



こんにちは!見守り便です!

4月から始まった高齢者等ひとり暮らし世帯見守り便事業。毎月1回ヤマト運輸セールスドライバーが刊行物をお届けにあがります。



にこやかにドライバーを迎える福沢ミエさん(追良瀬)

4月15日、初めての見守り便が配達されたこの日、黒滝ゆりさん宅（追良瀬）にヤマト運輸のセールスドライバーが伺うと、笑顔で出迎えてくれました。お話しを伺ったところ、「体が不自由になって、なかなか外に出かけることが少なくなりました。定期的にこうしたサービスがあると楽しみになっています。ドライバーのみなさんも好感がもてて話しやすい。気に入っている。」とのことでした。

その他のお宅に伺うと、中にはジュースやチョコレート、干し餅を用意していた方もありました。

い。」と述べました。

高齢者割合が42.45%と県内3番目に高く、ひとり暮らし高齢者割合が18.78%と県内2番目に高くなっている深浦町。少子高齢化・核家族化が加速する中、町村では全国初、自治体では黒石市に次ぐ2例目であるこのサービスに注目が集まっています。

〈見守り便とは？〉

町からの刊行物等を直接手渡しすることで会話が生まれ、一人暮らし高齢者等の見守りにつなげようとするもの。先に導入された黒石市では、市内の高齢女性宅で呼び鈴を押しても反応がなく、不審に思ったセールスドライバーが庭に回って室内を確認したところ、こたつで倒れている女性を発見。早期発見につながり大事には至らなかったという実績もある。



町村で全国初導入 見守り便 お届けにあがります



4月9日、町はヤマト運輸株式会社との間で、高齢者等の見守り便サービスに関する契約を締結しました。

このサービスは、ヤマト運輸セールスドライバーが月に1度、対象者（町内に住む70歳以上のひとり暮らしの方等）の住宅へ町からのお知らせ等を配送することで、安否確認を行おうとするものです。

町長室で行われた調印式では、ヤマト運輸(株)青森支店大場支店長が「深浦町内では4台の配送車が稼働している。ドライバーの顔と名前を覚えていただき、地域に密着し見守り便を最大限に活用していただきたい。」と挨拶。また、吉田町長は「少子高齢化・核家族化が進むなか、高齢者のみなさまが安心して暮らせるよう民生委員の活動と合わせて事業を展開していきたい



契約書を交わす(左:吉田町長、右:大場支店長)

町議会議員 12名の顔触れ



堀内 榮治
岩崎字松原178-1



小野 文之
北金ヶ沢字榊原36-1



坂崎 武光
深浦字浜町138-2



菊池 源悦
岩崎字玉坂38



斉藤 登
風合瀬字下砂子川235-10



工藤 博利
深浦字岡町194-1



小野 信吾
田野沢字清滝41



大高 恒蔵
深浦字岡崎251-23



藤田 一則
岩坂字長谷野28-6



斉藤 のぞみ
北金ヶ沢字榊原14-4



石沢 秀幸
追良瀬字塩見山平248-23



亀川 肇
正道尻字小磯97-2



当選証書を受け取る菊池議員

【深浦町議会議員一般選挙開票結果】

■有権者数 7,982人
(定数12-13) ■投票者数 6,108人
■投票率 76.52%

当選	662票	菊池 源悦	無・現	64歳
	654票	坂崎 武光	無・元	70歳
	575票	小野 文之	無・現	70歳
	549票	堀内 榮治	無・現	67歳
	508票	大高 恒蔵	無・現	72歳
	506票	小野 信吾	無・現	49歳
	477票	工藤 博利	無・現	68歳
	446票	斉藤 登	無・現	58歳
	415票	亀川 肇	無・現	76歳
	406票	石沢 秀幸	無・現	75歳
	340票	斉藤 のぞみ	無・新	42歳
	294票	藤田 一則	無・現	62歳
次点	221票	秋穂 義男	無・新	57歳

4月26日、任期満了に伴う町議会一般選挙の投票が町内23か所の投票所で一斉に行われました。
統一地方選挙として関心を集めた今回の選挙は、現職10人、新人2人、元職1人が立候補し選挙戦を繰り広げました。
午後9時から町民総合センターで即

日開票された結果、新たに12名の議員が決定しました。また、今回の結果から戦後2人目、31年振りとなる女性議員が誕生しました。
なお、投票率は76.52%となり、前回の83.95%を7.43ポイント下回りました。

深浦町議会議員一般選挙

—新しい議員が決まる—

4月第3土曜日は 沿道美化清掃の日！



海岸に打ち上げられたゴミを拾う（岩崎中地区）



集められたゴミの山（北金ヶ沢地区）

調べ）で日本一に輝いた路線。その五能線内でも千畳敷駅周辺は特に人気区間となっています。参加者は冷たい風が吹き小雨が降る中、線路脇に散らばっている空き缶やペットボトル、プラスチックなどを、黙々と拾い集めていました。

作業を終えると、周辺には大量のゴミの山。今回の沿道美化清掃で集められたゴミは、町内の建設業者等の協力を得て運搬、処分され、燃えるゴミは約11トン、燃えないゴミは約5トンにもなりました。粗大ゴミとも合わせてと全体で約17トンのゴミが集められました。

春の雪融けが進み、雪の下に埋もれていたゴミたちが、約80kmに及ぶ海岸線や道路沿いに一斉に顔を出します。

自分たちの住む町がゴミで汚れた姿を見ると、誰でもいやな気持ちになるものです。

沿道美化清掃で町全体がきれいになった今、ゴミを捨てにくい環境になっています。きれいになった町の景観を維持していくためにも、町民自身が「ゴミを捨てない！」との意識をもつことが求められています。

町の恒例行事となっている沿道美化清掃が4月18日、町内全域で実施され、自治会や老人クラブなど約3,500人が参加しました。

風光明媚な美しい深浦を訪れた人に「イイね」と言ってもらえるよう今年も地域一体となって作業に汗を流しました。

このうち、岩崎中地区では70名が地区内を清掃。集落内をはじめ、国道沿いの側溝の泥上げや、時化などで海岸に打ち上げられたゴミを熱心に拾い集めました。

また、J R 五能線千畳敷駅付近では、J R 東日本秋田支社の社員とその家族約50名が参加し、線路脇と千畳敷海岸のゴミ拾いを行いました。

五能線は昨年、年間5回以上旅行に行く人におすすめするローカル列車ランキング（楽天



拾い集めたゴミを運ぶ（岩崎上地区）



国道沿いをキレイに清掃（岩崎下地区）



日本一の路線の線路脇をキレイに清掃（J R 千畳敷駅周辺）



側溝の泥上げに汗を流す（岩崎中地区）

深 浦 町 保健協力員 名 簿

平成27年4月1日～平成29年3月31日		
担当地区	氏 名	電話番号
舩 作	山 内 志保子	75-2107
	黄金崎 百合子	75-2143
	山 中 テツ子	75-2006
横 磯	大 沢 えり子	75-2116
	熊 谷 裕 子	74-2870
	粟 谷 明 子	74-3271
	熊 谷 光 子	74-2674
3 区	村 上 智恵子	74-3307
	赤 石 いち子	74-2347
	上 田 茂 子	74-2184
	野 呂 昭 子	74-3556
	木 村 ツヤ子	74-2465
	五十嵐 育 子	74-2734
	山 本 富美子	74-2381
	小 野 友 子	74-3119
4 区	柏 倉 百合子	74-3318
	兼 平 はつよ	74-4331
5 区	佐 藤 い つ	74-3809
	佐 藤 京 子	74-2038
	後 藤 信 子	74-3691
6 区	葛 西 歌 子	74-3805
	浦 谷 み つ	74-2968
	葛 西 美 幸	74-2596
	住 吉 千 代	74-2056
	上 田 玲 子	74-2524
7 区	佐 藤 喜久江	74-2580
	竹 越 睦 子	74-2049
	山 田 律 子	74-2685
川原町	山 本 陽 子	74-2969
	増 富 瞳	74-2053
崎の町	紀 本 萬里子	74-2643
	松 本 睦 子	74-2900
	伊 藤 まさ子	74-2157
12 区	今 まり子	74-3089
	堀 江 八重子	74-3436
	大 高 範 子	74-3083
長慶平	藤 田 菜緒美	74-2715
	成 田 清 子	74-2204
	黄金崎 朝 子	74-2213
	小 角 久 子	74-2326
	岡 田 恭 子	74-2884
	秋 元 誠 子	74-2774
	舘 口 優 子	74-3046
	伊 藤 由希子	74-3365

担当地区	氏 名	電話番号
東野	八木沢 松 子	74-2537
	野 呂 由貴子	74-3546
広戸	角 谷 節 子	74-2246
	杉 田 みゆき	74-3108
	山 本 静 子	74-3278
	工 藤 ヤ 工	74-3281
	小山内 恵美子	74-3817
	浜 田 フミ子	74-2932
相野山	張 摩 シゲ子	74-3234
	黒 滝 三千子	74-3873
塩見崎	板 谷 ひとみ	74-3975
	徳 田 みち子	74-4161
	大 沢 すみ子	74-4174
	大 沢 栄 子	74-3998
松 原	田 中 昭 子	74-3399
轟 木	吉 田 玲 子	74-3672
	吉 田 た み	74-4212
	吉 田 茂 子	74-4279
	吉 田 いく子	74-4268
	東 條 孝 子	74-4176
	佐 藤 孝 子	74-3939
	菊 地 ゑ つ	74-3394
	野 呂 艶 子	74-4235
風合瀬	山 本 て る	76-3095
	一 戸 てさ子	76-3321
	三 浦 紀枝子	76-3328
	一 戸 マリ子	76-3216
	一 戸 陽 子	76-3084
	阪 崎 節 子	76-3268
	坂 崎 久美子	76-3354
	岡 野 峰 子	76-3102
晴 山	佐 藤 梅 子	76-3108
	大 船 由利子	76-3162
田野沢	兼 平 優 子	76-2615
	兼 平 鈴 子	76-2674
	小 野 けい子	76-2597
	兼 平 敬 子	76-2963
北金1区	山 崎 とも子	76-2880
	古 川 馨	76-2261
	木 村 恵利子	76-2065
北金2区	中 原 加代子	76-2624
	福 田 智 子	76-3027
	伊 藤 満由美	76-3009
	根 上 るみ子	76-2081
	長谷川 やし子	76-2237
北金3区	奥 口 敏 子	76-2140
	古 川 恵 子	76-2337
	長谷川 房 子	76-2247
	小 野 陽 子	76-2591
	杉野森 和 江	76-2107
	大黒谷 澄 子	76-2191

担当地区	氏 名	電話番号
関	七 戸 信 子	76-2466
	越 桂 子	76-2030
	堀 内 紀 子	76-2391
	福 澤 裕美子	76-2528
	中 原 礼 子	76-2326
柳 田	小 島 久 枝	76-2320
	岩 谷 夏 子	76-2753
	米 谷 ハル工	76-2748
岩 坂	世 永 恵美子	76-2910
	藤 田 聖 子	76-2791
沢 辺	小山内 則 子	76-2831
	藤 田 せ つ	76-2860
岩崎下	古 田 睦 子	77-2199
	大 谷 正 子	77-2473
	神 馬 佳 子	77-2558
岩崎中	鶴 田 悦 子	77-2673
	堀 内 宏 子	77-2262
	佐 藤 靖 子	77-2591
岩崎上	斉 藤 セツ子	77-2727
	七 戸 美恵子	77-2279
	菊 池 ひとみ	77-2846
正 久	七 戸 有 子	77-3975
	今 村 千加子	77-2146
	盛 まゆみ	77-2062
森 山	菊 池 由 佳	77-2330
	川 村 眞喜子	77-3943
	萱 森 眞恵子	77-2790
松 神	吉 田 テ 工	77-2503
	堀 内 百合子	77-2739
	平 沢 公 子	77-2373
黒 崎	亀 川 むつ子	77-2171
	村 山 美奈子	77-2556
	原 田 てる子	77-2777
大間越	川 村 三恵子	77-2444
	泉 谷 の り	77-2297
	平 沢 聖 子	77-2370
計 143名	平 沢 栄美子	77-2752
	七 戸 貞 子	78-2273
	藤 田 和 子	78-2410
大間越	工 藤 春 代	78-2403
	岩 本 静	78-2075
	熊 谷 たか子	78-2448
大間越	田 崎 紀 枝	78-2163
	鈴 木 芳 子	78-2048
	蝦 名 志美子	78-2231
大間越	菊 池 悦 子	84-7725
	川 村 綾 子	78-2270
	伊 藤 恵美子	78-2202

健康長寿の町へ！

～143名の保健協力員に委嘱状交付～

深浦町保健協力員会総会・研修会が4月28日、町民文化ホールで開催され、新任9名を含む143名の方に委嘱状が交付されました。

総会には協力員92名が出席。山田律子会長（7区）の進行のもとスムーズに議事が行われ、提出された議案がすべて承認されました。役員の改選もあり、副会長に大沢えり子さん（横磯）、理事に菊地ゑつさん（轟木）と萱森真恵子さん（岩崎上）が新任、そのほかの方は再任となりました。また、西北地方保健協力員会会計に山中テツ子さん（舩作）が任命されました。

引き続き行われた研修会では、青森県国民健康保険団体連合会保健活動推



新任の保険協力員に辞令が交付されました



健診のススメ方を語る澤谷さん(左)と梅庭さん(右)

進専門員の澤谷悦子さんと梅庭牧子さんが「心を動かす健（検）診のススメ」と題し講演。健（検）診受診率を上げるための呼びかけのテクニックなどを学びました。

参加した保健協力員は、町民の健康づくりの手助けになるべく、熱心にメモを取りながら自らの役割の大切さを認識していました。

また、30年保健協力員を務め、町の健康づくりに寄与された黄金崎朝子さん（12区）、古川礼子さん（北金3区）、長谷川敦子さん（北金3区）、同じく20年保険協力員を務めた館口優子さん（長慶平）、三浦紀枝子さん（風合瀬）に感謝状が贈呈されました。

来年度までの2年間町民の健康づくりをサポートする保健協力員は次ページのとおりです。

30年、20年保健協力員を務め感謝状を贈られた皆さん

三浦紀枝子さん(風合瀬)

館口優子さん(長慶平)

長谷川敦子さん(北金3区)

古川礼子さん(北金3区)

黄金崎朝子さん(12区)

深浦マグロ通年出荷へ！^{4/13}

㈱あおもり海山（代表取締役堀内精二）は、深浦マグロの通年出荷を可能にする拠点施設、水産加工センターの竣工式を開催し、参加した関係者約70名が完成を祝いました。

同センターは深浦マグロの、鮮度を維持した状態で出荷できるよう、さくを急速冷凍。その後、-55℃で冷凍保存する最新設備を県内で初導入しました。

マグロの漁期となる5月中旬から稼働する予定で、マグロのほか、タイやブリ、サイズが小さく廃棄されてきた未利用魚も加工・出荷し、漁業者の所得向上を目指しています。

堀内代表取締役は「過疎化が進んでいる町の中で、新たな産業・雇用を生んでいきたい。」と決意を述べていました。



マグロ等の水産物の販路拡大が期待される水産加工センター



無事故・安全を祈念する十二湖森の会 原田勇成 会長

^{4/16} 観光シーズンスタート！十二湖山開き

観光シーズンのスタートを告げる「白神十二湖山開き」が、アオーネ白神十二湖で行われました。

関係者約100名が出席した安全祈願祭では、観光関係者が玉串を奉奠し、世界自然遺産・白神山地や十二湖・青池を訪れる観光客の安全と無事故を祈念しました。式典で吉田町長は、「当地を訪れる観光客の方々が白神と十二湖の自然を満喫し、つつがなく癒しの時を過ごされることと、無事故・安全を願う」と挨拶しました。

その後、参加者はバスで移動し、十二湖森の会のガイドを受けながら青池まで散策。例年に比べ雪解けが早く、木々たちが今か今かと芽吹きの時を待っているようでした。曇り空でしたが、青く輝く青池に参加者はため息交じりに感動していました。

今年度末に開業する北海道新幹線に向けた大型観光キャンペーン「青函DC」が展開され、大きな集客が期待されます。

元気に帰ってきてね！^{4/17}

サクラマス幼魚とサケ稚魚の放流式が、追良瀬親水公園で行われました。

放流式には、関係者のほかみよし保育園児や深浦小3年生、修道小4年生など約80名が参加。サクラマス幼魚とサケ稚魚約20万尾を追良瀬川に放流しました。時折雨が強く降りしきる中、雨具姿の子どもたちは、元気に帰ってきてねと願いながら放流していました。

追良瀬川でのふ化事業は、サケが昭和41年度、サクラマスが57年度から実施されており、日本海側における国内初のふ化場としてサケ・マス資源確保の重要な役割を担っています。今年度は、サクラマス約10万尾、サケ1,100万尾を放流する予定です。



雨が降る中放流する園児



料理人に語りかけるヒロ中田さん(写真右)

^{4/17} マグロ料理の祭典！新メニュー続々！

夏が旬の深浦マグロを使用した料理の祭典、「深浦マグロ料理グランプリ」が今年も開催されます。

㈱リクルートライフスタイルじゃらんリサーチセンターエグゼクティブプロデューサーで、「マグステ丼」の生みの親でもあるヒロ中田さんが来町し、提供メニューの最終審査が行われました。見た目・味・ネーミング・コストパフォーマンスにこだわった、10種類の深浦マグロメニューが決定しました。

こだわりの新マグロメニューが味わえるこのイベントは、7月12日(日)に開催される予定です。



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

新生活に胸がわくわく^{4/7}

町内一斉に小中学校の入学式が行われ、小学校36名、中学校68名の児童生徒が新たな学校生活をスタートさせました。

この内修道小学校には男子6名、女子4名が入学。先生のとを緊張した面持ちで入場した新1年生でしたが、式で行われた校長先生の特別授業「カメムシについて」では、積極的に手を挙げてイキイキと授業に臨んでいました。

その後、在校生から歓迎の言葉をもらった児童たちは、これからの学校生活に期待を膨らませて目を輝かせていました。



カメムシは何の仲間かな？



^{4/11} 初開催！深浦漁協直販まつり

深浦漁業協同組合主催の「深浦漁協直販まつり」が、深浦漁協荷捌き所で初開催されました。

タイやカレー、サクラマスといった新鮮な活魚や、活け神経抜きをした鮮魚などを求めて約300人がかけつけました。

朝8時の開始とともに大勢のお客さんが鮮魚を買い求め、会計が最大50分待ちになるなど大盛況でした。お客さんの中にはたくさん買おうと自宅から台車を押しながら来られた人も。

同漁協担当者は、「これからも定期的に開催していきたい」と次回開催に向けて意気込んでいました。

文化財を守る！消防団円覚寺消火訓練^{4/12}

国指定文化財や数々の寺宝が奉納されている「春光山円覚寺」付近の住宅から出火し、延焼拡大される状況を想定した消火訓練が行われました。

当日は、命令を受けた第3分団、第11分団、第22分団が出動し、各消防団員は、磯崎川から水をくみ上げポンプ車による放水を行い、有事の際の消火体制を確認しました。

参加した消防団員は、引き締まった表情で挑み、分団同士連携しあいながら、スムーズな消火を目指し訓練に臨んでいました。



ふかうらのいいもの

これが深浦のブランド特産品

「いつもお世話になっている人へのプレゼントに」「職場の人に地元のお土産を」「今日の夕飯の一品に」
そうだ『ふかうらのいいもの』にしよう



特産品はこのマークが目印です。



この春改訂された新パンフレット

○『ふかうらのいいもの』とは？

深浦のブランド特産品を『ふかうらのいいもの』とよんでいます。
特産品とは、ある地域でのみ生産・収穫され、その土地の気候風土や技術を生かした、地域を代表する産物のことです。
当町では特産品認定要綱を定め、深浦の優れた商品を効果的にPRするため、平成18年度にスタートしました。
〔名産品部門〕と〔特産物部門〕をあわせて特産品としています。
白神山地と日本海の恵みが育んだ『私たちの特産品』です。

○どんな商品が特産品になれるの？

〔名産品部門〕
定義：農林水産物を原料・材料として自ら製造又は加工した食料品、飲料品、工芸品
※製造委託の場合は県内の業者とし、主要原料に深浦町の素材を使用すること
内容：①デザインや包装、味覚が優れている②郷土色豊かである③価格が適正である④携行やある程度の保存に耐えうる
〔特産物部門〕
定義：農産物、林産物、水産物、畜産物
※農業協同組合長か漁業協同組合長の推薦がないと申請できません
内容：①収穫量が非常に多い又は非常に少なくめずらしい②品質が非常に優れている③希少価値が高い

○特産品に認定されるためには申請が必要です

申請書及び商品を提出し、審査を経て認定結果が通知されます。申請は年に1度受付しており、募集案内は広報お知らせ版に掲載しています。
ー特定品認定の流れー



10月に申請受付



特産品選定委員による審査



町長から認定証の交付



深浦町特産品振興会に加入、活動



深浦町の皆さんこんにちは！
「ゆうひくん」といいます。
皆に深浦の特産品を覚えてもらおうのがぼくの目標！
今月号から「ふかうらのいいもの」について紹介していきます。
よろしくね！

★自己紹介★

名前：深浦町特産品PRキャラクター「ゆうひくん」
特徴：鮮やかなオレンジ色の体と笑顔が輝いています。
ゆうひくんは大好きな深浦町を元気にするために今日も、燃えています！

○深浦町特産品振興会とは

特産品認定事業者で組織されています。
事業者自らが様々な情報交換や特産品振興に関する勉強会などを行い、事業者間の連携を深めています。町内外でPR活動を実施し、「ふかうらのいいもの」をアピール！
様々な企画を考え、活動していきます。

特産品に関するお問合せは
特産品振興会事務局(観光課商工振興係)
☎0173-74-4412
をお願いします。



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、大戸瀬地区で活動している団体・サークルを紹介します。

I 多様な学習機会の充実

〔第2次深浦町中期社会教育計画より〕

目標：町民の主体的な学習の推進 【町民が主役となった社会教育を目指して】

施策：行事(事業・イベント)や学習活動などへの参加意識の高揚を図る。

(啓発・PRの徹底)

陶芸サークル「大戸瀬陶芸愛好会」会員募集中！

「大戸瀬陶芸愛好会」では、関地区にある「生きがい館」で陶芸の制作活動をしています。作品は、花瓶や大皿・小皿、湯呑み茶碗など多彩です。

みなさんプロ級の腕前で11月に開催される「町文化祭」に陶芸作品を多数出展し、参観者の目を楽しませています。

現在会員数5名で、一緒に活動する仲間を5名募集いたします。陶芸制作は楽しいですが、何よりもみんなとの「おしゃべり」が一番の楽しみです。

初心者大歓迎です。一度遊びに来ませんか。

活動日時：毎週水曜日 午前9時～午後3時

問合せ先：代表 柳野 柳治 ☎76-2362



「生きがい館」で完成した作品の出来栄を語り合っています。

大正琴サークル「琴伝流・大正琴」活動真最中！

大正琴サークル「琴伝流・大正琴」は、文字通り大正琴の演奏を楽しむ団体です。11月に開催される「ふかうら芸能祭」などで大正琴をち町民のみなさんに披露しています。

大正琴は独特な音色で、ベース・ティナー・アルト・ソプラノと4種類のパートがあり、それぞれパートの違った楽器を使い、息の合った演奏が見せ場です。

毎週金曜日、午後1時から4時まで大戸瀬分館(大戸瀬支所2階)で練習しています。

興味のある方、初心者大歓迎です。一度遊びに来ませんか。

問合せ先：代表者 古川 信子 ☎76-2196



「ふかうら芸能祭」で演奏(11月)
会場：フィットネスプラザゆとり

深浦町公民館大戸瀬分館からお知らせ

- ・各種団体・サークル活動の場として、大戸瀬分館(大戸瀬支所2階)を利用することができます。
趣味の友達を増やしたい。みんなで何かをしたい。学習に関することなど何でもご相談ください。
- ・文学館と連携して図書の貸出も行っております。

問合せ先：76-2311 (大戸瀬支所)



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

寺田明功先生
てらだクリニック・院長



糖尿病について

生活習慣病として誰もが知っている糖尿病ですが、名前の認知度とは逆にその本質については認知度は不十分と思われます。厚生労働省によると2012年、糖尿病は950万人、糖尿病を強く疑われる人は1100万人と両方合計で2050万人もあり、そのうち4割の人は未治療といわれています。糖尿病による失明と足切断はともに年間3000人ずつ、新規人工透析導入数は年間1万6000人にもなります。しかし、マスコミ報道などから聞いたことはあっても、まさか自分だけではないだろうと思っている患者さんがほとんどです。それを裏付けるように、健康診断で糖尿病疑いを書いてある結果を見ても精密検査に行かない人が多いのも事実です。

先日、口渇、多飲、多尿という典型的な糖尿病患者さんが来院しました。これらの症状がある場合の多くは血糖300以上で、すぐにでも薬物治療の必要があります。理想的には入院したうえで糖尿病の勉強をして積極的に治療に自ら取り組んでいただくのが望ましいのですが、様々な事情で現実的には通院治療になることがほとんどです。この患者さんも外来でインスリン注射を開始しました。インスリン治療は費用もかかりますし、注射を自分で管理するという手間もかかります。あと3年でも早く来ていた

ら飲み薬でしばらくの間は治療できたと考えられます。

ではどうすれば、初期の軽症糖尿病から治療を開始できるのでしょうか？これはそんなに難しいことではありません。まず健康診断を受けましょう。次に「要精検」や「精査を要する」という返事が来たら医療機関を受診し、75g経口血糖負荷試験という糖尿病の精密検査を受ければ、診断の白黒がはっきりします。特に家系的に糖尿病の親族がいる場合には、この検査をぜひ受けてみてください。この検査は全く自覚症状のない糖尿病も診断することができます。そして、初期の糖尿病は早い段階から治療することで脳卒中、心筋梗塞、失明、人工透析、足切断などの糖尿病性合併症のリスクを減らすことができます。

津軽の人々の気質として好きなように食べて飲んで吸っていつ死ぬかは神様にお任せするという人も少なくありません。しかしコロッと死ねればいいのですが、脳卒中、失明、人工透析、足切断などはすぐには死なないことも多いので、その後の生活はつらいものになることがほとんどです。健康診断を活用し軽症のうちから治療開始することが楽しい老後の近道と実感しているこの頃です。



4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。



堀内実滯さん
(北金2区)



五十嵐蒼昊くん
(北金2区)



大谷明日華さん
(沢辺)



山本雄大くん
(岩崎上)



田村悠くん
(轟木)



鈴木愛琉さん
(轟木)



小野央真くん
(4区)



大谷菜実さん
(岩崎上)

むし歯予防の豆知識

むし歯の原因である歯垢（プラーク）は、食事の後に歯についた食べかすのことではなく、口の中の細菌が食事の時の糖分を餌にして繁殖した細菌のかたまりのことです。食後8時間位で歯垢が作られ始め、白色または黄白色でネバネバしており、水に溶けないためうがいをしただけでは落とすことができません。歯垢1mgの中には10億個もの細菌が存在しているといわれ、歯垢が歯の表面に付着しているとエナメル質を溶かしむし歯にしまいます。食事やおやつ後は歯みがきをし、歯ブラシの毛先がとどかない歯と歯の間は糸ようじなどを使用して、しっかり歯垢を落とすことでむし歯予防になります。

肩こり・腰痛・筋肉のほぐし他

カイロプラクティック施術（全身） ¥3,000
お試し15分（骨盤調整） ¥1,000
フェイシャルケアコース ¥5,000

〈健康グッズを取り扱っています〉ご相談ください！
布団、枕、骨盤保護パンツ、健康補助食品（サプリメント）、化粧品・・・etc
出張施術致します！
カイロプラクティック院 らっきー
深浦町大字風合瀬字大磯135（2階） 上晴山バス停隣
【問合せ】080-6042-7173（山下）/不定休

Sai ~ビューティサロン~
～オススメニュー～
ホイントパーマ 4,500円
（シャンプー、カット込み）
トリートメントスバ 5,500円
（カット、トリートメント、ヘアオイル込み）
カット＆カラー 5,000円
（シャンプー、カット、ブロー込み）
TEL 74-4336
OPEN 8:30～
定休日：月曜日、第3日曜日

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。

ご用命は
任せて安心の
ご予算に応じた御葬儀を
提案・施工いたします。

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！
「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。

募集員
従業員

深浦町月屋・ラーメン専門店

ラーメン101

一番人気！味噌ラーメン
津軽ご当地！焼干しラーメン
とろ豚魚介醤油ラーメン
ピリ辛！じゃん辛ラーメン
コクうま！醤油ラーメン

夕方5時まで営業中！

☎0173-75-2161 営業時間11:00～17:00（毎週火曜定休）

ガラス創作体験
毎日受付中！

白神ガラス工房で
世界にひとつだけの
作品を作ってみませんか。



ウェスパ椿山 ☎0173-75-2261(代) www.wespa.jp



深校だより

平成27年度

木高深浦校舎の始動

4月8日、平成27年度木造高校深浦校舎の入学式が行なわれ、新たに21名の新入生が入学しました。出身中学校の内訳は、深浦中学校14名、岩崎中学校7名です。

4月に本校に赴任した吉田健校長は、受け身の姿勢ではなく積極的に動き、自分の頭で考え理解し、自分の体全体を使って知識や技能を身に付けてほしい、そして地元深浦に貢献するような活動を年間を通して取り組み、皆さんの若い活力で地元を活性化させてほしいと激励しました。新入生を代表して、

宮本海斗君（深浦中学校出身）が、深浦校舎の一員として勉学に励み、校舎のために頑張りますと決意を述べました。

また、9日に行われた対面式では、澤田宇京さん（深浦中学校出身）が、早く学校生活に慣



平成27年度入学式

れて深校生として頑張りたいと誓い、生徒会長の小山内翔君と笑顔で握手を交わしました。

深浦校舎では今年度も森林セラピー遊歩道整備や行合崎清掃活動などを継続し、町のためになる活動を行っていききたいと考えています。またこれまで以上に町に貢献できることがないか考え、精一杯努力していききたいと思っています。



【5・6月の行事予定】

- 5月13日(木) 交通安全教室
- 5月14日(木) 第1回PTA研修委員会
- 5月21日(木) 一学期中間考査
- 5月27日(水) 1年次白神体験学習
- 6月6日(土) 2・3年次遠足
- 6月6日(土) 第1回校内防災訓練
- 6月13日(土) 高校総体
- 6月16日(火) 1年次介護体験学習

深浦町地域防災計画

深浦町国民保護計画が修正されました

【深浦町地域防災計画】

町の地域防災計画は、災害対策基本法の規定に基づき、地域に係る風水害等災害対策並びに地震・津波災害対策などに関し必要な体制を確立するとともに、関係機関の総合的かつ計画的な対策の整備推進を図り、住民の生命、身体及び財産をこれらの災害から保護し、被害を軽減して郷土の保全と住民福祉の確保を期することを目的に策定されているものです。

◇修正となった主な項目

災害対策基本法などの関係法令の改正及び国・県の防災基本計画の修正箇所を踏まえ、計画の性格、調査研究等の項目が追加となったものです。

【深浦町国民保護計画】

深浦町国民保護計画は、平成16年に施行された「武力攻撃事態等における国民の保護のための措置に関する法律」いわゆる「国民保護法」に基づき、我が国に対する

外部からの武力攻撃や大規模なテロ等が発生した場合において、住民の生命、身体及び財産を保護し、武力攻撃による被害を最小にするため、町の国民保護措置の実施体制、町が実施する避難や救援、平素からの訓練、備蓄及び啓発に関する定め、町の区域において関係機関が実施する国民保護措置を総合的に推進することを目的に作成された計画です。

◇修正となった主な項目

町の行政組織変更により、災害時の事務部署、資料編各表の経年修正を行いました。

なお、深浦町地域防災計画及び深浦町国民保護計画の閲覧希望の方は、深浦町ホームページ(<http://www.town.fukaura.lg.jp/>)に掲載しておりますのでそちらをご覧ください。

また、閲覧希望の方で、ホームページでご覧できない方は、深浦町役場 総務課消防防災係までお問い合わせください。

町民文化

川柳

子を騙す痛い痛い飛んで行け
歯を削る音たのしんでいる自虐
ピンコロリ唱えた同期先に逝く
ぐらついた嘘を断らさる回り椅子
抽斗の奥から春が顔を出す
呱呱の声弾ませ村に風かおる
おふくろの眼鏡の奥にある慈愛

乳井光昭
佐々木かもめ
後藤信柳
浜町岡歩
蒲田磨砂
山野茶花子
草野力丸

編集後記

4月から広報を担当しあつという間に1か月。初取材の修道小学校入学式では、カメラをうまく使いこなせずピントが合わない写真ばかりでしたが、なんとか「広報ふかうら」を発行することができました。

取材や原稿、レイアウトを考えると初体験ばかりでしたが、取

材に伺うたびに、町の新しい一面を発見でき、とても勉強になり楽しく取材することができました。「読みたい!」と町民のみなさんが思ってくれるような広報誌を製作していきたいと思っています。これからたくさんお世話になります。取材に伺った際にはご協力のほどよろしくお願いします。

戸籍の窓

3月21日～4月20日までの戸籍届出



お誕生おめでとう

福沢 光梨(麻哲貴也) 轟 木
※2月23日届出



ご結婚おめでとう

古川 清人(北金2区)
神 美香(五所川原市)



おぐやみ申し上げます

八木橋 勇悦(95歳) 3区
赤石 常夫(72歳) 3区
沢谷 貞己(79歳) 5区
木村 レツ子(75歳) 北金2区
木村 トク(81歳) 北金2区
古川 諭(65歳) 北金3区
鶴田 勇(86歳) 沢 辺



深浦町の人口と世帯

《4月末現在》()内は前月比

男 …… 4,281人(-5)
女 …… 4,788人(-3)
計 …… 9,069人(-8)
世帯数 3,878世帯(+4)

深浦町の総面積 488.86km²



「5月5日はこどもの日!」

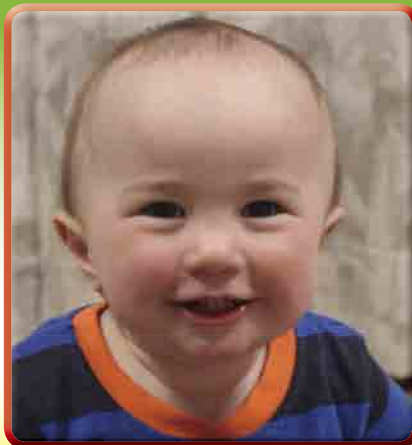
みはる保育園のなかよしたち

(左から)

よした	もも	かえ
	(5さい)	
おおさわ	まつ	かぜ
	(5さい)	
にしざわ	み	ゆ
	(5さい)	
てらやま	る	か
	(5さい)	



このコーナーでは、元気いっぱいな園児たちの作品をご紹介します



阪崎 ジェレミー ちゃん

(父 博 兄さん) 北金3区
(母 フリットローズさん)

● 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 ●

早春の青池

4月、山開きを終えこれから観光シーズンに突入する「十二湖・青池」
千変万化する青池は、見る人を魅了します。

