# FUKAURA

－広報ふかうら－

2024 3

VOL.228

## 古坂大魔王一日警察署長と記念撮影

深浦小学校

広報ふかうら 検索

広報ふかうらバックナンバーは
町ホームページで読むことができます。

行政情報はHPから！

# バス運行が変わります!!

町内のバス路線は、昨年4月から町営のコミュニティバスと弘南バスが運行しており、コミュニティバスの現金100円での利用や弘南バスの町民限定ICカードも浸透し、多くの方に利用いただいております。

町では、さらにバス利用の利便性を高めるため、地域からの要望や交通協議会、関係機関との協議を踏まえて、4月1日からコミュニティバスの温泉施設への乗り入れと弘南バスの町民限定ICカードの100円区間の鰺ヶ沢町までの拡大を実施します。

昨今の労働環境改善と運転手不足により、運行ダイヤが一部変更となりますが、これまで以上に町内の交通サービスの充実を図り、将来に渡って持続可能な交通体系となるよう努めていきますので、皆様のご理解、ご協力をお願いします。

なお、変更点は次のとおりです。

詳しい路線図や時刻表等は、3月下旬に毎戸配布予定の深浦町公共交通ガイドマップをご確認ください。

## ◆コミュニティバス変更内容

| 3月29日(令和5年度)まで | 4月1日(令和6年度)から |
|---|---|
| ①岩崎線(月・水・金)<br>板貝入口～岩崎支所～深浦診療所<br><br>②町内線(月・水・金)<br>ゆとり～深浦駅～深浦診療所<br><br>③岩坂線(火・木)<br>石動橋～いか焼き村～まるごと市場<br><br>④長慶平松原線(火・木)<br>斉藤宅前～松原～まるごと市場 | ①岩崎線(月・水・金)<br>大間越センター～岩崎支所～深浦診療所<br>起点の変更と不老ふ死温泉へ乗り入れ※1<br>②町内線(月・水・金)<br>観光ホテル～ゆとり～深浦診療所<br>起点の変更(観光ホテルへ変更※2)<br>③岩坂線(火・木)<br>石動橋～いか焼き村～観光ホテル<br>終点の変更(観光ホテルへ変更※2)<br>④長慶平松原線(火・木)<br>斉藤宅前～松原～観光ホテル<br>終点の変更(観光ホテルへ変更※2)<br><br>※1 大間越始発及び診療所最終便を除く<br>※2 温泉施設は14時から営業予定 |

## ◆弘南バス変更内容

| 3月31日(令和5年度)まで | 4月1日(令和6年度)から |
|---|---|
| 町民限定ICカードの100円利用区間<br>弁天 ～ 桜沢 | 町民限定ICカードの100円利用区間<br>弁天 ～ 鰺ヶ沢営業所<br>鰺ヶ沢町へ100円でおでかけできます！ |

## ◆MegoICa（メゴイカ）の使い方

**乗るとき**（乗ったバス停をMegoICaに記録します）

① バス入口の読み取り機にMegoICaをかざします。

② 音とともに画面に表示が出ます。

乗ったバス停の記録ができました！

**NG** ピー！

「ピー」という警告音と「もう一度タッチしてください」という表示が出たら、再度、読み取り機にカードをかざしてください。

**降りるとき**（バス代をいただきます）

① 運賃箱の上の読み取り機にMegoICaをかざします。

② 音とともに画面に表示が出ます。

お支払いが完了しました！

**NG** ピー！

「ピー」という警告音と表示が出ます
- 残高不足の場合：不足額を表示
- 乗車時にかざし忘れの場合：「乗車未処理です」という表示

焦らないで大丈夫！乗務員が、ご事情を伺い運賃箱を操作します。

## ◆MegoICa（メゴイカ）のチャージ方法

コンビニなどでご利用時にチャージする方法と、バス車内でチャージする方法があります。
ご利用前のチャージが、便利でおすすめです。

**ご利用前**（コンビニなどのレジ・弘南バスのMegoICa取扱窓口）

「チャージしたいです」 → 店員の方にカードを渡す（または読み取り機に置く） → お金を払う（または入れる） → チャージ完了！

**バスの車内**（降りるとき）

「チャージしたいです」 → 乗務員の案内に従って、お金を入れる → 読み取り機にカードを置く → チャージ完了！

※バス車内では、チャージ１回につき 1,000円の紙幣１枚のみご利用いただけます。

## ◆弘南バス利用に関するお知らせ

### 【ICカードの更新をお忘れなく！】

町民限定ICカード「メゴイカ」は、100円で利用するための記名式の定期券設定をしており、その期限が3月31日（日）で期間満了となります。

ICカードの所有者へすでに更新方法を送付していますので、4月以降も継続して利用される方は、送付内容を確認いただき、忘れずに更新をお願いします。

■問合せ先
総合戦略課　TEL 74－2122

### 【フリー乗車区間について】

弘南バス「深浦線」は、町内区間において、バス停以外で乗り降りできる『フリー乗降区間』を設定しています。

乗車時は手を挙げての合図、降車時は降車ボタンまたは運転手にお声がけください。

なお、カーブや坂道等で見通しが悪い、交通量が多いなど、安全運行できない場所では利用できませんので、ご了承願います。

■問合せ先
弘南バス株式会社　TEL 0172－32－2241

# 地域おこし協力隊 活動報告会

2年間の活動報告とこれからの目標を語る浪岡隊員

2月23日、令和4年4月から地域おこし協力隊として活動している浪岡隊員の、およそ2年間の活動報告会が、町民文化ホールで開催されました。

報告会の冒頭では、吉田町長が「コロナ禍のなかで地域おこし協力隊として深浦町に来ていただいた。様々なイベントを仕掛けていただいたことに、心から感謝申し上げたい」とあいさつを述べました。

浪岡隊員は、着任直後から開催しているうどん教室や昨年1月に開催したキャンプファイヤーイベント、9月に開催した町内初の大型クラフト展などについて、会場に集まった50人以上の町民に報告しました。浪岡隊員は「改めて行動することの大切さを知った。やってみようと思うだけじゃなくて、実際にやってみること。挑戦することには絶対価値がある。チャンスを与えてくれたこの町への感謝をいつも忘れずに、協力隊として最後の1年間、一生懸命活動に取り組んでいきたい」と、これからの活動への意気込みを語りました。

報告会終了後には、浪岡隊員の手打ちうどんが振舞われ、来場した方々でおいしくいただきました。

挨拶をする吉田町長

報告会の様子

会場で振舞われたうどん

手打ちうどんを食べる参加者たち

# 深浦ってどこ？観光写真グランプリ 入賞作品

白神山地世界自然遺産登録30周年記念事業として開催された「深浦ってどこ？観光写真グランプリ」の入賞作品が発表されました。

「深浦町内で撮影された心に残る一枚」をテーマに、全応募作品３０８点の中から選ばれた17作品をご紹介します。

受賞された作品につきましては、「深浦ってどこ？観光写真グランプリ」特設サイトにて3月31日（日）までご覧いただけます。

## 深浦町長賞（グランプリ）

「小学生最後の夏休み」弘前市　Ferokieさん

## 金賞

「夕日照らすニッコウキスゲ」
五所川原市　OROWさん

## 銀賞

「天地讃頌」
青森市　れいちぇるさん

「日本キャニオンに架かる星」
弘前市　まっちさん

## 銅賞

「黄昏時の深浦駅」
五所川原市　tetsutypeさん

「スマホにおさまる？ビッグイエロー」
宮城県多賀城市　よっぽさん

「エメラルドグリーンの沸壺の池」
弘前市　taisanさん

## ふかどこ賞

「じじの背中をみる孫達の背中」
深浦町　サイティさん

「おかえり、待ってたよ」
深浦町　masaji-さん

「名残」
青森市　うっちさん

「冬の日本海を走る」
埼玉県鴻巣市　らくがきみかんさん

「掴み取るのだ！」
青森市　TOMOさん

「大間越からの星空」
東京都墨田区　かやさん

「通勤帰りの海と空」
秋田県能代市　ノブさん

「冬の醍醐味」
秋田県大館市　ちゅう太郎さん

「晩秋・深浦の夕景」
岩手県金ケ崎町　山田さん

「光の向こうへ」
深浦町　けんたろすさん

※受賞者のお名前はニックネームを記載しています。

# 令和5年 深浦町文化賞及びスポーツ賞

スポーツ賞を受賞した伊藤さん

特別文化賞を受賞した山﨑さん

令和5年深浦町文化賞及びスポーツ賞表彰式が2月15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名と2団体に、表彰状と記念品が贈られました。

式典では、特別文化賞を受賞した山﨑詠弓さん（青森南高校3年）が世界遺産×SDGsチャレンジ！2022において優秀賞を受賞したプレゼンテーション「伝承～自然の美を未来へ～」を披露しました。その後、スポーツ賞を受賞した伊藤吏央さん（青森山田高校3年）が、「このような賞を受賞できたのも、日頃の練習の成果だけではなく、指導してくださった監督やコーチ、支えてくれた家族の協力があったから。青森県記録を更新し東北大会で優勝できたこと、インターハイで準決勝まで進めたことは私にとって大きな自信になった。今後もさらなる向上を目指し、感謝の気持ちを持ち続け、ふるさと深浦に貢献できるよう日々精進して行きたい」と、感謝のことばを述べました。

受賞者の皆様、この度は誠におめでとうございます。

## 文化功労賞

**川村　雅子**（岩崎下）
教職の頃より茶道の普及に努め、旧岩崎村の小中学校の児童生徒を対象に子どもクラブを開催し、茶道教室の先生として茶道を指導。岩崎文化展ではお茶会を開催し、地域の方々にお茶を振舞うなど、50年以上にわたり茶道の普及に尽力された。

## 特別文化賞

**山﨑　詠弓**（青森南高3年・北金1区）
世界遺産×SDGsチャレンジ！2022　プレゼンテーション部門　優秀賞

## 文化賞

**鈴木　励士朗**（深浦小5年・3区）
第69回青少年読書感想文コンクール　青森県審査会　小学校高学年の部　課題図書読書感想文　最優秀賞

**田中　結**（五所川原第一高1年・関）
第44回青森県高等学校総合文化祭　郷土芸能部門（津軽三味線）最優秀賞

**野呂　美羽**（五所川原高2年・驫木）
第65回青森県吹奏楽コンクール　高等学校の部　金賞

**白川　ゆずな**（五所川原高3年・3区）
第65回青森県吹奏楽コンクール　高等学校の部　金賞

## 文化奨励賞

**下谷　悠悟**（深浦小4年・5区）
第51回青森の海と川をきれいにする運動　標語の部　準特選

## スポーツ賞

**古川　勇神**（五所川原工科高1年・北金3区）
第76回青森県高等学校総合体育大会　男子規定単独演武　第1位
令和5年度青森県高等学校少林寺拳法新人大会　男子規定単独演武・組演武　第1位

**伊藤　吏央**（青森山田高3年・北金2区）
第78回東北高等学校陸上競技大会　男子800m　第1位　1分51秒49（青森県高校男子新記録）

**深浦町スポーツ協会　バレーボール部**
**監督　福沢和子　副監督　古川　優**
**マネージャー　山﨑未来**
**選手　大屋礼子　中原麻衣子　藤田景子　斉藤孝子　伊藤千玲　川口友美　舛谷理穂　中村真衣子　山﨑志穂　小山瑞子　藤沢美智子**
第76回市町村対抗青森県民体育大会　町村の部　ママさんバレーボール競技優勝

**佐藤　大樹**（会社員・東野）
第76回市町村対抗青森県民体育大会　町村の部　男子C砲丸投げ　第1位

## スポーツ奨励賞

**大川　智生**（鰺ヶ沢中１年・北金２区）
第46回全国ジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会青森県予選会13-14歳　男子１００ｍ自由形　第３位
第50回青森県中学校学年別水泳競技大会　全学年男子　４×１００ｍフリーリレー・メドレーリレー　第２位

**前田　知輝**（大戸瀬中３年・柳田）
第31回青森県中学校卓球選手権大会男子シングルス　第３位

**木村　洋翔**（大戸瀬中３年・田野沢）
第16回旭富士杯争奪小・中学生相撲大会　中学校個人３年生の部　第２位

**古川　寿華**（五所川原第一高１年・北金３区）
第48回青森県高等学校新人陸上競技対校選手権大会　女子５０００ｍ競歩　第２位

**沖見　和哉**（能代高２年・沢辺）
令和５年度秋田県高等学校新人空手道競技大会　男子団体組手（５人制）　第２位

**今　祐真**（青森高３年・崎の町）
令和５年度青森県高等学校春季空手道競技大会　男子個人形　第３位

**小山内　好輝**（弘前学院聖愛高３年・６区）
第１０５回全国高等学校野球選手権記念青森大会　ベスト４

## ジュニアスポーツ賞

**工藤　維流**（修道小４年・北金３区）
第31回日本空手協会青森県空手道選手権大会　錬成の部　太極小学二部組手　優勝・形　準優勝

**櫻庭　悠真**（修道小２年・北金３区）
第13回県下小学校髙山稲荷神社奉納相撲大会　小学校１・２年生の部　個人戦　優勝

**相撲道場　天心館　修道小学校**
**【３年生】藤田　琉之介**
**【２年生】福澤　歓大　櫻庭　悠真**
第13回県下小学校髙山稲荷神社奉納相撲大会　低学年の部　団体優勝

## ジュニアスポーツ奨励賞

**小野　光太郎**（修道小４年・北金３区）
第13回県下小学校髙山稲荷神社奉納相撲大会　小学校４年の部　個人戦　第３位

**阿部　福乃介**（修道小４年・柳田）
第41回青森県小学生相撲大会兼東北学童相撲大会青森県予選会　小学校４年生の部　個人戦　第２位

**熊谷　琉生**（修道小５年・晴山）
第43回金木桜まつり青森県小中学生相撲大会　小学校個人リーグ戦５年の部　第３位

**日沼　舞矢**（いわさき小６年・岩崎上）
第20回全国ホープス選抜卓球大会青森県予選会　５年生女子シングルス　第３位

# 「合葬墓（がっそうぼ）」に関する アンケート調査の結果について

子孫に迷惑をかけたくないなどという理由により、合同で埋葬する合葬墓が全国的に注目されていることから、合葬墓に関するニーズを把握するため、アンケート調査を実施しました。

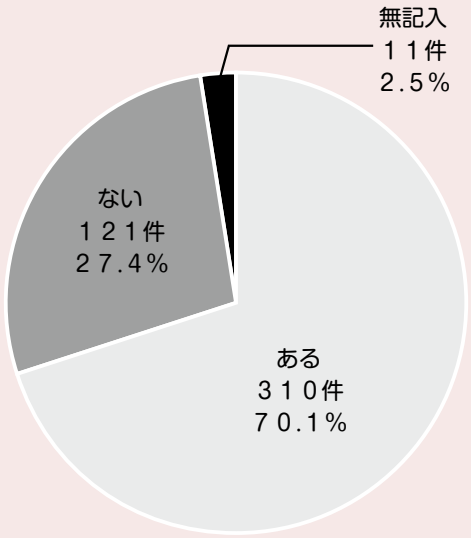
## アンケート結果

**アンケート調査方法**

調査対象：満１８歳以上の町民の方９００名
抽出方法：住民基本台帳により無作為抽出
調査方法：調査票を郵送し、同封した返信用封筒により郵送回収
調査期間：令和５年１０月２日～１０月１８日
回 収 数：４４２件（回収率４９.１％）

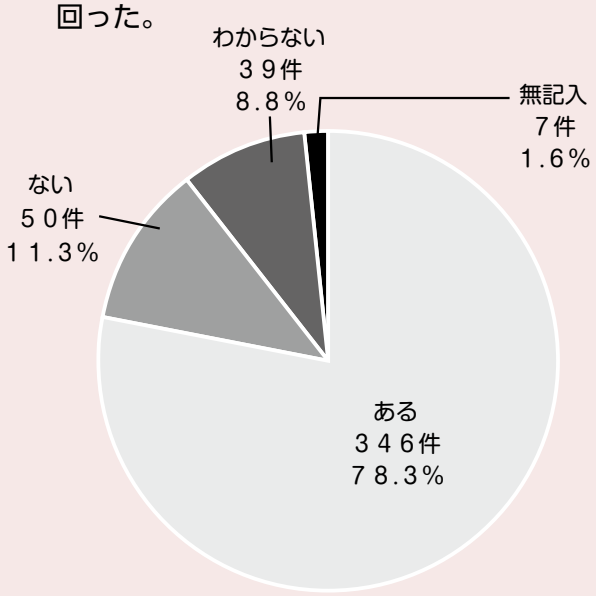
### お墓に対する意識

自分が埋葬されるお墓について「考えたことがある」が７０.１％であり、「ない」の２７.４％を大きく上回った。



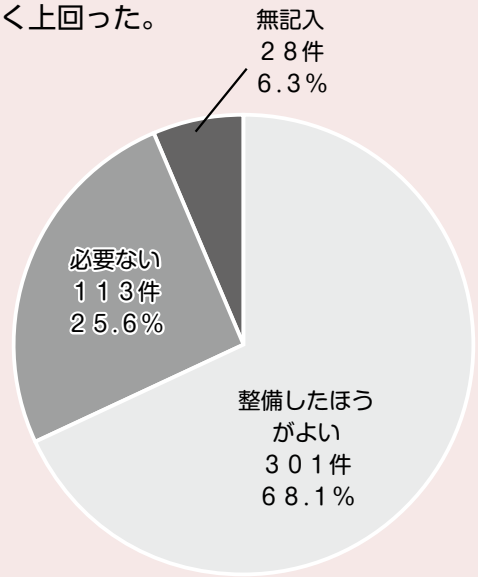

### お墓の所有の有無

「お墓がある（または引き継ぐ）」が７８.３％と「お墓がない（または引き継ぐ予定がない）」の１１.３％を大きく上回った。



## 合葬墓整備が必要な理由

「整備したほうがよい」が６８.１％と「整備する必要はない」の２５.６％を大きく上回った。




◆肯定的な意見

・私自身は現在のところ必要を感じませんが、老人一人暮らしや家族が来られない人もいると思うのでよい取組だと思います。中にはこれを機会に墓じまいをする人もいるのではないでしょうか。計画を進めてほしいと思います。

・少子化や子供たちが県外に出たりなどお墓の管理は今後難しくなっていくのは分かっているので合葬墓は賛成です。

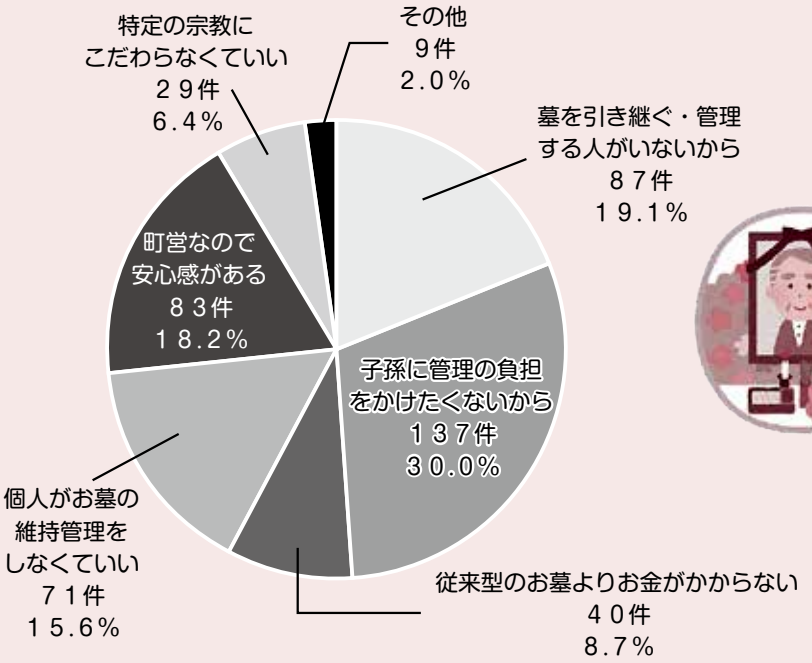
◆否定的な意見

・共同埋葬に抵抗があるし、町には利用する人が少ないと思うから整備する必要がない。

・維持、管理に多額の町税が使われるのに抵抗がある。

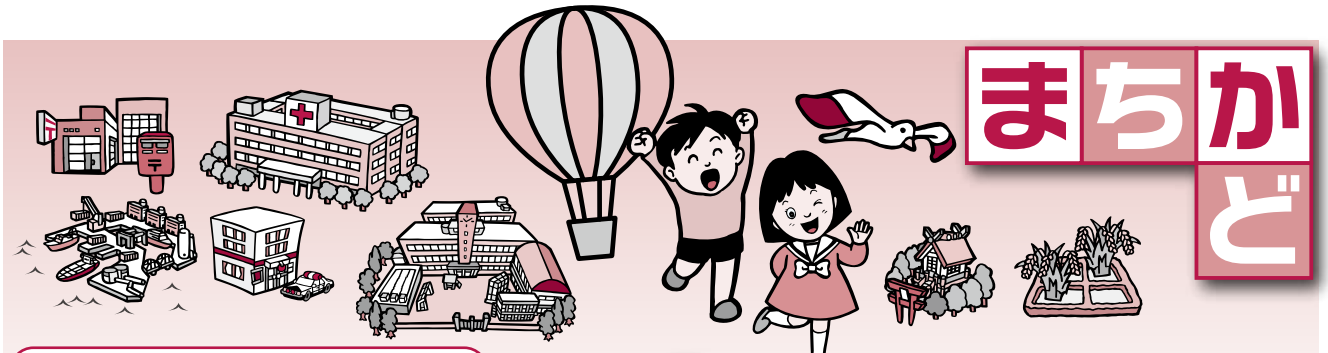
## 合葬墓整備が必要な理由

「子孫に管理の負担をかけたくないから」が３０.０％で最も多かった。



アンケート調査にご協力いただいた皆さんには、お忙しい中ご回答いただき誠にありがとうございました。アンケート結果の詳細は町ホームページでご覧いただけます。

**■問合せ　町民課　町民生活係　☎７４－２１１５**



# 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

## 浜の女性達が大活躍

1/24

「第65回青森県青年・女性漁業者交流大会」が、県民福祉プラザ（青森市）において開催され、「未来ある子どもたちへ―ふるさとを誇りに思う心を育てる活動―」と題して発表した新深浦町漁業協同組合北金ヶ沢漁協女性部（発表者：古川馨さん）の取組みが優秀賞を受賞しました。

北金ヶ沢漁協女性部は昭和48年に女性の地位向上と明るい漁村を築くことを目的に設立され、以来、地元中学生を対象に定置網おこし体験やお魚料理教室を主催するほか、漁港周辺の花壇整備など環境保全活動にも取り組んできました。

発表者の古川馨さん（前列中央）

これらの長きにわたる様々な活動が、人口減少や少子高齢化が進む中にあって漁村の活性化につながっているとの評価から、見事、優秀賞に輝いたものです。

この活動内容は、令和７年３月に東京都で開催される全国大会の舞台で、青森県代表として発表される予定です。

## 子どもたちがまっこ市へ出店

2/15

鰺ヶ沢町のまつみや呉服・酒店で開催されたまっこ市に、柳田保育園の園児たちが参加しました。

まっこ市では園児や先生が手作りしたマスコット人形や髪飾り、マグネットなどを出品。園児９人が店頭に立ち、お客さんへ販売しました。柳田保育園ではコロナ禍前にも参加しており、今回で２回目の参加となりました。

今回のまっこ市での売り上げは参加した園児たちと相談し、１月に発生した能登半島地震へ寄附されるそうです。


Good Signal グットイグナル

不動産売買・賃貸
空き家の管理・相談
高齢者ご用聞き訪問

グットイグナル　宅地建物取引業 青森県知事（1）第3641号
代表　山﨑　麻美
〒038-2504
深浦町大字北金ケ沢字塩見形272-14
TEL/FAX 0173-82-0813


### 登録者募集！

あおもりマッチングシステム「AI(あい)であう」は、あおもり出会いサポートセンターが運営する結婚を前提とした出会いを希望する方のためのマッチングシステムです。
深浦町では、町民の方の利用登録料の全額助成を行っており、登録を支援しています。
詳しくは役場総合戦略課までお問い合わせください。

あおもりマッチングシステム AI(あい)であう

■問合せ先
総合戦略課　TEL74-2122

## 茂内さん、100歳を迎える

2/15

茂内義雄さん（大間越）は1924年（大正13年）生まれ。

最近は食事に制限があるそうですが、ウナギが好きだったとのことです。現在は、寝ていることが多いそうですが、自宅で元気に暮らしています。

自宅で行われた贈呈式では、100歳を記念した顕彰状と記念品を受け取りとても嬉しそうにしていました。

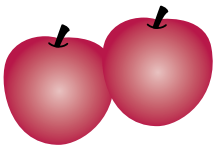
## 町内の保育園へ絵本を寄贈

2/20・21

深浦町出身で現在は鰺ヶ沢町でりんごなどの農園を経営している佐藤恵美さんからりんごの絵本が町内の保育園へ寄贈されました。絵本は青森県の食育委託事業で作成したもので、西北地区すべての保育園に寄贈される予定です。

佐藤さんは「青森県の特産物であるりんごを通して食育を学んでもらいたい。私は深浦で育ってりんごのことをよく知らなかった。私の故郷である深浦町の子どもたちにこの本を届けたい」と語りました。

また、役場を訪れた翌日には柳田保育園で寄贈した絵本の読み聞かせが行われ、園児たちは時折「りんご！」といった声を上げながら絵本を楽しんでいました。



## 防犯講話が開催されました

2/26

深浦小学校でSNSの安全利用の浸透などを目的とした防犯講話が開催され、青森県出身のタレント古坂大魔王さんが一日警察署長として訪れました。

古坂大魔王さんは、SNSについて「みんなが面白いなと思って写真を撮ってSNSにアップした瞬間に世界中の人から見られる。実際に自分がやられて嫌なことは絶対しない、面と向かってできないことはやらない。それを守っていれば大丈夫。インターネットはとても楽しいもの。何でも情報が集まっているので有効活用してください」と児童に語り掛けました。

児童たちは、古坂大魔王さんの自身の体験を交えたトークで楽しく防犯意識を高めていました。

# 深浦駅でのきっぷ発売終了について

**いつもJR東日本深浦駅をご利用いただきましてありがとうございます。**
**このたび、深浦駅では3月のダイヤ改正に合わせ、駅員が終日不在となります。**
**それに伴い、深浦駅でのきっぷの発売を終了させて頂くこととなりました。**
**ご理解のほどよろしくお願いいたします。**

## きっぷ発売の終了日

**2024年３月15日（金）をもって終了**

## 営業終了日以降のお取り扱い

### きっぷ購入について

お近くのきっぷご購入可能駅

| 駅名 | 窓口営業時間 | 指定席券売機営業時間 |
|---|---|---|
| 鰺ケ沢駅 | 6:40から16:45まで（※1） | ― |
| 五所川原駅 | ― | 6:00から22:00まで（※2） |

※1　鰺ケ沢駅の窓口は途中休止する時間帯があります。
※2　話せる指定席券売機を設置しております。オペレーター対応時間は8:00～20:00です。

### 列車のご利用方法

列車をご利用される際は、乗車駅証明書発行機から「乗車駅証明書」をお取りいただき、到着駅又は車内でご精算ください。
到着駅に係員がいない場合は「乗車駅証明書」とご利用区間の運賃を駅の運賃箱にお入れください。
深浦駅を乗車区間に含む定期券をお持ちの場合は、そのままご乗車ください。

### 「どこトレ」のご案内

パソコンやスマートフォンで列車の運行状況や在線位置、遅れ時分、運休列車等が確認できる「どこトレ」をご活用ください。
**「どこトレ」で検索**　https://doko-train.jp（「どこトレ」二次元コード）

東日本旅客鉄道株式会社　秋田支社

2023.9.1改訂

**JR東日本の主なお問い合わせ電話番号**

**お問い合わせセンター**

■列車時刻、運賃・料金、空席情報案内
（ご案内時間 6:00～24:00）　050－2016－1600

■お忘れ物案内
（ご案内時間 8:00～20:00）　050－2016－1601

※お客さまからお問い合わせセンター等へいただきました電話は、お客さまからのお問い合わせやご意見の受付及び回答のため、内容うぃ録音させていただいております。録音内容に関するお客さまの個人情報に関しましては、他の目的に使用することはございません。

運行情報　遅延証明書　お忘れ物チャット　よくいただくお問い合わせ

# 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

三浦　梛月（なつき）くん
（岩崎中）

山﨑　陽葵（ひまり）さん
（北金１区）

七戸　美礼（みらい）さん
（横磯）

吉田　陽瑞（ひすい）くん
（風合瀬）

## むし歯予防の豆知識

**＜上の前歯・奥歯のみがき方＞**

上の前歯のみがき方

上の前歯の中央には「上唇小帯」という太いスジがあります。上唇小帯に歯ブラシが当たると、痛みを感じたり傷つけることがあります。ひとさし指でガードしながら、歯ブラシを歯に直角に当て、軽い力で左右に小刻みに動かします。

奥歯のみがき方

みがく場所がよく見えるように、ひとさし指をほほの内側に入れ、歯ブラシを直角に当て、奥歯の外側（ほほ側）、奥歯のかみ合わせをみがきます。内側（べろ側）は、歯ブラシを傾けて斜めに当ててみがきます。みがく時は、軽い力でシャカシャカと小刻みに動かします。

（公益社団法人　日本歯科衛生士会「歯科保健指導カード」から抜粋）

# ３月は自殺対策強化月間です

いのち支える

全国では年間２万人を超える命が自殺により失われています。その中でも３月は就職や転勤、転居など生活環境が大きく変わる時期で、自殺者数が増える傾向にあります。国では、３月を「自殺対策強化月間」と定め、自殺予防の啓発活動を強化しています。

つらい時や苦しい時には、助けを求めましょう。信頼できる誰かに打ち明けたり、専門的な相談機関に相談することで、悩みが軽くなり支援も得やすくなります。

また、「眠れないようだ」「疲れているように見える」「元気がない」などは深く悩んでいるサインです。周囲の人のいつもと違う状態に気づいたら、声をかけて話を聞いてみましょう。

## あなたにできること①　「サインに気づく」

自殺を思いつめた人は、何らかのこころのサインを発しています。あなた自身や周りの人が「いつもと違う」と感じる、その「気づき」が大事になります。

- ☹これまで楽しんでいたことが、楽しめなくなった
- ☹以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じる
- ☹わけもなく疲れたように感じる　　など

## あなたにできること②　「つながる」

もしも、自分が悩んでいるときは、1人で抱え込まず、周りにいる誰かに気持ちを伝えてください。人と人がつながっていることが生きる力になります。また、自分でも周りの人でも「いつもと違う」と感じたら、専門の医療機関を受診することも大切です。

## あなたにできること③　「見守り」

もしも、あなたの周りの人が困っていたら、「私もいるんだよ」という気持ちで見守ってあげてください。誰かが自分のことを思ってくれているということは、とても心強いことです。状況によっては、医療機関や専門の相談機関への相談（紹介）をしましょう。

**相談窓口一覧表を今回の広報と一緒に配布しています。ぜひご利用ください。**

問合せ先　深浦町役場健康推進課　☎0173-82-0288


居宅介護支援事業所　介護でお困りの方、ご相談下さい!

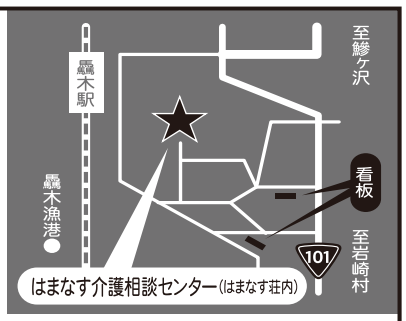
はまなす介護相談センター

深浦町は今 高齢化率50%超!!（もはやみんなの課題）

働きながら 子育てしながらの 介護って??

様々な介護の 悩みに 本気で向き合う!

みんなで深浦町を考えよう




まずはお電話を　TEL0173-82-0515　西津軽郡深浦町大字驫木字津山118-44　http://www.hamanasuso.com

社会福祉法人 西寿会 はまなす荘

深浦診療所つうしん No.49

# 「これから ～1年間ありがとうございました～」

深浦診療所　医員　守 田 未 来

突然の報告にはなりますが、私、守田未来と守田和正は３月下旬で深浦診療所を退職いたします。「医療の谷間に灯をともす」という自治医科大学建学の精神の基、私たちは出身県内の地域医療支援のため派遣されています。来年度は一度出身大学に戻らせていただき、私は精神科で、守田和正は感染症科でそれぞれ勉強させていただくことになりました。これまでは、身体科(精神科に対する内科・外科など一般科のこと)の診療が主だったため、胸中は来年度への期待と不安でせめぎ合っている今日この頃です。

さて、４月からは精神科の研修を一から始めることになりますが、今までの身体科診療の経験が活かされないかというと、そうではないと思っています。皆さんも「認知症」という病気を聞いたことがあると思います。これは精神疾患の中でも日本で２番目に罹っている方が多い病気です。生活習慣病などの身体疾患が認知症のリスクを高める報告もあり、糖尿病が2.5倍、高血圧症が5.3倍リスクを高めるといわれています。飲酒や喫煙は生活習慣病を引き起こすだけでなく、認知症のリスクも引き上げます。また、意外に思われるかもしれませんが、難聴が認知症のリスクを5倍高め、それだけではなくうつ病のリスクも高めるという報告があります。これは耳から脳への直接の刺激がないことと、難聴により人とのコミュニケーションが億劫になり、閉じこもってしまうことが原因です。

また、「物忘れがひどく、何事もやる気が無くなって認知症かもしれない」といわれた方の中には、身体疾患が原因で認知症となっている方が紛れていることがあります。その場合は根本となる身体疾患を早期発見・治療することにより短期間で認知症様の症状がおさまる場合もあります。

このように精神と身体は密接につながっています。そのため、目の前の患者さんに起こっている問題の原因究明に必要なのは身体科と精神科を分け隔てなく診察することだと私は思っています。

最後になりますが、深浦町で１年間医師として勤務させていただき誠にありがとうございました。皆様から暖かく迎えられ、かけがえのない経験を積むことができました。地域医療に携わることで微力ながら住民のみなさまの健康と幸福に貢献できたことを光栄に思います。今後も町の発展を心よりお祈りしています。


「農地の所有権移転・地目変更・転用許可申請」・「遺産分割協議」等々
行政事務にかかわる「お悩み」のことについて、お気軽にご相談を！！

行政書士　岩谷 司 事務所
【青森県行政書士会所属】
住所　038-2501 青森県西津軽郡深浦町大字柳田字築棒沢133番地11
電話・FAX　0173-76-2753



たむら歯科
Tamura Dental
院長　田村　誠
〒018-2673　八峰町八森字中家後４番６
TEL:0185-74-6788

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日/祝 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ 12:00まで | 休 |
| 14:30~18:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 | 休 |

健康万歩計

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
鈴　木　健　策 先生
医療法人鈴木耳鼻咽喉科医院　院長

# 集音器と補聴器

最近テレビを見ていると、集音器のコマーシャルがよく目につきます。補聴器に比べ格段に値段が安く、これで済むのであれば補聴器の存在価値がありません。そこで今回は集音器と補聴器の違いについて述べます。

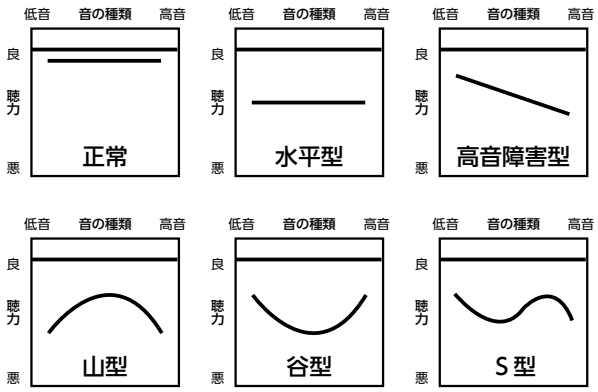
まず集音器は家電製品であるのに対し、補聴器は管理医療機器に分類されます。管理医療機器は、人の健康に影響を与えるおそれがあることから、その適切な管理が必要であり、その保守点検、修理その他の管理に専門的な知識及び技能を必要とする機器です。機械に入って来た音（入力音）を増幅（大きく）して耳に送る（出力音）という点ではどちらも同じです。ただし、補聴器の場合は入力から出力までの間に高度な処理がなされます。簡単に言うと、集音器は入力音→増幅→そのまま耳へ（出力制限機能付きの製品もある）。それに対し、補聴器は入力音に高度な処理を行った上で、必要な音だけを、必要な分だけ増幅して耳に送ります。重要なことは『必要な音だけを、必要な分だけ』ということです。

我々の耳には低音から高音まで様々な音が入ってきます。その中で難聴者にとって最も必要な音は人の言葉です。ところが、一口に難聴と言っても、個々の聴力には差があり、図のように様々な聴力型があります。また内耳性難聴には補充現象というものがあり、この現象が強いと少しの音圧の変化に聴覚が過敏になり、大きな音が響いてうるさく感じることになります。

補聴器は、種々の検査をした上で、言葉の聞き取りに必要な音を、うるさく感じないよう、かつ騒音性難聴にならないよう調節されます。通信販売されている集音器２機種を調べた研究論文で、その周波数特性は，言葉の聞き取りに必要な特性ではなく、出力される音圧も過大なため短時間の会話でも聴取時間によっては騒音性難聴の危険を生じる可能性があり、心地よく聞こえているようでも、必ずしも言葉の聞き取りが向上しているわけではなかったと報告されています。

補聴器の値段が高いのは、機器自体にコストがかかっているのに加え、それを個々の耳に合わせて調節する（フィッティング）技術料が含まれているためなのです。

補聴器をお考えの方は日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会補聴器相談医にご相談ください。
〔 補聴器相談医　青森 〕で検索。





月１回 お悔やみ時のマナーや知識が配信されます！

LINE 公式アカウント

⇩ スマホのカメラかLINEで読み取り「友だち追加」をすると

・葬家へのご無礼を避ける
・粛々とした場面で恥じをかかない為に
・お役立ち知識や仏事などの疑問への回答

などが配信されます（登録無料）

＊ 誰が登録したのか当社からは分からないので安心して下さい

霊安室完備（24H 付添可能）

家族葬空間
ファミリーホールふかうら

株式会社 深浦葬祭
Fukaura Funeral Service

電話 (74)4536　FAX:74-4546

＼インタビューしてみました！／

# スポットライト

## 相撲道場

### 天心館

**このコーナーは深浦で頑張る人や団体などを紹介するコーナー『スポットライト』です。**

今回、インタビューしたのは北金ヶ沢地区で活動している相撲道場「天心館」です。
監督や子どもたちに今後の目標などについて聴きました。

**道場の活動について教えてください。**

天心館には今、北金ヶ沢地区の小学校2年生から中学校3年生までの子どもたち7人が所属しています。1週間に3回練習をしていて、夏は土俵のある道場で、冬は道場の隣にある北金ヶ沢防災センターで練習しています。

道場は40年以上前から活動しており、安治川親方（安美錦）や海鵬、安壮富士、将司などの力士を輩出しています。

▲冬の基礎練習に励む子供たち

**監督の七戸さんに質問です！**
**活動の中で心掛けていること、やりがいを感じる瞬間を教えてください。**

子どもたちと同じ目線で指導するよう心掛けています。

子どもたちがはじめはできなかったことができるようになっていく姿を見るのが楽しいです。

また、大学時代から相撲をしたい子どもがいれば深浦に戻ってきて天心館で教えたいと思っていました。実際に指導することができて嬉しいです。

**子どもたちに質問です！相撲をしていて楽しいことや相撲の好きなところはありますか？**

・強くなれるところ！
・大きい相手を投げるのが楽しい
・年上の強い選手に勝った時
・基礎練習！土俵でやらないから特別な感じがする

▲個別に指導する七戸監督

**最後にこれからの目標を教えてください**

（こどもたち）
・試合で1人は倒したい（福澤　歓大君）
・大会で優勝旗を守り続けたい（櫻庭　悠真君　藤田　琉之介君）
・大会負けることが多いけど、3位入賞を目標に勝てるよう頑張りたい（小野　光太郎君）
・同じ年に強い選手がいるから負けたくない。ぼこぼこにしたい。（阿部　福乃介君）
・ライバルをふっとばしたい（熊谷　琉生君）
（監督：七戸さん）
団体、個人で各大会、各学年で優勝できるよう指導していきたい。

▲町のスポーツ賞も受賞しました

**40年以上という長い歴史があり、角界へ力士を輩出してきた天心館。所属している子どもたちは町のスポーツ賞を受賞するなど、各種大会で優秀な成績を収めています。**

**また相撲をやってみたい子はいつでも大歓迎とのことでした。相撲道場天心館のこれからのさらなる活躍を期待しています！**

# 進め協力隊!!

協力隊通信 vol.22

## 深浦町地域おこし協力隊　浪岡 敏勇（なみおか としお）

先月23日（祝）地域おこし協力隊報告会が開催され、我が総合戦略課スタッフ＆黒滝店長の元、手打ちうどん昼食会もご用意させて頂きました。この場を借りて報告会を企画、準備してくださったスタッフの皆さん、そして祝日というお忙しい中にも関わらず、ご参加頂きました全ての皆様ありがとうございました。当日、会場での笑顔こそが「これまでの活動２年間の私への評価」と実感し、大変恐縮しながらも素直に喜んでおります。任期残り１年。悔いを残さぬように活動し来年は最後の報告会が出来たらと思っています。その為にも沢山勉強ですね。勉強と言えば色々な本を読む事により得られる、様々な考え方や知識って自分を育ててくれますよね。しかも本なら何時でも何処でも何度でも学べるんですから。

ある日から自分は、問題が起きた時、腐らず前向きに考えられるよう、先ずは一呼吸し「待て！これには必ず意味があるはずだ」と考える様になるんですが、それはある本から学びました。と、書くのは簡単ですが、実行となるとこれが難しいんですけどね。でも意識してやってみると、とりあえず一息つけるんです。実際むやみにイライラしたり落ち込むことも減りました。そして一拍置いた後に、この問題には「必ず意味がある」→「その意味は何だと考える」→「なるほど納得！？」←この時点で前向きになる答えを【強引に出して笑って】みます。この強引な答え、そして笑うというのがミソで、顔に出しても、心の中でも「そうだったのね！w」と己を納得させ笑い、客観的に見るんです。世の中理不尽な事だらけですが、とどのつまり物事って「自分の考え方次第」なんですよね。悩みのない人なんてこの世に存在しませんから。ダメと考えると何処までもキリがなく、暗い方へ深い方への底なし沼です。時間も解決してくれる重要な要素ですが、ダメなものは考えてもしょうがないし、実際時間の無駄なんです。楽しい事は待ってても殆ど来ません。日々楽しく過ごすためには「自分から迎えに行く努力」が必要なんです。一度しかない人生の楽しい時間は何物にも変えられないですし、前向きに生きるエネルギーはきっと周りの人も照らすはずです。

任期もいよいよ最後の年となりました。終了後の来春、自分が何をしているのかは分かりませんが、深浦町に住み新しい事に挑戦出来た事で、素敵な方々との出会いがあり、地域おこし協力隊になれた事で、全国に同じ志を持つの方々と共に学ぶ事も出来て交流も広がりました。兎にも角にも、人生今日まで挑戦した結果が今であり、たとえ任期が終了しても、また変わらず何かに挑戦し続けていくんだろうと思います。

願わくば、任期終了後も更なる挑戦をこの深浦町でしたいですね。そしてそれが結果的に深浦町の活性化に繋がったら、これほど幸せな事はありません。それが理想であり、無職で路頭に迷っていた私を拾っていただいた町への恩返しになるんじゃないかと思っています。

人生は誰のせいにもできません。結局最後、自分を動かすのは自分であり、まして評価は他人が下すもの。感謝をもって後悔の無い１年にします。

こんなに元気です！

# ４月生まれのお子さんの写真を募集します！

◆対　　象　令和６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
◆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。**応募締切は３月27日**です。

**問合せ先**　総合戦略課　TEL 74-2122　E-mail kouhou@town.fukaura.lg.jp


## 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 | 9:00～11:30 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | ○ | ○ | 10:00～11:30 |
| 午後 | 3:00～5:30 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | 3:00～4:30 | 休診 | 1:00～2:30 |

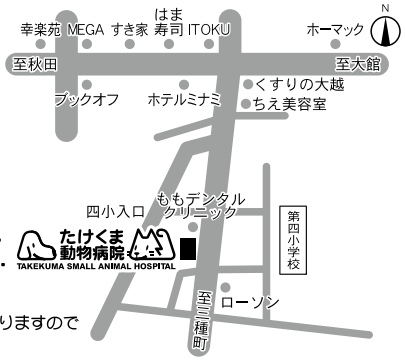
受付時間は終了の30分前までです

「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



# 町民文芸

～かすみ草の会～

如月の風を受けつつ孫五歳
未来へ歩む幼き背なよ

寒椿色無き冬に紅色の
ぽんと浮きてて心華やぐ

増冨　今日子

式部の実ついばむ小鳥愛らしく
囀り聞こゆ秋の庭愉し

旅終えて初冬の海ながむれば
生きゆく想い静かに流がるる

松浮

果てしなく朝をかさねる空の青
抱える心の色を隠して

孫を抱く我の写真に手が止まる
見たこともない笑顔の我あり

寺沢　美千子

## 編・集・後・記

暖冬で雪が少なくオープンできないスキー場や斜面で地面が見えている様子を最近テレビでよく目にする気がします。私もスノーボードが趣味で一時期は年間パスポートを購入して毎週のようにスキー場へ行っていたので、こういったニュースを見ると少し残念な気持ちになります。

さて、私がスキー場で強く記憶に残っていることがあります。ある日、私がスノーボードを楽しんでいると救急車が来て患者を搬送していました。転んでけがをしたのかな、と思いながらリフトに乗り、滑り下ってくると2台目の救急車が…。またか、と思いながら再度リフトに乗り、滑り降りてくるとなんと3台目の救急車がいたことがあります。

スポーツにけがはつきものですが、骨折などの大けがには気を付けて楽しみましょう。

# 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

藤田　珠凪（すな）（賢太郎・汐子）　柳田

福澤　ういか（拓磨・さやか）　関

## おくやみ申し上げます

田中　京子（86）　松原

島元　正（94）　3区

木村　秀義（86）　相野山

山本　尋悦（76）　風合瀬

石崎　誠（83）　4区

中村　貢（77）　横磯

千崎　キミエ（90）　5区

五十嵐　敏文（65）　北金2区

## 深浦町の人口と世帯

《2月末日現在》（　）内は前月比

| | |
|---|---|
| 男…… | 3,314人（−10） |
| 女…… | 3,689人（− 7） |
| 計…… | 7,003人（−17） |
| 世帯数 | 3,523世帯（＋ 6） |

深浦町の総面積　488.91㎢

広報ふかうら
3月号
No.228

# ちびっこチャンピオン

## 「みんな上手にかけたね☆」

### 柳田保育園のなかよしたち

（左から）

おの　あつきくん（6さい）
やまざき　りゅうせいくん（6さい）
ふじた　たいしくん（6さい）
ひらやま　さくくん（6さい）
かさい　こうくん（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。

## こんなに元気です！

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

**安田　岳叶（がくと）くん**
（関）R2／3／6生
「見た目は子ども、頭脳は大人！」

**上田　吏紡（りつ）くん**
（3区）R5／3／29生
「上田家のたからもの♡」

## 草創教育長の「今月の一枚」

### 正しい人などいない

若い頃から、中島みゆきのファンです。

聴く者を圧倒する言葉の力は希有です。

「Nobody is Right」という曲はご存じでしょうか。直訳すれば「正しい人などいない」。一部歌詞を紹介します。

**悪い人などいないだなんて**
**あいにくですが頷けません**
**正しい人こそいないんじゃないか**
**カンペキ正しいってどういう人だ**
**争う人は正しさを説く**
**正しさゆえの争いを説く**
**その正しさは気分がいいか**
**正しさの勝利が**
**気分いいんじゃないのか**
**つらいだろうね　その一日は**
**嫌いな人しか　出会えない**
**寒いだろうね　その一生は**
**軽蔑だけしか　いだけない**
**正しさと正しさが**
**相容れないのはいったい何故なんだ**
**Nobody is Right…正しさは**
**Nobody is Right…道具じゃない**

自分こそが唯一正しい？　完璧な正しさなんてこの世にある訳ないでしょ？　自分の正しさを伝える努力よりも、正しさを争って勝つことの方が楽しいんでしょ？　正しさは道具じゃないのよ！

歌詞は、容赦なく追及してきます。今まさに世界を震撼させている紛争の首謀者にも、あの国の首脳にもあの要人・偉人にも、ぜひ聞かせたい曲です。

正義は、時に人を傷つけ、いとも簡単に集団暴力に豹変します。

正義なんて、個人が生きてきた限られた時間や環境の中で自覚する、しょせんちっぽけな考えです。ある人にとっては正しくても、別な人には無価値で醜くさえあります。

自分には真逆で異質な「正しさ」でも、そう訴えざるを得ない歴史・風土・立場があるはずです。なぜこの人は、こんな考えを持つに至ったのだろう？　その経緯や根拠、傷みに思いを及ぼす。議論を闘わせるのは、その次です。

そこを大事にしないと「正しさの勝利」に暴走してしまいます。

ますます価値の多様化の時代です。

「ま、それもありかな」と思えるしなやかさが、私たちにはいよいよ必要なのです。

旅立ちの三月。

慣れない新生活、慣れない人間関係に思い悩む時もあるでしょう。そんな時、「ま、それもありかな」と思えると、肩の力もフッと抜けます。

そうそう、気が滅入る時は、中島みゆきの「時代」や「ファイト！」、私の推しの曲です！

（教育長　草創　文人）

深浦町の花

福寿草

深浦町の木

椿

深浦町の鳥

カモメ

発行／青森県深浦町　編集／総合戦略課企画調整係
☎0173―74―2111（代表）