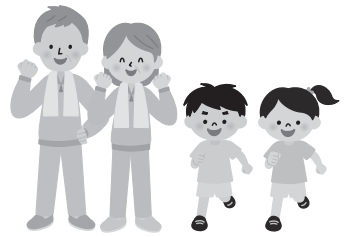




ニュースポーツに挑戦

今年の生涯学習フォーラムのテーマは「いきいきスポーツライフ」。

体験コーナーにはカローリングが用意され、得点ゾーンに狙いを定めて威勢よく投球していました。



こんなにあるよ!! 軽スポーツ



会場内に用意された3種類の軽スポーツをご紹介します。

また、ニチレクボールやカローリングに必要な器具は貸出ししていますので教育委員会教育課(74-4419)にご連絡ください。



ニチレクボール

屋外スポーツ「ペタンク」の室内版として開発されました。発祥地のフランスでは人気の高いスポーツで、子どもから高齢者まで多世代にわたって楽しまれています。

ルールは、ビュットと呼ばれる目標に向かって柔らかい特殊なボールを投げ合い、より近づくことで得点を積み上げるゲームです。

体育館など、幅4m、長さ15mのスペースがあれば楽しめます。基本的に1チーム3名の2チーム対抗戦で競われます。

カローリング

氷上で行うカーリングをフロアで手軽にできるように考えられたスポーツで、9m先に設けられたポイントゾーンの中心めがけてチームのジェットローラを近づける競技です。

1チーム3人のプレイヤーがジェットローラを滑らせ、相手のジェットローラを弾き飛ばしたりしながら得点を競います。

今回の参加者は初体験ということもあり、力加減が分からずポイントゾーンを通過したり、大きくカーブしたりと悪戦苦闘していたため、狙い通り滑らせるには練習が必要のようです。



踏み台運動

運動系ダイエット方法としても知られる、有酸素運動を基本とした踏み台を昇り降りするものです。

脂肪燃焼や下半身の筋力アップに効果的で、屋内の狭いスペースでも手軽に行えることから自宅でテレビを見ながら運動できます。

ただ昇り降りするだけでなく、逆足に切り替えて昇降することによって脳の活性化にもつながります。



スポーツのある人生を 生涯学習フォーラム

日常生活に運動を取り入れ体力の向上やスポーツを楽しむ生涯スポーツ普及を目的とした生涯学習フォーラムが2月25日、町民体育館で開催されました。

今年のテーマは「いきいきスポーツライフ〜心と体を元気にしよう〜」。約60名の参加者はスポーツの楽しみ方や生涯スポーツについて理解を深めました。

スポーツには競技スポーツと生涯スポーツの2通りあります。競技スポーツとはプロスポーツやオリンピックに代表される、野球やフィギュアスケートといった技術や記録の向上を目指すものを指します。一方生涯スポーツは、身近な生活の場からスポーツを取り入れ、ひとりひとりのライフスタイルに応じ誰でもスポーツに親しむこととされています。

講演では、つがる市車力地区で総合型地域スポーツクラブとして活動している、車力楽笑わいわい(スポー)ッククラブマネージャーの工藤敦子さんが「エンジョイ!スポーツライフ」と題してクラブ設立に至った経緯や活動状況を紹介。工藤さんは「ひとりひとりでスポーツに取り組んでもなかなか長続きしないが、仲間を作ることと長くスポーツを楽しむことができる」とアドバイスされました。

また、会場内にはニチレクボール、カローリング、踏み台運動の体験コーナーが設けられ、3グループに分かれた参加者は軽スポーツに親しみました。参加者は「踏み台運動は家庭でもできるので取り組みたい」「町にも、年齢など関係なく軽スポーツを楽しめる場所があったらいい」など話し、生涯スポーツ普及のきっかけとなる1日でした。

作品を鑑賞する来場者

・獎勵賞

・アイディア賞

・ふるさと賞

【快適な農作業衣及びアイディア・工夫作品の部】

・獎勵賞

・ふるさと賞

鶴田 ち工（沢 辺） ボーシ



豪勢な料理に舌鼓をうつ親子

冬こそ美味しい深浦の魚介類や農産物を味わってもらおうと「グルメinふかうら」が、2月の毎週土曜日、町内の宿泊施設で開催され延べ700人が深浦のグルメを満喫しました。

このうち、19日の深浦観光ホテルでは、約50kgの本マグロの解体ショーが行われ、握り寿司や刺身にして振る舞われました。また、深浦牛やアワビなども提供され、参加者は深浦グルメを満喫しました。

その他の施設でも趣向を凝らしたアトラクションや宿泊券などがあたる抽選会などが開催され、大いに盛り上がりました。

2/19

演者らの息が合い見事に揃った演舞に、集まった観客は歓声を上げていました。



奇抜な衣装で会場は大盛り上がり

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

各種目の結果は次のとおり。

●2・3年男女の部

●1年以下女子の部（リーグ戦）

1 位 大 谷 凜 華 (白神ジュニア)
2 位 日 沼 舞 矢 (白神ジュニア)
3 位 菅 原 リ ナ (白神ジュニア)
4 位 大 谷 明日華 (白神ジュニア)



工藤雅夫さん

2/14 農業を支えるリーダーに

認定証を受け取った工藤さんは「個人的にレベルアップを図るとともに、深浦町全体の農業発展に貢献していきたい」と抱負を語りました。



※写真は料理の一部です。(イメージ)
※日本酒以外のお飲物もご用意しております。

豊丞
龜吉
安藤水軍
藏人
八鶴
陸奥八仙
松緑
菊駒
桃川
菊乃井
華一風
じよっぽり華吹雪
如空金ラベル
白神またぎ舞
八甲田おろし
関乃井純
津軽雪
岩木正宗
ブナの白神
鳩正宗 佐藤企
白神の詩

日 時:平成29年3月20日 18時00分～20時00分
(月・春分の日) (受付開場17時30分)

料 金:7,000円(税込) 1泊朝食付は+3,390円(諸税込)
場 所:ウェスパ椿山レストランカミリア
定 員:50名(3/15まで要予約、定員になり次第締切)

ウェスパ
WeSpa椿山  レストランカミリア 
☎1173-75-2261 営業時間 11:00~20:00(ラストオーダー19:30)



ふかうら学

教育委員会では、町の社会教育推進に向けた事業を実施しています。その一つとして、「町民の主体的な学習の推進」を目指し、社会教育団体、グループ、サークルなど多くの団体の活動を支援しています。

今回は、団体の活動と生涯学習活動のサポート事業を紹介します。

総合型地域スポーツクラブ「Joy Spo! ふかうら」

「スポーツ（遊び）の機会と健康づくり」などを目的に昨年3月に設立された「Joy Spo! ふかうら」では、たくさんの活動が行われました。

走り方教室（短距離走練習会）では、通常の練習会のほかに、町で一番速い人を決める「ふかうらダッシュ王選手権」を開催。大きな金メダルを手にした子どもたちの笑顔が印象的でした。

ウォーキング大会は、十二湖や御飯屋周辺などで実施し、歩きながらきれいな景色も堪能。

また、8月には十二湖海浜公園にてシーカヤック体験会を行ない、青い空と海を満喫しました。参加者の方からは、「体を動かす楽しさと、深浦の自然の素晴らしさを知った」という感想をいただきました。

そのほか、事業参加を機に参加者同士が仲良くなるなど、新しいコミュニティの場としても活用されています。



軽快なオールさばきで、スムーズに進みました（シーカヤック体験会）

町民講師「ふかうら達人倶楽部」

「ふかうら達人倶楽部」とは、興味のあることを学びたい方たちが、「いつでも・どこでも・誰でも、何でも」学習できるように、技能や知識を持った町民の方を講師として派遣するものです。

現在、スポーツ・文化問わず65の分野で108名の方が講師として登録しております。

今年度は、子どもクラブの陶芸や茶道教室、小学校での親子スキー教室や総合学習などに16名の講師を派遣しております。

10名程度の参加者がいるグループであれば、講師派遣が可能です。ぜひ、ご利用ください。



茶道体験会で、お菓子の出し方をおしえてもらってます。

「Joy Spo! ふかうら」、町民講師「ふかうら達人倶楽部」へのお問い合わせは下記までお願いします。

◆ 深浦町教育委員会 教育課（深浦町大字深浦字苗代沢84-2）
TEL: 74-4419 FAX: 74-3050

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。

【つるつるわかめきしめん風】～(株)ふかうら開発～

1袋100g
(タレ付)
185円



調理イメージ

2月号で紹介したつるつるわかめの姉妹商品。幅広い麺なのでつるつるわかめよりも食べごたえがあり、腹持ちも良いそうです。より健康を意識して食べる！という場合にはこちらの商品が適しているかもしれませんね。100gと聞くと量が少なく感じますが、実際食べてみると結構なボリュームにびっくりされると思います。こちらは100g 5キロカロリー。健康のためにも、まずは1週間食べてみませんか？こちらの商品も冷たいままでも温かくしても美味しくお召し上がりいただけます。付属のタレは「麺つゆ」「中華風」「青じそ」の3種類。今回はパッケージの裏に紹介されている食べ方のうち、温かい「うどん風」に挑戦しました。温めて食べる場合はタレなしの商品（1袋130g入り）を使用してね！

用意するもの

- ・つるつるわかめきしめん風-1袋
- ・長ねぎ-お好みの量
- ・うどんつゆ-お好みの量

実際に食べてみよう！

- 1.うどんつゆを温める…①
- 2.長ねぎを輪切りにする…②
- 3.つるつるわかめきしめん風をざるにあけて水を切る…③
- 4.①に③を入れてサッと温め、器に盛る…④
- 5.④に②をのせて完成！

ふかうら開発水産事業部
深浦町岡崎大間97-7 0173-74-3811
販売場所：ウェスパ椿山、深浦工場直売所



3種の中では「中華風」が1番人気！



【つるつるキャロット】～(株)ふかうら開発～

1袋500g
756円

鮮やかなオレンジ色で食卓をより明るく！



一度に食べきれない場合は、密封容器に水と一緒に密封して冷蔵庫で保存していただけたら2～3日は保存できます。開封後はなるべく早くお召し上がりください！



調理イメージ

用意するもの

- ・つるつるキャロット-100g
- ・好みの野菜-適量
- ・好みのドレッシング-適量

実際に食べてみよう！

- 1.野菜を1口大に切り、水で洗い、水気をきる…①
- 2.つるつるキャロットの水気を切る…②
- 3.①と②を皿に盛り、ドレッシングをかけてできあがり！

ふかうら開発水産事業部 深浦町岡崎大間97-7 0173-74-3811
販売場所：ウェスパ椿山、深浦工場直売所

『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

家庭の省エネ百科！

～ 家庭の中でできる、効果的な省エネ・節電の方法 ～

No. 5

地球温暖化の緩和策として様々な自主的な努力、及び政策による対策が進められ、いくつかはその有効性が認められています。その効果は温暖化を抑制するには全く足りず、現在も温室効果ガスの排出量は増え続けています。

しかしながら、現在、人類が持つ緩和策を組み合わせれば、今後数十年間の間に温室効果ガス排出量の増加を抑制したり、現状以下の排出量にすることは経済的に可能であるとされています。

皆さんも家庭の中でできる、効果的な省エネ・節電方法を学び、地球温暖化対策に役立てませんか？

今月は『洗濯機・衣類乾燥機』について、省エネのポイントと効果についてお知らせしますので日々の暮らしにお役立てください。

洗濯機

まとめて、回数を少なく。

省エネレッスン

お風呂の残り湯を利用しましょう。

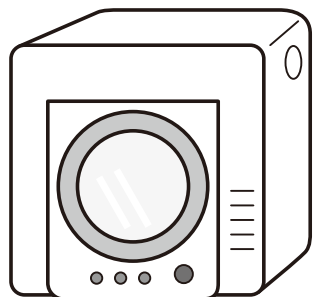
ポンプなどを使って、お風呂の残り湯を洗濯に再利用して水の量を節約しましょう。

洗剤は適量に。

洗剤をたくさん入れても洗淨力が増すわけではありません。洗剤は不必要に多いとすすぎの水が余分に必要になります。

すすぎは注水すすぎより、ためすすぎで。

衣類乾燥機



～ 省エネ行動と省エネ効果 ～

洗濯ものはまとめて洗いを。

少量の洗濯物を毎日洗うよりも、洗濯機の容量に合わせて、洗濯回数を少なくしたほうが効果的です。

年間で電気5.88KWhの省エネ 約 130円の節約

年間で水道16.75m³の省エネ 約3,820円の節約

あわせて 約3,950円の節約

原油換算1.48 L CO₂削減量 2.9kg

定格容量（洗濯・脱水容量：6 kg）の4割を入れて洗う場合と、8割を入れて洗う回数を半分にした場合との比較

まとめて乾燥し、回数を減らす。

年間で電気41.98Kwhの省エネ 約920円の節約

原油換算10.58 L CO₂削減量 20.4kg

定格容量（5 kg）の8割を入れて2日に1回使用した場合と、4割ずつに分けて毎日使用した場合との比較

自然乾燥と併用する。

年間で電気394.57kWhの省エネ 約8,680円の節約

原油換算99.43 L CO₂削減量192.2kg

自然乾燥8時間後、未乾燥のものを補助乾燥する場合と乾燥機のみで乾燥させる場合の比較、2日に1回使用

Let's 3R!

No.9



～ごみの量を減らそう・繰り返し使おう・資源として活かそう～

3R（スリーアール）とは、ごみを減らすための環境行動目標を表すキーワードです。

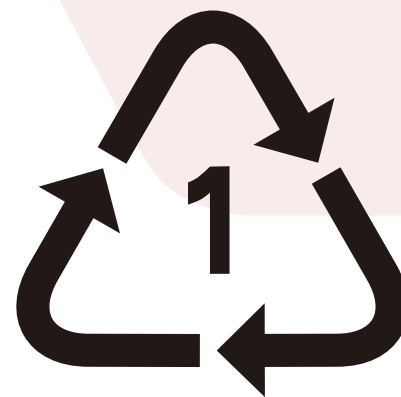
3つのRは、発生抑制(Reduce：リデュース ごみの量を減らすこと)、再使用(Reuse：リユース ものを繰り返し使うこと)、再生利用(Recycle：リサイクル 再び資源として活かすこと)の英語の頭文字を取ったものです。

資源ごみとして回収されたペットボトルは、きれいに洗われた後に細かく碎かれ、さらに必要な加工がなされてからもう一度「ペットボトルの原料」や「ペットボトル以外のものの原料」としてリサイクル（使用）されます。

今月号では、“正しい分別の仕方「資源ごみ（ペットボトル編）」”についてお知らせします。

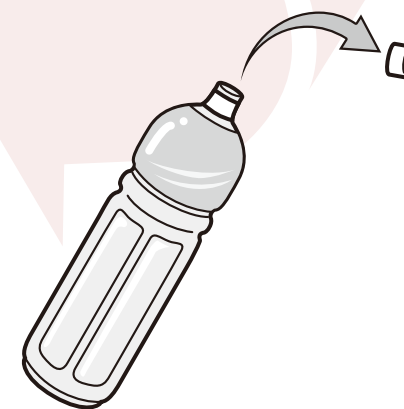
■ペットボトルの出し方

- キャップを取って中をすすいで水を切ってください。（ラベルはそのまま結構です。）
- キャップは、金属製は「燃えないごみ」、プラスチック製は「燃えるごみ」へ。
- 醤油が入っていたボトルは、ペットボトル認識表示マークのあるものを出してください。ペットボトル認識表示マークのないボトルは、その他のプラスチックに出してください。たれやソース等の調味料、食用油、非食用（洗剤・シャンプー・化粧品）などのボトルは「その他のプラスチック」へ



PET

ペットボトル認識表示マーク



ペットボトルは大切な資源です。正しく分別して出しましょう！



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
山内 誠 先生
山内クリニック・院長



スポーツによる膝関節周囲の痛み

1) ランナー膝

スポーツ傷害のなかで最も多くみられるのが膝関節周囲の痛みです。膝は体重を支える、歩行する、などの機能を担っているために日常から大きな負担がかかっており、異常をきたしやすい部位なのです。

使い過ぎによる障害としては、ランナー膝、ジャンパー膝、オスグッド病、平泳ぎ膝などがあげられます。一方、外傷によるものとしては、側副靱帯（そくふくじんたい）損傷、十字靱帯損傷、半月板（はんげつばん）損傷、離断性（りだんせい）骨軟骨炎（こつなんこつえん）などがあります。

今回はランナー膝にしばって、その症状や発生予防法などを述べたいと思います。ランニングによる膝痛のことをランナー膝と呼びますが、狭義には腸脛（ちようけい）靱帯炎のことを指します。腸脛靱帯炎はランニング障害の代表で、マラソンなどの長距離ランナーに好発します。膝関節の外上方に圧痛を認め、腸脛靱帯の走行に沿って疼痛が放散します。

膝の屈伸運動を繰り返すことによって大腿外側の腸脛靱帯が大腿骨外顆（がいが）とこすれて炎症を起こし、疼痛が発生します。主因はオーバーユース（使い過ぎ）ですが、筋力、フォーム、柔軟性、靴、O脚など、さまざまな要因があります。

ランナー膝には、腸脛靱帯炎の他に、鷲足炎（がそ

くえん）や膝蓋軟骨（しつがいなんこつ）軟化症があります。鷲足炎もランナーに多い障害で、膝の内下方に痛みが生じ、膝を屈伸した際にコリコリとした違和感があります。膝蓋軟骨軟化症は、成長期の女性でスポーツを始めた初期に多くみられ、生まれつき膝蓋骨の形が悪い人や、膝蓋骨が内側を向いている人（にらめっこ膝）がなりやすい症状です。座っていて立ち上がる際に膝蓋骨周辺に痛みを生じます。また、歩行時にガクンと力が抜ける“膝折れ”がみられることがあります。なお、ヒトの軟骨の中で、一番厚みがあるのは膝蓋骨の軟骨です。

ランナー膝を改善するには局所の安静が重要。原因があればそれに対する対策を講じ、改善が見られなければランニングを休止します。患部のストレッチ、アイシング、さらに消炎鎮痛剤の投与や、超音波などの物理療法を行います。

発生予防には以下を心がけて、スポーツをエンジョイし、パフォーマンスを向上させましょう。

①正しいフォームを身につける、②ウォーミングアップ・クールダウンを徹底する、③自分の足にあった靴を履く。その靴については、後方にかかとをびたりとつけた際、つま先に1cmほどの余裕があるぐらいがランニングには最適です。

歯を大切に むし歯ゼロの子大集合

1月に行われた3歳児健診で、むし歯がなかった子どもたちを紹介します



あいのすけ
中原愛之助くん(関)



やまと
黄金崎大和くん(船作)



ひかり
田中 景理くん(7区)



つばさ
大滝 翼さん(船作)



めい
村上 芽郁さん(横磯)



いりゅう
工藤 維流くん(北金3区)



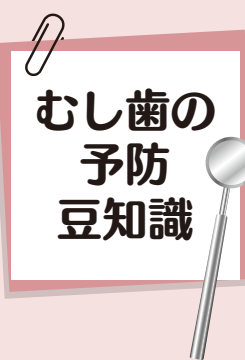
はる
岩谷 脩流くん(柳田)



るきあ
派谷琉希愛さん(岩坂)



わこ
櫻井 琶子さん(風合瀬)



乳歯のむし歯を見つけた時に、痛がらないので治療しなくてもいいと思うことはありませんか。

乳歯は永久歯に比べて知覚が鈍いので、むし歯が大きくなるまで痛みが出にくいのが特徴です。そのまま放置しておくと、乳歯の下で待機している永久歯にむし歯菌が感染してしまいます。むし歯菌に感染した永久歯はむし歯になるリスクが大きくなります。

また、食べ物をかむ時、むし歯の痛みを避けて食べるため良くかむことができず、かむ力が弱くなります。そのため柔らかい食べ物を好んで食べるようになり、あごの発達に影響し永久歯の歯並びやかみ合わせが悪くなります。

乳歯のむし歯は早めに歯科医院で治療をすることが子どものよい発育につながります。

アパート入居者募集！！

ハウス飛浪 【2LDK、冷暖房完備】
住所 広戸字家野上 101-195
賃料 1階 15坪 44,000円
2階 12坪 42,000円
●その他、詳細についてはお問合せください
■問合せ先 宮本アパート 代表 宮本 京子
TEL 0173-74-3117 携帯 080-5554-5559

29年度産 飼料用米買います!!

【持込手取り価格】 もみ米で 10円/kg (税込)
(玄米換算価格13円/kg (税込))
【引取手取り価格】 もみ米で 9円/kg (税込)
(玄米換算価格12円/kg (税込))
株式会社 木村牧場【飼料課】
TEL:0173-22-6875 (平日9:00~16:00)
事務手数料、倉庫保管料、八戸までの運賃などは弊社が負担致します!!
また、煩雑な役所等への書類作成や提出も弊社が行います!!

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

病院・施設等からの搬送は安心の緑ナンバー車です!
「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。

従業員
募集中



深校だより

今年度の取り組み

深浦校舎では様々な取り組みに際し、町や観光協会など町内の多くの方に協力していただきました。ここ数年、町と連携した活動が増えたため、今年度からは「深浦町探求愛好会」を作り活動してきました。その内容は「深校だより」でも何度か紹介しましたが、改めてその取り組みを振り返ります。

1つ目が「森林セラピー遊歩道整備」。この活動は、笹内川で流倒木を回収・加工したウッドチップを、十二湖の遊歩道に敷き詰める作業です。年々、規模を拡大し4年目を迎え、「日本水大賞 未来開拓賞」という名誉ある賞を受賞することが出来ました。

2つ目が「駅からハイキング」。生徒が町の紹介したい場所を選び散策コースを作り、ガイドとして観光客を案内する活動です。お手製の資料やクイズとともに深浦にしかない景色、建造物、歴史、文化、ゆかりのある人々を紹介しています。今年は深浦の昔話コースを取り入れて披露しました。

3つ目が「SBP（ソーシャルビジネスプロジェクト）」。今年度本格的に始動した、一番新しい取り組みです。町の名産品、特産品の中から、試食や話し合いを重ね商品を選び、生徒がデザインした箱に詰めてギフトボックスとして販売する活動です。これは、鰯ヶ沢高校と中里高校の3校合同で取り組み、ギフトボックスも3校合同パージョンと深校オリジナルパージョンの2種類があります。先月は町内の中学校を訪問しギフトボックスを宣伝しました。ギフトボックスは数量限定で深浦町観光協会で販売しています。記念品や町外に住む方への贈りものとして、是非ご利用ください。



できています。また、多くの人と関わり新たな刺激を受け考えて学ぶ機会になっています。

今年度は校舎化10年、深浦高校60年目の節目の年を迎えました。記念式典は多くの方々の参加のもと挙行することができました。今後も町唯一の高校として、地域に根差した学校を目指していきます。来年度もご協力をよろしく願います。

28名の卒業生

- 全校生徒69名でスタートした平成28年度も、もう少しまわろうとしていきます。本校では3月3日に卒業式が行われ、28名が巣立ちました。3月2日には表彰式を行い、3年間各分野で努力した生徒を称えました。受賞者は次の通りです。
- 優秀賞 木村七穂
 - 成績優良賞 熊谷鴻汰、植木夏波、上田紫穂、工藤紫苑、佐藤あすか
 - 皆勤賞 平岡咲奈、野呂歩美、野呂 雅、宮本玲花
 - 精勤賞 鎌田隆臣、熊谷公貴、斉藤大輔、佐藤竜太、本田憲秀、松岡優輝、上田紫穂、工藤紫苑、佐藤あすか
 - 生徒会活動功労賞 後藤力玖、植木夏波
 - 総合学科高等学校 卒業生成績優秀者 熊谷鴻汰、佐藤あすか
 - 全国商業高等学校協会 卒業生成績優秀者 工藤紫苑
 - 青森県高等学校PTA連合会長賞 野呂 雅
- 28名の卒業生は、それぞれの進路で頑張っています。深浦校舎を巣立つ深校生をよろしく願います。

3月の行事予定

- 3月17日(金) 再募集検査日
- 3月21日(火) 再募集合格発表
- 3月22日(水) 入学予定者説明会
- 3月23日(木) 修了式・離任式
- 3月24日(金) 年度末休業

編・集・後・記

町民から根強い人気を誇る「生涯学習フォーラム」の取材に行ってきました。

会場では、3種類の軽スポーツ体験コーナーがあり、私も参加者のみなさんと挑戦しました。特に興味を引かれたのが、二チレクボール。フランス発祥のペタンクを室内競技にしたものだそうです。映画「HERO」では、木村拓哉が事件解決のためペタンクをプレイする場面が

見られました。プレイしてみると、狙った場所に投げることで、奥の深さを感じました。天気の良い日が続いています。が、朝晩は冷え込むため路面凍結に注意し安全運転を心がけましょう。



町民文芸

短歌

立春の心躍れる農夫らに

近藤 月子

立春や河津桜の花だより

増 富 竹 彦

白神の恵みを湛う雪人参の

佐 藤 宏 子

老木はじつと堪へつゝ春の芽を

抱きてひとり冬野へ吠えり

西 崎 正 孝

戸籍の窓

1月21日～2月20日までの戸籍届出



お誕生おめでとう

石 沢 一 叶 (一 次) 風 合 瀬

阪 崎 凱 び (龍) 風 合 瀬



おぐやみ申し上げます

蛇 川 紀 子 (73歳)	3
石 田 圭 吾 (81歳)	3
中 村 ひ さ (98歳)	横 磯
熊 谷 善 太 郎 (89歳)	横 磯
熊 谷 は ま (87歳)	横 磯
小 野 文 雄 (59歳)	田 野 沢
長 谷 川 さ さ ち (91歳)	北 金 3 区
梶 引 な よ (92歳)	関
岩 谷 榮 吉 (72歳)	岩 崎 中
吉 田 す さ (92歳)	岩 崎 上
大 屋 カ ネ ノ (81歳)	黒 崎

深浦町の人口と世帯

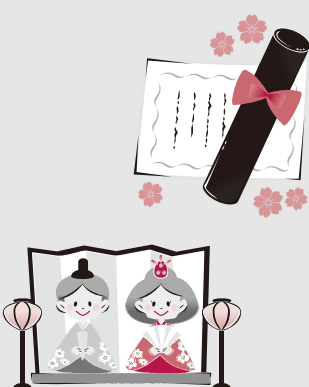
(2月末日現在)()内は前月比

男	4,111人 (-3)
女	4,572人 (-11)
計	8,683人 (-14)
世帯数	3,811世帯 (±0)
深浦町の総面積 488.89km ²	

【お詫びと訂正】

先月号に掲載した氏名等に誤りがありましたのでお詫びして訂正します。

- P 17
- (誤) 三上禮子 (84歳) 戸 作
 - (正) 三上禮子 (84歳) 6 区
- P 6
- (誤) 小学校3年 優秀賞 菊池詩愛
 - (正) 小学校3年 優秀賞 菊地詩愛



魚鱗

「カツカレー」

1,080円

今回のコーナーは、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。

今回訪れたのは、国道101号沿いにある「魚鱗」。店内に入ると地元客や旅のお客さんがランチを楽しんでいます。



今回注文したのは、「カツカレー」。ハンバーグ定食、焼肉定食もいいなあと考えていましたがどうしてもカレーを食べたい気分だったので注文しました。大ぶりのカツとカレーの相性は最高で私の好物のひとつになります。サラダとみそ汁もつき、みそ汁の具にはアサリが使われていておいしく頂きました。

このお店は、奥の座席に座ると窓から五能線を眺めながら食事を楽しむことができます。何と知らずに座っていたお客さんは歓声をあげながら

うらのい
かふの
ふまら
編集ま
報たラ

「たま」ランチ

第20回



食事を楽しんでいました。このほか、地魚を使用した定食やどんぶり、ハンバーグ定食(1,026円)やライオン類など種類豊富なメニューを楽しむことができます。本格的なコーヒーもおすすめ。これが俺のたまランチ。

【店舗情報】

深浦町大字深浦字岡崎148-6
TEL 74-2840
営業時間 11時～19時
定休日 火曜日
(GW、8月除く)

ちびっこ チャンピオン

「おかいものごっこ
いらっしやいませ～」

めぐみ子ども園のなかよしたち

(左から)

はせがわ け いくん (6さい)
たなか あ ゆ むくん (5さい)
やなぎ はる かさん (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。



★このコーナーで
は、1歳を迎え
たチビッコ達を
ご紹介します



山崎 はなちゃん
(父 樹さん 母 純子さん) 北金1区



川村 ^{そら} 昊ちゃん
(父 真理さん 母 兵衛さん) 大間越

* 寄附者の紹介 *

(2月17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。

- 秋田県秋田市 佐藤 直人様
- 栃木県宇都宮市 會澤 久雄様
- 神奈川県横浜市の生方 常明様
- 愛知県春日井市 橋本沙弥香様
- 福岡県福岡市 福田 寛子様
- 東京都杉並区 宮澤 大岳様
- 栃木県宇都宮市 小池 俊光様
- 大阪府高槻市 徳田 悦美様
- 大阪府堺市 山崎 隆朗様
- 東京都目黒区 渡邊 英雄様
- 兵庫県神戸市 岸 勝彦様

ありがとうございました。

