

FUKAURA

2024

10

- 広報ふかうら -

VOL.235



みんなで協力して稲刈り

 船作

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！

アオーネ白神十二湖 クラフト展



竹とんぼを体験する子どもたち



作品を手に取り吟味する来場者



出展した作家の作品(木工)



出展した作家の作品(ガラス細工)



出展した作家の作品(革細工)

9月7日、8日の2日間にわたり、アオーネ白神十二湖でクラフト展が開催されました。今年は、全国各地から67のクラフト作家が集結し、それぞれ自慢の作品を並べ販売しました。

今年も、木工、ガラス細工、革細工、陶芸、フラワーアレンジメントなど、ジャンルを問わない多彩な作品が並び、来場者は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を楽しみながら、お気に入りの作品を購入していました。

また、ワークショップを楽しめるクラフト作家の区画では、親子で仲良く作品を製作している姿も見られました。飲食エリアにはキッチンカーなど13店舗が出店し、焼きそばやピザ、ラー

メン、クレープなどが並び、来場者はクラフト作家の作品を購入した後、飲食エリアのさまざまな料理も楽しんでいました。

鶴田町から訪れていた方は「すごく楽しかったです。かわいいものがいっぱい並んでいて、ついつい買いすぎてしまいました」と感想を語っていました。

アオーネ白神十二湖・クラフト展実行委員会の齊藤委員長は「2日間とも天気に恵まれ、たくさんの方が来場してくださり良かったです」と語りました。

今回で2回目の開催となったクラフト展には、2日間で町内外から多くの方が来場し、会場は大賑わいでした。



生きいき健康福祉祭 203名の長寿を祝う

長年にわたってさまざまな分野で活躍し、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19日、深浦町民体育館で開催されました。

式典では、吉田町長が「これまでの長い人生でさまざまな喜びや悲しみ、そして苦勞もあつたと思います。これからも元気で健康やかに楽しい毎日をお過ごしいただき、人生の先輩として私たちにご指導いただきましたと思います」とあいさつを述べました。

今年表彰の対象となつたのは、ダイヤモンド婚18組、金婚29組、米寿109名。このうち、出席した11組のご夫婦と22名に顕彰状と記念品が贈られました。

ダイヤモンド婚を迎えた兼平愛助さん・滯子さんご夫婦は「夫婦生活60年、いろいろな苦勞もあつたけど、協力して生きてきた。二人とも健康に過ごせて、今回このような表彰をいただけて良かった」と今回の受賞を喜んでいました。



町長から顕彰を受け取る受賞者



記念撮影を行う兼平愛助さん・滯子さんご夫婦

令和5年度 決算報告

令和5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1億4,135万3千円の黒字決算となり、その歳出決算規模は、令和4年度決算と比較して1億4,443万8千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、2億6,689万1千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、引き続き令和4年8月並びに令和5年7月豪雨に伴う災害の復旧を進め、経済再生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5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)		8,107,006	7,733,194	373,812	232,459	141,353
特 別 会 計	国民健康保険事業特別会計 (事業勘定)	1,187,127	1,161,291	25,836	0	25,836
	国民健康保険事業特別会計 (直診勘定)	290,076	276,687	13,389	0	13,389
	後期高齢者医療特別会計	156,499	153,942	2,557	0	2,557
	介護保険特別会計	1,652,930	1,584,782	68,148	0	68,148
	訪問看護ステーション特別会計	16,924	15,509	1,415	0	1,415
	下水道事業特別会計	248,561	234,976	13,585	0	13,585
	財産区特別会計	608	0	608	0	608
	特別会計 合計	3,552,725	3,427,187	125,538	0	125,538
合 計		11,659,731	11,160,381	499,350	232,459	266,891

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	149,520	資産の部	5,171,694
		経常損益	▲ 19,095	負債の部	4,084,494
		当期純損益	▲ 19,141	資本の部	1,087,200

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
		R5決算	R4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%	9.3%	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。	24.8%	33.6%	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

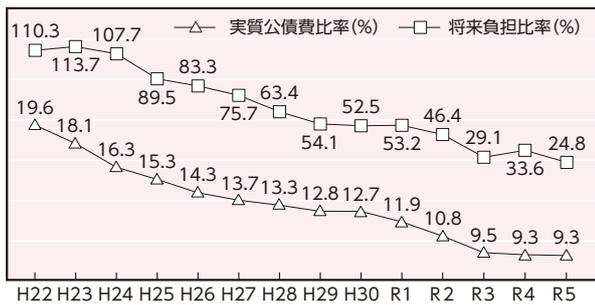
令和5年度における社会保障施策経費1,508,668千円に充当した地方消費税交付金は101,135千円で全体の6.7%となっています。

(単位:千円)

事 業 名	令和5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)	725,270	492,113	5,377	28,217	199,563
社会保険(国民健康保険、介護保険)	415,982	66,046	0	43,351	306,585
保健衛生(高齢者医療、健康増進など)	367,416	74,721	54,026	29,567	209,102
合 計	1,508,668	632,880	59,403	101,135	715,250

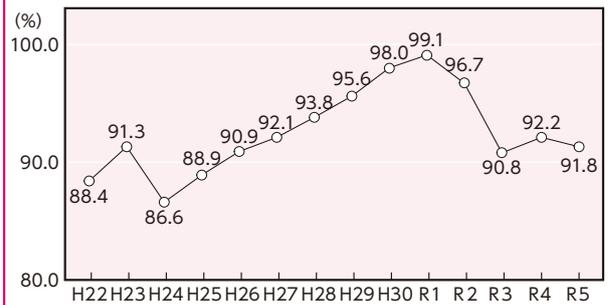
4 財政指標の推移

(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。

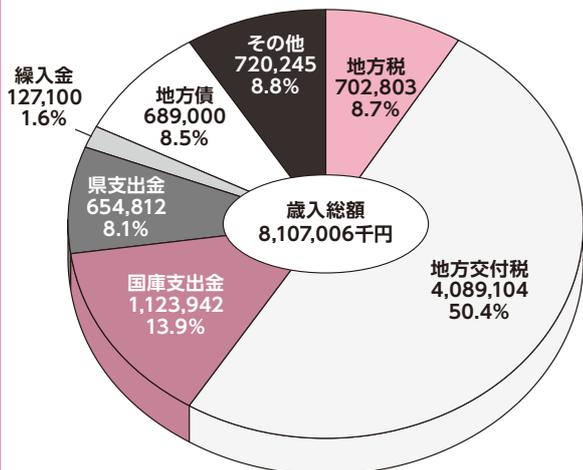
(2) 経常収支比率



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。

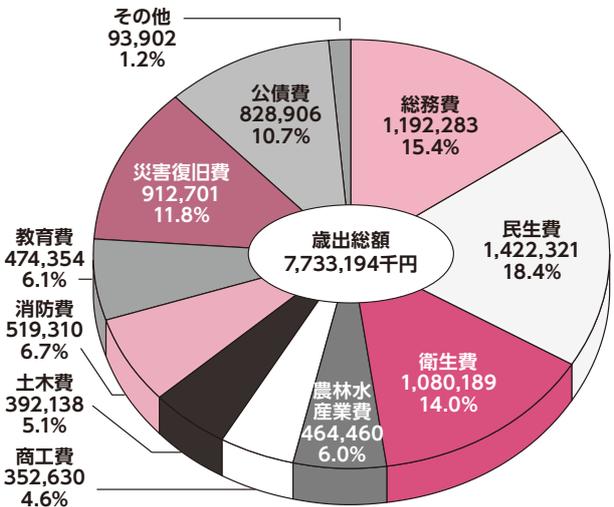
5 普通会計決算の状況

歳入



地方税や使用料、繰入金等の自主財源は、16%程度となっています。また、地方交付税が全体の約50%を占めています。令和4年度に比較して、国庫支出金、県支出金、地方債が増加した一方で、地方交付税や繰入金が減少しました。

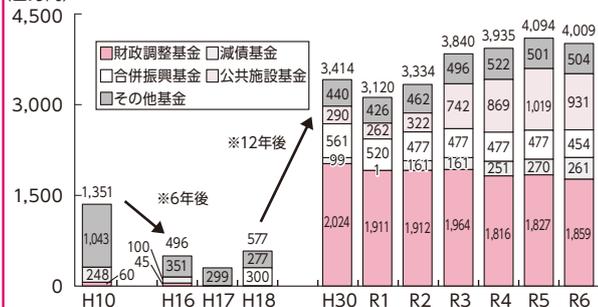
目的別歳出



公債費(借金返済額)が全体の約11%を占めています。また、新たな借金(歳入の地方債)が約6.9億円に対し、返済金(歳出の公債費元金)が約8.1億円ですので、一年間で借金残高が約1.2億円減少しました。

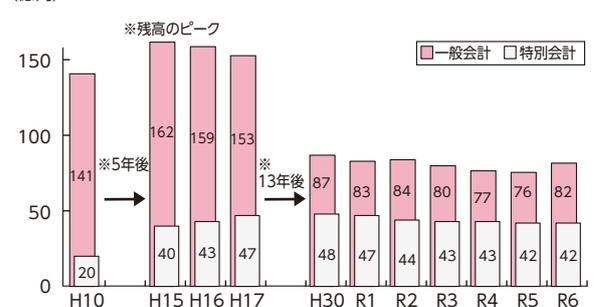
6 一般会計の基金(貯金)と町債(借金)の残高の推移

基金(一般会計)の推移(令和6年度見込みまで)



一般会計の基金はR5末で約40億9千万円となり、前年度末から約1億6千万円増加しました。財源不足に対応するため、基金の活用を続けていますが、R6末残高は約40億1千万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6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、R6は増加に転ずる見込みです。特別会計については、45億円前後で推移しています。

「大戸瀬中学校のあり方についての保護者アンケート」の結果について

令和6年7月17日（水）から7月31日（水）までの間、大戸瀬中学校区にお住まいの保育園・子ども園等の保護者、修道小学校と大戸瀬中学校の保護者を対象に、「大戸瀬中学校のあり方についての保護者アンケート」を実施しました。

町では、今後、検討委員会を立ち上げて、アンケートの結果を基に、大戸瀬中学校のあり方について方向性を決定していく予定です。

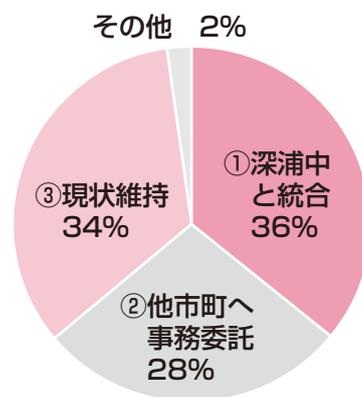
1 回答数及び回答率

	配布数	回答数	回答率
保育園・子ども園他	17	12	71%
修道小学校	30	23	77%
大戸瀬中学校	28	15	54%
計	75	50	67%

2 今後の大戸瀬中学校のあり方について、どのように思いますか。

(1) 全体

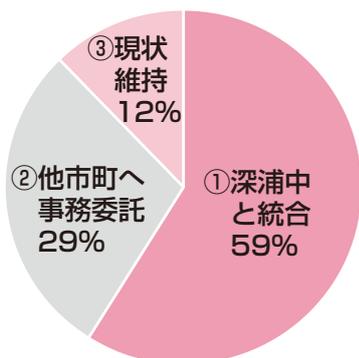
	回答数	割合
①深浦中と統合し深浦中に通学	18	36%
②他市町へ大戸瀬中の教育事務を委託	14	28%
③現状維持	17	34%
その他の意見（無効回答）	1	2%
計	50	100%



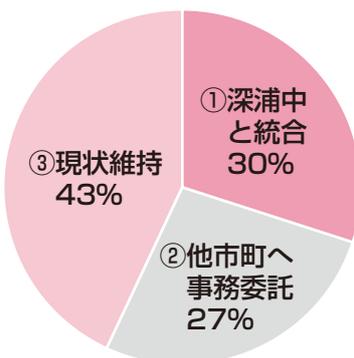
(2) 世帯別内訳

	保育園児等がいる世帯		小学生がいる世帯		中学生がいる世帯	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
①深浦中と統合し深浦中に通学	10	59%	9	30%	6	40%
②他市町へ大戸瀬中の教育事務を委託	5	29%	8	27%	5	33%
③現状維持	2	12%	13	43%	3	20%
その他の意見（無効回答）	0	0%	0	0%	1	7%
計	17	100%	30	100%	15	100%

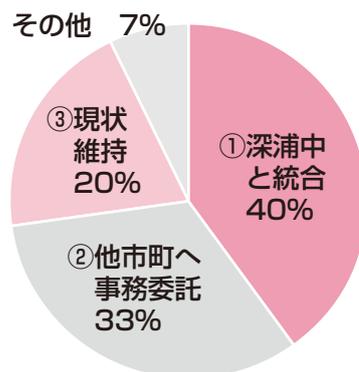
○保育園児等がいる世帯



○小学生がいる世帯



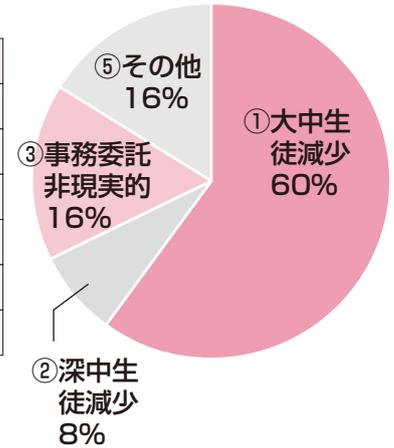
○中学生がいる世帯



3 選択理由

(1) 深浦中学校との統合が良いとした理由

	回答数	割合
① 大中の生徒数があまりに少なくなる	15	60%
② 深中生徒数があまりに少なくなる	2	8%
③ 他市町への事務委託は非現実的	4	16%
④ 深中統合で新校舎建築が期待できる	0	0%
⑤ その他	4	16%
計	25	100%



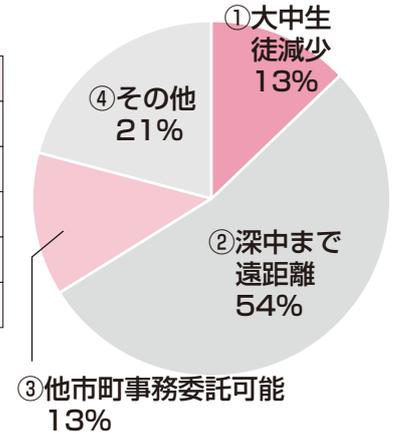
※複数回答を可としています。

その他の主な意見

- ・生徒が少ないため行事全般の活気がない。いろんな人と関わることで、コミュニケーション能力を養うことができると思う。
- ・正直なところまだ悩んでいて決めかねるが、生まれ育った町の中学へ通わせようと思っている。

(2) 他市町に事務委託することが良いとした理由

	回答数	割合
① 大中の生徒数があまりに少なくなる	3	13%
② 深中まで遠く通学に時間がかかる	13	54%
③ 他市町に事務委託可能と思われる	3	13%
④ その他	5	21%
計	24	101%



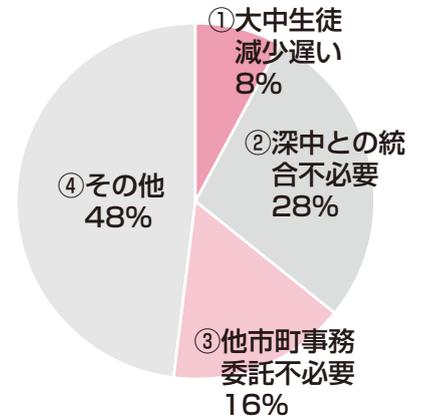
※複数回答を可としています。

その他の主な意見

- ・通学距離が近い方が、何かあったとき安心する。
- ・現時点で買い物等を鰯ヶ沢町ですることが多く、生活圏的にも深浦地区よりなじみ深い。

(3) 現状維持が良いとした

	回答数	割合
① 大中の生徒減少が思ったほどでない	2	8%
② 深中との統合に必要性を感じない	7	28%
③ 他市町への事務委託に必要性を感じない	4	16%
④ その他	12	48%
計	25	100%



※複数回答を可としています。

その他の主な意見

- ・緊急時のお迎え等が遠く、主治医に通院するには反対方向。
- ・子どもは車に酔いやすく、毎日の酔い止め服用は避けたい。酔うのを怖がり学校へ行きたくないと言われることになりそう。

4 大戸瀬中学校のあり方についてのその他の意見

・学校は統合せず、運動会などの行事を一緒にやるのはどうか。修学旅行や遠足など、学校はそのまま、可能な限りでいいので・・・。



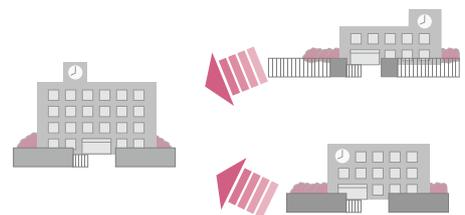
・人数減少を見ると今後は深浦中と統合する方が現実的なのかなと思います。気になる点はスクールバスの乗車時間が長いこと。バス酔いするため、本人の苦痛を考えて親が送迎するとなれば家から近い学校を選ぶかもしれません。部活動のことも考えると自動車やバスの交通の便が良い鯉ヶ沢中も視野に入れていきます。



・個人の性格によると思うが、小中の顔ぶれに変化がなく、しかも少人数の狭い世界だけで過ごした場合、高校に入ったときにうまく順応できるか心配です。それであれば、中学にあがるときに他市町の生徒と交流を持たせた方が、その後もスムーズに順応できると期待します。

・深中との統合に賛成です。子ども達の事を考えると、デメリットよりメリットの方がはるかに大きいと感じます。現状の少人数指導も手厚くありがたいですが、少人数のために活動が制限される場面もあり、親として正直、子どもがかわいそうだと思う事もあります。多くの仲間との関わりを通して学んだり成長していける機会を、中学生という時期に、ぜひ体験させたいと考えています。

・統合については大いに賛成！！移動時間が長いことについては、高校になるともっと時間がかかる為、慣れも必要かと思えます。将来のことを考えると、人との関わりは大事だと思うし、柔軟性、協調性、仕事をする上でも大切だと思うので、今の戸瀬中学校では少し不安があります。



・少人数だからこそ1人1人に合わせて対応いただいて大変助かったことも多いので、このまま残したい気持ちはありますが、子どもの未来を考えると狭いコミュニティより、より大きなコミュニティで学校生活をおくる方が、メリットがあると考えます。また、深中と統合したとしても、数年後には“他市町村と”という議題になるかと思えます。

・将来を見据えてというより、早急に合併するべき。人間関係の固定化や教育活動の制約は今現在も深刻な問題です。今現在でも人数は少なく、大人の意見どころより子どものためにならないので、早急に合併した方がいい。

・小中一貫校が望ましい。深浦と統合したら不便。何かあった時にすぐに行けない。



皆の力で繋いだ樫 青森県民駅伝



総合タイム 1:43:30

総合 31位

町の部 17位

監督 山内 旭人

1区 (3.8 km) **田村 悠**
(男子中学生) (深中1年) 14:23
【総合27位 町の部15位】

2区 (1.1 km) **斉藤 陽希**
(男子小学生) (深小6年) 4:24
【総合30位 町の部17位】

3区 (1.1 km) **熊谷 海音**
(女子小学生) (深小6年) 4:21
【総合37位 町の部21位】

4区 (5.0 km) **柴田 樹**
(男子高校生以上) (西目屋小事務) 18:17
【総合32位 町の部18位】

5区 (3.4 km) **山内 夢翔**
(女子中学生以上) (深中1年) 16:44
【総合36位 町の部21位】

6区 (3.1 km) **山内 和也**
(35歳以上男子) (鯉ヶ沢高1年) 10:59
【総合18位 町の部9位】

7区 (4.4 km) **斉藤 和希**
(男子高校生以上) (五所農林高1年) 16:52
【総合30位 町の部16位】

8区 (1.7 km) **永谷 莉子**
(女子中学生以上) (鯉ヶ沢高1年) 7:03
【総合35位 町の部20位】

9区 (2.5 km) **野呂 瑛太**
(男子中学生) (深中2年) 10:27
【総合24位 町の部13位】

9月1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17位という成績を収めました。

厳しい暑さの中、青森県観光物産館アスパムからカクヒログループアスレチックスタジアムまでのコースを走りました。

選手たちは、7月下旬から重ねてきた練習の成果を発揮し、みんなの思いが託されたタスキを各選手が力強い走りで繋いでいきました。沿道には、選手を応援する家族や友人の姿も見られました。控えメンバーや家族からの声援に後押しされ、みんなの力で最後までタスキを繋ぎ、走り切りました。



一斉にスタートを切る選手たち

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



『ロバ隊長』づくりが行われました 9/5

深浦町保健センターで2回目のロバ隊長のマスコットづくりが行われました。オレンジ色のロバは認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクターであり、認知症について学んだ小中学生にプレゼントしています。認知症について理解があり、また手芸を趣味としている12名の方が参加し、1時間半程度ロバマスコットやぬいぐるみづくりを行いました。参加者はお茶を飲みながら和やかな雰囲気の中で手芸を楽しみ、「参加して楽しかった。またみんなで作りたい」と感想を語りました。年4回開催予定であり、3回目は12月5日(木)です。興味のある方の参加をお待ちしています。



【問合せ先】 深浦町地域包括支援センター 電話:74-4421

県民対話集会「#あおばな」が開催されました

知事が各地へ出向いて県民の声を聴く対話集会「#あおばな」が風合瀬海岸で開催されました。今年度から町内で海岸清掃活動を行いつつ、災害流木を活用して焚火を楽しむ活動をしているF・F・焚火人の会員が、宮下知事と焚火を囲みながら対話しました。

9/8

宮下知事とF・F・焚火人の会員は自己紹介後、流木の処理や町おこし、地域間連携についてそれぞれの思いを語り、宮下知事は時折メモを取りながら耳を傾けていました。対話は終始和やかな雰囲気で行われ、宮下知事は「#あおばな」がきっかけで深浦町の地域振興が進むよう、みんなで頑張っていければと思います」と語りました。



焚火を囲んで宮下知事と対話を行うFF焚火人のメンバー



目録を受け取る小笠原校長(左から北山深浦支店長、小笠原校長、三浦社長、谷津常務執行役員)

深浦小学校へ寄付

9/11

青森銀行のSDGs私募債「未来の創造」発行による寄付の贈呈式が、深浦小学校校長室で行われました。

今回の贈呈式では、株式会社三浦建設が発行した私募債の0.2%相当額として、テントやポッチャの用具一式が青森銀行から深浦小学校へ寄贈されました。贈られた寄贈品は、深浦小学校の質の高い教育のために活用される予定です。今回、私募債を発行した三浦建設の三浦社長は「学校行事以外で我々ができることで子どもたちに対して、きっかけを与えることができれば、企業をやる上で一番良い成果だと思っています。将来ある子どもたちのために少しでも役に立てれば幸いです」と語りました。

木のおもちゃの贈呈式が行われました

町では今年度から、新生児の健やかな成長を願うとともに、木の良さを五感で感じる「木育」を通して、木材への親しみや木の文化への理解を深めるきっかけとするため、深浦町産の杉を使用した木のおもちゃ(積み木)を贈呈する事業を始めました。

9/18

今回、初めて本事業の対象となった9月8日生まれの一戸海桜(みお)ちゃん(川原町)へ、木のおもちゃの贈呈式が行われました。吉田町長から積み木が手渡され、受け取った一戸夫妻は「いただいた積み木を使って子どもと遊ばせてもらいます。大切に使います。」と感謝していました。



吉田町長から積み木を受け取る一戸夫妻と海桜ちゃん



一生懸命、稲を刈る児童たち

2校合同で稲刈り体験!

舟作地区の田んぼで、深浦小学校の5年生13人といわさき小学校の5・6年生12人が稲刈りを体験しました。

9/24

稲刈り前、吉田來夢(らいむ)くん(深浦小学校5年)が、「今日は稲を育ててくれた村上哲也さんに感謝して稲刈りを頑張ります」とあいさつをした後、春に自分たちで田植えをした稲を次々と刈り取っていきました。

鈴木柊音(しゅうと)くん(いわさき小学校5年)は「とても楽しかった!稲を刈ったり、束ねたり、運ぶのを素早くできてよかった」と感想を語りました。

秋田県八峰町と災害時における相互応援に関する協定を締結

深浦町は秋田県八峰町と災害時における相互応援に関する協定を締結しました。この協定は、
 9/24
 県境を挟んで隣接する両町が、災害発生時に食料や飲料水、生活必需品の提供や、救援・救助活動への協力、復旧に必要な職員の派遣など、互いに応援し支えていこうとするものです。

町民文化ホールで行われた締結式では吉田町長と堀内町長が協定書に署名し、吉田町長は「県内の自治体間で災害時応援協定を締結しているが、県境を挟んで隣り合う自治体間で応援し合うことができれば、緊急時の初期対応が円滑に進むと考え、今回の協定締結に至った」と協定締結の意義を語りました。



署名した協定書を手にする吉田町長(左)と堀内町長(右)

コミュニティ助成事業助成金 (地域防災組織育成事業)で 備品を整備しました!

この度、追良瀬自治会では、令和4年8月の豪雨災害により、地区内の一部が冠水したことから、宝くじの受託事業収入を財源とする「コミュニティ(宝くじ)助成事業(一般社団法人自治総合センター)」の助成金を活用し、地域の防災力向上のため、エンジンポンプや水中ポンプなどを整備しました。



今回整備された備品



おじゃまします!

地域包括支援センターです!!

Vol.9



作業療法士が伝える、簡単にできる介護予防⑤

お久しぶりです(^^)作業療法士の桑田有佳子です。
昨年度4回に渡って、お伝えしてきましたが、今年度も4回担当させて頂くことになりました。皆さん、変わりなくお過ごしですか?
転倒予防・認知症予防をやって頂けていれば、きっとお元気なはず・・・
最近は「熊が出ると怖い・・・散歩は控えている」という方も多いかもかもしれません。
そこで今回は「**効果的な歩き方**」についてです。



1日15分、無理なく続けよう♪

ややきつと感じる速歩きと、ゆっくり歩きを3分間ずつ交互に繰り返す「速遅歩き」

「自分なりに散歩している」とか「1万歩、歩くようにしている」という方も多と思います。ところが、いくら長時間、普通に歩いても効果はほとんどありません。更に8000歩を超えると、膝関節が摩耗しやすくなります。**1日15分、週にすると速歩き合計50分までで十分です**(それ以上歩いても、効果は同じです)
中高年者の男女を対象に「1日1万歩」と「速遅歩き(インターバル速歩)」を5カ月行った結果を比べると、**体力向上や膝伸展・屈曲の筋力向上の他に、生活習慣病の改善(血圧・血糖値・コレステロール値)**も、明らかになりました。更に、**交感神経・副交感神経の両方が刺激されるので、自律神経のバランスも整います。**

速歩きのポイント

- ・背筋を伸ばして、腕を振る
- ・いつもより少しだけ歩幅を大きく
- ・膝を伸ばして、踵から着地
- ・つま先で地面を蹴り、リズムよく♪



「ややきつ」と感じる運動が有効

遅歩きのポイント

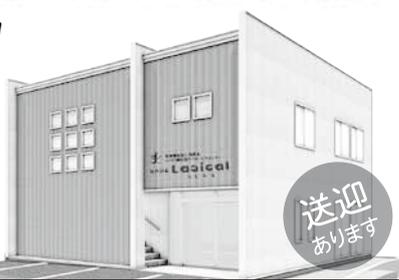
- ・目線を上げて、ゆっくり歩く
- ・呼吸は、鼻から吸って口から吐く
- ・季節を感じて、リラックス♪

速歩き3分+遅歩き3分・・・を交互に繰り返し、15分でOK!
日常に取り入れて体力・筋力アップ!

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!



Laical 夕陽公園 ● 深浦港 ● 青森銀行 ● JR五股線

みちのく銀行 ●

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>

大人の脱腸のお話です



深浦診療所 医師 加藤 昇

4月に深浦診療所に着任して少し慣れてきたところです。引き続きお役に立てるよう勉強して参ります。今回は大人の脱腸のお話をいたします。

大人の脱腸とは、お腹の壁が弱くなった部分から腸が皮膚の下に脱出してくる病態です。最も一般的なものは「鼠径ヘルニア^{そけい}」で、お腹の下部にできることが多いです。

壁が弱くなる原因の多くは加齢により腹筋が弱くなることで、脱出は腹圧がかかることで発生しやすく、重い物を持ち上げたり、便秘でいきんだりすることが引き金になります。

脱腸の主な症状はしこりや膨らみです。痛みや不快感を伴うこともあります。時間の経過とともにしこりや膨らみは大きくなり、消化不良などの様々な体の不調が現れてきます。

脱腸は時に生命にかかわる「絞扼ヘルニア^{こうやく}」と呼ばれる合併症を引き起こすリスクがあります。これは脱出した腸が締め付けられて血流が遮断される危険な状況で、強い痛みを伴います。緊急処置が必要となり、強い痛みが改善しなければ数時間以内に迅速な手術が必要になります。こうした危険な合併症もありますので、症状を軽視せず、医師に相談することが大切です。

治療方法についてですが、「絞扼ヘルニア」を除けば、一般的に手術が予定して行われます。

手術は、腸をお腹の中に戻し、再発しないように脱出を防ぐためのお腹の壁の修復を行います。

最近では、内視鏡^{ふくくきょう}（腹腔鏡^{ていしんしゅう}）を用いた低侵襲（身体への負担が少ない）な手術も普及しており、入院期間や身体的負担を軽減することが可能になっています。手術を受ける際は、リスクも考慮しながら、専門医と十分に相談することが重要です。

脱腸を予防するために、重い物を持ち上げる際は正しい姿勢を保ち、無理な力を入れないよう心がけましょう。便秘を防止するためには、食生活の見直しが効果的です。十分な水分摂取と食物繊維を多く含む食品の摂取を心掛けてください。さらに、適度な運動を行うことで腹筋を強化することも、脱腸の予防に役立ちます。

最後に、脱腸は放置すると深刻な健康問題を引き起こす可能性があります。まずは恥ずかしがらずに早めに受診していただきたいと思います。早期に症状に気づき、適切な治療を受けることで、より健康的な生活を送ることができるでしょう。

「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

入居者募集中

所在地 深浦町大字広戸字家野上101の195
名称 ハウス飛浪 H（2階）
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
連絡先 宮本アパート 代表 宮本京子



TEL：0173-74-3117 携帯：080-5554-5559

深浦町公民館で体験学習!

深浦町公民館は学びたい皆さんをお待ちしています!

ヨガ教室開催 (8回)

講師に神馬陽夏氏 (ハッピーヨガインストラクター) を招いて、心と体のバランスを整えたい方 (初級者) からシェイプアップやアクティブに体を動かしたい方 (中級編) まで、受講者に合わせて「ヨガ教室」を開催しています。応募者16名の人気の教室です!



まずは呼吸を整えて・・・



徐々に体を動かして・・・

編み物教室 (4回)

講師に島村恵美子氏 (シルバー編物研究会師範) を招いて、編み物の基礎から応用まで学びます。仲間づくりのため初心者大歓迎です!

教室には「編み物愛好会 (熊谷とも子代表)」が参加しています。プロの技を習得した作品は11月2日 (土)・3日 (日) 公民館文化祭作品展に出展します。お楽しみに!



講師 島村恵美子氏 (左から2人目) と「編み物愛好会」のみなさん。

今年もいい仕事します!



令和5年度文化祭出展作品

☐問合せ先 深浦町公民館 TEL 74-2031

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。



つがる市柏鷺坂清見71-16

TEL 0173-26-7576



深浦町文化協会活動中!

..... 加入団体を紹介します



窯出し。どんな作品かできたかな?



納得の作品。いい仕事しています!



白神写友会の皆さん (お待ちしております!)



秋の白神山地写真展 (エコ・ミュージアム)

☆楽陶会 (柳田紀子代表)

○結成時期

平成4年4月結成、現在に至る。会員6名。

○活動内容

4月~12月 毎週火・木曜日 9:00~15:00(陶芸館)
月別・作陶・素焼き・本焼きと制作に励んでいます
作品は11月に開催される文化祭作品展に出展し、
皆さんに見ていただきます。

出展が恒例となっているせいか、楽しみにしている人もいて「今年はどんな作品?」「素晴らしい作品だった」「見ごたえがあった」と声をかけてくれる人もいます。

会員の自主制作のほか、深浦小学校陶芸クラブ活動のお手伝いもしています。

小学生も作品に工夫を凝らし名人さながらの作品もあり、出来栄に本人もビックリすることもあります。作品はいっしょに作品展で展示します。

○会のモットー

一つの作品ができるまでに、土を練ることから始まり、成形、素焼き、絵(色)付け、釉薬掛け、本焼きと様々な工程を経ます。

出来上がりを想像しながら、“一心不乱”ではなく“和気あいあい”お互いアドバイスしながら作品作りを楽しんでいます。

現在会員は6名ですが、中には、陶芸歴30年以上の名人さながらの腕前の方もいます。(笑)

陶芸に興味ある方、初心者大歓迎です。公民館となりの陶芸館に遊びに来ませんか。

また、11月の作品展での鑑定団並みの大作(笑)をご覧ください。お待ちしております。

☆白神写友会 (堀内光紀会長)

○結成時期

平成28年4月結成、現在に至る。会員11名。

○活動内容と今後について

世界自然遺産白神山地や津軽国定公園十二湖の自然(樹木や動植物など)を被写体とした会員各自の写真撮影。

「写真展」開催

会場：白神十二湖 エコ・ミュージアム

4月 春の白神山地写真展

9月 秋の白神山地写真展

9月21日(土)~10月27日(日)

会場：岩崎ふれあい創造の館

11月 深浦町文化祭 岩崎会場写真展 など

○会のモットー

白神山地や十二湖の自然風景等を写真に撮って、会員相互の親睦と知識、技術の向上を図り、併せて写真を通してふる里の美しい自然の素晴らしさに感動、ふる里への理解向上に寄与することを目的としています。

みなさんにふる里の素晴らしさを写真を通して感じて欲しいと撮影に励んでいます。

恒例となっている春と秋の白神山地写真展、文化祭写真展には、町内外から作品の鑑賞に訪れます。写真に興味のある方、いっしょに感動を味わいましょう。

□問合せ先 深浦町文化協会事務局 (深浦町公民館内) TEL 74-2031

＼インタビューしてみました！／ スポットライト+

深浦林業株式会社

館口 純平



このコーナーは深浦で頑張る人や団体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町内で林業を営んでいる「深浦林業株式会社」です。代表取締役社長の館口純平さんに林業への想いや今後の目標などについて取材しました。

林業に携わったきっかけについて教えてください！

父がつがる森林組合で働いており、父の姿を見て同じ林業という道に入りました。私もつがる森林組合に20年以上お世話になりました。深浦林業は3年前に開業しました。開業した一番の理由は息子から林業をやりたいと相談を受けたけれど、深浦町に林業で働くところがなかったから。ないなら自分で作ろうと思い開業しました。息子はいま、町外で経験を積んでいて、いずれ戻ってきて一緒にやりたいと話しています。

林業で楽しいと思うことを教えてください！

自然相手の仕事なので、いろんな季節の変わり目を体感できるし、伐倒（木を倒すこと）も慣れてきて自分の思う方向に倒せると面白さを感じます。大変な仕事だけど、その分やりがいを感じるし、楽しいところもいっぱいあると思っています。

林業への想いを教えてください！

深浦町は高齢化が進んでいる中で、山の木は今ちょうど伐期（収穫期）に差し掛かっています。地元の深浦町で木がそういう状態になっている時期がきているので、いくらかでも山主さんに還元できるように、という思いで仕事をしています。

今後の目標について教えてください！

目標は、どんどん若い人を雇用して、高性能林業機械を導入し、作業員の負担を減らすような林業を目指しています。どうしても大変なところもありますが、高性能林業機械を導入することで作業員の事故を減らしたり、体に負担をかけないような林業をこれからやっていきたいです。

私の会社は従業員が5、6人の小さな会社ですが、周りの人に支えられてお仕事をさせてもらっています。感謝の気持ちを忘れずに、どんどん雇用を増やして町に還元していきたいです！

林業への想いやこれからの目標について熱く語ってくれた館口さん。林業のお仕事について、詳しく説明していただいたほか、なかなか近くで見ることのない高性能林業機械も見せていただきました。ありがとうございます。

目標とする林業を実現させ、これからの活躍を期待しています！



▲木材を運ぶ館口さん



▲深浦林業が導入している高性能林業機械(フォワーダ)



▲深浦林業が導入している高性能林業機械(ザウルス)



11月生まれのお子さんの 写真を募集します!

- ◆対象 令和6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 子どもの写真、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：プリントした子どもの写真1枚に、①子どもの氏名（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23日です。

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

空き家でお困りの方はご相談ください

空き家バンク登録申請お手伝いします!

面倒な書類集め、書類作成、
すべてグットイグナルにおまかせください!

空き家バンク登録者
成約者が増えてます!

▶▶▶ 空き家以外の宅地建物の売買・賃貸のご相談も承ります



宅地建物取引業 青森県知事(1)第3641号

グットイグナル

代表 山崎 麻美

〒038-2504

深浦町大字北金ヶ沢字塩見形272-14

TEL : 0173-82-0813 FAX : 0173-82-0814

物件情報やお知らせ
は公式サイトをご覧ください。



稲見塗装店

塗り替え住まいのリフォーム

55周年記念キャンペーン
高齢者支援工事価格より**10%割引**
信頼・安心の保証書付き

深浦町北金ヶ沢 ☎0173-76-3064

FAX 0173-76-3074 携帯 090-2021-7121



深浦町の皆さん、こんにちは!

アオーネ白神十二湖園内遊具広場には、アスレチック遊具や幼児向け遊具を設置しております。

涼しくなりましたのでお子様を連れてぜひアオーネへお越しください!

日よけのテントやレジャーシートを敷いてのピクニックにもどうぞ♪

レストランも11:00からご利用いただけます!

おすすめランチは前日までのご予約がおすすめです★

アオーネ白神十二湖

深浦町大字松神字下浜松 14

お問い合わせ・ご予約は

0173-77-3311

※8:30～17:00

公式HPは

こちら▶



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

「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。

受付時間は終了の
30分前までです

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





深浦町地域おこし協力隊 浪岡 敏勇 (なみおか としお)

5月から始まりました、今年度の海岸清掃活動も残すところ後1回となりました。趣旨にご賛同くださり、ご協力いただきました全てのみなさまへ、この場を借りて感謝申し上げます。また次年度の活動を楽しみにしています。

自身がこの世で好きな物の中にラジオがあります。小学生の頃から聞き始め、社会人になった今では唯一無二の欠かせない存在です。ラジオの良いところは、自分の行動を制限されずに様々な情報を得られるところ。時計が無くとも時間も分かる。動画が無い分、言葉での伝え方が良く練られ表現されていると感じます。流れているだけで、さみしくないって感じられるのもいいですね。地域により番組が違うというのも魅力的です。インターネットが普及し、今では全国のラジオ番組が、アプリケーションひとつでスマホでも聞けるようになり、聞き逃しても、好きな時間にいつでも聞けるようにもなりました。本当に凄い時代になったものです。



そんなラジオでの思い出は、遠い昔に全国系列の深夜番組でメッセージを読まれた事。地元の番組で読まれたことは結構あったのですが、全国はありませんでした。パーソナリティーは当時大ファンだった大物アーティスト。名曲「どんなときも」でお馴染みのあの方。募集テーマは「今この時間、みなさんは何をされていますか?」でした。その時間帯、自分は「大口注文のドーナツを大量に作っています!」とファクス送信しました(笑)「こんな深夜に大変そうですけど頑張ってください!」的なコメントだったのでしょうか。読んでもらえるなんてとても信じられず、一瞬放心状態になりましたよ。だって、どうせメッセージは読まれれないと思い、個人情報に記載しなかったの、読まれたリスナーへの記念品「オリジナルボールペン」は貰えなかったのですから(笑)

そして、何を隠そう自分が今お世話になっております、この地域おこし協力隊なる制度の存在を知ったのも実はラジオなんです。うどん屋をやめた後の進路に大いに悩んでいた時、たまたまカーステから、地域おこし協力隊なるワードが耳に入ったのです。それがキッカケで深く調べ、考えるチャンスとなりました。大げさではありませんが、ラジオが人生を変えたと言っても過言じゃないと思っています。そんな自分の人生を変えてくれたラジオが家には6台。(ラジオ機能を備えたモノも含む) 台所用、居間用、小屋用、寝室用、風呂用、緊急用。なんならTVでも聞いています。今年の検診で、聴力の低下が見られ年を感じていますが(笑)私の人生にとって必要不可欠なラジオとは、生きていく限りずっと付き合っていきたいですね。みなさまもぜひ!ラジオで素敵な出会いと発見を。

読者投稿
掲載ページ

わあんとどのひろば



コメント 「#あおばな」にて知事とおそろいのシャツを着て記念撮影

投稿者 F・F・焚火人

留意事項

- ・写真のご応募をもって、人物の場合は写っているご本人(未成年の場合は保護者)、もの場合は著作権者(作品の制作者等)から、広報ふかうらへの掲載について、同意をいただいたものとします。
- ・すべての応募者が掲載されるわけではありません。
- ・応募完了のメールはお送りしません。
- ・投稿者に対する投稿料などの謝礼は発生しません。
- ・応募される方の個人情報は、この企画以外には使用しません。

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

編・集・後・記

先日、生まれて初めて佐井村にある仏ヶ浦まで行ってきました。4月から県内で行われているとあるスタンプラリーのスタンプを集めるために近くまで行ったので、せっかくだしこの機会に行ってみようと思いつきました。想像以上に曲がりくねった道を運転し、駐車場に到着。そのあとは、海岸まで20分ほどクマが出てこないかビビりながら、徒歩で下っていきます。

昨年、フェリーで北海道に行ったとき、遠目では見たことがありましたが、近くで見るとその大きさや不思議な形に圧倒されました。深浦からはとても遠いのでなかなか訪れる機会はありませんが、今度は晴天の時に行ってみたいと思っています。



町民文化

俳句

深浦俳句会

老体を貫くやうな残暑かな

蒲田 吟竜

新涼やカーナビで行くグルメ旅

かめい 百

新涼や揮されてあるく豆リユツク

坂本 りき

長き夜や友とのライン夜が明ける

田浦 恵美子

不器用な父思ひ出す茄子の馬

池田 郷太郎

秋の夜の一言に叱咤されにけり

石田 かつら

新涼の風沸くところブナ樹海

草野 力丸

深浦町の人口と世帯

《9月末日現在》()内は前月比

男 …… 3,239人 (-10)

女 …… 3,615人 (-5)

計 …… 6,854人 (-15)

世帯数 3,499世帯 (0)

深浦町の総面積 488.90km²



一戸海桜 (千夏子) 誠川原町



お誕生おめでとう



おぢやみ申し上げます

戸籍の窓

8月21日～9月20日までの戸籍届出

越谷	長谷川	福澤	岩谷	岩谷	堀内	小野	堺	高田	竹内	野呂	村上	山崎	境	佐藤	泉谷
信明	みち	光夫	みち子	八十美	常雄	智子	繁文	定	なつ	辰也	京子	洋子	健次	龍一	わさ
(71)	(88)	(92)	(87)	(70)	(87)	(89)	(77)	(81)	(85)	(65)	(91)	(77)	(75)	(71)	(100)
関	北金1区	関	北金3区	岩坂	関	北金3区	岩崎中	広戸	松原	鷹木	船作	5区	岩崎下	横磯	正久



ちびっこ チャンピオン

「はっぴー はるういん☆」

柳田保育園



- (左上から)
- しまむら かな たくん (5さい)
 - ふじた せな とくん (6さい)
 - ふくさわ ほの かさん (6さい)
 - みうら ゆう ひくん (5さい)
- (左下から)
- こし あいらさん (5さい)
 - むらかみ あいらさん (5さい)
 - むらかみ れいらさん (5さい)
 - やすた がくとくん (4さい)
 - いそべ たいせいくん (5さい)
 - おおた たいすけくん (5さい)
 - そのむら あいねさん (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。



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



成田 花楓ちゃん

(3区) R元年10月17日
「これからたくさん笑って過ごそうね！
姉妹仲良くしてきてくれてありがとう♡」



松沢 優季くん

(広戸) R元年10月19日
「我が家のムードメーカー！
これからも元気に大きくなってね♡」



阪崎 展彩ちゃん

(風合瀬) R4年10月11日
「この笑顔で
パパママは幸せだよ♡」

草創教育長の 「今月の一枚」

親切と恩返し

恩返し話を二題。

一昨年夏、炎天下、県都の繁華街を一人で歩いていた時のこと。前を歩いていた女性が「えっ？と叫んで、急に立ち止まったのです。指さす足もとを見ると……なんと小さなミドリガメ！ 人通りの多い歩道を悠々と横切り、車道に向かって歩いていきます。「どこから来た？」と私。「ぎゅとすぐその神社の池から」と女性。確かに近くには有名な神社が建ち、池もあるはず。でもゆうに100mは離れています。お前は新天地を求めて旅立ったのか？ それとも神の使いか？ あれこれ妄想していたらどうしましょう？」と女性。「池に返してきますよ」と私。放っておけば人か車に踏まれベチャンコです。ヒョイとつまんでひとつ走り、神社の池に放り投げました。ポチャーン。

その夜、わが家の戸口がトントんたたかれ「今日助けていただいた亀でございませう……と来れば、日本昔話の恩返し。でも、亀は嫁に変身して現れなかったし竜宮城にも連れて行ってくれませんでした。残念！ 次の話は昨年夏の夕方。外で涼んでいると、手押し車の見慣れぬお婆さんが、鯉ヶ沢方面から歩いてきて、「コンビニまであとどのくらいかしら？」と、標準語で尋ねてきました。自宅からは一キロ、お婆さんの隣り村からは往復四キロ近くあるはず。

見送ってふと気づくと辺りは真っ暗。と田舎の夜は暗い。急いで自転車を追いかけて、安価な物だから返却不要と伝えて懐中電灯を押しつけ帰ってきました。

数日後、懐中電灯に丁寧な缶ビールと礼状を添えて風除室に置いてありました。お婆さんの恩返しです。

でも、ご老人に不要な散財をさせてしまった、親切のつもりがよけいなお節介だつたのかも、と考え込んでしまいました。

そもそも、親切という行為は、される側はさておき、する側は確実に心地よいのです。親切を施すと、ドーパミン等の「幸せホルモン」が脳内でドツと分泌され、極上の幸福感に満たされると言います。いい事したく私はいい人だ、幸せだ、という感じ。

でも、親切は、自己満足の押し売りに走る危険も十分にあります。自分で感じる幸福や正義が、相手にとっては無価値でむしろ不快な場合もあることを私たちは認識すべきでしょう。

あつ、お嬢様がお婆さんに姿を覚えて亀の分も恩返しに来たのかも？……これぞ自己満足の極みですね。
(教育長 草創 文)

