

広報

# さ・か・う・

5月号

2020  
No.182



## 漁師たちとサーモンの戦い

早朝から始まった北金ヶ沢港での日本海深浦サーモンの水揚げ。

重量級のサーモンを網ですくい、力強くで揚げる漁師たち。軍配は漁師に上がりました。



左から吉田町長、一井専務、吉岡所長

## 深浦町「認知症予防のまち」づくりに関する覚書締結式

深浦町と深浦診療所、いちい薬局との連携が図られ、認知症の早期発見と予防の理解を進めました。この取り組みは、平成27年度から各地区で実施している生きがい活動において、もの忘れチェックを行っていましたが、認知機能の低下が疑われても、必ずしも病院受診や介護サービス等にはつながっていない状況でした。

平成29年度からは町といちい薬局が連携し、「脳活バランサー」を活用して認知機能のチェックを行っています。令和元年度からは町保健師を通じて、本人に結果が届けられ、認知機能低下が疑われた方は、結果を持参し地域のかつりつけ医を受診する仕組みとなっています。

締結式で町長は、「今まで蓄積してきたデータを生かすことで、予防対策を良いものにしてほしい」と今後の対策に期待し、一井専務は「深浦町は食材も豊富で運動する環境としても認知症予防にはぴったりの地域。そこを活動につなげていきたい」と意欲を示しました。また吉岡所長は「はじめから認知症で診療所に来る人はいないので、

町と薬局が協力することで、医療機関との連携が図られ、認知症（MCI）を早期に発見・治療するための体制が明確にされました。町では、平成27年度から各地区で実施している生きがい活動において、もの忘れチェックを行っていましたが、認知機能の低下が疑われても、必ずしも病院受診や介護サービス等にはつながっていない状況でした。

（1）認知症の早期発見と予防の理解推進  
（2）認知症の早期発見と予防に関する調査及び研究  
（3）認知機能チェックツール「脳活バランサー」の運用  
（4）認知症予備軍等の早期発見・早期対応後の医療及び関係機関の連携に関する体制整備  
（5）医療と関係機関等の情報共有の推進  
（6）その他認知症の方が暮らしやすい地域づくりを促進するための活動



脳活バランサーを活用して認知機能チェックをしている様子

### 深浦町、深浦診療所、いちい薬局の連携事項

病気にかかる知らない人や診療所に来ない人から発見するのが役目であり、大切なこと」と今後の活動に力を込めました。

# 『健康こそ宝』

健康のまちづくりを推進するために、町では各地区で活動していただく保健協力員を委嘱しています。

長年、保健協力員として活動していただいた方には、感謝状を贈呈しており、今年度は1名の方にお贈りしました。

今年度の保健協力員は次の方々です。

みんなで健康づくりをすすめましょう！



福田 智子さん（北金2区）

## 深浦町保健協力員名簿

令和2年4月1日現在

| 担当地区 | 氏名      |
|------|---------|
| 船作   | 山内 志保子  |
|      | 黄金崎 百合子 |
|      | 山中 テツ子  |
| 横機   | 大沢 えり子  |
|      | 熊谷 裕子   |
|      | 栗谷 明子   |
|      | 熊谷 美智子  |
|      | 村上 智恵子  |
| 3区   | 赤石 いち子  |
|      | 上田 茂子   |
|      | 野呂 昭子   |
|      | 木村 ツヤ子  |
|      | 五十嵐 育子  |
|      | 山本 富美子  |
|      | 小野 友子   |
| 4区   | 柏倉 百合子  |
|      | 兼平 はつよ  |
| 5区   | 佐藤 京子   |
|      | 原田 佐保利  |
|      | 葛西 歌子   |
| 6区   | 浦谷 みつ   |
|      | 葛西 美幸   |
|      | 住吉 千代   |
|      | 上田 玲子   |
|      | 佐藤 喜久江  |
| 7区   | 竹越 瞳子   |
|      | 山田 律子   |
|      | 山本 陽子   |
| 川原町  | 坂本 美保子  |
|      | 紀本 萬里子  |
|      | 松本 瞳子   |
| 崎の町  | 平沢 弘子   |
|      | 今まり子    |
|      | 堀江 八重子  |
|      | 大高範子    |
| 12区  | 秋元 陽子   |
|      | 成田 清子   |
|      | 岩根 祐子   |
|      | 小角 久子   |
|      | 岡田 恭子   |
|      | 秋元 誠子   |
|      | 館口 優子   |
| 長慶平  | 伊藤 由希子  |
|      | 八木沢 松子  |
| 東野   | 野呂 喜美子  |
|      | 前田 由美子  |
| 広戸   | 角谷 千恵子  |
|      | 工藤 治子   |
|      | 山本 静子   |
|      | 小山内 恵美子 |
|      | 浜田 フミ子  |

| 担当地区 | 氏名      |
|------|---------|
| 相野山  | 張摩 シゲ子  |
|      | 黒滝 三千子  |
|      | 板谷 ひとみ  |
| 塩見崎  | 徳田 みち子  |
|      | 大沢 すみ子  |
|      | 平岡 優子   |
|      | 田中 昭子   |
|      | 吉田 玲子   |
| 鶴木   | 吉田 たみ   |
|      | 吉田 茂子   |
|      | 平沢 美保子  |
|      | 東條 孝子   |
|      | 佐藤 孝子   |
|      | 野呂 艶子   |
|      | 山本 てる   |
| 風合瀬  | 一戸 てさ子  |
|      | 三浦 紀枝子  |
|      | 一戸 マリ子  |
|      | 一戸 陽子   |
|      | 虻川 友子   |
| 晴山   | 坂崎 久美子  |
|      | 大船 幸子   |
|      | 佐藤 梅子   |
|      | 大船 由利子  |
|      | 兼平 優子   |
| 田野沢  | 兼平 鈴子   |
|      | 小野 とみ子  |
|      | 兼平 敬子   |
|      | 山崎 とも子  |
| 北金1区 | 古川 肇    |
|      | 木村 恵利子  |
|      | 中原 加代子  |
|      | 福田 智子   |
|      | 伊藤 満由美  |
| 北金2区 | 根上 るみ子  |
|      | 長谷川 やし子 |
|      | 奥口 敏子   |
|      | 古川 恵子   |
|      | 長谷川 房子  |
| 北金3区 | 小野 陽子   |
|      | 杉野森 和江  |
|      | 大黒谷 澄子  |
|      | 七戸 信子   |
|      | 越桂子     |
| 関    | 藤沢 美佐子  |
|      | 福澤 裕美子  |
|      | 田村 隆子   |
|      | 小島 久枝   |
|      | 岩谷 夏子   |
| 柳田   | 米谷 富貴子  |
|      | 世永 恵美子  |

| 担当地区 | 氏名      |
|------|---------|
| 岩坂   | 藤田 聖子   |
|      | 小山内 則子  |
|      | 藤田 せつ   |
| 沢辺   | 堀内 憂子   |
|      | 大谷 正子   |
|      | 神馬 佳子   |
|      | 鶴田 悅子   |
| 岩崎下  | 堀内 宏子   |
|      | 佐藤 靖子   |
|      | 斎藤 セツ子  |
| 岩崎中  | 菊池 久    |
|      | 菊池 ひとみ  |
|      | 七戸 有子   |
| 岩崎上  | 萱森 真恵子  |
|      | 菊池 由佳   |
|      | 川村 真喜子  |
|      | 柳谷 幸子   |
|      | 日沼 悅子   |
|      | 堀内 百合子  |
|      | 鎌田 和恵   |
| 正久   | 亀川 むつ子  |
|      | 村山 美奈子  |
|      | 原田 てる子  |
|      | 川村 三恵子  |
|      | 藤原 功江   |
| 森山   | 平沢 聖子   |
|      | 平沢 栄美子  |
| 松神   | 七戸 貞子   |
|      | 石井 真由美  |
| 黒崎   | 小山内 百合子 |
|      | 岩本 静    |
|      | 熊谷 たか子  |
|      | 田崎 紀枝   |
| 大間越  | 鈴木 芳子   |
|      | 蝦名 志美子  |
|      | 菊池 悅子   |
|      | 川村 綾子   |
|      | 伊藤 恵美子  |



## 健やか支援金を支給

このたび、野呂謙之さんの二男で、2月に生まれた野呂尚之介くんをお祝いし、「深浦町子供を健やかに生み育てる支援金」が支給されました。

お母さんの順子さんが受け取り、お姉ちゃんの綺希ちゃんも一緒に来てくれました。

この支援金は3人以上のお子さんを養育する保護者に支給するもので、今後も町では、次代を担う子供の健全な育成及び資質の向上を図り、町及び社会の有用な人材を育てるため取り組み続けます。

3/27



## ドキドキ、わくわくの新生活

小中学校の入学式が町内で一斉に行われ、小学校28人、中学校43人の児童生徒が新たな学校生活をスタートさせました。

このうち、いわさき小学校には男子3人、女子2人が入学。校長先生が新入生に対して、「学校生活を楽しく過ごすために、元気にあいさつすること、人の話をしっかり聞くことを頑張ってください」と述べると、大きな声で返事をしていました。その後、児童会長の齊藤旬さんが「小学校では勉強だけでなく、運動会や学習発表会などみんなで力を合わせて頑張る行事もあります。これからも学校生活を一緒に楽しみましょう」と述べ、新入生はこれからも学校生活に期待を膨らませていました。

4/7

しっかりと校長先生の話を聞く新入生

## 人権擁護と人権思想の普及高揚に貢献

このたび、法務大臣から鈴木和子さん(黒崎)へ感謝状が贈られ町長へ報告に訪れました。

鈴木さんは、多年にわたり人権擁護委員として活躍し、地域住民への人権擁護と思想の普及高揚に貢献されたことが認められたものです。

「人権」とは「人間が人間らしく生きる権利」で、誰にとっても大切で日常の思いやりの心によって守られなければならないもの。人権擁護委員は、思想の普及を図るとともに、人権問題の調査や相談、啓発活動を行っています。

4/14



**ウェスパ  
WeSPA椿山**

6月1日より営業再開予定  
※モノレールは7月1日より運行予定

ウェスパ椿山 0173-75-2261



## 白神十二湖山開き

観光シーズン幕開けを告げる「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15人が出席した安全祈願祭では、観光関係者が献花し、世界自然遺産白神山地や十二湖を訪れる観光客の安全と無事故を祈念しました。

吉田町長は「昨年の白神岳の避難小屋は、ふるさと納税を利用して約2,600万円が集まり、14年ぶりに再建し、多くの人に愛されていることを再認識した。新型コロナウイルスが終息したら、たくさんの方にご来訪してもらいたい」と述べました。

4/16



規模を縮小し、行われた



## 追良瀬牧場で放牧

4/27

畜産農家の省力化と繁殖牛の飼育コスト削減を目的とした放牧が、追良瀬牧場で行われました。

追良瀬牧場では、えさとなる草を求めて広い草地を歩き回ることで、健康で病気に強い丈夫な牛を育てようと、春から秋までの期間中、牧草地に放牧する「夏山冬里方式」で繁殖牛を育てています。町内10軒の畜産農家から、親牛・子牛合わせて55頭が牧場に集合。個体確認を終えた牛たちは、柵が開けられると勢いよく走り出し、久しぶりの草地を元気に駆け回りました。

## 日本海深浦サーモン水揚げ

大規模サーモン養殖事業に取り組む日本サーモンファーム(株)は、「日本海深浦サーモン」の水揚げを北金ヶ沢漁港で行いました。

ふ化から中間養殖、海面養殖まで町内での一貫生産体制で成長したサーモン。この日は、大きな網で約3,800匹を次々と水揚げし、鮮度を保つためすぐに活締め、血抜きを施して出荷されました。

水揚げされた養殖サーモンは平均で体長約60cm、重さは平均で3.5kg。自動給餌機を導入したことでの丸々と身が詰まり、短期間で成長したサーモンは脂乗りが増し、身の色もさらに鮮やかになりました。

日本サーモンファーム(株)の鈴木さんは「こんなに質の高いサーモンが出来上がったのは、地元の漁師さん達が協力して一生懸命に育ててくれたおかげ。本当に感謝しています。」と述べました。

これから回転寿司チェーン店や、首都圏の鮮魚店などに出荷され、全国の皆さんに深浦産のサーモンを味わっていただくことになります。

4/28



水揚げの様子

## アパート入居者募集!!



### ①サツマハイツ 3F

住所：大字深浦字岡崎251-5

間取：3階建3階部分-3LDK

設備：冷暖エアコン・FFストーブ・IHレンジ

家賃：月額 42,000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

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で！

「一般貨物自動車運送事業（靈柩）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



FAX:74-4546

# 歩こう ふかうら

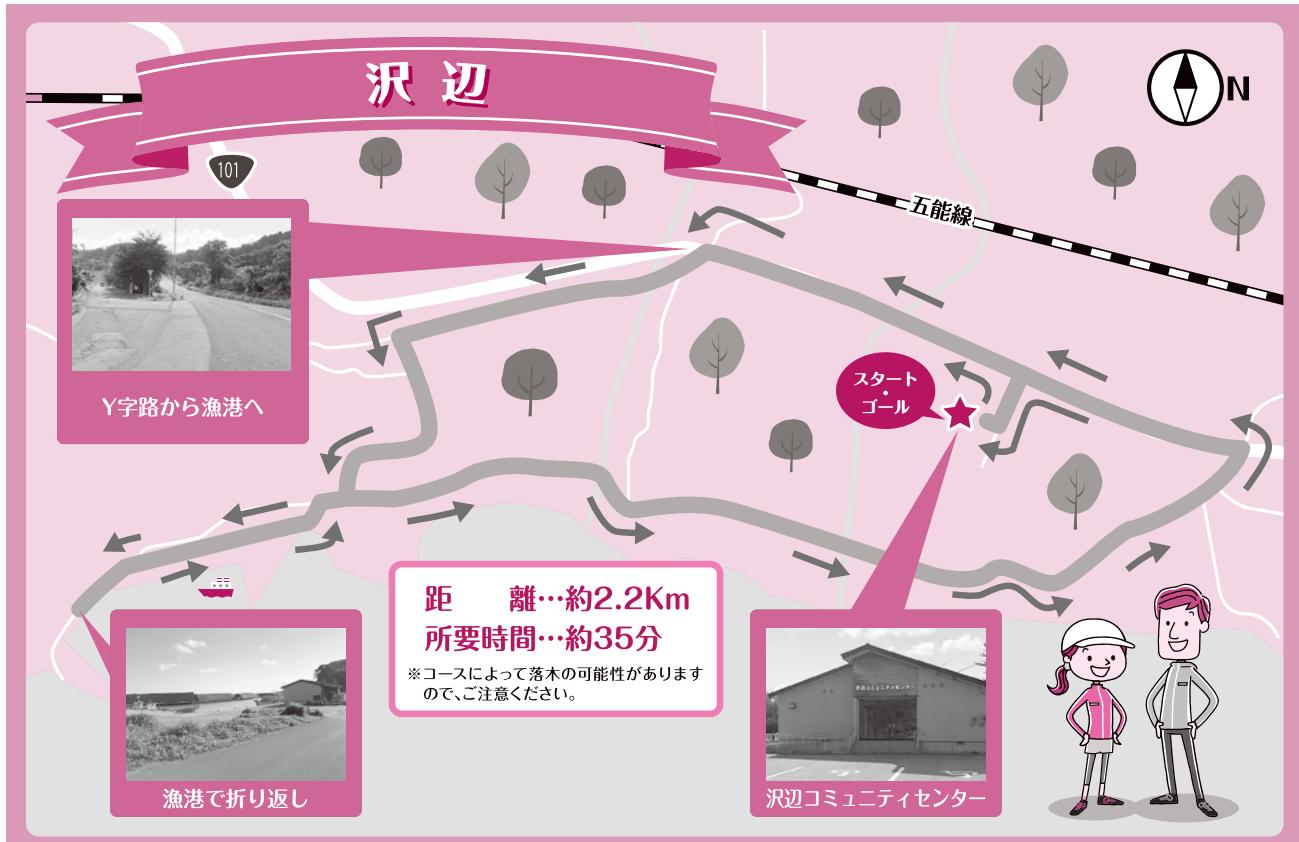
## あなたのまちのウォーキングコース



このコーナーは、住民の皆さんに身近なウォーキングコースを紹介するコーナーです。  
健康づくりのために、いっぽ踏み出しましょう。

今回は、沢辺コースの紹介です。沢辺コミュニティセンターをスタート。漁港で折り返した後、国道に抜けてセンターへ戻ってくる周回コースです。交通量は多くありませんが、若干道幅が狭く起伏もあるので、車やバイクに気を付けて歩きましょう。コースに慣れたら、ゆとりの駐車帯まで足を延ばしてみるのもおすすめです。

外出機会が少なくなっているかと思いますが、適度な運動は体の免疫力を高める働きもあります。「密閉・密集・密接」を避ける、手洗いするなどの感染予防を心がけながら、ウォーキングに取り組んでみましょう。



ペンキの  
お化粧屋

五所川原塗装工業会会員

# 藤一美装

代表 藤田 一哉

登録建設塗装基幹技能者

※1、2カ月先の予約・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

TEL 0173-26-4341 携帯 080-6001-1760

## 竹の子水煮加工承ります

缶詰加工と同質になります。

¥170~ (1袋270g)

●詳しくは下記にご連絡ください。

一般財団法人  
深浦町食産業振興公社

深浦町大字月屋字裸森76番地

TEL 82-0344 FAX 75-2075



## 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

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

「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。



# 町村合併15周年記念誌「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。

## ～五能線沿線の集落を歴史に残す～

深浦のあゆみ編集委員会 副委員長 中園 裕

深浦町内の集落は大半が西海岸に点在しています。集落ごとに駅が設置され、大字の名称が駅名になっているものも多くあります。

断崖絶壁が続く西海岸に鉄路を敷く困難と昭和の農村恐慌のため、五能線の工事は大幅に遅れました。最後の工区となった深浦から艤作と、陸奥岩崎から艤作までの建設が終了し、全線が開通したのは1936（昭和11）年7月30日でした。五所川原と能代の双方から着工して以来、10年以上の歳月がかかった難産の鉄道でした。最後の工区となった艤作駅のすぐ近くに「五能線全通記念碑」が建立されました。

現在、記念碑は駅の近くにありません。石碑の老朽化に伴う修復と合わせ、観光客への紹介も兼ねて艤作埼灯台の近くに移転したからです。1990（平成2）年9月4日に竣工式が行われました。

石碑の近くには黄金崎不老不死温泉があります。1971（昭和46）年8月、陸奥運河の開削を提唱した事業家の小宮山利三郎が営業を始めた温泉です（写真1）。小宮山は陸奥の開発社を立ち上げ、当時の国家的大事業「むつ小川原開発」に賛同していました。

不老不死温泉（旅館は後に不老ふ死と改称）は、小宮山自身が意図する開発計画の一つだったのでしょう。実は平館村（現外ヶ浜町）にあった平館不老不死温泉も、当初は小宮山が経営していました。

陸奥湾運河やむつ小川原開発は石油ショックの影響で頓挫しました。二つの不老不死温泉も経営者が変わりました。しかし、双方共に個性ある温泉として今も根強い人気があります。

不老不死温泉は大字艤作と月屋の境に建っています。艤作と月屋は住民どうしの仲が良く交流も頻繁です。

艤作漁港は艤作埼灯台から南側に見下ろす位置にあります。周囲は断崖絶壁で、当初は漁港に通じる満足な道路がありませんでした。水揚げされた魚を漁師たちがカゴに入れ、急な坂道を登って艤作駅方面へと運んでいたそうです。

写真2は、その頃撮影されたもので、岸壁らしいものはありますが、港へ通じる自動車道路がありません。艤作漁港の本格的修築は74（昭和49）年の着工です。現在は立派な道路と漁港設備ができます。

艤作埼灯台や不老不死温泉の高い注目度に比べ、艤作駅はリゾートしらかみ号が停車せず、あまり注目されていません。深浦町の発展のために五能線を誘致した人たちや、厳しい環境の下で鉄路を建設し、現在も保線に努めている現場の人たちの労苦を忘れないで欲しいと思います。

（県民生活文化課文化・NPO活動支援グループ主幹・中園裕）



写真1 小宮山が経営を始めたころの黄金崎不老不死温泉=1972（昭和47）年ごろ・青森県所蔵県史編さん資料



写真2 艤作埼灯台から見た艤作漁港=1966（昭和41）年7月・中園裕提供

## 食べ物が毒になる時

深浦診療所 所長 吉岡秀樹



新型コロナ騒動で生活が一変しているかもしれません。

いつもGWには来るはずの親族に会えない寂しさと外出制限によって、うつ状態になる方が増えるのではないかと心配です。

しっかり睡眠をとり、1日4000歩以上歩く人はうつ状態になりにくいという研究報告があります。人口密度が低いところに住んでいることはむしろメリットです。自宅の周囲を朝夕散歩してみましょう。夕方に散歩すると、睡眠の質も上がるときれますので一石二鳥です。

さて今回は「食べ物」の話をしましょう。

下痢や嘔吐で医療機関を受診すると、「何か悪くなったものや、変なものを食べませんでしたか?」と聞かれことがあります。誰も好き好んで悪くなったものを口にする人なんていません。アフリカなどの途上地域で生活していた時、イモムシを炒めたものやサソリの素揚げやネズミの焼肉などを食べたことがあります。しっかり調理して食べましたのでお腹を壊しませんでした。

下痢や嘔吐や腹痛といったお腹の症状が出た場合、症状が出るまでの時間が重要な情報になる時があります。

口にしてすぐに症状が出る時は「毒物性」「薬物性」のものが原因である可能性が高いです。

たとえば、行者ニンニクと間違ってイヌサフランやスイセンの葉を食べた場合、比較的すぐに症状が出ます。イヌサフランやスイセンに含まれる毒性物質が吸収されてすぐに症状が出るのです。高齢の方が床に落としたままにしてしまった医薬品錠剤を、赤ちゃんが口にしてしまいぐったりとなって救急に運ばれた例もあります。トイレットペーパーの芯を通過するものは、赤ちゃんは誤って飲み込んだり、窒息の原因となりやすいとされていますので注意が必要です。

深浦町でもよく起きるアニサキス症。新鮮なお魚についているアニサキスという寄生虫を食べてしまって起きるもので、アニサキスは胃酸の中でも生きられるほど酸に強く、海水を浴びても生きられるほど塩分にも強いので、シメサバでも死滅しません。

アニサキス原虫が胃壁を刺して胃痛が起きると誤解されやすいのですが、実際には刺した部分でアレルギー反応が起きて、胃の壁が浮腫を起こし、胃痛や嘔気といった症状を起こします。アレルギー反応が確立するには数時間かかります。ですから、夕食で刺身やシメサバなどを食べてから3、4時間後に症状が起きることが多いため、夜10時すぎなどに救急外来を受診されることが多いです。

身体の骨も筋肉も脂肪も全ては食べたものから出来上がっています。食べ物が生活習慣病を起こしていると考えると、普通の食べ物も食べ方によっては長い年月をかけて毒になることがあると言えます。

## グループホームはまなす 職員募集!

あなたのやる気を  
サポートします!!

●計画作成担当者(ケアマネジャー) ●介護職員(資格無しでも可)

入職時には、「新人研修プログラム」や「フィードバックシステム導入」により、親切・丁寧・わかりやすく他の職員や利用者様との信頼関係がすみやかに出来るように、指導させていただきます。

※社会福祉法人西寿会は、次世代育成支援対策推進法に基づき、厚生労働省が認定している「子育てサポート企業」を申請中です。



初心者  
パート  
フルタイム  
子育て中

社会福祉法人 西寿会  
TEL 0173-74-4381  
<http://www.hamanasuso.com>  
〒038-2412 青森県西津軽郡深浦町大字墨木字津山118-44

# 健康 万歩計

健康万歩計は、西北五医師会が、  
皆さんに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

小笠原 幸裕 先生  
ファミリークリニック☆希望 院長



## マスクのコロナ予防効果

### ●自分が持っているコロナを広げないためのマスク

市販の使い捨てマスクのほとんどは、不織布（ふしょくふ）マスクというものです。不織布マスクは、自分が持っているウイルスを拡散させないことを目的に作られています。一番に不織布マスクをするべきなのは感染した人です。**感染した人が不織布マスクをすれば、周囲への感染予防効果はかなりあります。**

**今回のコロナ問題が難しいのは、無症状感染者や軽症感染者がたくさんいることです。**皆さんは自分がコロナをもらわないように気をつけていると思いますが、自分自身が既に無症状感染者になっているかもしれません。もし不織布マスクが手に入るのであれば他の人にコロナを拡散させないために有効かもしれません。布マスクや手作りマスクがコロナ拡散予防効果を持っているのか不明ですが、何もしないよりはよいかもしれません。

### ●自分がコロナをもらわないためのマスク

感染者と2m離れている状況であれば、飛沫感染予防を目的としたマスクは不要です。感染者との距離が2m以内になる可能性がある状況で最も効果があるのはN95マスクという結核病棟で使われている特殊なマスクです。しかし、使い方がやや難しい上、長時間の着用は難しいマスクです。そもそもマスク不足のため手に入りません。手に入ったとしてもコロナの診断と治療を行っている医療スタッフのために譲るべきとされています。

ウイルスをもらわないための不織布マスクは多くの研究において無効とされています。しかし、無効という結論が出る理由として、正しい使い方をしている人が少ないからではないかという意見もあります。正しい使い方をすれば、コロナをもらわない一定の効果が不織布マスクにはあると信じている医師は少なくありません。国立感染症研究所は、濃厚接触者からの除外規定にマスクをしていたか否かを挙げています。

コロナが付いた手で鼻、口、目の周囲を触ると接触感染が起こります。ある研究によると人は1時間に20回以上顔を触っているそうです。マスクをしていると鼻、口を触ることができないため接触感染の予防になると考える医師もいます。この場合は鼻、口を覆うだけが目的ですので、どんな素材であっても（手作りマスクでも）有効だと思われます。マスクによって鼻の中、口の中の乾燥を防ぐことがいくらかの予防効果を生むと考える医師もいます。保湿が目的であるならば手作りマスクや布マスクであっても目的にかなうと思います。

### ●マスクの正しい使い方

マスクをつける時は、マスクと顔の隙間ができるだけ少なくなるようなマスクを選び、清潔な手でマスクの形を整えることも大切です（隙間からコロナが入ってしまうからです）。

口だけをマスクで覆い鼻を出している人がいます（鼻出しマスク）。これでは鼻からコロナが入ってしまいます（自分がコロナを持っていたらコロナを拡散されることになります）。顎（あご）にマスクをして口と鼻を出している人も多いです。顎（あご）マスクは予防効果ゼロです。会話をする時にマスクを外す人もいますが、会話をする時こそ感染リスクが高いので外さないようにしましょう。

マスクを数分～数時間使えば表面にはたくさんのコロナが付着している可能性があります。患者さんの行動を見ていると平気でマスク表面を何度も触っています。そして、その手で鼻、口、目の周囲やテーブル、椅子、ドアノブ、水道栓などを触っています。これでは、マスクを介してコロナの接触感染を起こしてしまいます。マスクをはずす時も表面に触れずに、ヒモを持って捨てます。もし、マスクを触ってしまったなら、すぐに石けんによる手洗いか手指のアルコール消毒をしましょう。マスクの表面にはコロナがいるかもしれないですから長く使えば使う程、接触感染の危険性が増します。何時間毎に取り替えるべきなのかデータはありませんが半日毎あるいは1日毎はどうでしょうか？少なくとも1枚のマスクを数日間使い続けるのは止めた方がよいでしょう。**接触感染に気をつけて使わないとマスク自体が感染源になり逆効果になってしまいます。**

### ●まとめ

マスクについての研究は遅れている分野の1つです。分かっていることは限られており、理論上の推測も多いです。将来もっと違う結論になるかもしれません。しかし、**マスクを正しく使えば一定の予防効果があると思われます。まちがった使い方は有害になる危険性があります。**

**ワクチンもない、特効薬もない現時点では、最も有効な予防方法は外出を制限し人ととの接触をなくすことでコロナの流行を早く終わらせることです。外出がやむをえない時は、人との距離を2m以上取り手指衛生（手洗い、アルコール消毒）に努めることです。**（この記事は4月13日に執筆しました。新型コロナウイルスは新しい感染症のため5月までに新しい知見が判明する可能性もあります。）



# 深校だより

## 新深校生14人入学！

4月8日に入学式が行われ、14人の新入生を迎えました。岩崎中学校から2人、深浦中学校から11人、深浦校舎から1人、深浦中学校から11人が深浦校舎に入学しました。感染症予防のため、入学式は規模を縮小して挙行されました。新入生達は保護者の方々に見守られながら落ち着いた態度で臨んでいました。新入生宣誓は三上航平くん（深浦中学校出身）が務めました。



【1年次 三上 航平】  
僕は今回初めて大勢の前に立ち、最初に練習した時はまだ慣れていないくてうまく動くことができなかつたけど、本番では上手に動くことができたので良かったです。これからは深校生として新しい生活に少しづつ慣れていくよう頑張りたいです。

4月9日には対面式が行われ、新入生達は先輩方との初めての顔合わせに少し緊張

【1年次 中林 千花】  
車の後部座席では、スピードによって害は変わますが、それでもシートベルト一つで大きなケガを防げることがわかったので、以後乗る時は必ずシートベルトをしていきたいです。

【1年次 田中 心愛良】  
シートベルトをせずに事故にあった場合とても危険なので、後部座席でもしっかりとシートベルトをしなければならないと感じました。自転車に乗る時も、ルールを守り、周りを見て運転することで、自分の命も他の人の命も守れることを学んだので、自転車に乗る時は気をつけて乗りたいです。

【1年次 小角 匠斗】  
読み上げてみて、高校生としての実感、そして緊張感が増し、深校生の一員に加わったのだと、より一層自分が引き締まりました。これから高校生活は、目の前やるべきことに一生懸命取り組み、先生方や先輩方にご迷惑をかけぬよう将来の準備をしたいと思います。

**交通安全を学ぼう！**  
4月14日、鰐ヶ沢警察署交通課藤田徹氏を講師としてお招きし、自転車の乗り方やシートベルトの重要性など、交通安全について学びました。自転車による事故の例や自動車の衝突実験の様子などを見て、交通安全を守るためにどうすれば良いのか、それがしっかりと考えることができま

した面持ちでした。小角匠斗くん（深浦中学校出身）が新入生代表の挨拶を務め、新入生たちに14人の新入生を迎え、全校生徒49人の令和2年度深浦校舎が始まります。

## みんなにフレッシュです。

### 笛森 美久（町民課）

臨時職員として培った知識と経験を活かし、一日でも早く仕事を覚え総合窓口係として笑顔で、どんな時でも「町民目線」を忘れず日々業務を頑張ります。

### 古川 航大（観光課）

深浦町役場職員として町に対しても何ができるかを常日頃考え行動したいと思います。

### 岩谷 拳悟（建設課）

町民のみなさんの役に立つことができるように日々努力します。よろしくお願いします。

### 永谷 紫葉（教育課）

高校卒業して間もないですが、社会人としての自覚や責任を持つて仕事に精進していきたいと思います。よろしくお願いします。

このコーナーでは、新しく採用された深浦町職員を紹介します。



# 編・集・後・記

毎年、能代カツプに参加したり  
弘前の桜を見にいったりしていた  
G.W. 今年は、何も大会やイベン  
ト等がないのんびりとした連休を  
過ごしました。

その中で、新しいことに挑戦し  
ようということで、10kmランを始  
めました。無理しない程度に「今  
年中に100回走る」を目標に続

けたいと思います。  
さらに、おうち時間を使ってマ  
スクを作つてみたいたなと思つてい  
ましたが、不器用な私には到底無  
理。なので、カメムシをガムテー  
ブで駆除することに挑戦してみた  
いと思います。

皆さん、何か新しく始めたこ  
とはありますか？

法要の読経がしみる亡父の顔

未経験地球の怒り新コロナ

オリンピックついに終りが見えてきた

幸せがボロボロになる豪華船

貧乏もいいねクルーズ船に乗れなくて

元本を保証しますと言えば詐欺

生き甲斐を一つ見付けて老いを行く

優しさに真っ赤な嘘がついに解け

紙おむつ頑固の牙が折れてゆく

法の目がねじれてハトが出られない

後藤 信柳

佐々木 かもめ

乳井 光昭

池田 郷太郎

蒲田 磨砂

吉田 吹喜

佐藤 豊

草野 力丸

山野 菜花子

浜町 開歩

お誕生日おめでとう

中村 琴音(祐太)

川内 翔太(万知道)

内藤 塙見崎

佐藤 正雄

福沢 イサ子

熊沢 則正

野呂 石雄

坂崎 ヤエ子

五十嵐 妙子

大船 俊明

根上 良逸

小嶋 文和

木村 すゑ

寺島 とみ

池島 とみ

源悦(69)

菊池 源悦

寺島 源悦

木村 源悦

北金1区

北金2区

戸籍の窓

3月21日～4月20日までの戸籍届出

おでやみ申し上げます



## 深浦町の人口と世帯

《4月末日現在》( )内は前月比

|     |    |        |              |
|-----|----|--------|--------------|
| 男   | …… | 3,718人 | (-6)         |
| 女   | …… | 4,177人 | (-2)         |
| 計   | …… | 7,895人 | (-8)         |
| 世帯数 |    |        | 3,704世帯 (+9) |

深浦町の総面積 488.90km<sup>2</sup>



# ちびっこ チャンピオン

「元気におよげ!! こいのぼり」

きらら保育園のなかよしたち

(左から)

こんてんまくん (5さい)  
かわむらそらくん (4さい)  
ふじたみおりさん (4さい)  
あきもとのあさん (5さい)  
かわぐちゆめさん (4さい)  
なかむらしゆうくん (4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



■樺■



■カモメ■



このコーナーでは誕生日を  
迎えたチビッコ達をご紹  
介します

## 6月生まれのお子さんの 写真を募集します!

### ◆対象◆

令和2年6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。

□問合せ先口

〒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) E-mail kouhou@town.fukaura.lg.jp



小島 優太くん  
ゆうた

(北金2区) H 27/ 5 /27 生  
「ゆうたはママの宝物◎」