

# 特集

# ココモ

すこやかインタビュー

中泊町長 濱舘 豊光

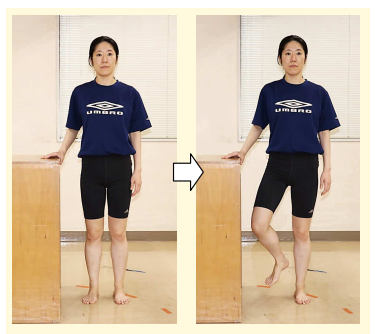
〔観光〕〔歴史〕中泊町 62

深浦町長 吉田 満 70

〔観光〕〔歴史〕深浦町 72



08



84

「いきいき、ポジティブ」  
「がん」で見事に蘇生したお二人に聞く  
14年生 がんサバイバー 今彩光 × 15年生 がんサバイバー 川嶋 勝美

## 社会福祉協議会活動紹介

新連載

小野寺幸太郎の

からだアップ体操！

第1回

「腰痛改善の為の運動&ストレッチ」

90



●青森県社会福祉協議会 78

●中泊町社会福祉協議会 80

●深浦町社会福祉協議会 81



コラム

南部家(藩)の沿革 96

青森県立保健大学 特任教授 小山内 豊彦

お買いもの便利情報

## 青森県民生協の夕食お弁当宅配 98

青森県民生協同組合

コラム

川ちゃんの心の寄り道 102

川口 浩二



グラビア

癒しのスポット探訪  
猿賀神社

猿賀神社の謎を追う！

106

02



### 広告

青森県火災共済協同組合 — 06

株式会社 竹内組 — 62

公益社団法人 中泊町シルバー人材センター — 64

株式会社 アクトプラン — 65

社会福祉法人 青森県コロニー協会 青森コロニー印刷 — 68

よごしやま温泉 — 95

NPO法人ライフサポート青森 — 表3

青森銀行 — 表4