

FUKAURA

2023

10

- 広報ふかうら -

VOL.223



秋の実りと収穫



船作

今月の表紙は職場体験学習で広報業務を体験した深浦中学校の生徒が作成しました！



行政情報はHPから！

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。



アオーネ白神十二湖

クラフト展

白神山地世界自然遺産登録30周年記念事業として、アオーネ白神十二湖で9月2日、3日の二日間にわたって、町内初の大型クラフト展が開催されました。

町内からの8組を含め、全国各地から60級超のクラフト作家が集結。

木工、ガラス細工、革細工、つる細工、陶芸、漆器、フラワーアレンジメントなど様々なジャンルの作品が並び、来場者の方々はそれぞれが気になった作品を手に取り、クラフト作家との会話や交流も楽しんでいました。ワークショップが行えるクラフト作家の区画では、子どもたちが真剣な表情で思い思いの作品を作成してしまし

た。

クラフト作家エリアのほか、飲食エリアにはキッチンカーなど19店舗が出店。コーヒーやピザ、クレープ、ラーメン、肉料理などが並びました。来場者はクラフト作家の作品を購入した後、飲食エリアの様々な料理も楽しんでいました。

今回のクラフト展は、初日の朝、悪天候に見舞われたものの開始時間には天候も回復し、開催期間中は天候に恵まれました。2日間町内外から約3000人の方が来場し、会場は大賑わいでした。



share happiness



特賞が当選した今さん



特賞が当選した成田さん

会場では、作品を購入した方を対象に抽選会も行われ、アオーネ白神十二湖ペア宿泊券や深浦の特産品などが用意されました。上位の景品が当選しなかった方には11月中旬頃からはじまる日本一の大イチョウ「ビッグイェロー」をイメージしたオリジナルカラーティッシュが配られました。

ペア宿泊券が当選したつがる市から家族で訪れていた今さんは「当選したときは何があったのかわからずびっくりしました。子どもたちもお泊まりがとても好きなので、楽しみにしています。子どもたちに、満点の星空や月を見せてあげたいと思います」と驚きつつも大変喜んでいました。

もう一本の特賞は町内から家族で訪れていた成田さんが当選し、「いろんなところからクラフト作家さんが来ていて楽しかったです。特賞が当選したのはうれしいけど注目を浴びて恥ずかしくかったです」と少し照れくさそうにコメントしてくれました。



生きいき健康福祉祭

187名の長寿を祝う

長年にわたって様々な分野で活躍し、社会の発展に尽力された高齢者を敬愛する「生きいき健康福祉祭」が9月14日、深浦町民体育館で4年ぶりに開催されました。

式典では、吉田町長が「深浦町の発展のためには、皆様方の豊富な知識と経験が何より必要となりますので、これからもお元気で、健やかに楽しい毎日をお過ごしください。そして、人生の先輩として私たちに指導いただきたいと思えます」とあいさつを述べました。今年表彰の対象となったのは、ダイヤモンド婚18組、金婚22組、米寿107名。このうち、出席した20組のご夫婦と19名に顕彰状と記念品が贈られました。

会場内では、ダイヤモンド婚と金婚を迎えられたご夫婦の記念撮影が行われました。また、気心の知れた友人と笑顔で談笑するなど、お互いの長寿を喜ぶ姿があちこちで見られました。



皆の力で繋いだたすき 青森県民駅伝



総合タイム 1:42:23
 総合 31位
 町の部 18位
 監督 山内 旭人

- 1区(3.8km) 草譯 宗一郎
 (男子高校生以上) (木道高校) 14:42
 【総合34位 町の部19位】
- 2区(1.1km) 田村 悠
 (男子小学生) (深浦小学校) 3:48
 【総合12位 町の部6位】
- 3区(1.1km) 山内 夢翔
 (女子小学生) (深浦小学校) 3:39
 【総合25位 町の部13位】
- 4区(5.0km) 柴田 樹
 (男子高校生以上) (西目屋小学校事務) 18:48
 【総合32位 町の部17位】
- 5区(3.4km) 斉藤 和希
 (男子中学生) (深浦中学校) 13:54
 【総合32位 町の部20位】
- 6区(3.1km) 藤森 万里奈
 (女子中学生以上) (弘前大学) 12:32
 【総合20位 町の部9位】
- 7区(4.4km) 山内 旭人
 (男子高校生以上) (深浦消防署) 18:04
 【総合33位 町の部18位】
- 8区(1.7km) 三浦 佑月
 (女子中学生以上) (深浦中学校) 6:28
 【総合22位 町の部9位】
- 9区(2.5km) 野呂 瑛太
 (男子中学生) (深浦中学校) 10:28
 【総合24位 町の部14位】

9月3日、青森市で開催された青森県民駅伝競走大会(9区間・26・1km)において、県内40市町村の選手が競い合う中、深浦町チームは、総合順位31位、町の部18位という成績を収めました。

気温が29・5度という厳しい暑さの中、4年ぶりとなる市街地のコースを選手たちは懸命に走り、タスキを繋ぎました。



2区田村悠さんから3区山内夢翔さんへタスキリレー



ゴールテープを切る9区野呂瑛太さん



令和4年度 決算報告

令和4年度の決算がまとまりましたので、その概要についてご紹介します。

各会計の実質収支は、一般会計が1億6,373万6千円の黒字決算となり、その歳出決算規模は、令和3年度決算と比較して1億9,533万9千円の増加となりました。特別会計を含んだ実質収支についても、3億879万円の黒字となっているほか、健全化判断比率は、全ての指標が早期健全化基準を下回っています。

町としては、令和4年8月並びに令和5年7月豪雨に伴う災害の復旧を急ぐとともに、新型コロナウイルス感染症や物価高騰への対応を継続しつつ、住民の安全・安心に資する施策や、子育て支援、産業振興のための財源を確保する一方で、将来の財政負担を抑制する措置を講じていきます。

今後も限られた財源を有効活用しながら行財政改革を推進してまいりますのでご理解とご協力をお願いします。

1 令和4年度 深浦町決算総括表

(単位：千円)

会計名		歳入 A	歳出 B	形式収支 C(A-B)	翌年度 繰越財源D	実質収支 C-D
普通会計(一般会計)		7,867,632	7,588,756	278,876	115,140	163,736
特別 会計	国民健康保険事業特別会計(事業勘定)	1,102,635	1,069,966	32,669	0	32,669
	国民健康保険事業特別会計(直診勘定)	290,572	274,411	16,161	0	16,161
	後期高齢者医療特別会計	157,118	154,850	2,268	0	2,268
	介護保険特別会計	1,600,417	1,515,743	84,674	0	84,674
	訪問看護ステーション特別会計	17,243	15,027	2,216	0	2,216
	下水道事業特別会計	269,654	263,182	6,472	0	6,472
	財産区特別会計	594	0	594	0	594
特別会計 合計		3,438,233	3,293,179	145,054	0	145,054
合計		11,305,865	10,881,935	423,930	115,140	308,790

公営 企業 会計	水道事業会計	損益計算書		貸借対照表	
		給水収益	149,768	資産の部	4,950,549
		経常損益	5,484	負債の部	3,844,208
		当期純損益	5,975	資本の部	1,106,341

2 地方公共団体の財政の健全化に関する法律に規定する指標について

(1) 健全化判断比率

指標名	算出方法	深浦町の比率		早期健全化基準
		R4決算	R3決算	
①実質赤字比率	普通会計赤字額を標準財政規模で割って求めます。	黒字のため 該当なし	黒字のため 該当なし	15.00%
②連結実質赤字比率	財産区を除く連結実質収支赤字額を標準財政規模で割って求めます。	黒字のため 該当なし	黒字のため 該当なし	20.00%
③実質公債費比率	年間の借金返済額等を標準財政規模等で割って算出した率の3カ年平均値。	9.3%	9.5%	25.0%
④将来負担比率	普通会計の起債残高、公営企業会計や一部事務組合の起債残高等、将来普通会計が負担すべきと見込まれる額の合計を標準財政規模等で割って求めます。	33.6%	29.1%	350.0%

(2) 資金不足比率

資金不足比率は、公営企業会計の資金不足額を事業の規模(主に料金収入)で割って求めますが、対象会計である「水道事業会計」、「下水道事業特別会計」ともに資金不足はありませんでした。

3 地方消費税交付金(社会保障財源化分)が充てられた社会保障施策経費について

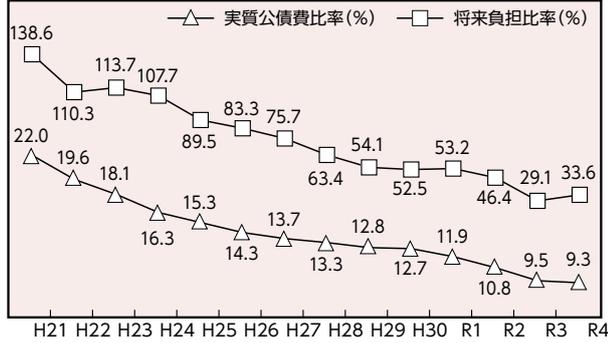
令和4年度における社会保障施策経費1,481,511千円に充当した地方消費税交付金は101,780千円で全体の6.9%となっています。

(単位：千円)

事業名	令和4年度 決算額	特定財源		一般財源	
		国県支出金	その他	地方消費税交付金 (社会保障財源化分)	その他
社会福祉(児童福祉、障害者福祉など)	689,531	481,963	4,768	25,683	177,117
社会保険(国民健康保険、介護保険)	420,680	69,804	0	44,436	306,440
保健衛生(高齢者医療、健康増進など)	371,300	100,266	21,026	31,661	218,347
合計	1,481,511	652,033	25,794	101,780	701,904

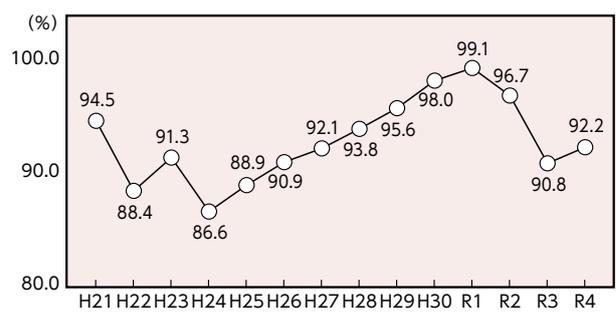
4 財政指標の推移

(1) 実質公債費比率及び将来負担比率



実質公債費比率については、平成19年度決算まで早期健全化基準(25%)を上回っており、危機的な状況にありましたが、その後公債費負担の軽減対策の実施などにより改善しています。将来負担比率についても改善傾向にあり、早期健全化基準を大きく下回っています。

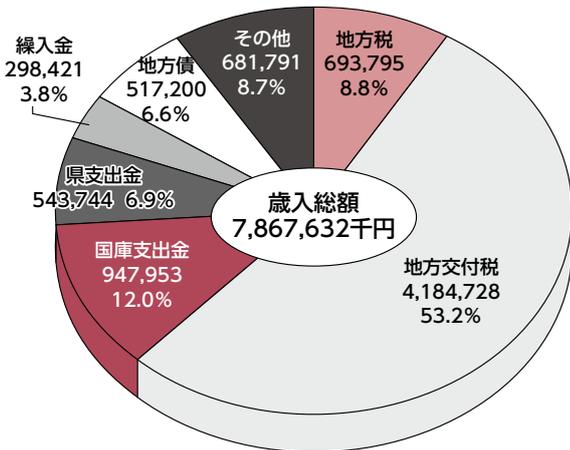
(2) 経常収支比率



経常収支比率は、財政構造における弾力性を示す指標であり、数値が低ければ低いほど財政に余裕があると評価されます。当町はこの比率が高く、余裕のない財政構造であることがわかります。健全な財政運営を行っていくためにも、引き続き行財政改革を推進していく必要があります。

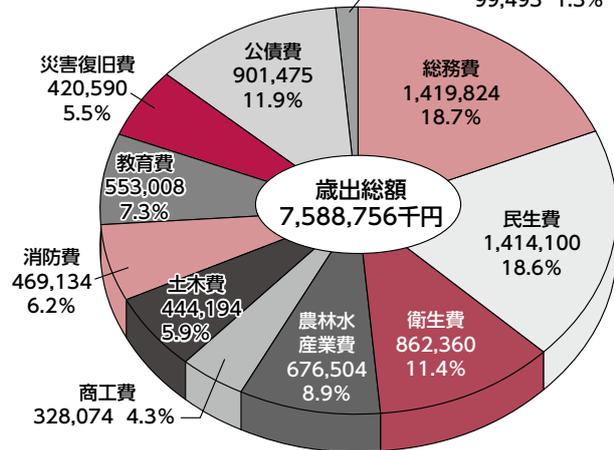
5 普通会計決算の状況

歳入



地方税や使用料、繰入金等の自主財源は、18%程度となっています。また、地方交付税が全体の約53%を占めています。令和3年度に比較して、地方交付税、県支出金、繰入金が増加した一方で、国庫支出金や地方債が減少しました。

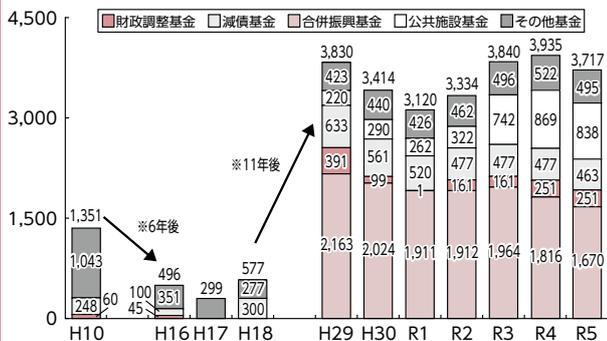
目的別歳出



公債費(借返済額)が全体の約12%を占めています。また、新たな借金(歳入の地方債)が約5.2億円に対し、返済金(歳出の公債費元金)が約8.8億円ですので、一年間で借金残高が約3.6億円減少しました。

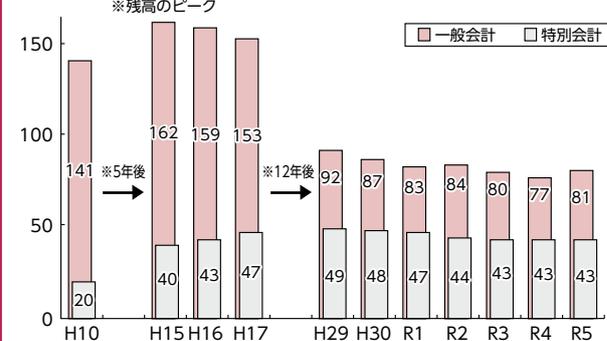
6 一般会計の基金(貯金)と町債(借金)の残高の推移

基金(一般会計)の推移(令和5年度見込みまで)



一般会計の基金はR4末で約39億4千万円となり、前年度末から約9億5千万円増加しました。財源不足に対応するため、基金の活用を続けていますが、R5末残高は約37億2千万円と減少する見込みです。限られた財源ですので、行財政改革を推進しながら有効活用していく必要があります。

町債残高の推移(令和5年度見込みまで)



一般会計については、H15末をピークに残高は減少していますが、大規模事業の実施や災害復旧事業の実施などにより、現在は下げ止まりの状況です。特別会計については、45億円前後で推移しています。



エコクリーンアファイはどんな施設？

今回は、みなさんが分別した「資源ごみ」をエコクリーンアファイ（晴山地区）から業者に引き渡すまでどのように処理しているかをご紹介します。

みなさんのごみ分別の力で、「ごみ」が「資源ごみ」に変わり、新しい商品に生まれ変わります。

「ペットボトル」の処理方法について

「ペットボトル」には、お水・お茶・ジュース・酒・しょう油などがあります。

〈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。（ラベルはそのままでOK）

キャップは、金属製は「燃やせないごみ」、プラスチック製は「その他のプラスチック」となります。

「指定ごみ袋からペットボトルを取り出します。ペットボトル以外のものが混じっていないか中身を確認します。



ペットボトルの中に不適物が混入しています。

ジュースの缶「缶」、ジュースのびん「ガラスびん」、サラダ油「その他のプラスチック」、殺虫剤（有害ごみ）にそれぞれきちんと分別をお願いします。



ペットボトルを機械でプレスして固めるので、つぶさないようにお願いします。

（注）家庭でつぶしてしまうとかたまりができないので、リサイクル業者が回収できなくなります。



「缶」の処理方法について

「缶」はビール缶・ジュース缶・菓子缶などがあります。(♻️・♻️のマーク)

〈出し方〉

異物は、取り除いて水で軽くすすいで水を切ってください。

アルミ、スチールは同じ袋に入れてもいいです。

腐食したもの、汚れがとれないものは「燃やせないごみ」へ出してください。



缶を機械でプレスして固めるので、つぶさないようにお願いします。

(注) 家庭でつぶしてしまうとかたまりができないので、リサイクル業者が回収できなくなります。



「その他の紙」の処理方法について

「その他の紙」は、「お菓子の箱、ティッシュの箱、紙袋・包装紙」などの商品が入っていた「容器」及び「包装材」が対象です。

〈出し方〉

食品の付着がないように、洗浄及び拭き取ってください。

汚れが取れないものは「燃やせるごみ」へ、

ラップなど(紙容器)の刃は取って「燃やせないごみ」へ出してください。

皆さんが分別したものを業者に引き渡すため、不適物がないかチェックし、大きな袋に入れていきます。

お菓子「じゃがりこ」の容器はきちんと拭き取り(ふたは燃やせるごみ)、サランラップの芯(その他の紙)・刃(燃やせないごみ)に分別しています。100点です!



「段ボール・新聞・雑誌類」の処理方法について

「段ボール」には、「みかんの空箱・家電製品の空箱」などがあります。

「新聞紙」には、新聞の折り込みチラシも含まれます。

「雑誌類」には、「週刊誌」「単行本」「カタログ」「パンフレット」「書籍」などがあります。



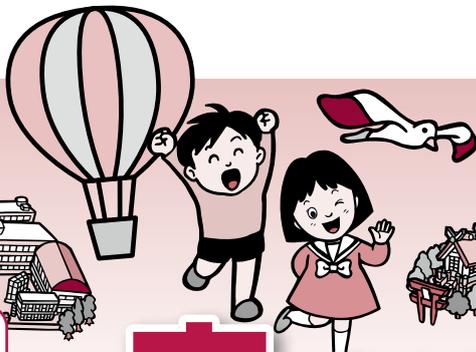
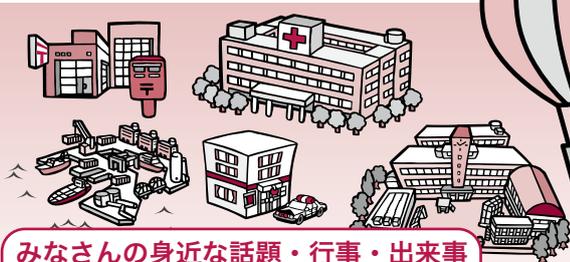
左から「新聞」「雑誌」「段ボール」が収集・整理されています。

「資源ごみ」のリサイクルにご協力を!



◆注意事項

- ・新しいゴミの分別は、10月2日(月)から本格的にスタートしました。
- ・アファイ改修工事のため、令和5年12月1日(金)から令和6年6月29日(土)までは、町民による「燃やせるごみ」の直接持ち込みはできませんので、ご注意ください。



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



衝突事故想定による転落者の救出訓練

海難事故ゼロに向けて

9/5

漁業関係者により構成される新深浦町漁協地域多面的機能発揮活動組織主催の海難救助訓練が、3年ぶりに北金ヶ沢漁港にて実施されました。

訓練では、青森海上保安部や深浦消防署を講師に迎え、漁業者や大戸瀬中学校1年生など約100人が、正しい救命胴衣の装着方法や人工呼吸の方法、AEDの使用方法について学びました。

また、船舶同士の衝突事故を想定した訓練も実施され、的確な出動体制や搜索救助活動への対処方法を再確認していました。

風合瀬海岸でビーチヨガ

9/9

JoySpo! ふかうらと風合瀬海岸かおりの店主催のビーチヨガが、風合瀬海岸で開催されました。今年は7月から全5回開催され、今回は最後の開催となりました。

今回は10人が参加し、青森市から参加した方もいました。残念ながらヨガの途中で雨が降ってしまいました。参加者は最後までヨガインストラクターの西崎陽夏さんの指導の下、ビーチヨガを楽しんでいました。

今回で3回目の参加となる弘前市在住の齋藤育子さんは「雨が降ってきたものの気持ちよかった。ハプニングがあったもののそれも含めて楽しかった」と感想を述べられました。



第77回県俳句大会で知事賞を受賞

9/8

青森市の東奥日報ビルNew's ホールで第77回県俳句大会が開かれました。草野力丸さん(6区)は特別選、宿題、席題の3つで優秀な成績を収め、3年ぶり2度目の総合1位で知事賞に輝きました。

草野さんは「今回の受賞はたまたまで狙っていたわけではないが嬉しい。これからも白神山地などを題材にし、地元深浦町に軸足を置いて身の回りの近くのものを見つめながら作品を作り続けたい」と受賞を喜ぶとともにこれからの抱負を語りました。

バケツ稲、刈ったぞー!

9/25

深浦小学校5年生の13人が育てたバケツ稲(まっしぐら)の収穫が行われました。町農林水産課職員から稲の刈り方についての説明を受けたあと、鎌で丁寧に稲を刈り取り、麻ひもで束ねて柵にかけ、鳥よけの網を張り、天日干しにしました。

田植えから稲刈りまでをとおして、児童達は「米が実るまで、こんなに手間がかかるとは思わなかった」「鎌で稲を刈るのが難しかった」など、農家さんの苦勞を肌で感じる事ができた様子でした。

このあと、稲を10日ほど乾燥させ、脱穀、精米した後、調理実習でおにぎりにして美味しくいただく予定です。



令和5年7月の大雨災害に 対する支援金をいただきました

青森県LPガス協会西北五支部から深浦町へ令和5年7月の大雨災害に対する寄附金が贈呈されました。



吉田町長へ目録を渡す
青森県LPガス協会西北五支部：長尾治彦支部長

青森県健康づくり事業 功労者等表彰を受賞しました！

深浦町保健協力員の川村眞喜子さん（岩崎上）が、長年にわたり地域住民の健康づくりに貢献した功績が認められ「青森県健康づくり事業功労者等表彰」を受賞され、宮下青森県知事から表彰状と記念品が贈られました。

川村さんは、昭和63年4月から保健協力員として健（検）診をはじめ町の各種事業への参加者増加のため毎戸訪問等による声かけを行うなど、地域と行政をつなぐ重要な役割を果たしてこられました。



コミュニティ(宝くじ)助成金で 備品を整備しました！



一般財団法人 自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源とするコミュニティ助成事業により、消防団の備品が整備されました。

整備された可搬式小型動力ポンプは、地域の防災力の向上のため活用されます。



消防団

現金買取 鉄・非鉄・農機具類

株式会社 高橋商事 五所川原営業所

引取りもご相談ください

つがる市柏鷲坂清見 71-16



TEL 0173-26-7576



初めての稲刈り体験！

強い日差しの中、いい笑顔で泥だらけになりながら体験を頑張った
深浦小学校の5年生と岩崎小学校の4, 5年生へインタビュー！

9月27日から28日に
けて、深浦中学校3年生
の生徒が職場体験学習を
行い、町内の事業所で様
々な仕事を体験しました。
今回、役場へ来た生徒に
広報業務を体験してい
だきました。取材・写真
撮影・記事作成(P12)
全て行いましたので、ぜ
ひご覧ください。



いwasaki小学校5年
中村 愛優琉君
・鎌を使った稲刈りで、
腰が痛くなってしまう
ったけれど苦勞が知



深浦小学校5年
野呂 綺希ちゃん
・刈った稲をちようど
いい量に束ねて糸を
きつく結ぶのが難し
かった。



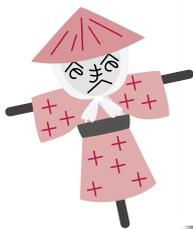
最初は写真つまくと
れるかな、インタビュ
ーしつかりできるかな、
など不安がたくさんで
した。ですがみんなに
声をかけると、「楽し
い！」「腰が痛い！」
などたくさん話してく
れて、嬉しかったです。



広報ではたくさんの人
と関わるのでコミュニ
ケーションが大切なこ
とが身をもってわかり
ました。自分でこの仕
事を体験して今度から、
もっと広報をしつかり
読もうという気持ちに
なれました。
(深浦中学校3年
齋藤真緒)

稲刈りしてみた感想は？

広報活動をしてみて



【正社員募集！（陸上・海面養殖場管理業務）】

- ◆勤務形態：正社員（試用期間3か月はアルバイト雇用）
- ◆就業場所：■本社：青森県西津軽郡深浦町大字黒崎小浜5-7
■今別支所：青森県東津軽郡今別町大字今別字今別71-1
- ◆マイカー通勤：可 駐車場あり ◆転勤の可能性：あり
- ◆試用期間：あり（3ヶ月） ◆試用期間中の雇用形態：アルバイト
- ◆試用期間中の労働条件：試用期間中は時給1000円～1200円
- ◆月給制：月給150,000円～250,000円
- ◆通勤手当：上限20,000円※マイカー通勤可
- ◆就業時間は、業務や時期によって異なる。（例：8:00～16:30、休憩60分）
- ◆有給休暇：入社半年経過時点10日 最高付与日数20日
※配属部署によって、2～3週間程度の長期休暇あり（海面養殖場：7～8月）
- ◆加入保険等：雇用保険、労災保険、健康保険、厚生年金
- ◆寮・社宅：あり ◆退職金：あり



- ◆選考方法：書類選考、面接2回
- ◆応募方法：電話連絡のうえ、履歴書を下記へ郵送願います。
〒038-2207
青森県西津軽郡深浦町大字黒崎字小浜5-7
日本サーモンファーム株式会社 採用担当：古川宛
- > ◆連絡先：080-8607-1619（採用担当：古川）、または0173-82-0750（佐藤）

おじゃまします!

地域包括支援センターです!! Vol.4



作業療法士が伝える、簡単にできる介護予防②

こんにちは(^^)作業療法士の桑田有佳子です。8月の広報でお伝えした、足指の運動はできましたか？続けてみて下さった方は、足が軽くなって、しっかりと歩けるようになったかと思います♪二回目は、意外と知らない「立ち座り動作の基本」と、簡単でたくさん効果がある「足裏ころころ運動」をお伝えします。

👉「立ち座り動作の基本」👈

膝や腰が痛い、立ち上がりがツライですね。自分の身体をうまく使うと（テコの原理）、負担なくスムーズに立つことができます。実は人間は、膝より前に頭が出ないと、立ち上がることが困難なのです。大抵の方は、おじぎ（前方への重心移動）が足りず、立ち上がりにくいようです。また、ドスン！と座ると、腰に負担がかかり、背骨を骨折する危険性もあります。座る時も、ゆっくりおじぎをすることが大事です。



👉「足裏ころころ運動」👈

ラップの芯を使って、足の裏を転がすだけの、とっても簡単な運動です。つま先からかかとまで、「イタ気持ちいい」程度に、まんべんなく転がしてみましょ。特に、膝が悪い方に簡単でおすすめの運動です。実は、一石二鳥どころか、五鳥くらいの効果があります。1日5分、テレビを見ながらやってみて下さい♪

- ①膝周りの筋肉が自然に強化できる
- ②膝痛改善
- ③むくみ改善
- ④全身の血流促進
- ⑤足裏の筋膜・足ツボを刺激



らしかるで、転倒予防&認知症予防!

新規ご利用者様 募集中!

介護予防に!

いつまでも健康でいたい!

病院退院後のリハビリに!



社会福祉法人 西寿会
リハビリ特化型デイサービス

リハジム **Laical**
らしかる

まずはお電話を TEL0173-82-0551
青森県西津軽郡深浦町字浜町137-1
<http://www.hamanasuso.com>

「爪白癬という病気をご存知ですか？」



深浦診療所 医師 平野 貴大

今日は爪白癬（つめはくせん）という病気についてお話ししたいと思います。

皆さんは爪白癬という病気を聞いたことがあるでしょうか？爪白癬という言葉は聞いたことがなくても「水虫」は聞いたことがあるかもしれません。爪白癬は爪にかかる水虫で、10人に1人の方が持っていると言われる非常に一般的な病気になります。

爪白癬は爪に水虫の菌（正確には皮膚糸状菌）が侵入して生じます。足の爪に生じることが大半です。皮膚に生じる水虫とは異なり、かゆみなどの自覚症状はほとんどありませんが、爪の色が変色したり、爪が厚くなったり、一部剥がれ落ちたりするなどの変化が生じます。

痒みなどの自覚症状がないため放っておかれることが多いのですが、治療しないで改善することはまれで、変形した爪が靴下に引っかかったり、皮膚に食い込んだりして歩きにくくなったり転倒しやすくなったりすることが知られています。足の爪の変形から、足の痛みや歩きづらさにつながり外に出る機会が減ってしまうことで、筋肉の衰えや、骨粗しょう症が進行しやすくなる、認知症が進みやすくなるなど暮らしを継続できなくなるきっかけになってしまう恐れがあります。

10年前までは爪白癬を治療するためには飲み薬を長期間にわたって飲み続ける必要があり、なかなか治療しづらい病気でした。しかし現在では、効果の高い爪に直接塗る薬が流通してきたため治療が比較的簡単になりました。

爪の色の変化、爪の変形など気になることがありましたら、診療所でぜひご相談ください。爪の検査を行い（結果が出るまで2週間弱かかります）、爪白癬と診断がつけば塗り薬などの治療を行います。爪が生え変わるまで6ヶ月～1年程度かかりますので、治療期間もその程度を見込んでおいてください。

爪がきれいになった後も、再度感染する可能性はあります。足がムレないように配慮し、足に変化がないか定期的チェックをお勧めしています。足をチェックする際には、爪だけでなく、足白癬（いわゆる水虫）の前兆が皮膚に出ていないか（皮がむけてないか、足の指の間がじくじくしていないかなど）も気をつけてみてください。もちろんこれらのことは、いま爪白癬がない方も、予防のため日頃から気をつけることをお勧めします。

こまめに自分自身をケアすることで、健康を維持することができます。日頃から自分の身体に興味をもって生活をしていきましょう。

「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



会社やお店の
宣伝・イベントの
告知にご利用
ください！

**広告
募集中**

■問合せ先
総合戦略課
企画調整係
TEL 74-2122



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

板井 恒二先生
いたい皮ふ科 院長



「つづらご」=帯状疱疹について

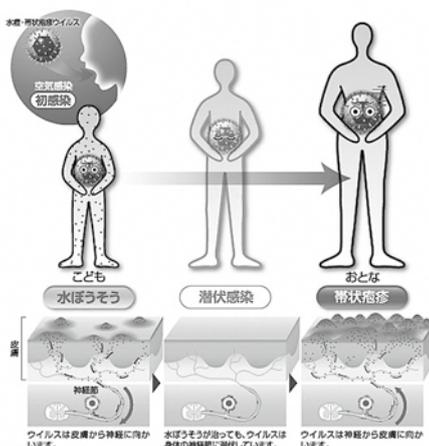
「つづらご」にかかったんでないか！？と血相を変えて来院される患者さんが多くみられます。帯状疱疹が体全体に出たら死ぬ（一回りすれば死ぬ！）とか一生、神経痛残る！と友人や家族に脅されて受診されますが、実は、帯状疱疹によって死亡するものではありません。末期癌や白血病の方が、亡くなる直前に免疫が非常に低下した状態になると、体全体に重度の帯状疱疹が出るということなのです。私は、皮膚科医を30年近くやっておりますが、一回りしたり、死亡する例は診たり聞いたりした事は有りませんので、ご安心下さい。また、不安が強い方は痛みが長引きやすい傾向にあります。そのため、必要以上に不安をあおらないこととお勧めします。その様な患者さんへは、抗うつ剤も痛みの治療に非常によく効くことがあります。

神経痛は、重症例や治療が遅かった方、糖尿病等の免疫低下があると起こしやすいのは確かです。痛みが続くと、脳に痛みの記憶がトラウマの様に刻み込まれるため、少しの痛みでも敏感になります。しかし、痛みの治療をしっかりすれば、日常生活で気にならないくらいにはなります。治療しても難治なら、主治医に早めにペインクリニックへ紹介状を書いてもらうと良いでしょう。

帯状疱疹は、小さいときに罹った水ぼうそう（水痘）のウイルスが、背骨近くの太い神経のコブに住み着いたものが、皮膚まで神経を壊しながら伝わって再発したものです。普段はそのコブから出ない様に、免疫細胞が見張っておりますが、疲れ、寝不足、ストレス、ワクチン等で一時的に免疫が低下すると、見張りが手薄になります。ウ

イルスはそれ幸いと、脱走して初めは神経を壊して皮膚を目指します。ウイルスは皮膚に出られれば、仲間を周りに増やしてバラまくことが出来ます。しかし途中で神経の中や周囲で、免疫細胞たちとケンカが始まります。そのため炎症が起きて、神経が壊れて痛み、軽い場合は痒みが出ます。その後皮膚まで前線が押されれば、皮膚まで水ぶくれを作ってやっと「つづらご」（帯状疱疹）と診断がつくようになります。

初めは痛みだけなので、整形外科などを受診するため、神経痛と診断されることが多いです。水ぶくれが出れば誰でも診断がつくのですが、神経痛だけだと皮膚科専門医でも誤診をする事が有ります。検査薬も有りますが、初期の場合はインフルエンザやコロナの検査キットと同じで陽性にならない場合もあります。初期の場合、こまめな受診が必要ですので、ご了承ください。自称「つづらご」でも良いので、心配になったらご遠慮無く、受診しましょう。



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



深浦町地域おこし協力隊 浪岡 敏勇 (なみおか としお)

今回の写真は先日東京で開催された、Uターン交流フェアでの2枚です。わが町深浦のブースと、スペシャルゲストの宮下宗一郎知事、パワーを貰いましたよ。

さてさて、9月2日～3日の2日間開催されたアオーネ白神十二湖・クラフト展、皆さん楽しんでいただけでしょうか？

3月から約半年間の準備模様を少しだけ書こうと思います。前号にも書きましたが、なんせ私自身クラフト展とは？・・・からですからねえ(笑)なので、まずはクラフト展とは何かを知るために、県内主要開催のクラフト展を調べ、主催者からお話を伺う事から始めました。県内外4つのクラフト展の各担当者さまへお電話し、また直接お会いして様々教えて頂いた後に案内資料を作成、実際にクラフト展へ足を運んで作家さんへご挨拶という名の、営業活動を実施しました。飲食店舗も含めると実に500人近い方へご挨拶に伺ったのでしょうか。その中で少しずつクラフト展を学んでいったんですね。6月末に締め切りが迫り始めた頃、出展者の応募も日に日に増え、ついに目標出展(店)数に達しました。みんなの努力が報われた瞬間に感動したのが昨日の事のように。間違いなく、今年一番嬉しかった出来事です。

そして7月「あの親しみやすくてかわいいポスター」が出来ました！制作者は役場総務課の藤田係長。実はファイヤーの時もお手伝い頂いています。センスいいですよ？同月には応募者の選考終了に伴い、来年度の開催も見据え、事務局から実行委員会へ組織変更も終え元も盤石にしました。

青森、五所川原、鱒ヶ沢、弘前、能代までポスター500枚配布を終えたのが8月初旬です。ねぶた祭りも終わり、残り半月、新聞、TV、ラジオと出られる媒体は全てで告知を実施。場内の案内看板を災害流木で作成、今回試験的に出展するお店の商品も災害流木をテーマに制作しました。「ドリフトウッド」まさに流木という名のお店の誕生です。主催者として作家の立場からクラフト展を観る事も大切と考えた新しい挑戦でした。

8月末日、2日間かけて場内の区画割り、看板設置など細かい準備を終え準備完了、9月1日の前日受付を迎え、いよいよ実行委員会としてのクラフト展はスタート。雨も上がり、翌日3日16時、大きなトラブルもなく無事終了を迎えました。率直に「ご来場いただいた皆さんの笑顔がとても嬉しかった」1冊の資料からの答え探しでしたが、私一人では何も出来ませんでした。いつも思うのです。一人で作れるものなんてたかが知れていると。それはうどん屋からも学びました。一人でおいしいものを作っても理解してくれる人、食べてくれる人がいない事にはどうしようもないのです。寂しいですよ。いつも沢山の人の助けをもらい、沢山のひとと笑える事はとても幸せな事だと思います。ましてその輪の中に自分がいるなんて。それだけでも素晴らしい事だと思うのです。

改めてスタッフ、出展(店)者さん、お客さま、そしてこのイベントに関わってくださった全ての皆さんに感謝いたします。ありがとうございました。また来年度、開催される事を願って。



11月生まれのお子さんの写真を募集します!

- ◆対象 令和5年11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10月25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	○	○	休診	3:00 4:30 1:00 2:30

「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
受付時間は終了の

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



編・集・後・記

紙面にも掲載してはいますが、9月上旬にアオーネ白神十二湖で町内初となるクラフト展が開催されました。私は広報の取材兼スタッフとして丸二日間、現地にいました。県内各地でクラフト展は開催されていますが、私が行ったことがなかったので想像以上の活気に驚かされました。クラフト作家の作品もレベルが高く、クラフト展はこんなに面白いのかと驚かされてばかりの二日間でした。さて、話は変わりますが職場体験

で役場を訪れた深浦中学生が作成した記事は見ていただけましたか？広報業務を体験した1日で取材や写真撮影、原稿作成などをすべて中学生が行いました。限られた時間の中の作業だったのでとても大変だったと思います。しっかりと仕上げてくれたのでまだ読んでない方はぜひ、ページを戻って読んでみてください。ちなみに表紙の写真も中学生が選んだものになっています。

町民文化云々

く俳句く

十二湖は母のふところ小鳥くる
 渡り鳥夕日に染まる日本海
 みづうみは天の入り口赤蜻蛉
 大焔の顔むんずと涙の競り
 秋夕焼色を尽くせる十和田湖よ
 きうとは雲泥なるや今朝の秋
 秋の暮寂しさつのりライン見る
 亡き父のこよなく愛でし濁り酒
 鯉跳ねて湖面の絵画こはしけり
 十二湖に初鴨の水脈ゆたかなり

蒲田 吟 竜
 坂本 り き
 小林 小 竜
 かめい 百
 乳井 光 昭
 佐藤 豊
 田 浦 恵 美 子
 池 田 郷 太 郎
 石 田 か つ ら
 草 野 力 丸

戸籍の窓

おぐやみ申し上げます

熊谷 フツエ (91) 横磯
 佐ヶ木 良夫 (93) 沢辺
 竹越 昌志 (71) 崎の町
 杉田 と き (89) 広戸
 川村 幸蔵 (78) 広戸
 吉田 昭二 (96) 轟木
 秦 祐三 (79) 塩見崎
 浜谷 ツエ (92) 広戸
 杉田 ノリ (96) 広戸
 坂本 鶴江 (85) 船作
 野呂 誠 (74) 相野山
 菊池 昭徳 (80) 岩崎下
 中原 みさ (77) 岩崎中
 秋元 良輝 (72) 松神
 山本 栄作 (65) 田野沢
 大川 隆 (64) 北金1区
 伊東 フセ (93) 関

深浦町の人口と世帯
 (9月末日現在)()内は前月比

男 …… 3,362人 (- 2)
 女 …… 3,734人 (- 7)
 計 …… 7,096人 (- 9)

世帯数 3,537世帯 (+ 4)
 深浦町の総面積 488.91km²



8月21日～9月20日までの戸籍届出



ちびっこ チャンピオン

「ぼくの・わたしの大傑作」

みはる保育園のなかよしたち

(左上から)

やまもと かんじくん (5さい)
まつさわ こはるさん (6さい)
よなが さわさん (5さい)
みうら しんじろうくん (6さい)

(左下から)

やまもと まなとくん (6さい)
くろたき こいぎさん (5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。



このコーナーでは誕生日を迎えたちびっこ達をご紹介します



ゆりり 松沢 優李くん
(広戸) R1/10/19生

「おしゃべりで元気いっぱい！姉業仲良く大きくなってね！」「プリンセス大好きこれからも姉妹仲良くしてね！」



かえで 成田 花楓ちゃん
(3区) R1/10/17生



のい 阪崎 展彩ちゃん
(風合瀬) R4/10/11生

「お腹が痛くて全力泣い！いっぱい食べて大きくなってね！」



あおい 坪根 葵ちゃん
(風合瀬) R1/10/25生

「これからもいっぱい歌を聞かせてね！」

草創教育長の

「今月の一枚」

読書の効果 (その一)

子どもの時に是非でもつけるべき習慣はたくさんありますが、その代表格が読書です。
二回にわたり、読書がもたらす効果を述べます。

① 想像力を育てる

推理小説、時代小説、恋愛小説、冒険活劇…。現実では経験できない世界を、読書は簡単に味わせてくれます。言葉を通して想像の世界を広げる。まさに、読書の醍醐味です。



② 他者の心を理解する力を育てる

私たちは、ドラマや映画などを見ている時、つい登場人物に入れ込んで同じような気持ちになってしまい、泣いたり笑ったりすることがあります。

逆に外から冷静な目で見て、「バカだな」とか「もつと違う生き方があるのに」と批判したりもします。



読書も同じで、さまざまな状況下の登場人物の言動にふれて、共感したり批判的に見たりすることができず。そのような経験を積み重ねること

解する力を育ててくれるのです。

③ 多様な人間を受け入れる素地を育てる
物語には、強烈な個性の人物が多種多様に登場します。その中から、いくつか人物パターンが心の中に類型化されると、現実の人間をそのパターンの組み合わせで理解しやすくなります。

例えば、あく、こいつは『ごんぎつね』みたいにひとりぼっちでさみしいから、悪さばかりするんだなとか。
ふむ、この男は『走れメロス』の暴君に似て人を信じないのか。でも、物語と同じで改心の余地はあるかも、とか。

人のことばかり優先して、『花さき山』のあやのような人ね。正義感が単純すぎて『坊ちゃん』にも似てるけど、とか。

自分とは異なる考え、感性の持ち主に出会っても、「この人や、ムリ！」と、頭から拒絶するのはなく、落ち着いて向き合える。読書は、そんな素地を養ってくれます。

④ たくさんの言葉を教えてくれる人間は、自分の中に獲得した言葉を使ってものを考えます。獲得した言葉をこえて深く思考することはありません。手持ちの言葉が少なければ少ないほど、思考の方法も内容も単純で難になりやすいのです。読書は、たくさんの新しい言葉をもたらし、感情や思考を豊かで緻密なものにしてくれます。
(次号に続く)

(教育長 草創 文人)