

第66代民謡王座

岩谷 勇

津軽民謡の王座に輝く

2月16日に行われた津軽民謡青森県大会で見事66代王座に輝いた岩谷勇さん（岩崎下）。日頃の努力が、実を結びました。

令和元年

深浦町文化賞・スポーツ賞



唯一文化賞を受賞した山田さん（右）



特別スポーツ賞を受賞した古川さん（右）

令和元年深浦町文化賞及びスポーツ賞表彰式が2月6日、町民文化ホールで開催され、文化・スポーツの各種大会で優れた成績を挙げた個人23人と3団体に、表彰状と記念品が贈られました。

式典では、吉田町長が「たゆまぬ努力と鍛錬を重ね、深浦町の名声を高める活躍をしてくれた。指導者の方々、支えてくれる家族、そして地域の人々への感謝を忘れず、ますますご活躍されるようお願いしています」とあいさつ。

その後、スポーツ賞を受賞した伊藤史央さん（大戸瀬中2年）が、「監督やコーチ、家族に感謝し、今後も故郷深浦のために頑張りたい」と、感謝のこたえを述べました。

個人、団体ともに県内だけでなく、全国や東北規模での活躍が光る表彰式となりました。子どもから大人まで、今後も多方面での活躍が期待されます。

文化賞

山田 律子（無職 7区）
川柳 川柳信濃川主催第15回新春誌上大会 第2位

特別スポーツ賞

古川 海（大戸瀬中1年 関）
日本リトルシニア第10回林和男旗杯国際野球大会兼東北連盟創立45周年記念全国選抜野球大会 第3位

スポーツ賞

西つがる中学校選抜野球チーム
大谷聖夏、小山内好輝、西崎尊人、吉井瑛星
令和元年度青森県中学校選抜交流大会 優勝

伊藤 史央（大戸瀬中2年 北金ヶ沢2区）
令和元年度第29回青森県中学校新人陸上競技選手権大会 男子2年800m第1位

堀内丈一郎（五所川原第一高2年 関）
令和元年度秋季青森県高等学校軟式野球選手権大会兼第31回秋季東北地区高等学校軟式野球大会青森県予選会 第1位

成田 健登（会社員 12区）
第74回市町村対抗青森県民体育大会 町村の部男子30歳未満 50m背泳ぎ

第1位 50mバタフライ 第1位
岩根 麻羽（深浦中2年 追良瀬）
第44回青森県スポーツ少年団フェスティバル卓球競技大会 女子個人戦 第1位

工藤 怜奈（五所川原高2年 北金ヶ沢3区）
令和元年度青森県高体連空手道専門部秋季大会 女子個人 形競技第1位

山本 光美（八戸学院大4年 風合瀬）
第72回東北学生陸上競技対校選手権大会円盤投げ 第2位

齊藤 唯香（深浦小講師 北金ヶ沢1区）
第74回市町村対抗青森県民体育大会 町村の部女子A 100m 第1位

山本 千愛（保育士 風合瀬）
第74回市町村対抗青森県民体育大会 町村の部女子30歳以上 50m平泳ぎ 第1位

50m自由形 第1位

スポーツ奨励賞

深浦町体育協会相撲部

山崎峰雄、山崎裕介、藤田宗希、七戸達也、山崎勇志、小島久和、長谷川湧哉、山崎勇真

第74回市町村対抗青森県民体育大会 町村の部 第3位

深浦町体育協会ゲートボール部

蒲田正則、本田昭雄、会津正彦、嶋川勝治、七戸吉三、加藤昭一、



受賞者の皆さん

小松セツ、山本ミワ子

第74回市町村対抗青森県民体育大会
町部の部 第3位

今 祐真（深浦中2年 崎の町）

県民共済杯第28回日本空手協会青森
県空手道選手権大会 中学2年男子
形の部 第3位

阿部 慈晃（大戸瀬中2年 柳田）

第44回青森県スポーツ少年団フェス
ティバル卓球競技会 男子個人戦
第2位

熊谷 颯太（深浦中3年 横磯）

第44回青森県スポーツ少年団フェス
ティバル卓球競技会 男子個人戦
第3位

工藤 碧流（大戸瀬中3年 北金ヶ
沢3区）

県民共済杯第28回日本空手協会青森
県空手選手権大会 中学3年男子
形個人 第3位

齊藤 涼太（齊敏機械ヤンマーディ
ーゼル 北金ヶ沢1区）

第74回市町村対抗青森県民体育 町
部の部男子A 400m 第2位
1500m 第2位

兼平 杏（大戸瀬中2年 田野
沢）

第44回青森県スポーツ少年団フェス
ティバル卓球競技会 女子個人戦
第3位

小島 千奈（五所川原工業高3年
関）

令和元年度青森県春季陸上競技選手
権大会 女子ハンマー投げ 第3位

ジュニアスポーツ賞

工藤 至流（修道小4年 北金ヶ
沢3区）

県民共済杯第28回日本空手協会青森
県空手道選手権大会 錬成平安 小
学2部 形 優勝

三浦 佑月（いわさき小5年 岩崎
下）

第16回全国ホープス選抜卓球大会県
予選 4年生女子の部 優勝

ジュニアスポーツ奨励賞

大川 智生（修道小3年 北金ヶ沢
2区）

第11回西北五春季陸上競技選手権大
会 3年男子 100m 第3位

鈴木直太郎（深浦小6年 3区）

第12回西北五小学生秋季陸上競技選
手権大会 共通男子1500m 第
1位

大谷明日華（いわさき小2年 沢
辺）

全農杯2019年全国日本卓球選手権
大会青森県予選 バンビの部 女子
シングルス 第3位

日沼 舞矢（いわさき小2年 岩崎
上）

全農杯2019年全国日本卓球選手権
大会青森県予選 バンビの部 女子
シングルス 第3位

(株)ふかうら開発、経営健全化を期す

～抜本的改革プラン2019の概要～

(株)ふかうら開発は、平成元年10月に町及び民間資金によって設立されました。

以来、深浦町の魅力を県内外に広く発信することで地域産業の活性化と若者定住の促進に努め、平成4年度から14年度まで海中探勝遊覧船「ミエールふかうら」を運行し（平成15年4月廃止）、平成7年度からはウェスパ樺山の管理運営、さらには、つつるわかめを開発して全国販売するなど、当町における観光産業を牽引してきました。

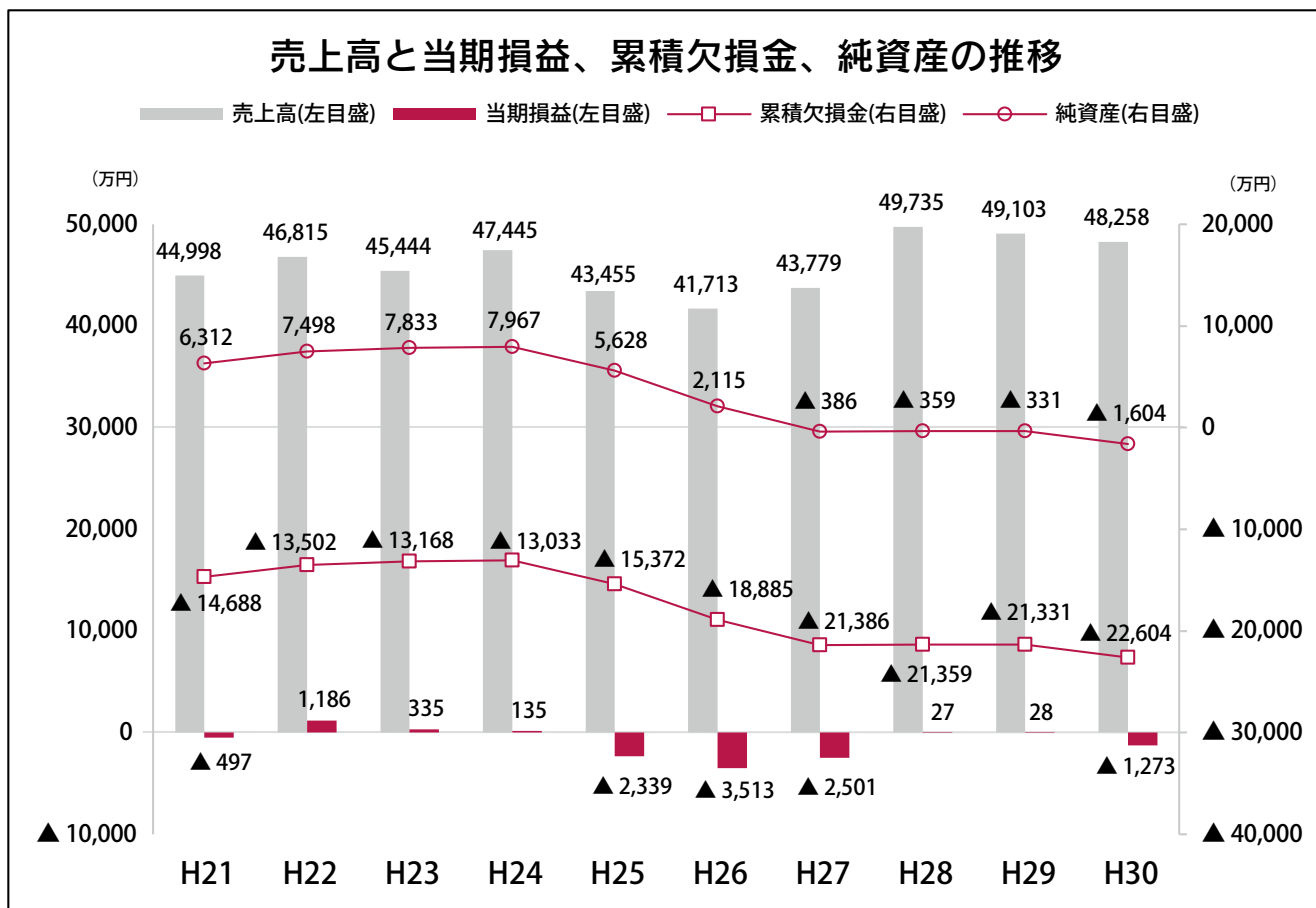
しかしながら、ここ数年は全国各地で発生する自然災害が影響して売上が減少傾向にあり、経費削減に努めているものの厳しい経営状況が続いています。

総務省は、地方公共団体に相当程度の財政的なリスクが存在する第三セクター等において経営が著しく悪化している場合は、抜本的改革を含む経営健全化に速やかに取り組むよう要請しており、このような国の指導や第三セクターとしての責務を果たすため、このたび、(株)ふかうら開発経営会議において経営健全化に向けた抜本的改革プラン（改革期間2019～2025）を策定しましたので、その概要をお知らせします。

1 (株)ふかうら開発の現状

つつるわかめがメディアで取り上げられた平成22～24年度は、売上が大きく向上して黒字決算となりましたが、その後は売上の減少により赤字決算が続き、平成27年度決算において債務超過となりました。

平成28年度からは、スクールバスや診療所バスの運行委託により当期利益を計上して若干の改善を見せたものの、平成30年度決算では1,273万円の当期損失を計上し、債務超過額は1,604万円、累積欠損金は22,604万円となっています。



2 経営健全化に向けた取組み

経費削減と営業強化に引き続き努めるとともに、本改革プランにおいては、経営健全化に向けた次の7つの取組みを実施します。

	取組内容	実施時期	取組効果
1	減資（資本金を65%減少）	令和2年3月	累積欠損金の圧縮と節税
2	運転資金を町から貸付（30,000千円）	令和2年3月	財務基盤の安定化
3	水産加工岩崎工場の閉鎖	令和2年3月	経営改善
4	楽天市場「ふかうら本舗」の閉鎖	令和2年3月	経営改善
5	まるはまらあめんの営業継続の検討	令和2年5月	経営改善
6	ガラス工房の電気代を町が半額相当負担	令和2年4月～	経営改善
7	ウェスパ椿山のコンセプト変更	令和2年～3年	売上向上

（株）ふかうら開発は資本金が210,000千円であるため大企業に分類され、経営状況が厳しい中であっても大企業と同様の法人事業税（外形標準課税）を納付しています。このため、会社の実態に即した資本金に減少することで節税を図るとともに、その補填によって累積欠損金を圧縮し資本構成を改善させます。さらに、町からの貸付金によって財務基盤の安定化を図ります。

また、不採算部門となっている「水産加工岩崎工場」と楽天市場「ふかうら本舗」は閉鎖します。

海の駅まるごと市場内にオープンした「まるはまらあめん」については、町中心部の賑わいの創出効果と営業損益の状況を確認しながら、営業継続の不可を判断していきます。

ウェスパ椿山のガラス工房は、当初の計画通りに風力発電による電気溶解炉を稼働させることができず、電気代が重荷となっているため閉鎖を検討しましたが、ガラス製品の取引が増加傾向にあること、及び施設閉鎖が町全体への観光誘客に悪影響を及ぼす懸念があることから、電気代の半額相当を町が負担することで2022年度までに施設単独での黒字化を目指します。

このうえで、オープンから20年以上経ったウェスパ椿山は、新たな視点によるコンセプト変更を行いながらブランドの再構築を図り売上向上に努めます。

3 抜本的改革プランの進捗管理と今後の取組

本改革プランの進捗は、今後も（株）ふかうら開発経営会議において管理していきます。

また、2020～2022年度を改革前期（重点期間）、2023～2025年度を改革後期と位置付け、前期においてガラス工房及び水産加工深浦工場の黒字化が困難と判断される場合は、当該事業の廃止を含めた更なる経営改革（経営資源の集中化による業績向上）に努めていきます。

地域経済が低迷し、人口減少が著しい中であって、第三セクターである（株）ふかうら開発が地域で果たす役割は依然として大きいことから、改革プランに則り、町と会社が一丸となって経営健全化に不断の努力をしてまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。



観光産業を牽引する「ウェスパ椿山」



黒字化を目指すガラス工房「HOO(フー)」

ふかうら雪人参を使った

料理講習会

深浦町の特産品「ふかうら雪人参」を使った料理講習会が2月18日、深浦公民館で開催されました。

講師は現在もプロの料理人として活躍している井上遊太シェフ。井上シェフは、フランス料理やイタリア料理を学び、ミラノではトップシェフとして世界中の人々の舌をうならせてきました。現在は自分で作った「味噌」をメインとした料理を手掛け、鎌倉などにレストランを構えている凄腕の持ち主です。

メインとなる「ふかうら雪人参」と、井上シェフが作

った「味噌」がコラボし、主役をさらに美味しくいただけるメニューを20人の参加者とともに作りました。作業中は料理に関する悩みや質問など、井上シェフに聞いてもらい、和気あいあいとした講習会となりました。

今回作ったメニューは「ふかうら雪人参味噌チキンカレー」「ふかうら雪人参の味噌バター焼き」「ふかうら雪人参りんごジュース」。ふかうら雪人参の甘さが引き立つメニューばかりで、参加者も舌鼓をうっていました。

レシピを大公開！

(1)ふかうら雪人参味噌チキンカレー(4人分)

材料:鶏もも肉(400g)、人参【カレールー用】(70g)、人参【具材用】(70g)、玉ねぎ(50g)、トマトダイス缶(240g)、カレー粉(7g)、ガーリックパウダー(2g)、塩(6g)、生クリーム(150ml)、水(100ml)、味噌(小さじ2杯)、三温糖(適量)

- ①材料をカットする。鶏もも肉を8分の1にカットする。人参、玉ねぎはみじん切りにする。
- ②鍋にサラダ油をひいて鶏肉、人参、玉ねぎを炒める。塩とガーリックパウダーを入れてなじんだらカレー粉を入れてなじませる。
- ③具材が混ざったら、トマト缶を入れて水、塩、味噌を入れて2時間くらい煮込む。
- ④鶏もも肉が柔らかくなったら、仕上げに濃度を確認して、生クリームと三温糖で味を決めて完成。



(2)ふかうら雪人参の味噌バター焼き

材料:人参(300g)、無塩バター(100g)、味噌(34g)、ネギ(10g)、ガーリックパウダー(2g)、黒コショウ(2g)

- ①人参をイチョウ切りにカットする。
- ②人参を茹でて、竹串がスッと入るくらい茹でる。
- ③フライパンにバター、味噌、ネギ、ガーリックパウダー、黒コショウを入れてソースを作る。
- ④人参と和えてからめて完成。



(3)ふかうら雪人参とリンゴのジュース

材料:人参(120g)、りんご(280g)、はちみつ(30g)

- ①材料をミキサーに回す。しっかり攪拌する。
- ②グラスに注いで完成。



岩谷 勇さん（岩崎下） 津軽民謡で66代王座に輝く



岩谷勇さん（岩崎下）が、2月16日に（リンクステーションホール青森）で行われた津軽民謡青森県大会において、見事66代王座に輝き、町長へ報告に訪れました。

津軽民謡は、民謡の中でも最も難しく歌いきるのにもかなりの体力を使います。今年で78歳という岩谷さんは、日頃のトレーニングや体調管理を徹底し、老若男女が参加する民謡大会へエントリー。有力な歌い手をおさえ、見事グランプリに輝きました。今回、66代王座に輝いた岩谷さんにお話を伺いました。

—78歳で王座。何か秘訣は？—

早起きをし、散歩しながら西海岸の空気を吸う。そしてふかうら雪人参、リンゴ、キャベツ、ピーマン、玉ねぎ、トマトをミキサーで攪拌したオリジナルの野菜ジュースを自分で作り、毎朝飲んでいる。そのおかげで6、7年風邪もひいていない。

—王座に輝いたとき、どのような心境だったか—

前回、全国の民謡大会でもグランプリを取ったことがあるが、青森県の1番は全国よりも嬉しい。なぜなら、津軽民謡はとても難しく、青森県はその中でもトップレベル。若い人たちや実

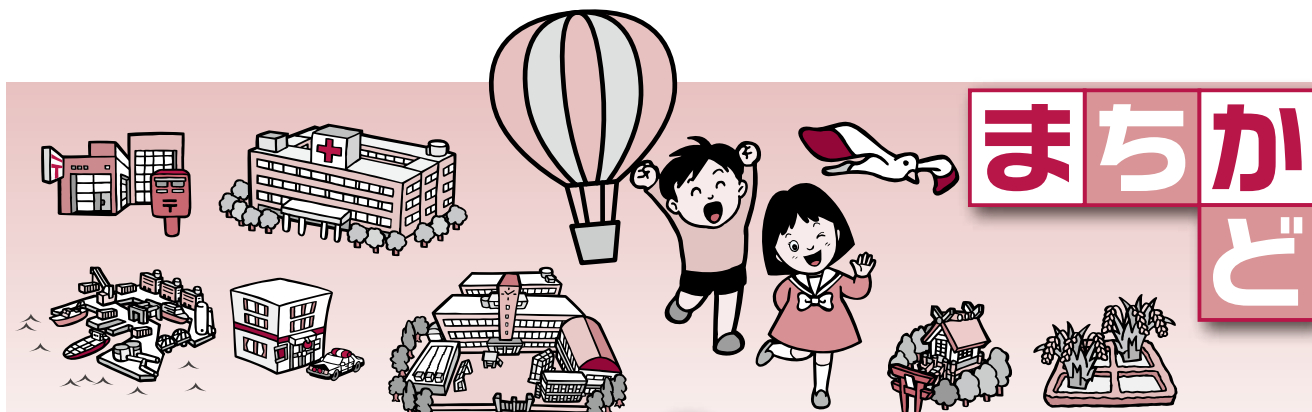
力者をおさえての王座は本当に嬉しかった。目が潤んでしまった。

また、この舞台に立てたこと、最高の尺八奏者との共演もでき、ずっとやってきてよかったと思う。

—これからの抱負は—

王座に選ばれ、みんなに祝福されてとても嬉しかった。町のイベント等でぜひ町民の皆さんに聞いてもらいたい。これからも若い者にも負けず、深浦町の認知向上のためにも歌い続けたい。





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

深浦町小学校卓球大会新人戦

2月1日、町民体育館で深浦町小学校卓球大会新人戦が開催され、町内の小学生16人の選手が参加して熱戦が繰り広げられました。

各種目の結果は次のとおり。

【4・5年男女の部】

準決勝 三浦 佑月(白神ジュニア) 3-0 佐藤 昂誠(修道卓球クラブ)
準決勝 舘口 凜(深浦卓球クラブ) 3-2 西崎 栞望(深浦卓球クラブ)
決勝 三浦 佑月(白神ジュニア) 3-0 舘口 凜(深浦卓球クラブ)

【3年以下男女の部】

準決勝 日沼 舞矢(白神ジュニア) 3-0 吉田 圭希(深浦卓球クラブ)
準決勝 大谷明日華(白神ジュニア) 3-2 舘口 佑生(深浦卓球クラブ)
決勝 日沼 舞矢(白神ジュニア) 3-0 大谷明日華(白神ジュニア)



※写真左から、
前列(2・3年以下男女の部)舘口さん、吉田さん、大谷さん、日沼さん
後列(4・5年男女の部)佐藤さん、西崎さん、舘口さん、三浦さん



こころとからだを健康に！

「しらかみヘルスアップセミナー」がアオーネ白神十二湖で開催されました。

セミナーは健康推進課とアオーネ白神十二湖が共催したもので、健康ワークショップ(下肢筋力チェック・骨密度測定)、ヨガ、ハーブティーの試飲、アロマオイルを使用したフットバス体験、セルフフットケアなどの充実したメニューで、こころとからだのメンテナンスに取り組みました。

※健康推進課では、住民の皆さんから「友達同士で集まるので運動を教えてほしい」「地区の集まりで健康に関する講話や運動指導してくれる先生を紹介してほしい」などのご要望があれば、できる限り対応しております。お気軽にご相談ください。



楽しい1日を過ごしませんか？

- ガラス製作体験
- モノレール乗車体験
- お食事パーティ

2020. 3.28 SAT

13:30 - 18:00

【場所】ウェスパ椿山
【料金】男女共通 3,000円
お子様無料
【募集】男女各8名
シングルパパ・ママ大歓迎！
お子様と一緒に参加できます！

参加条件
20～45歳までの独身男女
一緒に参加できるお子様は
小学生以下なら何人でも大歓迎！

女性特典
送迎バス(無料)
鯉ヶ沢駅発(途中乗降可)
コテージ宿泊(無料)(朝食付)
※男性の宿泊は朝食付3,000円(税別)

問合せ先 ウェスパ椿山(担当:小野)

TEL 0173-75-2261 FAX 0173-75-2812 HP <http://www.wespa.jp/>

息ぴったりの演技にうっとり

町連合婦人会主催の芸能発表会が2月16日、フィットネスプラザゆとりで行われ、約200人の観衆が踊りや歌を楽しみました。

2/16

9回目を迎えた芸能発表会は深浦、大戸瀬、岩崎の支部に分かれ、踊りやカラオケなど28演目を披露しました。

色鮮やかな衣装でのコミカルな踊りや艶やかな着物を着た新舞踊など多種多様な芸で会場を沸かせていました。

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。



「魔法のパン屋さん」の開店です！

青森朝日放送の番組企画「夢はここからプロジェクト」で深浦小5年の江村日瑚さんが、自分で作ったパンを海の駅ふかうら「深浦まるごと市場」で販売しました。

2/23

きっかけは、「魔法のパン屋さんを開店したい」という夢の作文を青森朝日放送社へ送ったこと。江村さんは今年の2月に東京でシェフパティシエの成田一世氏（むつ市出身）にパン作りを教わりました。

当日は販売開始前から多くの方が並び、販売開始と同時に次々と江村さんの手作りパンが購入されていき、なんと20分程で完売。江村さんは夢に一步近づきました。

この番組企画は、3月28日（土）13時から青森朝日放送で放送されます。

兼平さん、100歳を迎える

兼平さきさんは1920年（大正9年）、鰺ヶ沢町大字種里生まれ。たくさんのお孫も、孫、ひ孫に恵まれました。

2/25

兼平さんは、これまでの思い出について、夫婦で沖縄旅行に行ったことが印象に残っているとのこと、くよくよしないことが長生きの秘訣だそうです。

元気な兼平さんは、近所の皆さんと一緒にお茶を飲むことが楽しみだそうです。

この日100歳を迎えた兼平さんは、子どもや孫たちに囲まれ、とても嬉しそうな顔をしていました。



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。

霊安室（兼 家族葬スペース）完備

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。

厚生労働省認定

1級葬祭ディレクター在籍店



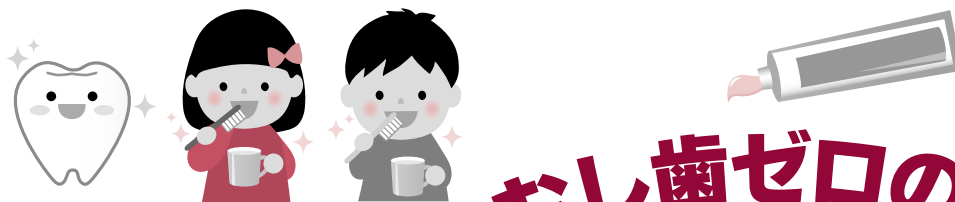
株式会社 深浦葬祭

Fukaura Funeral Service

電話 (74) 4536

従業員
募集申

FAX: 74-4546



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



今 祐亜くん
(崎の町)



徳田 風之心くん
(岩崎上)



小山内 昊汰くん
(3 区)



笹森 翔斗くん
(沢 辺)



荒川 恵一くん
(広 戸)



長坂 優徳くん
(崎の町)



舩谷 六花さん
(北金1区)



坂本 蒼斗くん
(川原町)



福沢 歩音くん
(3 区)



山崎 譲希くん
(北金1区)

むし歯予防の豆知識



むし歯を作る原因の一つである歯垢は、食事の後の食べかすのことではなくネバネバと歯にくっついた細菌の塊です。歯垢1mg中には約600種類の細菌が約1～2億個以上も住み着いています。

歯垢は、白色または黄白色をしており、歯の表面にしっかりと付着していて強くうがいしても落ちません。食事をしたあと歯をみがかずそのままにしていると、8時間ほどで歯垢が作られます。歯垢をそのままにしているとむし歯の原因菌が食物や飲み物の中の糖分を栄養としてどんどん増え、歯の表面を溶かしてむし歯をつくります。

食べた歯をみがく歯みがき習慣をつけて、仕上げみがきできちゃんと歯垢を取り除きましょう。ぶくぶくうがいができるようになったお子さんには、フッ化物入りの歯みがき剤を使用し歯をみがき、歯の質を強くすることがむし歯予防にとても効果的です。もちろんアメやチョコレートなどの甘い食べ物を控えることも大事です。

町村合併15周年記念誌「(仮)深浦のあゆみ」特別コラム

来年度末に刊行を予定している15周年記念誌の編集・執筆を担当くださる編集委員の皆さんに、コラムを掲載いただいております。

～大間越の二宮金次郎像～

深浦のあゆみ編集委員会 委員 高瀬 雅弘

本年1月号で紹介された大間越関所跡のほど近く、日本海を望める一角に、二宮金次郎像が建っています。子どもらしいふっくらとした頬とは対照的に、真摯なまなざしで左手の本を見つめています。近年、教育現場では再び二宮金次郎にスポットが当てられ、昨年には県内で映画の上映もありました。そしてこの銅像は、かつてここに学校があったことを物語っています。

大間越地区に学校が設置されたのは、1875（明治8）年3月のことです。近世にこの場所に置かれていた御飯屋（藩主の領内巡見の際の宿泊所）跡の建物を校舎として、大間越小学が発足しました。1911（明治44）年4月、黒崎小学校の大間越分教場（1年から4年生までが通う）となった後、1951（昭和26）年4月に大間越小学校として独立昇格しました。

金次郎像の台座には、「孝」の文字があり、背後には「皇紀二千六百年爲記念建之 昭和十五年四月大間越青年團」と刻まれています。「皇紀二千六百年」を記念した金次郎像建立は、全国的なブームでした。建立したのは、分教場を総会の会場などに利用していた地域の青年団です。小さな分教場に立派な金次郎像を建立してしまうあたり、当時の大間越の青年たちの意気込みや存在の大きさがわかります。

独立昇格の際、敷地内に津梅図書館も設置され、3,500冊の蔵書が地域の人々に供されました。学校と地域の結びつきの強さは、金次郎像移設の際、多くの人々が集まって作業する写真からも伝わってきます。

昭和30年代には150人近い児童が在籍していた大間越小学校も、40年代に入るとその数は急減し、1972（昭和47）年3月、黒崎小学校と合併して岩崎南小学校となり、100年近い歴史に幕を下ろします。岩崎南小学校も、2004（平成16）年4月に岩崎小学校と合併し、いわさき小学校となって今日に至ります。30年代には分校を含めて20校あった深浦町地域の小学校は、現在3校にまで減少しています。少子化によって学校は全国的にその数を減らしていますが、深浦町内では跡地に新たな役割が与えられるケースも見られます。2011（平成23）年1月、大間越地区コミュニティセンターが、従来の建物に代わって新築されました。この場所は、学校が失われたのちも、地域社会の中心であり続けているのです。

敷地には金次郎像だけでなく、学校時代の門柱の1本（「昇格記念 津梅図書館」という文字が読めます）が残り、反対側のコミュニティセンターの看板の足元には、「岩崎村立 大間越小学校」の表札が埋め込まれています。地区の皆さんが、学校の記憶をととても大切にされていることがよくわかります。30年あまりの間、毎年3月には巣立っていく子どもたちを見送ってきた金次郎像は、今もなお学校時代の思い出を静かに語っています。こうした場所やモノに込められた皆さんの学びや暮らしの記憶をお寄せいただければ幸いです。（弘前大学教育学部教授）



写真1 二宮金次郎像の移設作業（昭和40年代）＝深浦町教育委員会所蔵



写真2 現在の大間越小学校跡 金次郎像と門柱、そして立派な松の木が往時の記憶を伝える
(2019（令和元）年11月撮影)

「熱のこもった話」

深浦診療所 所長 吉岡 秀 樹



まずは、前回、字数の関係で書ききれなかったアルコール消毒液を使った予防方法の注意点について補足します。

高濃度のアルコール消毒液は、床のフローリングの表面を変色させてしまいます。床などの広い範囲の消毒には、ハイターやミルトンなどの次亜塩素酸を使用します。ただし、次亜塩素酸の希釈液は作り置きをしておくと揮発してしまいますので、使用する直前に必要な分だけ希釈液を作るのが原則です。

余談ながら、次亜塩素酸は、下痢を起こすノロウイルスの拡散予防の消毒に使用します。ノロウイルス、ロタウイルスといった下痢を起こすようなウイルスは普通のアルコールに対して抵抗力を持っているからです。

さて、本題に入ります。

風邪をひいても、インフルエンザになっても、新型コロナウイルスに感染しても、程度の差はありますが「発熱」します。

身体に菌やウイルスが入り込むとなぜ熱が出るのでしょうか？

熱は、菌やウイルスが出しているのではなくて、身体自身が出しているものです。身体に入り込んだ菌やウイルスを身体から排除するためには白血球が動員されます。ある程度高い熱にあるほうが白血球の働きが活発になりますので、身体の体温中枢が命令して身体に体温をあげて発熱状態にします。それが「発熱」です。

「発熱」は、身体を守るための防御反応の一つというわけです。

同様に、鼻水や咳はどうして起きるのでしょうか？

気管支や咽頭、喉頭などに菌やウイルスが入り込んでくると、身体は分泌物を出してそれらを体外に出そうとします。さらに身体の白血球が動員されて、入り込んだ菌やウイルスと闘います。

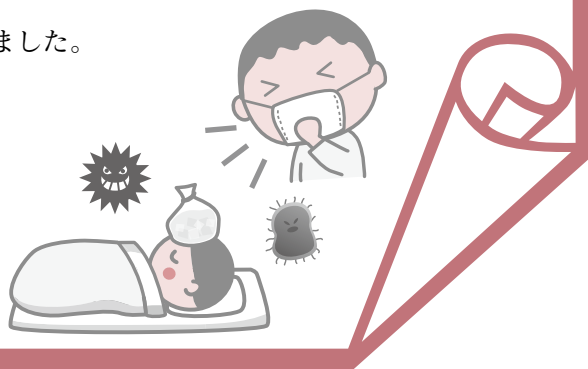
生きた菌やウイルス、そして、白血球が殺した菌やウイルス、身体が出した分泌物、それらが混ざったものが、痰や鼻水になって、咳やくしゃみとともに外に出ます。

このような症状がある人にはマスクをさせて病原体をまき散らせないようにする必要があります。症状がない人がマスクをしても意味がありません。

発熱や咳や鼻水は身体の防御反応であるという話をしました。

安易に「解熱剤」で、熱を下げてしまったり、鼻炎薬や鎮咳薬で咳や鼻水を止めてしまうと、かえって治りを遅らせてしまったり、重症化させてしまう可能性があります。

新型コロナやインフルエンザに限らず、普通の風邪でも、何らかの症状がある人は誰でも簡単に仕事や学校を休めるような社会にならなければ感染症の流行は無くなりません。



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/>

たけくま動物病院

検索

◎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	○	○	休診	○	○	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。

30分前までです
受付時間は終了

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





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

原 信 哉 先生
はら眼科 院長



大切にしたい子供の眼

もう少しで春を迎え、春から保育園、幼稚園、小中学校に入学する子供達がたくさんいると思います。その前に眼科での健診は受けましたか？いうまでもなく、日常生活で“見える”ということは非常に大切です。今回は子供の視力について述べたいと思います。

図1の通り、生まれたての赤ちゃんはほとんど見えません。3歳頃までに視力は急速に発達し、小学校入学までには1.0まで見えるようになります。しかし、この過程でしっかり光の刺激が眼の奥にある神経(網膜と言います)に届かないと、視力が発達しないままとなってしまうことがあります。これを弱視といいます。視力の発達する期間(感受性期間)を過ぎてから発見しても、治療することができないため、子供の視力障害はなるべく早期に発見することが非常に重要です。そのために大切なのが3歳児健診です。

視力が発達せず、弱視になってしまう理由は大きく2つあります。一つは光が通る部分に異常がある場合、もう一つは強い屈折異常がある場合です。

(1) 光が通る部分に異常がある場合

光は角膜、水晶体、硝子体と呼ばれる部分を通して眼の奥にある神経(網膜)に届きます。この途中に異常があるとうまく網膜に光が到達しないため、弱視となる可能性があります。

(2) 強い屈折異常がある場合

図2のように、生下時より幼少期は遠視・遠視性乱視(遠視+乱視)が多く見られます。小児は大人よりもずっ

と強い調節力を持っているため、多少の遠視は問題ありませんが、遠視が非常に強くなると、ぼんやりしかみえないため弱視になってしまうことがあります。加えて、過剰な調節により斜視を引き起こすこともあります。近視の場合は、近くのもののはっきり見えるため、弱視にはなりにくいですが、遠くが見えない状態はますます近視を進行させることも可能性があります。以上のことから、小さなお子さんであっても、強い屈折異常がある場合には眼鏡が必要になることがあります。少し不便を強いることにはなりますが、将来にわたって少しでもいい視力を残して上げるためには重要なことです。

子供達は、視力が悪くても慣れてしまうことも多く、自分の目に異常があることをうまく周囲に発信できず、異常を発見するのが遅れてしまうことがあります。3歳児健診ではお家で視力を測ってもらいます。嫌がってうまくできないこともあると思いますが、繰り返ししっかり測定してあげてください。また、健診前であっても、左右の視線がずれている、首を傾けてものを見る、片眼を隠すと嫌がる、瞳孔(瞳の部分)が白いなどの症状がある場合は、ぜひ眼科で診察を受けてください。

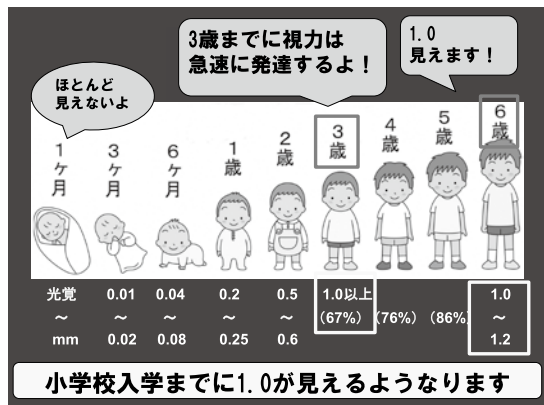
家族みんなで下記に注意して眼に負担をかけない生活を心がけましょう。

○正しい姿勢で読書や勉強をする

○本との距離は30cm以上離す

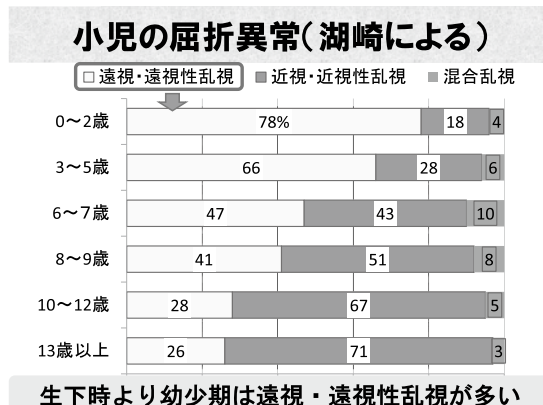
○スマホやゲーム、パソコンは30分やったら必ず眼を休める

図1) 視力の発達



大山信郎('50)、湖崎 克('66)

図2) 小児の屈折異常



単位(%)



深校だより

1年次「総合的な探究の時間」課題研究に係る意見交換会

1月28日(火)、地域が抱える課題についてこの探究を通して課題解決能力を身につけるために、1年次生が深浦町の行政に携わる町職員と意見交換を行いました。各自が取り組んでいる課題研究について考えを整理して、町職員の方にわかりやすく伝えることはとても大変だったようです。また、深浦町が抱える課題解決のために、自分たちの見えないところで町職員の方々が奮闘していると知り、簡単には解決できない深浦町の課題の難しさを感じたようです。



【感想】

・イベントを企画、運営するにはたくさんの企業や人が関わっていること知り驚きました。また、課題を解決するためには様々なことに挑戦しなければならぬという言葉が印象的でした。
 ・インターネットでは知ることができなかった情報を得ることができました。それと同時に新たな疑問点も出てきました。まずはたくさんの人たちに町の取り組みを知ってもらうために、ちよつとしたことでも発信していくことが大切だと感じました。

【坂崎 優杏】

3年次 卒業に向けて

3年次では2月12日(水)、19日(水)にそれぞれ「年金講座」、「租税教室」を実施しました。「年金講座」には弘前年金事務所から、「租税教室」には青森税務署から外部講師を招いて、社会人としてこれ

から必要になる年金と納税についてお話をしてもらいました。以下は参加者3年次生の感想です。卒業後は就職する者と進学する者それぞれの道を歩んでいきますが、これからの生活をイメージしながら目を傾けていたのではないかと思っています。

【年金講座】

・年金についてテレビで聞いたことはあったけれど、詳しく理解していませんでした。私は進学しますが、猶予の手続きが毎年あるので忘れずに行わなければならないと思いました。
 ・年金にも様々な種類があると知り驚きました。将来何かあったときのために会社からもらえる給料から毎月天引きされると知り安心しました。



【租税教室】
 ・消費税や住民税については知っていましたが、車を所有しても税金がかかるということを知りませんでした。社会人として生きていくためにはたくさんの税金を払わなければならない、大変だなと感じました。

【七戸 香純】

・税には様々な種類があり、日本ではほぼ平等に徴収され、様々な事情に応じて控除してもらえするなど詳しい仕組みが分かりました。
 【前田 一輝】
 【小野琳々香】

【3・4月の行事予定】

3月19日(木) 再募集学力検査日
 23日(月) 1年次総合的な探究の時間校内発表会(2、3校時)
 24日(火) 入学予定者説明会(午後)
 25日(水) 修了式・離任式
 26日(木) 年度末休業
 4月8日(水) 新任式・入学式
 9日(木) 始業式・対面式

校閲ガールの Delicious time

おいしい時間

第19回

このコーナーは、女性広報担当者が気になっているグルメを美味しく可愛く紹介していくコーナーです。

●月替りおすすめランチ 春の籠膳 ￥1,650(税込)

今回は、岩崎にあるアオーネ白神十二湖の「アカシヨウビン」にお邪魔しました。

月替りで提供しているランチメニューは、とにかく華やかで女性が好きそうなメニュー。でも、ボリュームで男性もガッツリと食べられます。

3月のメニューは、旬の春野菜をいち早く取り入れた和御膳。フキノトウの天ぷらや、菜の花の辛し和え、メインには、豚肉と春野菜の蒸ししゃぶといった色鮮やかでほろ苦い春の味を堪能できます。また、今の時期に獲れた魚はほど良い味付けで焼魚にされ、若布ごはんとは相性はバツグン。メインの豚しゃぶは、2種類のつけダレがあるので、好みの味で春野菜の甘みを感じてください。

春の味覚をたっぷり堪能したところで、なんと春の特製デザート付き！梅のバリブレスト(シユークリーム)と梅のアイスクリーム。そしてホットコーヒ。バリブレストを一口食べると、サクサク生地に、カスタードクリームと梅の甘酸っぱさ広がり、出会いや別れの



アパート入居者募集!!

①ハウス飛浪 F(2階)

3月より入居可能

住所：大字広戸字家野上101-195
 間取：木造2階建 2LDK
 設備：冷暖エアコン・FFストーブ
 家賃：月額 42,000円

②東ハイツ A-2

4月より入居可能

住所：大字広戸字家野上101-221
 間取：2階建 1階-1LDK 2階-8帖・6帖
 設備：冷暖エアコン・FFストーブ
 家賃：月額 38,000円

問合せ先 宮本アパート 代表 宮本京子

TEL 74-3117 携帯 080-5554-5559 大字深浦字浜町285-1

◆店舗情報

アオーネ白神十二湖 カジユ
 アルレストラン アカシヨウビン
 深浦町大字松神字下浜松14
 TEL 77-33311
 営業時間 11時~14時30分、
 18時~20時30分
 ※季節により変動あり

多い春にぴったりの味だなと感じました。そんな甘酸っぱい思い出を振り返りながら、最後まで春を味わうことができました。
 卒業祝いや、合格祝い、女子会にもおすすめのランチメニュー。大切な人と一緒に春を堪能しませんか？美味しい時間をありがとうございます！
 ※ランチは月替りで提供しています。

編・集・後・記

新型コロナウイルスの影響で、各学校も休校となり、日常生活にかなりの支障をきたしています。そして、マスクやトイレットペーパーなどの生活用品も品薄になり、不測の事態…。

私は今まで土日はバスケットボールの審判活動等をしてきました

が、大会や練習試合も中止になり、Bリーグも中止や延期になったりと、現在はバスケットボールから離れた生活をしています。最近はアニメのスラムダンクを久しぶりに観て楽しんでいます。でも「早くバスケットがしたいです…」

町民文芸

短歌

地吹雪の日々忘れずに如月の

寒の戻りに春思う朝

増 富 今日子

新キャベツばっさり切れば中ほどに

吐息のような水滴ひかる

寺 沢 美千子

「福は内」「鬼も内」とて豆を撒く

心入れ替う節分の夜

佐 藤 宏子

冬風に鴨の群浮き五線譜の

ドレミのごとく奏でる調べ

松 浄

猛吹雪校門前に三つ四つの

動かぬかたまり一年生の群

近 藤 月子

戸籍の窓

令和2年1月21日〜令和2年2月20日までの戸籍届出



結婚おめでとう

川 阪 大志(風合瀬)
口 崎 莉沙(弘前市)



おぐやみ申し上げます



深浦町の人口と世帯

《2月末日現在》()内は前月比

男 …… 3,762人 (-12)

女 …… 4,215人 (-16)

計 …… 7,977人 (-28)

世帯数 3,723世帯 (-9)

深浦町の総面積 488.90km²

白 丸 岩 藤 民 大 鎌 山 山 竹 工 富	取 山 森 田 谷 船 田 本 本 越 藤 樫	ア 要 ミ 喜 ム ツ エ モ 繁 み 松 廣 き い	イ 一 ツ 一 郎 ム ヨ 作 系 治 昭 み つ	(92) (92) (80) (87) (78) (88) (81) (92) (83) (78) (94) (95)	岩 岩 沢 岩 北 晴 広 12 12 崎 の 5 横	崎 崎 辺 坂 金 山 戸 区 区 町 区 磯	上 上 上 上 3 区 山 区 区 町 区 磯
-------------------------	-------------------------	-----------------------------	---------------------------	---	-----------------------------	-------------------------	-------------------------



ちびっこ チャンピオン

「おおきくなりました
“1/ズムにのって Let's GO!”」

青い鳥保育園のなかよしたち

(左から)

いわむら さ と かさん (6さい)
こだま れ い なさん (5さい)
お の ゆ い かさん (4さい)
あ べ ことひこくん (4さい)
くまがい り の んさん (5さい)
くしびき に なさん (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
をご紹介します。



★このコーナーでは、誕生日を迎えたちびっこ達をご紹介します★

4月生まれのお子さんの写真を募集します！

- ◆対象◆令和2年4月に1～5歳の誕生日を迎える町内在住の子
- ◆掲載内容◆子供の写真、氏名（ふりがな）、住所（地区のみ）、生年月日、お子さんに一言メッセージ（【例】「元気に育ってね！」など）
- ◆応募方法◆
郵送または持参の場合：プリントした子供の写真1枚に①子供の氏名（ふりがな）②生年月日③性別④住所⑤保護者名（広報には掲載しません）⑥電話番号⑦お子さんに一言メッセージを記入したものを添えてください。
メールの場合：件名に「こんなに元気です」と記入し、本文に上記①～⑦を記入のうえ、写真データを添付して送信してください。
- ◆応募締切◆今月の末日。

☐ 問合せ先

〒038-2324 大字深浦字苗代沢84-2 総合戦略課企画調整係
TEL 74-2122 (直通) ✉kouhou@town.fukaura.lg.jp



平山 采空くん
(田野沢) H30/3/3生
「ズルスケ♡めこちゃん♡」



石沢 悠那ちゃん
(追良瀬) H28/3/11生
「わが家のおしゃべり娘です☆」