



冬を楽しむ



幌延町トナカイ観光牧場

冬を満喫！スキー場&イベント情報

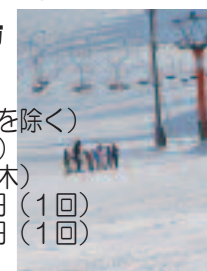
留萌管内も本格的な冬が到来しました。冬と言えばスキー。今回は管内のスキー場情報を紹介するとともに、冬のイベント情報をご紹介します。今年の冬は家でぬくぬくせず、外で思いっきり楽しみましょう！

幌延町 幌延町東ヶ丘スキー場

住所：幌延町幌延106-1
 電話番号：01632-5-2111（幌延町総合体育館）
 営業時間：10:00~16:30（火・木・日・祝日）
 13:00~16:30（水・金・土）
 18:00~20:30（水・金・土）
 リフト券：大人1010円（1日）、60円（1回）
 子供 500円（1日）、30円（1回）
 ※子供料金は中学生までです

天塩町 天塩町民スキー場

住所：天塩町西産土
 電話番号：01632-4-3163
 営業時間：10:00~15:00（土曜を除く）
 10:00~16:00（土曜）
 18:00~20:30（火・木）
 リフト券：大人1050円（1日）、60円（1回）
 子供 520円（1日）、30円（1回）
 ※子供料金は小学生までです



遠別町 遠別町幸和スキー場

住所：遠別町字幸和
 電話番号：01632-7-3950
 営業時間：13:00~16:00（毎日）
 18:00~20:30（月・水・金・土）
 リフト券：大人520円（11回）、5200円（シーズン）
 子供260円（11回）、2600円（シーズン）
 ※子供料金は高校生までです

初山別村 初山別村スキー場

住所：初山別村字初山別
 電話番号：0164-67-2269
 営業時間：16:00~20:45（火~金）
 13:00~20:45（土・日・祝日）
 リフト券：大人530円（11回）、6320円（シーズン）
 ※子供料金は無料です

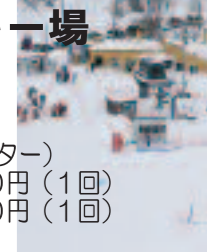
羽幌町 羽幌町民スキー場「びゅー」

住所：羽幌町字中央405-1
 電話番号：0164-62-6800
 営業時間：10:00~17:00
 18:00~20:30（火・木・金・土）
 リフト券：大人2500円（1日）、180円（1回）
 子供1300円（1日）、100円（1回）
 ※子供料金は中学生までです



小平町 小平町望洋台スキー場

住所：小平町字小平町535-1
 電話番号：0164-56-2244
 営業時間：9:00~17:00
 17:00~20:50（ナイター）
 リフト券：大人2500円（1日）、170円（1回）
 子供1900円（1日）、130円（1回）
 ※子供料金は小学生までです



苫前町 苫前三角点スキー場 古丹別緑ヶ丘スキー場

住所：苫前町字苫前（苫前三角点）
 古丹別字古丹別240番地の13（古丹別緑ヶ丘）
 電話番号：0164-65-4076（苫前町公民館）
 営業時間：13:00~15:45（日）
 13:00~16:45（土・祝日）
 18:30~20:45（月・水・金・土・祝日）
 リフト券：大人310円（1日）、高校生200円（1日）
 小中学生100円（1日）
 ※苫前三角点・古丹別緑ヶ丘共通チケットです

増毛町 増毛町暑寒別岳スキー場

住所：増毛町暑寒沢698-1
 電話番号：0164-53-3002
 営業時間：9:00~21:00（土・日・祝日）
 10:00~17:00（月~金）
 17:00~21:00（火・木・土）
 リフト券：大人2500円（1日）、240円（1回）
 子供1500円（1日）、120円（1回）
 ※子供料金は中学生までです



1月下旬~2月中旬の管内イベント情報

<p>【天塩町】 2月21日（土） 夕映冬まつり （天塩温泉夕映） 2月21日（土）15:00~ ミレニアムパークランド09 （ミレニアムパークランド）</p>	<p>【幌延町】 1月24日（土）18:00~ 心象館音楽の夕べ （幌延町金田心象書道美術館）</p>
<p>【羽幌町】 2月15日（日）8:30~ オロロンウィンターフェスティバル （リバーサイド開発用地）</p>	<p>【留萌市】 2月7日（土）18:00~ 「若者たち」を奏でるコンサート （留萌市文化センター）</p>
<p>【苫前町】 1月26日（月）18:30~ 柳家さん喬・柳亭左龍親子会 （苫前町公民館） 2月22日（日）9:30~ 第17回北海道風あげ大会兼 第36回苫前町風あげ大会 （とままえ温泉ふわっと）</p>	<p>【増毛町】 2月15日（日）10:00~ スキー場まつり （増毛町暑寒別岳スキー場）</p>

編集後記 冬の寒さが厳しく感じられるこの頃、家の中で過ごす時間が多いのではないのでしょうか。しかし「冬」を楽しむのは、この時期の北海道の特権です。おいに満喫しませんか。そして2月3日は節分です。管内でもたくさんの豆を作っています。豆は炭水化物とたんぱく質に富み、エネルギー源として欠かせない食品です。今回、大豆を美味しく変身させた豆腐作りの過程も紹介しています。お試しください。次号は「日本酒」を紹介する予定です。（高橋 信夫）

あなたの人・食・地域の情報おまちしております！
 発行・編集 / 地域情報発信システム実行委員会

るもいfan

北海道留萌市船場町
2丁目 JR 留萌駅 2階
tel. 0164-42-3871
fax. 0164-42-2200

FM もえる 76.9MHz
「わがマチ元気発信」
平日 8:25/12:25/18:25~

<http://rumoifan.net>
毎日情報更新中！

ポッドキャスト配信
るもいfan.net トップページ
「食の交流放送」からアクセス



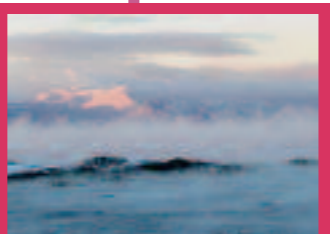
チカ釣り【旬の人】…P2



福袋【萌の会】…P3



豆腐【季節の食材】…P3



【るもいフードマガジン】…P3

奥山 純基さん

OKUYAMA Junki

このマチで自分の役割を楽しんでいます

マチを楽しむこと、人と楽しむこと、仕事もイベントもすべてをリンクさせて暮らす若者がいる。力まず、言葉飾らず、自然体でマチと暮らす若者だ。

マチに溶け込む

奥山さんは3年前に幌延町にやってきた。幌延地圏環境研究所で微生物の研究と商品開発をするためだ。東京での営業職から転身し、北海道へUターンしたのだ。地元の人と仲良くなりたいたいと考え、積極的にマチに溶け込むこととして始めたのは、手書きマップの制作だ。写

真を撮り町内を歩いた。お気に入りの場所は町営草地牧場から望む利尻富士。美しい風景に魅了された。ほどなく金田心象書道美術館で冬に行われる「音楽の夕べ」の実行委員会に誘われた。奥山さんが関わるもうひとつのイベントがある。ほろのべ活性化協議会が運営する「真冬のほろのべ味見」の旅だ。結氷した



奥山 純基さん
昭和54年生まれ
夕張郡由仁町出身 幌延町在住
財団法人北海道科学技術総合振興センター
幌延地圏環境研究所（幌延ライズ）
プロジェクト研究グループ研究員

マチの楽しみ方

奥山さん自身が幌延町の魅力に惚れこんでいるからこそ彼が語る幌延町は魅力的だ。「嫁さんと仕事があれば、幌延ですと暮らしたい」と笑顔で答える。飾らない仲間達とサロベツ湿原と澄んだ空気、大好きな牛とも真近で触れあえる暮らしを満喫している。仕事の中からイベントのアイデアが生まれ、マチ作り活動を仕事に活かす。マチに入りこみ、マチを楽しめる居場所がある。かつての都会生活では得られない体験だと感じている。みんなこのマチをどう楽しむかを同世代の仲間達と話すことがある。自分達が主体となつて同世代の若い人達が楽しめるパーティを企画したいと語る奥山さん。将来



奥山さんデザインのポスター

心象館音楽の夕べ
日時：1月24日（土曜日）午後6時
料金：大人300円 小人100円
問合せ：心象館音楽の夕べ実行委員会
奥山 01632-9-4112

真冬のほろのべ「味見」の旅
日時：2月14日・15日（1泊2日）
参加料：札幌発着 25,000円
留萌発着 22,000円
問合せ：(株)ヌーベルフロンティア
011-200-5678

「はい、好きです」
幌延町は好きですか？
的には人と人を結びつけるような活動に発展できればと語る。
「動物が好きで、ヒトのあまりいないところが好きかも。選んだわけではないけれど」と笑う奥山さんに、最後の質問を。

萌の会

留萌管内には農家のお母さん達が自分の生産した米や野菜などを料理加工する会があります。今回は「萌の会」にお話を伺いました。
「萌の会」は元々の農閑期に農業簿記の勉強のために集まりました。勉強を続けた平成12年11月からは地元を受け継がれている味を勉強するため再結成されました。

現在、メンバーは6名。留萌市藤山地区の施設「風土工房こさえール」で、月に1回活動しています。
農家は後継者不足のため、農家の嫁も減ってはいます。お母さん達は先代から伝わる味噌作りなどを仲間と楽しみながら受け継いでいます。
12月には下記に紹介している大豆から作る豆腐や、正月料理である具だくさんのきんちやく福袋などを作りました。

「自分たちの畑で穫れた物が美味しく安全なのは、自分たちが一番良くわかっている」「元祖食育プロデューサーは農家のお母さんよ」と話してくれました。合点がいくはず。地産地消の「地産」を実行しているのですから。
雪どけが始まる季節、農作業が本格的にスタートします。その手で生産された地元の食べ物を、私たち消費者が「地産」で恩返しできれば、自然と「地産地消」の環境が生まれます。



左から順に、佐藤さん、上原さん、横山さん、東さん、野原さん、阿部さん。

新しい年を迎えましたが留萌では雪と風が後2ヶ月以上続きます。私も3月になると「冬はもういやー」と毎年思いますが長い冬のお陰で春のありがたさを感じることが出来ます。
アメリカでの子供時代は冬が好きで楽しんで過ごしていました。毎年12月から2月の間にかまくらを作ったり、雪の野原に巨大な絵を書いたり、各農家にあつたそりやスノーモービルに乗って遊んでいました。

冬を楽しむ



ある年お母さんがクリスマスのごちそうを作っていた最中に停電になってしまいました。その時は新ストープで七面鳥やロールパンを焼きました。ランプの光で食事をし昔のよくなクリスマスを味わった経験もあります。
このような子供時代を過ごせたので留萌の少しワイルドな冬は結構好きです。

そのひとつにけあらしと暑寒別の景色そして波の花があります。強風でカモメやカラスが流され飛んでいる姿も思わず笑ってしまいます。楽しんで後、家で美味しい留萌産の甘酒やもちを食べるととても良い一日を過ごせた気分になります。
私の子供達も私が子供の頃感じたように留萌の冬を楽しむつつ春を心待ちにするやさしい気持ちを覚えていてくれることを願っています。

「ふるもいフードマガジン」は留萌管内の地産地消・食についての情報交換の場です。どなたでもご参加できます。
ふるもいフードマガジン
〒077-0046
北海道留萌市港町3丁目13番地
電話番号 / ファクシミリ
0164-42-9757
E-mail alainasato@hotmail.com



主宰 佐藤アレーナさん

ふるもいフードマガジンブログ <http://rfm.blog51.fc2.com>

季節の食材 NO.10
豆腐
留萌産大豆を使った
萌の会：豆腐作り

- ①大豆を水に一晩漬ける
- ②大豆を挽く
- ③挽いた大豆を炊く
- ④圧搾機で搾る
- ⑤搾ると豆乳ができる
- ⑥搾りかすはおから
- ⑦豆乳に苦塩を入れる
- ⑧型に入れ、重しをする
- ⑨切り分ける
- ⑩出来上がり

留萌管内で穫れる豆

白豆
菜豆種。インゲン豆。甘納豆や餡、スープなどに使用される。全国生産量の90%は北海道で穫れる。

黒豆
大豆種のひとつ。主に煮豆に使用される。正月には欠かせない。枝豆としても人気がある。

大豆
写真は「トヨコマチ」。遠別以南で穫れる。料理、加工品と幅広く使用できる。

小豆
写真は「しゅまり」。遠別、初山別、羽幌、苫前、小平で穫れる。赤飯やぜんざい、菓子などに使用。

留萌管内では、小豆・大豆・菜豆などの種が収穫されます。