

魚の城下町

みんなが主役のまち

羅臼町広報誌

7
2010
No. 241

サラバ羅臼よ

その歌は昭和三十五年七月十七日に生まれ
知床旅情として今も歌い続けられている

写真提供：志賀謙治氏



第49回 知床びらき



羅臼町二一〇年・町制施行五〇年記念式典

知床開き当日祭の会場にて、羅臼町一一〇年・町制施行五〇年の記念式典が開催されました。千人踊りを踊り終えた皆さんと会場にいらした方々を前に、町長の挨拶の後、各年代から選ばれた皆さん（知床断章朗読出演者名簿）が「知床断章」を読み上げました。そして、イーストサイドウインドオーケストラが伴奏しコーリンデンバウムによる町歌の斉唱があり、会場と一緒に歌い羅臼町一一〇年・町制施行五〇年を町民みんなで祝いました。

知床断章朗読

出演者名簿

右から順に

園児	鹿又 安珠ちゃん
小学生	川端 凌雅くん 山口 廉くん
青年	保木 優季さん 鈴木 陽助さん
中学生	葛西 良浩さん 洲崎 蒼くん
高校生	遠嶋 雛さん 吉田 聖史くん
成人	吉田 彩乃さん 萬屋志恵子さん 野田 成雄さん
メッセージ朗読者	阿部 友美さん



羅臼町歌

作詞 土谷 孝信
作曲 飯田 三郎

一、雲を抜き 霧をふく
わが町の 誇り
等しく仰ぐ その胸に
祖先の血潮はよみがえる
あ、父なり
われらが われらが羅臼岳

二、茫洋と はてしなき
わが町の のぞみ
等しく 望むその胸に
久遠の愛は 波のごと
あ、母なり
われらが われらがオホーツク海

三、父母に 抱かれし
わが町の 幸よ
双手をあぐれば その胸に
希望の潮は わきかえる
あ、栄あり
われらが われらが 羅臼町



オホーツク老人 森繁久彌展開催



開会式では、(左から) 辻中観光協会長、脇町長そして大地みらい信金遠藤理事長の手でテープカットが行なわれました。

7月15日(木)大地みらい信用金庫羅臼支店2階ギャラリーにて、「オホーツク老人 森繁久彌展」が開催されました。

これは、町内外におられる森繁久彌氏縁の方からお借りした貴重な品や当時の写真など210点が展示されています。

展示品には、森繁久彌氏直筆の「サラバ羅臼よ」が記された貴重な巻物や当時を物語る写真などがあり、参加者からは、当時の写真を見て懐かしむ声がかきました。

また、この展示会は志賀謙治様(船見町)及び大地みらい信用金庫様の多大なる支援・ご協力を頂き開催することが出来ました。ありがとうございます。

尚、展示会は8月1日午後5時までとなっておりますので、この機会に是非ご覧下さい。



ここでしか見れない貴重な品の数々が並んでいます。

昔の羅臼を知ろう! 羅臼小学校6年生が、 森繁久彌氏を学習

展示初日に羅臼小学校6年生が森繁久彌氏について学習するため、展示会を訪れました。会場では、森繁久彌氏と親交があった、当時を良く知る志賀謙治さん(船見町)が写真や展示物を使い物語りのあらすじや当時の状況について丁寧に説明し子ども達も、真剣に聞いていました。



とんがりの経過報告



ダイエット奮闘記

第2話

「やめられなくん…2000夏」

●前回のあらすじ

- △通称▽とんがりせん
- △年齢・性別▽33歳 男性
- △職業▽事務職
- △趣味▽仕事を終え帰宅後、ビールを片手にプロ野球を見るのが一番の幸せ。毎日6缶は飲んでいる。
- △嗜好▽タバコは1日2〜3箱

身長：170cm
体重：94.5kg
腹囲：105.9cm
BMI：33.1

☆職場健診の結果、再検査や要治療という結果。何とかしたいと保健師に相談しましたか？

とんがりの経過報告

△前回決めた目標▽

1年間で10キロ痩せられたら100点満点。まずは80キロ代を目指す！

△そのために実行すること▽

①カロリーオフのビールに切りかえる。

↓取り組み中。しかし、一度飲み始めると350ml×6本は飲んでしまい、止められなくなる。

②週2回の休肝日をつくる。

↓週1回。

△その他に取り組んでいること▽

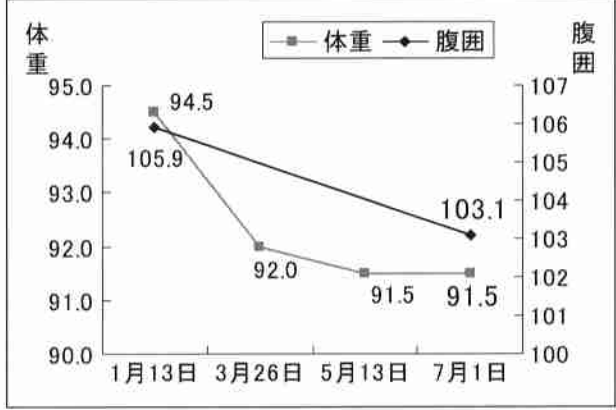
○食事では野菜をとるように心がけている。(コンビニでもサラダを買うようにしている)

○今まではビールと一緒にトバを一袋食べていたが、やめた。代わりにコマイを一袋(3〜4切れ)食べる。つまみの乾物をやめるのは難しい。

○コーラはゼロカロリーと表示されているものを選んでる。

さて、前回の計測値と比べてどのような変化があったでしょうか？

体重と腹囲の変化



	1月13日	3月26日	5月13日	7月1日
体重	94.5	92.0	91.5	91.5
腹囲	105.9	-	-	103.1
BMI	33.2	32.3	32.1	32.1

約5カ月間で
体重はマイナス3kg!!!
おなか周りはマイナス2.8cm!!!

相談室での会話

保…保健師
と…とんがりさん

保…前回、実行することを決めましたが、取組状況はどうですか？

と…週2回の休肝日はきついね。この前、体調を崩してビールを何日か飲めなくなりました。あったんだよね。そしたら、職場の人が「おなかがとんがってないんじゃない？」って。やっぱりビールを飲まないとおなか凸むんだね。

保…(とんがりさん)
と…なかなか体重やおなか周りが減らないのは、やっぱり飲みすぎが原因だと思っ…そっだよな？

保…カロリーオフビールとは言いながらもカロリーがないわけではないですね…そして、つまみも食べるわけですね。お酒を飲むのは夕食後でしょうか、食べて飲んで後は寝るだけですか？
と…どんだん摂取したカロリーが消費されないまま、蓄積していきますね。

と…だよな。ビールを減らすのは難しいから、休肝日をもつ1日

増やすわ。もう夏だし、おなか
がポコッと出てたらキツイじゃ
ん？

カロリーのお話

最近、よくカロリーオフと表示
されている商品をCMやお店で見
かけることが増えましたね。とん
がりさんも、ビールをカロリーオ
フにしたり、コーラをゼロカロ
リーに変えていますね。

とんがりさんが以前、飲んでい
たビールと現在、飲んでいるカロ
リーオフビールを比較してみま
しょう。

- 普通のビール
42kcal (100ml) × 350ml
=147kcal
- カロリーオフのビール
29kcal (100ml) × 350ml
=101.5kcal
(350ml缶の場合です)

このように比較してみると、確
かにカロリーは低いですね。

しかし、とんがりさんの場合は、
カロリーオフのビールを6本飲ん
でいます。6本でのカロリーを比
較すると…

○以前、飲んでいたビール



147kcal × 6本 = 882kcal

○カロリーオフビール



101.5kcal × 6本 = 609kcal



2.5杯分
(コンビニのおにぎり3個と1/3個分)

いくらカロリーオフとは言っ
ても、600kcalともなると…白いご飯2.5
杯分!! 上手にカロリーオフのも
のと付き合う必要がありますね。
また、意外と知られていないの
がスポーツドリンクのカロリーで
す。



スポーツ ドリンク

(500ml)

↓
95~135kcal

☆水、お茶は0kcalです。

スポーツドリンクだからと飲み
すぎると、運動して消費したカロ
リー以上のエネルギーを摂取して
しまうので注意が必要です。

相談室での会話 その2

保…ところで運動は？
と…実はね、ウォーキングしたい
なとは思っていたんだ。やる気
はあるんだけどね、なかなか
か体力的に難しいんだ。毎日
でしょ？

保…体力的にね…職場から帰ると
きに、少し遠回りして帰るとい
うのはどうでしょうか？新たに
歩くための時間を作ることもし
なくてもいいし…まずは毎日
はなくても、出来るときだけか
らでも始めてみてはどうでしょ
うか？

と…毎日は難しいけど時間のある
時になら…やってみるかな。

保…そうですね。運動が体に与え
るよい影響は沢山ありますね
例えば、運動をすることでエネ
ルギー消費量があがると言われ
ています。その効果は翌日まで
続くそうですよ。それだけでは
なくて、血糖値を下げる効果も
あります。また、運動は気晴ら
しにもなるので、ストレスを発
散する効果もあるんですよ。運
動も目標の1つに追加しましょ

うか？

と…そつだね。休肝日を週2日に
するのね。

保…次の計測が楽しみですね。

今後について

前回と比較して体重、腹囲とも
に減少していました。ビールや食
事を少し変えただけで、効果がで
ています。

今回、とんがりさんに目標を聞
いたところ…

『9月までに90kgを切りたい!!』
ということでした。

次回、広報で経過を報告します
ので、お楽しみに!!

<次回に向けての意気込み>

今回、決めた目標を確実に実践
したい!!

『言ったことはやる!!』



痛風発作が起きやすい夏！

どくしたらず予防できますか？



尿酸の高い人は必見です！

まずこの足をみてください。



右足の指のつけ根付近が赤く腫れています。

に発作を起こしているかもしれません。痛風発作です！

痛風発作の原因

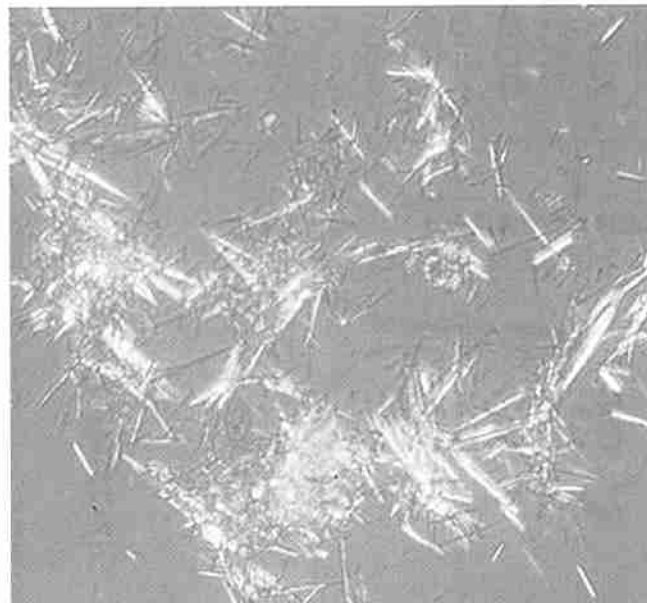
痛風の発作は血液中の尿酸値が高い場合に起こります。尿酸は、体内から排泄される老廃物の一種。血液に溶けにくい性質があるため、血液中の尿酸濃度が高い状態が続くと、溶けきれなくなり、関節などにたまって結晶化していきます。その結晶が何らかの刺激によって剥がれ落ちると、白血球が剥がれた結晶を異物と認識して攻撃し、その結果、炎症が起こり痛みが生じることとなります。

この尿酸濃度が高い状態とは、数値にして**7.0mg/dl以上**のこと。これを**高尿酸血症**と言います。

高尿酸血症は食べ過ぎと運動不足などが原因で生じる典型的な生活習慣病の一つ。最近30代で発病する人が最も多いと言われています。あなたの尿酸値はどのくらいですか？健診を

受けた方は、「尿酸」という項目がありますので調べてみてください。

羅臼町主催の健診を受けた方の中にも、尿酸の高い人がたくさんおられます。



↑結晶化した尿酸。針状で、これにより強烈な痛みが生じる。

放っておくと悪化する

痛風発作は足の親指の関節に起こる事が一番多いですが、足首、足の甲の部分など足の関節の他、手の関節等にも起こります。通常は一週間程度で痛みはおさまりませんが、高尿酸血症を放っておくと数カ月〜1年以内で再発作が出現し、これを繰り返す次第に発作の間隔が短くなります。腫れも強くなり、二箇所以上の関節に発作が出たりするようになります。

ご自分の周りに、このようにある日突然、足を腫らし「ぶついたり叩いたりしていないのに足の指が痛くて歩けないんだ」と訴えている人はいませんか？

もしかしたらその人は、この写真の人のよう

痛風発作よりもっと怖いもの

尿酸の被害は局所の痛みだけではありません。尿酸は他の臓器にもたまりまます。なかでも腎臓には尿酸が溜まりやすく、高尿酸血症によって**尿路結石**や**腎機能障害**となり、進行すると**慢性腎不全**を引き起こし**透析が必要**となります。

これに加えて、高尿酸血症には高血圧、糖尿病、脂質異常症、心筋梗塞、脳梗塞など生活習慣病が高率に合併します。



夏に起きやすい痛風発作！予防策

夏は暑くて汗をかく季節。外でビールを片手に焼き肉や焼き鳥を食べることも多くなり、な季節です。しかしそこには落とし穴が。痛風発作の誘因がいつぱい隠れています。

まずは尿酸値を上げないこと、そして尿酸を結晶化させない生活をするのが高尿酸血症や痛風発作予防になります。

落とし穴①

外で焼き肉（プリン体の摂りすぎ）

尿酸はプリン体が肝臓で代謝されて作られるため、プリン体を多く含む食品をたくさん食べすぎると尿酸も増えることとなります。

牛肉ロース、いか、えび等の魚肉類、レバー、モツ、アン肝、白子等の内臓等には、プリン体が多く含まれています。



落とし穴②

しまぐじールをびびび（習慣的な飲酒）

アルコールの代謝により尿酸が過剰に作られるほか、尿酸の排泄が妨げられます。

特にビールは他のアルコール飲料と比べてプリン体が多く、特に尿酸を増やします。

一日の飲酒量の目安



注：ビールはこれの中で最もプリン体含有量が高く、特に注意が必要です。

落とし穴③

野菜を食べない（アルカリ性食品の不足）

尿酸は主に腎臓から尿として排泄されますが、高尿酸血症だと尿酸の排泄が妨げられ尿路結石の原因ともなります。尿酸はアルカリ性で中性によく溶けるので、野菜、きのこ類、海藻類などのアルカリ性食品を十分にとり、尿をアルカリ性に保つことが必要です。

落とし穴④

多量の汗をかく（水分摂取不足）

水分不足により尿量も減少し尿酸の排泄が妨げられます。一日の尿量が二リットル以上になるよう水分（普通の水かカロリーのないお茶）を十分補給しましょう。特に汗をかくような炎天下での仕事の時（船上や昆布干しなど）のこまめな飲水と排尿は大事です。

落とし穴⑤

激しい運動・力仕事（無酸素運動）

呼吸を止めて力を発揮させるような運動（筋トレ・短距離走・バスケットなどの球技）や仕事は、尿酸を上昇させます。運動するならジョギングやウォーキングなどの有酸素運動が効果的です。

不法投棄撲滅計画

町ではこれまで、長い時間をかけ啓発や指導を行い、不法投棄を無くす運動を推進して来ました。近年ではねむる自然の番人宣言を行った多くの企業が、不法投棄物の回収や啓発をするなど不法投棄を無くする運動を活発に行なっています。

しかし、不法投棄は後を絶たず「不法投棄スポット」では何度回収しても、また、捨てる輩がいます。ここでは、羅臼町の現状と今後の対策についてお知らせします。

不法投棄の現状

幌萌町のわき道や北浜付近の海岸線など、人目につきづらく、車を止め捨てたら直ぐ立ち去れる場所に「不法投棄スポット」は多く見られます。

また、このような場所は町内に何箇所もあり、悪質なものでは仕事に使われた資材なども捨てられています。



不法投棄現場

羅臼小学校裏

昨年も紹介しましたが、ペットボトルなどを含む家庭ごみが捨てられています。

公務補の方は「いつの間にか捨てて行く。広報で出して啓発して欲しい」と話してくれました。



子ども達も校舎裏に不法投棄があることを見えています。

幌萌町オンコ公園周辺

国道から横道に入るオンコ公園は、通行する車も少なく不法投棄の多い場所となっています。



橋の下へ投げ捨てられたゴミが、大きな袋でも入りきりません。(写真 丸寿山下)

この他にも多数「不法投棄スポット」があります。どこも、人目に付きづらい場所が狙われています。

警察との協力体制を強化

町と警察の対策

町では、不法投棄スポットの巡回を行っており見つけた場合には、犯人特定のための調査を行います。また、重点監視スポットには啓発看板を設置しました。

最近までは、看板を立てることで不法投棄スポットを知らせることになるのではと、看板の設置はしていませんでしたが、明らかにする事で監視を強化することとしました。

今後は、不法投棄者の摘発も視野に入れ、不法投棄を発見した場合は警察に通報するなど、町と警察との協力体制を強化していくことにより不法投棄の撲滅に力を入れます。



この看板がある場所は、重点監視スポットです。

ご協力ありがとうございます

(有)丸寿山下が清掃活動

5月19日(水)と6月2日(水)に(有)丸寿山下従業員がオンコ公園と幌萌町旧国道の不法投棄物処理を行いました。ゴミにはストローやタイヤなど大きなものから生ゴミまで捨ててあり職員が総出で処理してくれました。専務の山下和久さんは「不法投棄を止めモラルを持って、適正な処理をして欲しい」と話してくれました。



ワールドハウスに子ども達のメッセージ

昨年、春松小学校の山本綾華さんと千綾未陽さんが書いたポスターが貼られていました。

ポスターの中でも「ポイ捨てしないでください!」と書かれています。子ども達もゴミが道などに捨てられていることについて考えます。ポイ捨てだつて不法投棄です。絶対にやめましょう!



羅臼駐在所から一言

羅臼駐在所 岡本所長

羅臼では平成20年度に産業廃棄物関係で一件摘発しています。管内でも不法投棄は目に余る状態です。警察としてもパトロールを行い、通報があれば内容物を確認して犯人検挙の為の捜査を行っていきます。

また、ポイ捨てについても、車の運転中に避けようとして、事故につながることもありますので絶対にやめて下さい。

今後、役場と連携を深め不法投棄の摘発を行ないます。



羅臼駐在所はいつも町民の安全を守っています。

知床・羅臼まちづくり基金

最終報告

寄付者や町民のみなさまへ

寄付金を財源として、寄付者の社会的投資を具体化することにより、寄付を通じた住民参加の地方自治を実現し、個性豊かな活力あるまちづくりに資することを目的に、平成17年度より「知床の自然保護」、「診療所建設事業」、「北方領土返還運動事業」の3事業を政策メニューとして位置づけ実施された「知床・羅臼まちづくり基金」の総額が約7,600万円に達しました。

ここに、これまでの基金の状況及び、平成21年度の最終報告をさせていただきます。

1 寄付の状況

(1) 平成20年度までの寄付の状況

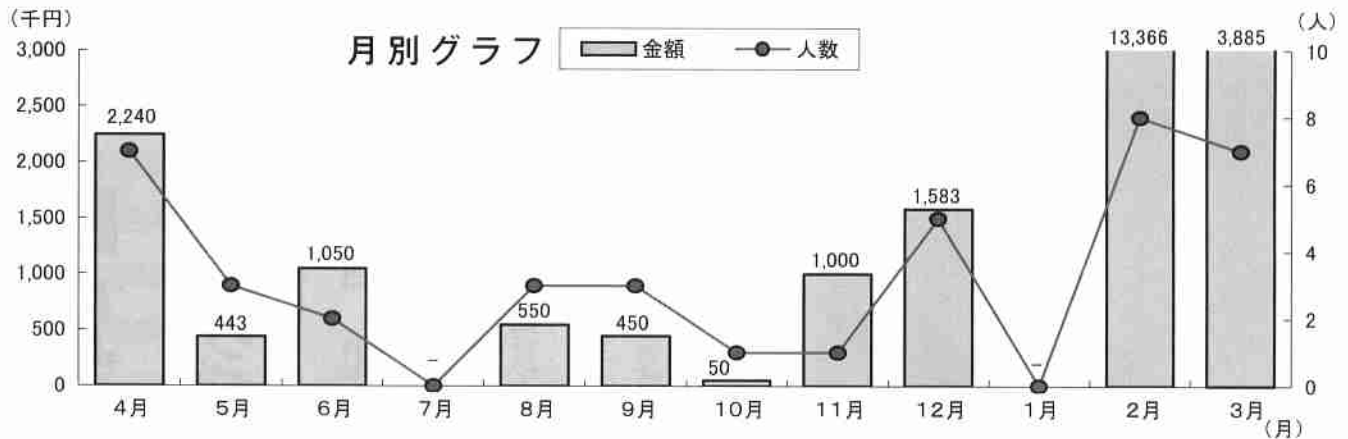
(単位：件数=件・金額=円)

	平成17・18年度		平成19年度		平成20年度		合計	
	寄 付 額	件 数	寄 付 額	件 数	寄 付 額	件 数	寄 付 額	件 数
知 床 の 自 然 保 護 ・ 保 全 事 業	4,128,268	49	165,000	8	321,012	2	4,614,280	59
診 療 所 建 設 事 業	30,901,173	84	5,109,400	29	6,035,399	18	42,045,972	131
北 方 領 土 返 還 運 動 事 業	3,859,000	9	545,000	6	500,000	2	4,904,000	17
指 定 な し	20,000	2	10,000	1	-	-	30,000	3
合 計	38,908,441	144	5,829,400	44	6,856,411	22	51,594,252	210
運 用 益	19,271	-	114,564	-	111,331	-	245,166	-
基 金 総 計							51,839,418	210

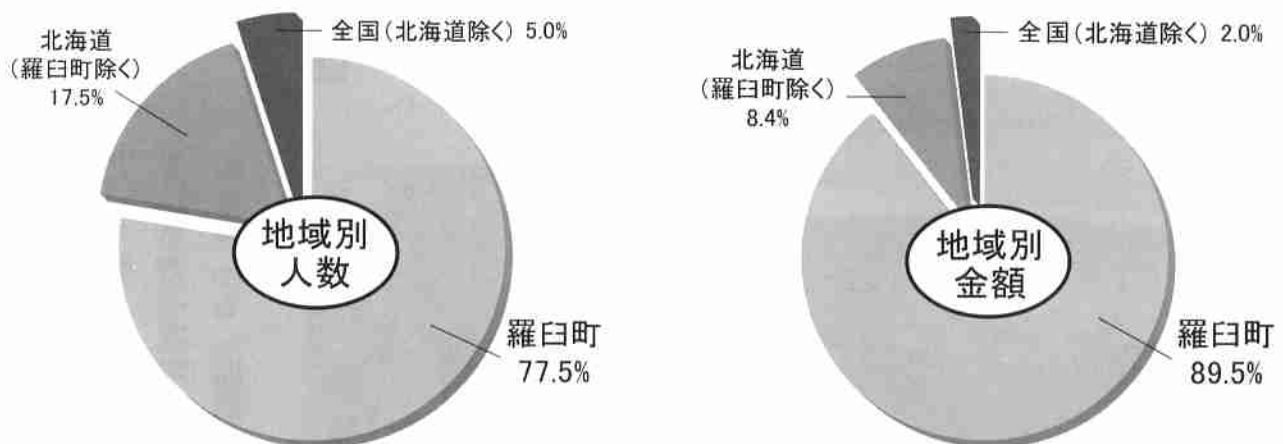
(2) 平成21年度の寄付の状況

	知床の自然 保護・保全事業		診療所建設事業		北方領土 返還運動事業		指 定 な し		合 計		
	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	人 数
上半期合計	363,429	2	3,870,000	14	500,000	2	0	0	4,733,429	18	18
10 月	0	0	50,000	1	0	0	0	0	50,000	1	1
11 月	0	0	1,000,000	1	0	0	0	0	1,000,000	1	1
12 月	0	0	1,583,000	5	0	0	0	0	1,583,000	5	5
1 月	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 月	0	0	13,366,386	8	0	0	0	0	13,366,386	8	8
3 月	65,682	2	3,820,000	5	0	0	0	0	3,885,682	7	7
下半期合計	65,682	2	19,819,386	20	0	0	0	0	19,885,068	22	22
総 額	429,111	4	23,689,386	34	500,000	2	0	0	24,618,497	40	40

○平成21年度の寄付金月別状況



○平成21年度の寄付金地域別状況



2 基金の運用

基金制定後、これまでに基金の処分は行っておりません。
今後、より良い有効活用を図り、事業を展開していきます。

寄付者の方々 (平成21年10月～平成22年3月)

(順不同・敬称略)

○個人の寄付者

・吉岡和守	北海道札幌市	1,000,000円	・川上昭一	北海道日梨郡羅臼町	1,000,000円
・兼平キミ子	北海道札幌市	50,000円	・杉目正尚	北海道上川郡新得町	300,000円
・福田栄子	北海道日梨郡羅臼町	100,000円	・岡本好司	北海道日梨郡羅臼町	20,000円

○団体の寄付者

・松緑神道大和山羅臼水キヤクサーバザン実行委員	北海道日梨郡羅臼町	50,000円	・(有)和光	北海道標津郡標津町	200,000円
・羅臼町フラワーマスターの会	北海道日梨郡羅臼町	166,386円	・(株)クレア	北海道標津郡中標津町	200,000円
・東武サウスヒルズ	北海道標津郡中標津町	15,682円	・君の声を創ろう会	北海道日梨郡羅臼町	218,000円
・知床羅臼町観光協会・羅臼漁業協同組合	北海道日梨郡羅臼町	50,000円			
・(有)阿保水産	北海道日梨郡羅臼町		・(有)赤岩水産	北海道日梨郡羅臼町	
・三協漁業(有)	北海道日梨郡羅臼町		・(有)川上水産	北海道日梨郡羅臼町	
			・菅原水産(有)	北海道日梨郡羅臼町	

(注) 個人・団体の寄付者について、氏名の公開を希望されていない方の掲載はしていません。

○知床・羅臼まちづくり基金については、羅臼町ホームページでもご覧いただけます。

<http://www.rausu-town.jp>



城下町のわだい

みんなでまちづくり

6月19日(土)・20日(日)

第49回 知床開き開催

今年も恒例の知床開きが開催されました。今年はその日祭の中で羅臼町10年・町制施行50年の記念式典も行われました。

ご参加くださったみなさんのおかげで、今年も素晴らしい知床開きを開催することが出来ました。ありがとうございました。



町では協働のまちづくりを推進しています。
ここでは、町民や団体が自らの意思で「協働のまちづくり」を実践している方々を中心に取り上げ掲載して行きたいと考えています。
みなさんも「協働のまちづくり」にご参加下さい！

6月1日(火)

故玉屋光三氏が 旭日双光章を受章

元羅臼町議会議員の故玉屋光三氏（通算7期27年）が旭日双光章をこの度、受章されました。

玉屋氏は、昭和38年より27年の永きにわたり町議員として活動し、羅臼町の基盤整備にご尽力いただいた功績が認められたものです。この日は、故玉屋光三氏の遺影の前で萬屋昭洋さんが脇町長より伝達をうけました。おめでとございました。



7月4日(日)

(社)北海道建築士会中標津支部が 農林漁業体験実習館横に植樹

(社)北海道建築士会中標津支部が農林漁業体験実習館横の道路沿い（幌萌町）に毎年恒例の「建築士の日記念 植樹祭」行事として桜の苗木15本を植樹しました。

これは、建築士は建物を建築する際に木を使用することから「木を大切にしよう」という観点から植樹を行っています。

今年、平成10年の湯の沢浄水場、平成18年の百年記念公園に続いて3回目の植樹となりました。

ありがとうございました。



7月7日(水)

ホッケの 煮込みハンバーグ おいしい！

羅臼幼稚園で漁協女性部を講師に迎え、羅臼のホッケを使った年長組親子料理教室が行なわれました。

これは、食育として羅臼の魚をもっと食べて欲しいとの思いから幼稚園が企画しました。当初このハンバーグを作って欲しいと依頼された漁協女性部は「やるならば、お母さん達に作り方を覚えて欲しい」と今回の親子料理教室となりました。



園児達はお母さんと一緒に切ったり、練ったり、丸めたりと楽しそうにハンバーグを作っていました。

特製ソースで煮込んだハンバーグは、くさみが少なく園児達も大喜びで食べていました。

6月7日(月)

(有)羅臼電工社が羅臼小学校グラウンドにシカ防護ネット用柱を設置

(有)羅臼電工社が羅臼小学校のグラウンドに地域貢献として、シカ防護ネット用の柱を設置してくれました。
当日は、ドリルの付いた特殊な重機で穴を掘り、廃材となった電柱（羅臼電工

社より寄付）を一本づつ丁寧に設置していきましました。
代表取締役齊藤彰さんは「子ども達にとって、少しでも良い環境になってくれれば」と話してくれました。ありがとうございます。



6月21日(月)

春松幼稚園に鈴木産業(株)よりヘルメットのプレゼント

運動会で使う道具として、建設現場でよく見られるヘルメットが寄贈されました。
これは、春松幼稚園より話をしたところ鈴木産業(株)が快く引き受け、寄贈されることとなりました。ヘルメットには「春松建設」と入れられています。ありがとうございます。ありがとうございました。



6月29日(火)

J A 共済連北海道より交通安全指導車寄贈

交通安全 全指
導車にと J A 共済連北海道より車輜が寄付されました。
当日は、J A 標津町農協佐々木喜一郎組合長が来庁し寄贈式が行なわれました。
ありがとうございます。



5月14日(金)

北海道コカ・コーラボト リング(株)が 知床の環境保全活動を地 域とともに推進

知床の自然保護活動に協力するため、約32万円の寄付を頂きました。これは、昨年4月から本年3月まで一年間に町内に設置されている自販機で売り上げた飲料の売り上げの一部を寄付して頂いたものです。この寄付は昨年に引き続き3回目となります。ありがとうございました。



7月8日(木)

鈴木産業(株)が春松幼稚園や 小学校などの通用路を整備

鈴木産業(株)が地域貢献として、八木浜町の子育て支援センター横の道路を整備してくれました。

これは、雨の時など水がたまり、通行に支障があると地域の利用者の話しを聞き、鈴木産業(株)が行なったものです。

鈴木陽助常務は「地域の方々が利用しやすい環境になってくれたら」と話してくれました。ありがとうございました。



6月14日(月)

本町みどりの会が オジロ橋の 草取りを実施

今年も本町みどりの会が、オジロ橋とその周辺の草取りを行なってくれました。

この草取りは年2回、春と秋に行なっています。

参加した会員は、タイルの間から生えてきた草を道具を使い丁寧に取り除いてくれました。

参加者は「この橋は観光客が多く写真など撮ります。草がないほうがいいでしょ」と話してくれました。

みなさんありがとうございます。



保健福祉課
☎87-2161

今月のヘルスチェック

エキノコックスにご注意!!

みなさんはエキノコックス原虫という寄生虫を知っていますか？北海道では毎年15名程の患者が発見され、この道東はとくに患者が多い地区です。

エキノコックス症に感染すると現在のところ根治するには手術で患部を切除するしかありません。だからこそ、感染予防と早期発見が大切です。

エキノコックスに感染するのは、エキノコックスの卵が私達の口から入った時だけです。そしてこの卵はエキノコックスに感染しているきつねや犬の糞に混ざっています。

そのため予防として大切なことは

- ①外から帰ったら必ず手を洗うこと
- ②家庭菜園の野菜や山菜などは、水道水で良く洗うか十分加熱することです。(川の水はエキノコックスに汚染されている場合があります。)

また、検診で早期発見をすることが大切です。検診は採血のみと簡単で5年毎に受けることが望ましいといわれています。羅臼町でも春と秋の総合健診や秋の結核検診の時に無料で実施しています。

過疎計画の意見募集について

町では平成22年4月1日に過疎地域の指定を受け、この度平成22年度から27年度までの市町村計画を作成になりました。つきましては素案を取りまとめましたので、皆さんのアイデアやご意見をお寄せください。

■過疎計画の素案は次の方法でご覧いただけます。

羅臼町インターネットホームページ
<http://www.rausu-town.jp/>

又は羅臼町役場（総務企画財政課）で写しを配布しています。

【ご意見・お問合せ先】

羅臼町役場総務企画
財政課（担当：八幡） 電話 87-2111
／FAX 87-2916 E-mail: kikakur@
rausu-town.jp
締切 平成22年8月9日(月)

歯科衛生士(ハート)の募集

町では歯科衛生士の資格をもち、各種事業のお手伝いをお願いできる方を募集します。

- 職 種 歯科衛生士
- 勤務内容 各種健診での幼児等へのフッ素塗布および歯科指導

※年に数回の勤務です。勤務予定日は年間スケジュールとして事前にお知らせいたします。勤務日は相談に応じます。未経験者やブランクのある方でも9月に講習会を行うので安心です。

- 申し込み資格 歯科衛生士免許取得者
- 申し込み方法 歯科衛生士免許写を添えて保健福祉課まで提出願います。
- 申込期限 平成22年9月3日(金)

【お問合せ・申込先】 羅臼町役場 保健福祉課 保健係 電話87-2161

寄付・寄贈ありがとうございました

【交通安全指導車寄付】
JA共済連北海道 様

【春松幼稚園備品】
鈴木産業(株) 様

【診療所建設事業】
知床・羅臼まちづくり基金

西東 保 様
羅臼町シルバークイックセンター 様
峯浜水産 有会社 様
(有)中谷漁業部 様
(株)のりとも朝倉商店 様
羅臼町シルバークイックセンター

園芸の部代表 五十嵐絹江 様

【知床保全事業】
北海道コカ・コーラボトリング(株) 様
(平成22年5月11日～平成22年7月10日受付分掲載)



～我が家の深層水～



深層水を用いたレシピや深層水に関する情報を提供するコーナーを設けました。
必要な人は切り取ってファイルし、レシピ集を作成しましょう！

深層水で 干物を作ってみよう！

【作り方】

- (1) 深層水に食塩を加えて好みの塩分濃度にしてから魚を漬けます。
- (2) 漬ける時間と干す時間はお好みに応じて調節してください。

【作り方の例】～「海洋深層水利用学」より～

- (1) 深層水は魚の2倍の量を用意します。
- (2) 深層水1リットルにつき塩90グラムをいれて溶かします。
- (3) 開いた魚を30分ほど漬け込みます。
- (4) 表面を軽く水洗いしてから干します。

【深層水と塩分濃度の目安】深層水1リットルに対して

加える食塩の量	塩分濃度
74グラム	10%
137グラム	15%
208グラム	20%

深層水コラム ～海水の塩分濃度～

海水の塩分は「‰」という単位で表されることがあります。これは「パーミル」と読みまして「%」を10倍した値になります。

たとえば「塩分33.0‰（パーミル）」でしたら「塩分3.3%（パーセント）」と同じということになります。

深層水の塩分濃度は3.4パーセント程度で普通の海水（表層水）とほぼ同じか、わずかに多い程度といわれています。

町民の皆様で、「深層水をこんなふうに使おうと良いよ!」といった情報がございましたら、是非、ご連絡ください!

(お問合せ先)

羅臼町水産商工観光課：☎0153-87-2162

きりとり線

TAXコラム (税務課通信)

税金は、憲法で「国民は、法律の定めるところにより、納税の義務を負ふ」と定められています。

しかし、税金を納めず、納税相談にも応じずまた、誓約を守れないなどの滞納者に対しては、毎年、町単独での差押えを実施するなど、滞納額の解消に努めています。

町単独で差押えた金額(端数切捨て)

年度	国税還付金	預貯金ほか	合計
平成20年度	15,378,000円	992,000円	16,370,000円
平成21年度	15,740,000円	1,858,000円	17,598,000円
対 比	+362,000円	+866,000円	+1,228,000円

一方、悪質滞納者に対しては、「釧路・根室広域地方税滞納整理機構」に移管し、より強固な差押えを実施しながら徴収にあたっています。本年6月末まで2名の方が滞納額全て完納しました。

2年間の収納状況(機構移管者各40名)

区 分	移管した税額	収 納 額	徴収率
平成21年6月末現在	67,989,687円	3,660,444円	5.38%
平成22年6月末現在	57,198,493円	5,014,171円	8.77%
対 比	△10,791,194円	+1,353,727円	+3.39%

税完納者との公平性を保つためにも、今後も滞納者に対する差押については毅然とした態度で進めてまいりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

〈お問合せ先〉役場税務課 Tel87-2113

7月3日(土)～4日(日)の日程で管内各地を会場に根室管内中学校体育大会(以下、中体連)が開催されました。この中体連は、3年生にとっては最後の大会。これまで練習してきたことの集大成となる大会です。今年も各地で熱い戦いが繰り広げられました。

中体連結果速報

【野 球】中標津町営球場・別海町営球場

《春 中》

1 回戦——1 対 7 標津町立標津中学校

【女子バレーボール】別海町体育館・別海高校

《羅 中》

決勝トーナメント——2 対 0 別海町立中西別中学校

準々決勝——1 対 2 根室市立柏陵中学校

《春 中》

決勝トーナメント——2 対 0 根室市光洋中学校

準決勝——2 対 0 中標津町立中標津中学校

決勝——1 対 2 別海町立野付中学校

【ソフトテニス】根室市総合運動公園テニスコート

《羅 中》

個人戦——2 ペア 第3位(全道出場)

【男子バスケットボール】中標津町民体育館 他

《羅 中》

1 回戦——84 対 45 中標津町立広陵中学校

準決勝——50 対 72 別海町立別海中央中学校

《春 中》

1 回戦——33 対 64 根室市光洋中学校

【女子バスケットボール】中標津町民体育館 他

《羅 中》

1 回戦——49 対 38 根室市啓雲中学校

準決勝——11 対 116 中標津町立中標津中学校

《春 中》

1 回戦——3 対 155 中標津町立広陵中学校

【サッカー】別海町陸上競技場

《羅中・春中合同チーム》

第1試合——1 対 8 中標津町立広陵中学校

【剣道】標津町鳩ヶ丘体育館

《羅 中》

団体戦——準優勝(全道出場)

個人戦——1 名 第2位(全道出場)

1 名 第3位(全道出場)

《春 中》

個人戦——予選敗退

【陸 上】別海陸上競技場

《羅 中》

男子百メートル——予選敗退

男子二百メートル——決勝敗退

祝 全道大会出場おめでとうございます!

剣道<大会日程:7月31日～8月1日 会場:中標津町>

洲崎 蒼君(羅中3年)・長尾 佐助君(羅中3年)
内藤 大規君(羅中3年)・太田 祐介君(羅中3年)

※内藤君(第2位)・太田君(第3位)は個人戦にも出場します!

ソフトテニス<大会日程:7月30日～8月1日 会場:苫小牧市>

山倉 美咲さん(羅中3年)・鳥越 菜緒さん(羅中3年) ペア
中島 莉香さん(羅中3年)・八幡 佳純さん(羅中3年) ペア

初めて全道へ出場する山倉さん・鳥越さんは「全道を決めたときは嬉しかった。楽しんで頑張りたい。」と話し、中島さん・八幡さんは「ずっと目標にしてきた大会。練習は辛かったけど頑張ってきてよかった。全道に行けなかったペアの分まで頑張りたいと思う。」とそれぞれ本大会に対する想いの強さは何えました。また、剣道に出場する選手たちは、「羅白の代表として一勝でも多く勝ちたい」、「俺達3年生は最後の試合なので悔いのないように全力で試合をしたい。」と強い決意を語ってくれました。羅白の皆さん応援よろしくお祈りします!



マクドナルド・トーナメント&ホクレン旗争奪北海道少年軟式野球選手権大会根室支部大会

羅白春松イーグルス全道出場おめでとう!

先月26日に中標津町みどりの里球場にて上記大会の準決勝・決勝戦が行なわれました。

準決勝まで駒を進めていた春松イーグルス、12対3で別海サーモンスに快勝しました。強敵、中標津ホルスタインとの決勝戦では12対2で惜しくも負けましたが、準優勝を飾り「ホクレン旗争奪北海道選手権大会」への切符を手に入れました。

【ホクレン旗争奪北海道選手権大会日程】

第1回戦:8月1日(日) 12:00～vs石狩支部代表チーム 会場:太陽グループ少年野球場(札幌市)



大型絵本
「はらぺこあおむし」

楽しい企画がいっぱい

読み聞かせボランティア始動

こぐまちゃんサークルと公民館図書室の連携事業が始まりました。

羅臼幼稚園
年少クラスで



絵本を抱えてどこへでも!

図書室では子育て支援や子どもの読書推進のために、福祉課・学校・幼稚園・ボランティアサークルなどと連携して次のような読み聞かせ事業を展開しています。

(読み聞かせ事業)

- 羅臼小学校月1回
- 春松小学校月1回
- 羅臼幼稚園月1回
- ちいさい子のおはなし会(入園前の乳幼児対象)
- 年3回程度
- 子育て支援センター
- ありんこ 月2回



なぜ読み聞かせが大切なのか?

絵本は、読んでもらうこと文字を追う必要がないので、絵の細部まで楽しむ余裕ができて空想の世界に入りやすくなります。

特に幼児期から低学年は、読み聞かせをすることで本の楽しさをじゅうぶん体験でき、その後の読書への橋渡しになるのです。

人の肉声に耳を傾け、心を添わせながら、友達と一緒に感動したり笑ったりする絵本体験は、本との出会いを深く印象づけます。

動き出したボランティア

こぐまちゃんサークル

「いつか読み聞かせ活動をしてみたかった」「司書さんと一緒にやらせてみたい」「子どもが本に出会える機会や場所を作りたい」など、会員それぞれの思いを結んで今年4月「こぐまちゃんサークル」(四ツ屋由紀子代表ほか会員6名)が新たに発足しました。

公民館図書室が行っているいくつかの事業と連携し読み聞かせのボランティア活動をしています。会員のアイデアとやる気です。楽しい企画がいっぱいです。



科学絵本「たんぼぼ」に子どもたちも興味津々!

どんなことをするの?!

司書と会員が一緒に話し合っただけで、読み方を練習するなど、企画や準備をします。

絵本の好きな人が集まっているので学ぶことも多く、終わったあとは充実感がいっぱいです。

募集中

ボランティア活動への一歩

「こぐまちゃんサークル」

羅臼町では漁業従事者が多く、通年でボランティア活動が出来ない方が少ない現状にあります。しかし「出来る時季だけ」「負担にならない程度に」自分の時間をボランティア活動に使ってみませんか。

少しずつの時間を多くの人が紡いでいけば、細く長く続けられるボランティアになるはず。「私に出来るだろうか」という不安がある方も、一度見学に来てみませんか。

読み聞かせ活動は、子どもたちの心を育てる養分になり、絵本を見る子どもたちのキラキラ輝く瞳から大人が感動をもらえる活動です。

連絡先/公民館図書室



羅臼小学校1年生の教室で

旬の本



小説

- 「船に乗れ」藤谷治「天国旅行」三浦しをん「不等辺三角形」内田康夫「遍路みち」津村節子「光輝の花」道尾秀介「和菓子のアン」坂木司「炎上する君」西加奈子「下流の宴」林真理子「夕暴雨」今野敏

エッセイなど

- 「くらべない生き方」大平光代「人生をいじくり回してはいけない」水木しげる「ひとりの午後」上野千鶴子「ももこのまんねん日記」さくらももこ「男の背骨」山本一力

実用書など

- 「おうちで給食ご飯」佐々木十美「柴田理恵のもっともつと昆布活用術」「牛乳で作るアイスクリーム」「体脂肪計タニタの社員食堂」「ひと目でわかる!健康診断」「魔法のかたづけ・収納術」「海の森づくり いつまでも魚が食べられる環境」「新13歳のハローワーク」「ひざ痛はここまで治る・防げる」「匠に学ぶ木工入門」

休室日

7月30日(金)



写真提供：志賀謙治氏

こんじゃく

今昔物語

ものがたり

今は昔、羅白、ウトロを基地に、知床半島を舞台として映画「地の涯に生きるもの」の現地ロケがあった。

羅白にとつて映画のロケは開びやく以来のことで町を挙げて協力と支援を行なった。

森繁さんをはじめスタッフ一同は大変感謝してくれました。

ロケも順調に終わり、いよいよ羅白を離れる前夜、森繁さんはある飲み屋の一室で、ギターを手に口ずさみながら作詞作曲したのが「しれとこ旅情」、そのときの題名は「さらば羅白よ」であった。

歌が出来上がり、早速当時の村長谷内田進さん宅の戸を真夜中に叩き「羅白の歌を作ったので、聞いてくれ」と弾き語り、歌詞を障子紙に三番まで書き残した。

その夜更け寝静まっていたスタッフ全員を起こして、お世話になった羅白の皆さんに、この歌を唄って別れようと、夜の明けるまで練習をしたとか。

翌朝、ロケ隊の宿舎にあてられていた栄屋旅館の前に立った森繁さんは、ロケ中のいろいろな憶いが去来し、感慨深げな面持ちで「羅白の皆さん、大変お世話になりました。日本にもまだこんなにも人情の深いところがあったのかと、しみじみ感じられました。お世話になったお礼に、のちのちまで残るように歌を作りました。一緒に歌って下さい。」

しれとこの岬にはまなすの咲く頃は

森繁さん自ら、マジックで模造紙に書いた「さらば羅白よ」をはり出し、送る人、送られる人のコーラスが、大きな輪となって、街の中

(参考文献 羅白町百年史)

人の動き

平成22年6月末現在
() 内は平成22年4月末対比

人口	6,031人	(-7)
男	2,996人	(-8)
女	3,035人	(+1)
世帯	2,187世帯	(-2)

編集後記

あいさつ

最近、色々な方達と協力して仕事をする機会が多くなりました。

その度、挨拶がとても大切だと感じます。「おはようございます」「ありがとうございます」

言えて当然ですが、なかなか出来ない。

気持ちの良い挨拶が出来るように心がけようと思います。(K)

羅白いさり火吟社

参道に上色の風草青む
情張ってシャッポを飛ばす春の風
磯開き海の香りを胸一杯
磯遊び息づく海の膨れくる
酒飲めば心はいつもおらが春
大三元てう雀荘に春灯し
磯開き潮の香りも持ち帰り
春待つや菓子屋の暖簾浅黄色

山中 英美
浜田 羅牛
川端 白浪
小泉 恭輔
宮腰 鹿山
長岡 佳雪
竹内 日奈
小野寺千帆

5月例会会
平成22年5月



世界自然遺産のまち・知床羅白町

■広報らうす 平成22年7月号

編集／羅白町 総務企画財政課 広報統計係
〒086-1892 目梨郡羅白町栄町100番地83
☎0153-87-2111
<http://www.rausu-town.jp/>