



坂道だってへっちゃら！

降り積もった雪の十二湖で行われた歩くスキーの集い。講師から体重移動や歩き方のアドバイスを受けた参加者は、軽快に森を散策しました。



災害のない明るい



まちづくりへ尽力

深浦町消防団出初式



新春の1月6日、町民の生命・身体・財産を守り、あらゆる災害を未然に防ぐ活動に尽力している深浦町消防団の出初式が、浜町臨港道路で行われました。

関係者が観閲する中、約300人の団員は人員服装点検、機械器具点検及び分列行進を実施。消防団の規律と技術の練磨による日頃の訓練の成果を発揮しようと、土気盛んに行動しました。その後、町民体育館で行われた式典では、長年消防団活動に尽力された優良団員などを表彰。角谷喜春消防団長が「消防活動の使命に誇りを持ち、地域住民から大きな信頼を勝ち得るべく、より一層技術の練磨に励もう」と訓示しました。

これを受けて、消防歴25年以上で県知事表彰を受章した第7分団団長の成田清浩さん（12区）が「あずましい安全な町づくりに尽力することを誓います」と謝辞を述べました。

近年は、風水害や行方不明者捜索など、出動回数が増加傾向にあります。消防団活動の重要性が高まる中、団員は『災害のない明るく住みよいまちづくり』の実現に向けて、決意を新たにしています。

なお、表彰を受けた方々は、次のとおりです。

優良団員表彰（町長表彰）

・消防歴30年以上で消防庁長官表彰を受章

団長 本部 角谷 喜春

・消防歴25年以上で青森県知事表彰を受章

分団長	第7分団	成田 清浩
副分団長	第8分団	野呂 裕之
副分団長	第13分団	藤田 勉
副分団長	第15分団	佐藤 敏幸
副分団長	第20分団	川口 博喜
部長	第9分団	吉田 昭彦
部長	第22分団	松井 雅博
部長	第3分団	鎌田 隆志
部長	第11分団	長谷川克二
部長	第11分団	長谷川孝也
団員	第4分団	永谷 勉
団員	第17分団	松宮 一仁

消防歴20年以上で班長以上

分団長	第1分団	会津 国昭
部長	第19分団	川口 俊之
班長	本部	萱森真恵子
班長	第1分団	吉井 育男
班長	第6分団	成田 幸喜
班長	第14分団	松沢 義巳
班長	第21分団	原田 孝義
班長	第24分団	松田喜美好

優良団員表彰（団長表彰）

・消防歴5年以上

団員	本部	上田 春美
----	----	-------

団員

本部

山口 昌子

増富伊津子

兵藤 剛

飯島 正和

島川 政之

坂崎 清行

大沢 洋介

松岡 淳一

大沢晶由実

岩根 真治

小宮山拓郎

西崎 雄太

黄金崎芳幸

西崎 勉

山内 拓

坂崎祐一郎

兼平 弘昭

岩谷 泰之

江良 益

岩谷 誠悟

小山内奨太

草沢 正秀

木村 学

七戸 順一

小山内雅俊

藤田 憲史

齊藤 文紀

鈴木 善浩

本部

第1分団

第2分団

第3分団

第4分団

第4分団

第6分団

第6分団

第7分団

第7分団

第6分団

第8分団

第9分団

第10分団

第11分団

第12分団

第13分団

第13分団

第16分団

第17分団

第20分団

第22分団

第22分団

第23分団

第23分団

第23分団

第23分団

第2分団（岡町）

第4分団（追良瀬）

第15分団（晴山）

分団長

吉田 敦・裕香子

分団長

小枝 裕幸・栄子

分団長

野呂 克彦

野呂 克教

野呂 聖一

野呂 翔太

野呂 克巳

古川 聖一

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

内助の功表彰（町長表彰）

・消防歴30年以上分団長以上で夫婦として受章した方

分団長 第14分団

分団長 第17分団

一家三代消防団員表彰

第8分団 団員

現副団長

野呂 克彦

野呂 克教

野呂 聖一

野呂 翔太

野呂 克巳

古川 聖一

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

古川 輝美

最優秀中隊表彰（団長表彰）

・出初式最優秀中隊

深浦町消防団 第1中隊



第7回「深浦町絵画コンクール」入賞者を紹介します

深浦町美術館では、芸術にふれあい、未来を担う子供たちの感性や創造力を育てることを目標として、「わたしが描いた絵」というテーマで、町内小学校を対象に絵画コンクールを実施しています。

このほど、応募作品152点の中から学年別の入賞者が決定しましたのでご紹介いたします。なお、すべての応募作品は、2月27日(金)まで深浦町美術館で展示します。展示期間中の町民の入館料は無料ですので、ご家族でご鑑賞ください。

小学生の部入賞者

- 1年生の部**
- 最優秀賞 前田 栞菜 (修道小)
 優秀賞 岸本 楓華 (深浦小)
 入賞 田沢 美空 (深浦小)
 入賞 野呂 心菜 (深浦小)
 入賞 岩谷 慧流 (修道小)
 入賞 田附 怜奈 (修道小)
 入賞 大谷 百華 (いわさき小)
- 2年生の部**
- 最優秀賞 根上恵二郎 (修道小)
- 3年生の部**
- 最優秀賞 小野 頼輝 (深浦小)
 「大きなタコとつたぞ」
 作品への思い 大きいたこがとれてうれしかったことを表しています。あと、たこのきゅうはんを細かいけど上手にはれたので良かったです。
- 優秀賞 永谷 佳太 (深浦小)
 入賞 平沢 葵 (深浦小)
 入賞 工藤まゆら (深浦小)
 入賞 松下 恵一 (修道小)
 入賞 川村真門亜 (修道小)
 入賞 猿田 莉生 (いわさき小)
- 3年生の部**
- 最優秀賞 小野 頼輝 (深浦小)
 優秀賞 岩谷 煌 (修道小)
 入賞 前田 快璃 (深浦小)
 入賞 栗谷 旭 (深浦小)
 入賞 前田 悠人 (修道小)
 入賞 鹿内さくら (いわさき小)

1年生の部



最優秀賞 前田 栞菜 (修道小)
 「どうぶつひろばをたんけんだ」
 作品への思い どうぶつひろばでいろいろなどうぶつを見ました。くしゃく、ヤマアラシ、アライグマなどがいました。かわいいけど、ちょっとこわいな。

2年生の部



最優秀賞 根上恵二郎 (修道小)
 「コブラのせかい」
 作品への思い はくは、コブラに変身してマグマの間に行った。ミッションをクリアして天国に行くぞ。

3年生の部



最優秀賞 小野 頼輝 (深浦小)
 「大きなタコとつたぞ」
 作品への思い 大きいたこがとれてうれしかったことを表しています。あと、たこのきゅうはんを細かいけど上手にはれたので良かったです。

4年生の部



最優秀賞 藤原 優海 (いわさき小)
 「つかまえた大きいカニ」
 作品への思い 夏に森山海岸に行った時、とっても大きいカニをつかまえました。うれしかったです。

5年生の部



最優秀賞 今村 和 (修道小)
 「夜やってくるサンタ」
 作品への思い サンタはしずかな町にしかやってくるのだから、顔をほるのがむずかしかったです。

6年生の部



最優秀賞 下山 みこ (深浦小)
 「花」
 作品への思い 一つ一つ華やかな花にして、色をカラフルにしました。特にバラを目立つようにしました。

中学1年生の部



最優秀賞 山本 海夢 (深浦中)
 「神明宮」
 作品への思い 深浦を代表する神社であり、頑張って細部まで色を塗りました。

中学2年生の部



最優秀賞 岡田すみれ (深浦中)
 「深浦葬祭裏」
 作品への思い 草木の色が際立つように努めた。奥行きが出るよう工夫した。

中学3年生の部



最優秀賞 玉熊 知佳 (大戸瀬中)
 「たんぼ」
 作品への思い この作品は、長い冬を越えて春に華々しくサクたんぼと受験生の自分を重ね合わせ、困難な事があっても耐え抜くさまを表し、私の今の理想像を描きました。

入賞 渡邊あゆみ (いわさき小)

4年生の部

- 最優秀賞 藤原 優海 (いわさき小)
 優秀賞 山下 駿介 (修道小)
 入賞 伊藤 琉聖 (深浦小)
 入賞 西崎 佳那 (深浦小)
 入賞 岩谷 大雅 (修道小)
 入賞 川幡 大輝 (いわさき小)
 入賞 笹森 優来 (いわさき小)

5年生の部

- 最優秀賞 今村 和 (修道小)
 優秀賞 成田 恵実 (深浦小)
 入賞 坂崎 優杏 (深浦小)
 入賞 山本 依吹 (修道小)
 入賞 伊藤 野愛 (修道小)
 入賞 大川 葵生 (修道小)
 入賞 徳田 玲桜 (いわさき小)
 入賞 菊池 紫月 (いわさき小)

6年生の部

- 最優秀賞 下山 みこ (深浦小)
 優秀賞 齋藤 譲一 (深浦小)
 入賞 秋元 優 (深浦小)
 入賞 黒滝 真翔 (修道小)
 入賞 安田 月那 (修道小)
 入賞 岩森 新一 (いわさき小)

中学生の部入賞者

- 入賞 秋穂 航汰 (いわさき小)
 入賞 川幡真柚子 (いわさき小)
- 1年生の部**
- 最優秀賞 山本 海夢 (深浦中)
 優秀賞 工藤 鈴 (深浦中)
 入賞 小島 千奈 (大戸瀬中)
 入賞 小野 詩音 (大戸瀬中)
 入賞 藤森万里奈 (深浦中)
 入賞 原田 佳奈 (深浦中)
 入賞 山本美乃里 (深浦中)
- 2年生の部**
- 最優秀賞 岡田すみれ (深浦中)
 優秀賞 三浦 弥生 (大戸瀬中)
 入賞 古川 友海 (大戸瀬中)
 入賞 山下 涼介 (大戸瀬中)
 入賞 根上 玲華 (大戸瀬中)
 入賞 小野 精華 (大戸瀬中)
 入賞 近藤 世梧 (深浦中)

3年生の部

- 最優秀賞 玉熊 知佳 (大戸瀬中)
 優秀賞 山下 咲 (大戸瀬中)
 入賞 木村 雪乃 (大戸瀬中)





平成26年 深浦町文化賞・スポーツ賞表彰式
Town Fukaura culture and sports award of 2014



2年連続で特別スポーツ賞を受賞した磯辺日奈子さん

特別スポーツ賞

磯辺 日奈子 (修道小6年・関)
第17回全日本小学校女子相撲大会6
年の部 第2位

スポーツ賞

堀内 亮磨 (五所川原第一高2年・正)
堀内 拓磨 (五所川原第一高2年・正)
剣誠旗高校剣道大会団体戦 第2位
成田 健登 (鯉ヶ沢高3年・12区)
第69回青森県選手権水泳競技大会2
00m背泳ぎ 優勝

山崎 勇真 (五所川原農林高1年・北
金1区)
第22回東北高校相撲選抜大会 個人
80~100kg級 優勝
小山 樹里 (弘前実業高2年・12区)
第14回青森県春季高等学校卓球選手
権大会 団体 優勝

佐藤 美羽 (深浦中3年・6区)
第38回青森県スポーツ少年団フェス
ティバル卓球競技会 個人戦 優勝
工藤 怜奈 (修道小6年・北金3区)
第23回日本空手協会青森県空手道選
手権大会 練成二部 小学二部・三
部 女子形 女子形、組手 優勝
工藤 碧流 (修道小4年・北金3区)
第23回日本空手協会青森県空手道選
手権大会 練成二部 小学二部 男
子組手 優勝

清水谷 光哉 (修道小4年・柳田)
第23回日本空手協会青森県空手道選
手権大会 練成二部 小学二部 男
子形 優勝
今 祐真 (深浦小3年・崎の町)
第23回日本空手協会青森県空手道選
手権大会 練成一部 小学二部 男
子形 優勝

岩崎中学校女子卓球部
第65回青森県中学校体育大会夏季大
会 団体 優勝
※岩崎中卓球部は県新人卓球大会第
3位でスポーツ奨励賞も受賞
西つがる地区選抜野球チーム

功績をたたえる

平成26年深浦町文化賞及びスポーツ
賞表彰式が1月29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34名と5
団体に、表彰状と記念品が贈られました。
式典では、本間昭夫教育委員長が
「感動と勇気を与えてくれたことに感
謝する。受賞者の1年間の活躍には目
を見張るものがあり、今後も期待した
い」とあいさつ。その後、特別文化賞
を受賞した三浦佑太さん(五所川原農
林高3年)が、日本学校農業クラブ全
国大会意見発表会で優秀賞を受賞し、
農業後継者としての力強い決意を込め
たテーマ「田畑を照らす希望の光」を
発表しました。

最後に、受賞者を代表して奥村寧々
香さん(岩崎中3年)が「指導してく
れた先生方や温かく見守ってくれた家
族のおかげで、県大会で優勝できた。
この受賞を励みに今後も努力してい
たい」と、お礼の言葉を述べました。
文化部門や個人競技のほか、団体競
技での活躍が目立った今年の表彰式。
指導者や支えてくれる家族、地域の
方々への感謝の気持ちを胸に、更なる
技術の向上を目指し、日々努力する受
賞者の今後の活躍が期待されています。

(小角一誠(深浦中3年・3区) 岩
谷敬裕(大戸瀬中3年・北金3区)
小林透(大戸瀬中3年・北金3区)
松井拓人(岩崎中3年・松神) 神馬
航平(岩崎中3年・沢辺))
東北イーグルス杯東北中学校選抜野
球大会 第3位

スポーツ奨励賞

秋穂 晴菜 (能代松陽高2年・正久)
第65回秋田県民体育大会バドミント
ン競技 2部少年女子複 優勝
岩谷 勇希博 (鯉ヶ沢高3年・岩坂)
第67回青森県高等学校相撲春季大会
団体 第3位

磯辺 奈央 (鯉ヶ沢高1年・関)
第67回青森県高等学校相撲春季大会
80kg未満級 第2位
岩谷 楽 (大戸瀬中3年・岩坂)
第44回全国中学校相撲選手権大会青
森県予選会 個人軽量級 第2位
岩根 将太 (深浦小5年・塩見崎)
第11回全国ホープス選抜卓球大会青
森県予選会 第3位
山本 光美 (木造高2年・風合瀬)
第39回青森県高校新人陸上競技大会
女子走り幅跳び 第2位
佐藤 佳奈 (深浦小2年・7区)
第23回日本空手協会青森県空手道選
手権大会 練成一部 小学一部 女
子形 第3位

特別文化賞

三浦 佑太 (五所川原農林高3年・風
合瀬)
第65回日本学校農業クラブ全国大会
意見発表会 食料・生産区分 優秀
賞

文化賞

蒲田 正則 (深浦俳句会・風合瀬)
白神赤石の四季コンテスト2013
俳句部門 最優秀賞
藤田 法子 (深浦町役場・12区)
ご当地めいすいくん総選挙(イラス
ト) 1位、2位
松井 佑人 (明治学院大学1年・松
神)
第9回東奥青少年女芸大会短歌部
門 天位
崎野 志歩 (五所川原高3年・田野
沢)
第58回書宗院展 学生部 優秀賞
宮川 瑠花 (五所川原農林高2年・北
金3区)
第65回青森県学校農業クラブ連盟大
会クラブ活動紹介発表会 最優秀賞

深浦町体育協会ゲートボール部
第69回市町村対抗青森県体育大会
町村の部 第2位
深浦町体育協会剣道部
第69回市町村対抗青森県体育大会
町村の部 第3位
深浦町体育協会相撲部
第69回市町村対抗青森県体育大会
町村の部 第3位
西つがる地区選抜野球チーム
(村上大和(深浦中2年・船作) 大
沢亘(深浦中2年・塩見崎) 古川恋
(大戸瀬中2年・関) 山本連(大戸
瀬中2年・北金2区) 山下大輝(大
戸瀬中2年・田野沢))
平成26年度中学生強化事業交流会
第2位



地区選抜で活躍 (上段左から村上さん、古川さん、山下さん、大沢さん、山本さん、下段左から神馬さん、小角さん、岩谷さん、小林さん、松井さん)

1/5 新しい年の抱負を語る

新年の抱負を語り、親睦を深める「新春町民放談の集い」が町民文化ホールで開催され、約100名の町民が新年のあいさつを交わしました。

集いに先立ち、深浦マグロボーイズ&バックダンサーズが切れのあるダンスを披露。続いて、吉田町長が「今年は深浦町と岩崎村の町村合併10周年の年。未来に向け歩みを進め、さらなる一体感の醸成を図りたい」と、あいさつしました。

その後、(株)あおもり海山取締役営業部長の野呂英樹さんが「第一次産業から青森県を元気に」と題した新春の提言を発表。野呂部長は、首都圏での鮮魚販売等に加え、深浦のマグロを始めとした魚介類のPRについて紹介し「冷凍加工場を活用して、地域の一次産業を元気にしたい」と、抱負を語りました。



マグロについて語る野呂さん



良い年になるよう乾杯



地域を見る目の重要性を語る丁野さん

1/22 観光資源を再発掘

深浦・鱒ヶ沢町及び八峰町の観光事業者など約25名が参加した観光資源再発掘勉強会が、深浦観光ホテルで行われました。

始めに、日本観光振興協会の丁野朗常務理事が講演。丁野氏は「地域には何でもないことが、観光客には貴重な資源。地域資源を活かす編集視点を養い、物語を構築しよう」と、呼びかけました。

続いて講演した(株)ANA総合研究所主席研究員の須藤誠氏は、空港利用者が個人旅行にシフトしていることを示し、新しい切り口やマーケティング、イメージ戦略による地域活性化について紹介しました。

最後に、参加者は2グループに分かれ、ワークショップを実施。白神や豊かな食など、地域ならではの観光資源を見つめ直し、新たな魅力を再認識していました。



ワークショップで新たな資源を掘り起こす



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。

深浦町企画財政課 企画調整係
電話 74-2113

まちかど

ウォッチング

1/10 体を動かす元気いっぱい

放課後子ども教室「レッツ！ふかうら」の合同イベントが、修道小学校体育館で行われました。

南、中央、北の3教室の交流を図ることを目的とした本イベントには、29名が参加。チーム対抗のミニ運動会やスポーツチャンバラ、柔軟性や瞬発力を養うスポーツ教室に挑みました。

雪が降り続くあいにくの天候でしたが、子どもたちは寒さに負けず元気いっぱい。チームで協力して競技に取り組み、汗だくになりながら体を動かしました。



ケガ予防のために柔軟性アップ！



直面する農業問題を考える

1/21 農業の担い手が集結

稲作農家を中心とした認定農業者や認定新規就農者と町との意見交換会が、役場礼法室で開催されました。

米価下落で今後の経営に影響が出始めている中、同会には14名の農業者が参加。飼料用米への経営シフトや省力化によるコスト削減、白神の水を打ち出したPRなど、それぞれが抱える問題について、ざっくばらんに意見を交わしました。

町では、今回の意見交換会を踏まえ、稲作の再生産に向けた支援策を検討することとしています。

1/24 白銀の世界を散策

冬期間の運動不足解消と雪化粧した自然を楽しむ歩くスキーの集いが十二湖地内で行われ、32名が静寂の十二湖を楽しみました。

今回は、リフレッシュ村を発着として、四五郎の池や金山の池、糸畑の池を巡るコース。スキーやスノーシューを履いた参加者は、3班に分かれて白銀の世界を歩きました。

初参加の方に何と「景色もきれいで楽しかった。また参加したい」と話し、心地よい疲労感の中に充実した表情を浮かべていました。



雪景色の中を軽快に歩く

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。

ご用命は
任せて安心の

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

従業員
募集中

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。

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（霊柩）第497号」
365日・24時間受け付けております。

青森県深浦産黒毛和種
あまきり
深浦牛
ウェスハ橋山
20周年記念特価
すき鍋定食
1,800円(1人前)
税込

お問合せ/ウェスハ橋山 営業時間11:00~20:00(LO19:30)
〒038-2327青森県西津軽郡深浦町船作鍋石226-1 ☎0173-75-2131

ラーメン101季節限定メニュー
特濃ちよい辛
担々味噌
七〇〇円

濃厚は胡麻のヨコヒ香りに
こだわった特製ラー油！
隠し味に加えたリンゴ酢！

深浦町月屋裸森24 ☎75-2161 営業時間11時~15時(火曜定休)

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。



むし歯予防の豆知識

隣同士の歯と歯が2本くっついて生えてしまっている歯のことを癒合歯(ゆごうし)と呼びます。下の前歯の2番目と3番目が癒合している場合が一番多く、乳歯の発現率は4パーセント程度あると言われています。永久歯より乳歯の方が多く見られる歯の異常です。癒合歯の根は1本しかない場合もあり、そのため次に生えてくる永久歯が1本だけだったり、永久歯が小さいことも多く、生え変わりがスムーズに行われません。永久歯の生え変わりの時期に、歯科医院で後に生えてくる永久歯の確認をしてもらいましょう。

日常の歯みがきでは、歯の境目の溝が深く歯垢がたまりやすいので、そこからむし歯にしないよう気を付けて仕上げみがきをしてあげましょう。

1/27 働くお父さんを元気に!

短命町返上と生活習慣病予防を目的とした「お父さん元気化ッ!教室」が、追良瀬福祉センターで行われました。

今回の対象者は、(株)石沢組(代表取締役石沢幸彦)の従業員27名。同社では、最近病気で従業員が入院しており、健康増進へ向けた取り組みの必要性を痛感。まずは生活習慣病の予防を学ぼうと、地域包括ケアセンターの呼びかけに応じ、本教室に参加しました。

参加者は、町における死亡原因や死亡時の年齢など平均寿命に関わる説明を受けた後、自身の健診結果を保健師へ相談。たばこやお酒、コレステロールなど生活習慣病予防のアドバイスを受けていました。

地域包括ケアセンターでは、今後も事業所を対象とした健康づくり教室を開催することとしています。



平均寿命や健診の重要性に聞き入る



健康へのアドバイスを受ける

新しい消防屯所が完成しました

このほど、風水害や火災発生の際に早く駆け付ける消防団の活動を支援するため、2か所の消防屯所を整備しました。

このうち、第7分団(12区)の消防屯所(A=64.59㎡)は、ふれあいプラザ恵比寿敷地内に、第13分団(岩坂)の消防屯所(A=84.46㎡)は、岩坂福祉センター付近に新たに建設。両屯所とも待機室と車庫が隣接した木造平屋造となっており、第13分団屯所にはデジタル無線中継局舎を併設しています。

長年の老朽化に対処し、円滑な防災消防活動を目指して整備した屯所は、近年多発している風水害や地域での火災出動が容易になることはもちろん、住民の安全を守る消防団に大きな力を与えることが期待されています。



第7分団消防屯所



第13分団消防屯所

五所川原第一高等学校 通信制課程 前期入学生募集

高校卒業資格を手に入れよう

- 今の学校になじめない・・・という方
- 体力的に毎日は無理・・・という方
- 一度辞めてしまった・・・という方

通信制なら、どうでしょう?

★就学支援金(高校無償化)も適用されます。詳しくは下記まで、お問合せください。

出願期間 平成27年2月16日～4月2日

入学から卒業まで

1年次 2年次 3・4年次

スクーリング(毎週金・土曜) 隔週のレポート(プリント学習) 特別活動(行事・LHR等)

単位認定 74単位以上で卒業

〒037-0044 青森県五所川原市字元町6-1 TEL 0173-26-6662 FAX 0173-26-6663

ホームページ <http://goichiko.jp/tsushin/> メールアドレス goichi_tushin1@tenor.ocn.ne.jp 水・日/休校日

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/>

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝日
午前	9:00~12:00	○	○	10:00~12:00	○	○	10:00~12:00
午後	3:00~6:00	○	○	3:00~5:00	○	3:00~5:00	1:00~3:00

30分前まで受付時間は終了です

入院施設有 往診快諾

- ペットホテル・トリミング有
- 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)

「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。



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 宮重希典先生
みやしげ内科クリニック・院長



高尿酸血症について

高尿酸血症は「生活習慣病の入口」と言われ、糖尿病や高血圧、脂質異常など他の生活習慣病を合併し易いと言われています。

1. 尿酸の産生と排泄のバランスが崩れると

私たちの体は毎日新陳代謝を行っています。この時、細胞の構成部分であるプリン体が代謝されて尿酸という物質ができます。また運動や糖分やアルコールの分解などでエネルギーを消費する時にも尿酸が作られます。プリン体はその7~8割が体内で出来、2~3割が食品から摂取されま

す。尿酸は血液や関節液などの体液に溶けて一定量が体に貯められています。これを尿酸プールと呼びます。余分な尿酸は7割が尿から、残りが便や汗から排泄されます。健康な人では1日に約700mgの尿酸が作られ、ほぼ同量が排泄され尿酸プールは一定に保たれているのですが、このバランスが崩れて尿酸プールに尿酸が過剰に貯まると尿酸値が高くなります。この状態が高尿酸血症です。

2. 7mg/dlを越えると高尿酸血症

尿酸値が7mg/dlを越えると高尿酸血症と診断されます。この状態を放置しておくとう痛風をはじめ、さまざまな合併症を起こす可能性が高くなります。日本人は民族的に尿酸を排泄しにくい体質で、尿酸値が上がり易いのですが、この50年で痛風患者さんが増加しています。その大きな要因は、食生活の変化です。高カロリーでプリン体や

糖質の多い食事です。

3. 関節に激痛を起こす痛風

尿酸は水に溶けにくく結晶化し易い物質で、著しく増えると関節でナトリウムと結びついて結晶を作ります。関節内に結晶が貯まり白血球などがこれを排除しようとして強い炎症が起き、激痛と腫れを引き起こします。これが痛風発作です。場所は、足の親指のつけ根が一番多く、足の甲、かかと、ひざ、肩、肘、手指などでも見られます。

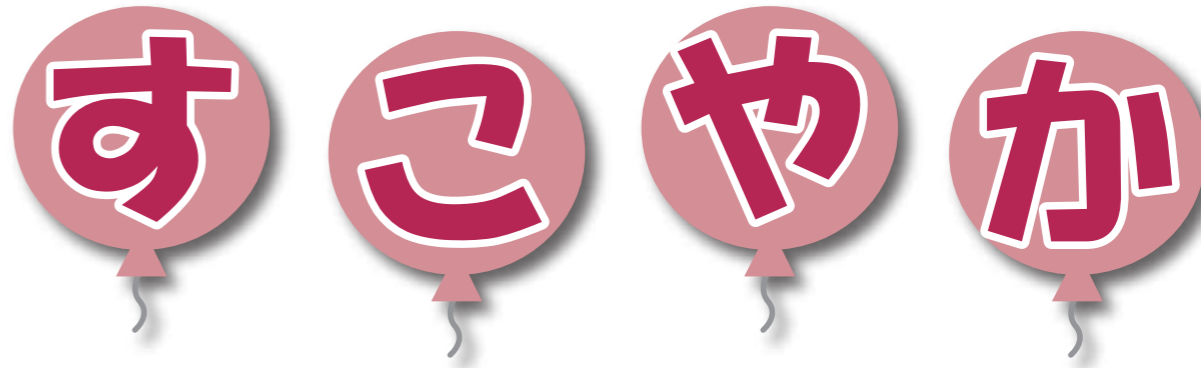
4. 腎臓や尿路にも尿酸結晶が沈着

関節に次いで尿酸の結晶が沈着し易いのが腎臓です。高尿酸血症では腎組織に結晶が沈着し、さらに尿酸が排泄されにくくなり、結晶が貯まってこの悪循環から腎機能が低下していきます。これが痛風腎です。また尿路（腎臓、尿管、膀胱、尿道）に結石ができるのが尿路結石です。

5. 高尿酸血症は生活習慣病の入口

尿酸の増えるような生活は、血糖もコレステロールも中性脂肪も増えやすい生活であり、若い頃から高尿酸血症の人はメタボリックシンドローム、糖尿病、高血圧症、脂質異常症になり易いのです。その結果、動脈硬化が進展して心筋梗塞や脳梗塞を発症する危険を高めます。

以上より、良好な尿酸値を維持していく事が将来の健康寿命にとってとても大切な事です。



認知症について

【認知症とは】

認知症は脳の病気です。多くはアルツハイマー型認知症・脳血管性認知症ですが、近年、レビー小体型認知症と診断される方も増えてきています。

例えば「人の名前が思い出せない」のは単なるもの忘れで、脳の自然な老化現象ですが、認知症の場合は、家族と自分の関係そのものがわからなくなるなど、周囲の状況を把握したり判断したりする力が衰えていくのが特徴です。

予防のためには、適度な運動・適切な栄養・たばこを吸わないといった生活習慣が望ましいとされています。また、簡単な計算・音読・他者との交流（会話など）も効果的と考えられています。

【地域で支える認知症】

認知症になってしまうと、様々な問題行動があらわれる場合もあります。しかし、お薬の管理、そして家族や周囲の支えがあれば、地域で暮らすことができます。そのためには、皆さん自身も認知症についての正しい知識を身につける必要があります。

認知症についての正しい知識を身につけ、認知症の方の尊厳を大切に、寄り添う気持ちで関わってくださるようお願いいたします。

【認知症かな？ -気づきは普段の生活から-】

ご自分のまわりの高齢者を思い浮かべてみてください。その方たちが、いつもと違う時間に家の外を歩いている・日中なのに家の電気をつけっぱなし・知らない人が頻りに訪れているといった、皆さんが「何か気になる」と感じた時が、そのサインです。そして、「いつもとちょっと違う・・・」と感じたときに、地域ぐるみで対応することが必要です。

【相談は？ -早めの受診がカギ-】

「年だから仕方ない」、「あんなにしっかりしていた人が認知症になるわけがない」、「たまたま調子が良くないのだろう」といった周囲の人の思い込みも、認知症が見つかりづらくなっている要因の一つです。

もし、家族や知り合いの行動を見たり聞いたりして、気になるようであれば、認知症の専門医を受診することをお勧めします。近隣には、下記のような、医療機関もあります。また、受診するかどうかわからない場合は、支援センターへご相談いただいても構いません。早めの受診・相談が何より大切です。

◇認知症サポート医のいる管内の病院◇

健生五所川原診療所 (0173-35-9693) 布施病院 (0173-35-3470)

問合せ先 深浦町地域包括支援センター (76-2042)



広告募集中!!

会社やお店の宣伝・イベントの告知にご利用ください!

問合せ先
企画財政課 企画調整係
74-2113

肩こり・腰痛・筋肉のほぐし他

カイロプラクティック施術 (全身) ¥3,000
お試し15分 (骨盤調整) ¥1,000
フェイシャルケアコース ¥5,000

〈健康グッズを取り扱っています〉ご相談ください!
布団、枕、骨盤保護パンツ、健康補助食品 (サプリ)、化粧品・・・etc

カイロプラクティック院 らっきー
深浦町大字風合瀬字大磯135(2階) 上晴山バス停隣
【問合せ】080-6042-7173(山下)/不定休

【募集人員】

正社員2名、パート10名前後

【期間(予定)】正社員:3/1~(試用期間6か月)、パート:4/1~
【仕事内容】マグロの解体・サク加工・その他鮮魚加工
【資格】学歴・年齢不問、未経験者歓迎
【勤務地】深浦町大字月屋字裸森73-3
【勤務時間】8:00-17:00(繁忙期は夜間勤務有)
【給与】当社給与規定による(能力に応じて昇給あり)
【待遇】社会保険完備(厚生年金保険、健康保険、雇用保険、労災保険)
【応募】本日もしくは、青森営業所迄お電話下さい。

連絡先
【企業概要】

本社 深浦町大字岩崎字松原193-2
加工センター 深浦町大字月屋字裸森73-311
青森営業所 青森市長島2-13-1 AQUA 青森スクエア4階

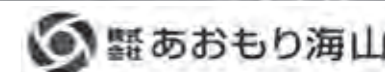
全国から注目されている(株)あおり海山水産加工センターが完成します
深浦町からマグロ水産加工品と一緒に全国へお届けしませんか。

4月完成オープン 従業員募集



TEL:0173-77-2102 FAX:0173-77-2450

TEL:017-715-5813 FAX:017-771-4312





深校だより

深浦校舎の良いところ

1 **たくさんの資格を取得することができる**
 本校には、各種検定の資格取得者が毎年多数います。検定試験には、珠算・電卓実務（そろばん・電卓）、簿記実務、ワープロ実務、情報処理（プログラミング部門・ビジネス情報部門）、商業経済、会計、英検、漢検等があります。今年度は、英検準2級をはじめとして、1級取得者も多数出ています。この中の3種目以上で1級に合格した生徒には、全国商業高等学校協会から表彰状が送られますが、過去には6種目で1級合格した生徒もおり、生徒たちの目標になっています。

2 学校行事が充実している

体育祭、文化祭の他にも、楽しい学校行事がた



くさんあります。そのうちの「スポーツ大会」と「百人一首大会」について報告します。

(1) **スポーツ大会**
 平成26年の締めくくりとして、12月19日に冬季スポーツ大会を開催しました。今年度はバスケットボール、バレーボールの2種目で、男女別に対戦しました。優勝チームと教員の対抗戦も行われました。この日はばかりは先輩後輩関係なく、互いに思いっきり対戦し、熱気に包まれていました。

(2) **百人一首大会**
 冬休み明けの1月19日、恒例の百人一首大会を行いました。深浦高校時代からの伝統ある大会で、今年で49回を数えます。生徒たちはこの日のために一首でも多く覚えようと、各自工夫と練習を重ね、本番直前も、プリントを見ながらつぶやいている姿を見かけました。

今年度は、上級者リーグと初級者リーグの2リーグ制で行い、予選リーグのあと決勝トーナメントで各リーグでの優勝を争いました。上級者の決勝では、上の句が読まれると同時に札が取られるなど、ハイレベルな戦いが繰り広げられました。

3 一人ひとりに対する個別指導

本校では、少人数の特色を生かし、生徒一人ひとりの志望に合わせた個別指導を教員団一丸となつて行っています。中学生の皆さん、是非とも深浦校舎に入学し、一緒に学びましょう。

今後の行事予定

- 2月16日(月)～19日(木) 期末考査(1・2年次)
- 3月2日(月) 表彰式・同窓会入会式
- 3月3日(火) 卒業式
- 3月10日(火) 青森県立高等学校入学考査選抜

町民文化祭

く川柳

大物と釣る腕の張り肩の張り
 急先鋒読んで脳味噌組み替える
 核ボタンきつと誰かの玩具箱
 充電が満ちればふたたび翔んでみる
 愛の糸きれずに耐えて要とす
 仕合せな時に要を間引きされ
 わくわくもドキドキもせず老二人
 わくわくと隠しておいた臍の穴

蒲田 磨砂
 草野 力丸
 山野 茶花子
 浜町 岡歩
 後藤 信柳
 古川 博子
 乳井 光昭
 佐々木 かもめ

編集後記

一富士二鷹三茄子。初夢に見ると縁起が良いとされるのですが、私はいまだに夢に出てきたことがあります。
 夢といえば、風邪気味の時にきまつて見る夢があります。ここ何年かは風邪も引かずにいたのですが、久しぶりにその夢を見てしまい、案の定ダウンしてしまいました。
 38℃を超える高熱と寒気に襲われたものの、検査の結果インフルエンザではないことが判明。幸い子どもたちや家族にうつらず、安心しました。
 40歳を目前にし、免疫力が落ちたのかと思うと少し焦りを感じます。これを機会に、今年「病は気から」を実践すべく、気持ちだけは若くしようかなと考えています。

今月の一冊

大宰の宿 ぶんかうら文学館
 『いちえふ』が、ここにあります。

福島第一原子力発電所 労働記 1

竜田一人/著
 講談社/発行

このコーナーでは、大宰の宿ぶんかうら文学館がお薦めする書籍を紹介いたします。

「いちえふ」とは、東京電力福島第一原子力発電所の略称です。ここで平成二十三年三月の重大事故の収束作業に従事した作者が、自らの体験を基に当時の作業の様子を漫画として描いた作品です。

現場作業員の目線からの放射線防護対策の現実や、具体的に行われている作業の手順について、詳細な絵によって分かりやすく述べています。

福島第一原発での仕事を待た作者を待っていたのは、多重下請け構造という現実であり、雇用条件に書かれていた高給にたづなわられて働いても、手元に残る給料は予想よりもだいぶ少なかったこと、原発作業という放射線の脅威が取

りざたされるが、実際の身近な脅威は真夏の暑い盛りにも日常的に発生する熱中症だったことなどが淡々と描かれています。

時を経るにつれてマスコミの報道から遠ざかっていく福島第一原発事故ですが、現在もまた過酷な状況の中で収束作業のために働いている人たちがいるということを改めて知らされる、ぜひ手に取っていただきたい本です。



戸籍の窓

12月21日～1月20日までの戸籍届出

お誕生おめでとう

中村 絆(謙太) 横磯
 平岡 颯哉(康春) 塩見崎
 山崎 瑛美莉(英司) 北金1区
 派谷 埜乃愛(和輝) 岩坂

ご結婚おめでとう

大黒谷 雅人(北金3区)
 中嶋 麗子(青森市)

おくやみ申し上げます

村上 上(84歳) 横磯作
 熊谷 篤三(91歳) 横磯
 中村 昭一(87歳) 4
 上田 文一(73歳) 5
 野呂 孝文(90歳) 6
 浦谷 孝昭(60歳) 6
 佐藤 欣也(89歳) 6
 上田 吉義(82歳) 6
 森山 みつゑ(93歳) 崎の町

深浦町の人口と世帯
 (1月末日現在)()内は前月比

男 …… 4,315人 (-10)
 女 …… 4,842人 (-8)
 計 …… 9,157人 (-18)

世帯数 3,884世帯 (-6)
 深浦町の総面積 488.86km²

【お詫びと訂正】
 先月号で掲載した年齢に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

(誤) 岩森 みき (82歳)
 (正) 岩森 みき (88歳)

笹森 ひさ(95歳) 川原町
 小浜 幸雄(80歳) 広瀬
 坂崎 辰巳(81歳) 風合瀬
 一戸 善五郎(93歳) 風合瀬
 一戸 ヤサ(97歳) 風合瀬
 小野 ハマ(91歳) 田野沢
 小野 坦(80歳) 北金1区
 田澤 ひで(93歳) 柳田
 木村 嘉栄(81歳) 柳田
 藤田 サツエ(68歳) 岩坂
 原田 カ(92歳) 正久
 神馬 茂(60歳) 大間越



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。

柳田保育園のなかよしたち

「おにはそと ふくはうち」

(上段左から)

ももた おおがくん(6さい)
こ ん とらのすけくん(6さい)
いずみや ふうがくん(6さい)
とよた かえでくん(6さい)
たつき こ うくん(6さい)

(下段左から)

そのむら ぎ よ うくん(6さい)
いとう しおんくん(6さい)
くろたき そうあくん(6さい)
まえだ と も きくん(6さい)



深浦町の花



■福寿草■

深浦町の木



■ 樺 ■

深浦町の鳥



■カモメ■

発行/青森県深浦町 編集/企画財政課企画調整係
☎0173-74-2111(代表)

ありがとうございました。



寄附者の紹介

ふるさと納税制度を利用したご寄附を次の方からいただきました。

○東京都練馬区 高橋 哲雄 様
○東京都江戸川区 根本 利一 様

みんなに元気で!

このコーナーでは、1歳を迎えた子ビッコ達をご紹介します



らいむ 吉田 来夢ちゃん
(父 広 毅さん) 麴 木
(母 かおりさん)