となるとゴールキーパーを任せられ、チームメイトの

ディフェンス力が高いおかげで、4試合2失点でゴールを守ることができました。

折角道具を揃えたので、フットサルに手ならぬ足を出そうかと考えています。



野の民文芸

野の中に雫色さきりり吾亦紅
雑草をみて見ぬふりの秋八十路
威し銃農鯉ぐ者の声とのせ
鬼の目は古代米らし風は秋
おてあげの稼軍団や豊の秋
葭簾透けて夕べの客迎え

砂子田 ツエ
山本 志恵
七戸 たか女
蒲田 幸子
山本 こう女
田口 ゆき

俳句

く俳句

戸籍の窓

8月21日～9月20日までの戸籍届出



お誕生おめでとう

菅原 まひろ (貴洋 岩崎上 千佳)



ご結婚おめでとう

森山 純平 (青森市) 阿部 綾乃 (12区)



おぐちみ申し上げます

栗谷	れい (86歳)	横磯	荒川	善司 (89歳)	5区	大船	永子 (49歳)	長慶平	工藤	萬千子 (71歳)	広戸	岩根	みちる (86歳)	塩見崎	神戸	義磨 (78歳)	風合瀬	一本	正一 (82歳)	晴山	山本	岩勝 (91歳)	田野	八木橋	傳之助 (90歳)	北金2区	堀内	ふづ (80歳)	岩崎中	武田	幸悦 (75歳)	松神
----	----------	----	----	----------	----	----	----------	-----	----	-----------	----	----	-----------	-----	----	----------	-----	----	----------	----	----	----------	----	-----	-----------	------	----	----------	-----	----	----------	----



深浦町の人口と世帯

(9月末日現在)()内は前月比

男 …… 4,026人 (-10)

女 …… 4,498人 (-9)

計 …… 8,524人 (-19)

世帯数 3,805世帯 (-6)

深浦町の総面積 488.89km²

学校のいちばん

「たまラン手」特別編



深中生が食べている好きなランチを紹介します。

三国屋

『月見うどん』 500円

今回訪れたのは、深浦中学校近くにある三国屋。行くと必ず月見うどんかスペシャルうどんを注文します。

注文したのは、「月見うどん」。麺がつるつるでとても美味しい。メニューはすべて、うどんかそばか選べます。子どもや女性の方でもペロリと平らげられる月見うどん。これが私のたまランチ。(ふうか)



三国屋

『かけうどん』 450円

今回訪れたのは、岡町にある「三国屋」。

私がいちばん頼むのは、シンプルなおかけうどん。具が少ないうどんが、一番好き。柔らかくてちよつと食欲がない時でも食べられるそんなうどん。直接行って食べなくても、出前で頼むこともできます。かけうどんのほかに「月見うどん」や「天ぷらうどん」があります。そばもありますよ。これが私のたまランチ。(みく)





ちびっこ チャンピオン

「はっぴーはるういん」

柳田保育園のなかよしたち

(上段左から)

- さとう こころさん (6さい)
- さとう れいさん (6さい)
- こし あいくさん (5さい)
- ひらやま あずさん (6さい)
- はなだ しゆりさん (5さい)

(下段左から)

- やまなか なおくん (6さい)
- ちだ こぎとくん (5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。

寄附者の紹介

(9月25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。

- 神奈川 横濱市 高田 芙美子 様
- 宮城 仙台市 中林 大介 様
- 埼玉 さいたま市 ブナ 林 様
- 青森 弘前市 花田 勝美 様
- 東京 新宿区 ワーキングホリデー 様
- 神奈川 藤沢市 みどり 様

ありがとうございました。



いおり
島川 生多里ちゃん
(父 大生さん) 6区
(母 美保子さん)

★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★