



# 夏がきた！おすすめスポット情報！

留萌管内海水浴場特集です。留萌管内の短い夏を満喫してください。

## えんべつみなくるビーチ

■ 期間 7月18日～8月24日



ビーチから国道を挟んで道の駅がある。市街地にはコンビニや商店も有る。

## 初山別豊岬海水浴場

■ 期間 7月15日～8月20日



500メートルほど離れた豊岬地区には、道の駅やレストランがある。農協や商店も。

## はぼろサンセットビーチ

■ 期間 7月1日～8月17日



浮き輪などを売っている店が4軒並んでいる。花火やカメラも置いてある。

## とままえ夕陽ヶ丘ホワイトビーチ

■ 期間 7月15日～8月20日



ソフトクリームやクレープなどを売っている。ビーチ内に、売店が4軒並んでいる。

留萌管内の海水浴場に関する詳しい情報は

北・の・西・海・岸

北の西海岸 |

検索

<http://rumoifan.net/rumoibeach/index.html>

## おにしかツインビーチ

■ 期間 7月11日～8月20日



「じょぐら」内にある売店では、海水浴用品が充実している。施設内で食事も。

## 臼谷海水浴場

■ 期間 7月12日～8月20日



サマーベッドやビーチサンダルも現地調達できる。ラーメンなども食べることができる。

## ゴールデンビーチるもい

■ 期間 7月11日～8月23日



南ゾーン、北ゾーンそれぞれに海の家がある。牛丼やピラフなどメニューも豊富。

## 暑寒海水浴場

■ 期間 7月18日～8月16日



海水浴用品を中心とした売店と、飲食専門の売店、2軒が並んでいる。

# 夏、瞬間

## 留萌管内 イベント情報

7月下旬  
～ 8月末

### 幌延町

第39回ほろのべ名林公園まつり

■ 日時：8月8日(土)  
14:00～21:00  
8月9日(日)  
10:00～21:00  
■ 場所：ほろのべ名林公園

### 天塩町

第35回天塩川港まつり

■ 日時：8月13日(木)  
～ 15日(土)  
■ 場所：天塩川河川公園

### 遠別町

2009 商工夏まつり

■ 日時：8月1日(土)  
■ 場所：遠別町役場前駐車場

### 初山別村

第33回しよさんべつ岬まつり

■ 日時：8月1日(土)～2日(日)  
■ 場所：岬公園観光広場

### 羽幌町

日本一の味覚天売ウニまつり

■ 日時：8月1日(土)～2日(日)  
■ 場所：天売港フェリーターミナル周辺

### 苫前町

第6回北海道風車まつり

■ 日時：7月26日(日)  
■ 場所：とままえ  
夕陽ヶ丘未来港公園

### 小平町

第33回小平町産業まつり

■ 日時：8月23日(日)  
■ 場所：ゆったりかん裏  
多目的広場

### 留萌市

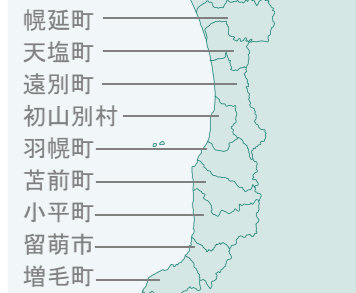
るもい呑涛まつり

■ 日時：8月7日(金)～8日(土)  
■ 場所：留萌市内

### 増毛町

第52回増毛港まつり

■ 日時：7月25日(土)  
～ 26日(日)  
■ 場所：増毛港岸壁



## 編集後記

夏本番、いよいよ留萌管内にはビーチを中心とした夏の観光シーズンがやってきました。グルメ派のあなたなら、旬を迎えた「うに」をたっぷり味わうのもよし、アウトドア派の方には個性豊かな海水浴場も沢山ありますので、マリンスポーツやキャンプを楽しむのも良いですね。思い出に残る夏をお楽しみください。  
 今号のるもいfan通信があなたの夏に彩りを添えるものになればと願っています。  
 (米倉礼子)

## るもいfan

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

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  
 「わがまち元気発信」  
 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中  
 るもいfan.net トップページ  
 「食の交流放送」からアクセス



【旬の人】… P 2



ココ・カピウ … P 2



ノールマリーナ … P 3



サマーオレンジ … P 3



# 佐藤

SATO Kei

# 圭

## 海との贅沢な時間

サーファーにとって海は生活の一部か。いや、海こそが生活のすべてと言えるのではないかと。波とサーフボードが今日も彼を呼んでいる。

### 海があるから

「僕とサーフィンとの出会いは19歳のとき。サーフショップを経営している兄が教えてくれた」そう語る圭さん。今では管内を代表するサーファーとして、全

日本サーフィン大会への出場も果たすほどの実力を持つ。圭さんが育った家から海までは歩いて5分ほど、このマチの多くの子ども同様、海は遊び場だった。

地元の高校を卒業し、函館市の大学へ進学、そこで出会った美容師に影響を受け、大学を辞め美容師を目指した。札幌で研鑽を重ね、4年前に留萌に戻り美容室を開店。人を美しくする仕事に喜びを見出している。



**佐藤 圭さん**  
昭和54年生まれ 留萌市出身  
美容室SLASH(スラッシュ)  
〒077-0038 留萌市寿町2丁目4-1  
TEL: 0164-43-5559  
<http://sea.ap.teacup.com/keisatoadd/>

店名の「SLASH」は、波を切り裂くという意味を持つサーフィンの技からつけた。心地よい時間の流れと海と暮らす贅沢さ、都会では得られないものがここにありと知っていたからUターンに迷いはなかった。圭さんの軸足はいつも海にある。

### 萌ゆる陽

午前3時、目覚めとともに海へと向い、波が立ってればサーフィンを、そうでなければ釣りに興じる。刻一刻と変化する波にレンズを向け、サーファー仲間を撮ることもある。海を楽しむ術を充分に知っているから、開店までゆっくりと海で過ごすことが多い。

仕事場はサーフスポットのすぐそばにあり、窓からは海がよく見える。夕暮れ時には、水平線に沈む夕陽



大きな波は怖いのが、乗り切った時の達成感が次の原動力となる。

- 2008年全国日本サーフィン選手権出場
- 2008HSA(北海道サーフィン連盟)サーキットスペシャルクラス 総合8位
- ブログ「写真家SLASH社SURF魂の叫び」  
<http://slashsurf.exblog.jp/>

## ノールマリーナましけ

### 北のマリーナ

増毛港内を留萌方面へ徒歩5分。赤く小さな灯台と、ヨットの形をした建物、そしてきらめく海面に繋留している数々のボートが目にはいる。増毛港の北端に位置する道内初の本格的公共マリーナ、「ノールマリーナましけ」である。

「ノールマリーナましけ」は、平成6年

4月1日にオープンした。「ノール」は、フランス語で「北」を意味し、さながら「北のボートの停泊所」である。増毛町をはじめ道内各地より利用者が来る。

海上に2つある棧橋には54艇、陸上には20艇が停泊でき、一年を通し多くのボートを見ることが出来る。棧橋の隣には青いクレーンがあり、週末になると、ボートを牽引させたトレーラーがマリーナに集まる。朝日を浴びながらボートが次々と海へ下るされ、それぞれ

の目的地へと出航していく。近海で釣り糸を垂らしつつ、増毛港や暑寒別岳の景色を堪能したり、天売・焼尻、遠くは利尻・礼文へと向かう。

ノールマリーナは一般の人も気軽に楽しむことのできるスポットである。棧橋を歩いたり、ボートを眺めると、自身がボートのオーナーになった気分になれる。増毛散策コースの一つに加えてみてはどうだろうか。



**ノールマリーナましけ**  
〒077-0206  
北海道増毛郡増毛町中歌35-4  
TEL: 0164-53-3939  
FAX: 0164-53-3737  
営業時間 8:00~17:00 (平日)  
7:00~17:00 (土・日・祝)  
定休日 火曜日(祝日の場合はその翌日)

私は日本料理が大好きです。お刺身類は好んで食べます。それは生まれた環境に関係があると言ふよりは、自身自身の味覚の感じ方のような気がしています。しかし、生もの中でひとつだけ例外があります・・・それはウニ。

## 旬・海の幸



「今朝近海で獲れたウニだから美味しいよ!」と言われても・・・な私。皆が見ていたので意地を張って食べてみました。びっくり! おいしい! 何とも言えない磯の味と鮮やかなオレンジ色の身、新鮮で不思議な甘さに引きつけられたのです。お刺身やまだ動い

ている物を食べることにへの気持ちがある瞬間変わりました。初めての刺身を留萌の新鮮な海の幸で味わっていたら、もっと色んな刺身を食べられるようになったかもしれない。

私の誕生日は7月です。アメリカの家族に「誕生日は何をしたの」と聞かれます。「ケーキは食べないけど動いているウニを山のように食べたいよ」と言ったら皆の驚く反応を楽しんでいます。



主宰 佐藤アレーナさん

「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1番地  
TEL/FAX: 0164-42-9757  
E-mail: alainasato@hotmail.com



瑞々しさと甘さが特徴のサマーオレンジ

加藤農場  
〒078-3312  
北海道留萌郡小平町字富里555番地  
TEL/FAX: 0164-56-2962

## 季節の食材 NO.16 サマーオレンジ

夏を代表する果物といえはスイカ。小平町富里の農家、加藤勝治さんが栽培しているサマーオレンジは地元でも人気のスイカだ。

栽培のきっかけは、10年ほど前、地元の農産物直売所「たかさごや」オープンの目玉として提供するためだった。管内でも加藤さんだけが生産している品種であり、甘味が強く、非常においしいスイカだ。スイカの果肉は赤または黄色が一般的だが、その名の通り、オレンジ色に近い。まるで日本海に沈む夕陽のような色味だ。栽培方法も難しく、生産量も限られており貴重な果物となっている。今が旬のサマーオレンジは、加藤農場で販売している。

## ココ・カピウ

とままえホワイトビーチに隣接しているお店「ココ・カピウ」。「カピウ」とはアイヌ語で「カモメ」を意味する。切り盛りしているのは、堀井さん夫妻で、お店を始めて11年。看板メニューは、ウニ漁の時期にだけ食べることが出来るウニ丼。ウニは漁師である主人の浩司さんが獲っている。ガンゼ(エゾバフンウニ)とノナ(キタムラサキウニ)が一緒に楽しめる「うに・うに丼(2300円)」は、ウニ好きにはたまらない。



うに・うに丼 (2300円)

食事&喫茶 ココ・カピウ  
住所: 苫前郡苫前町栄浜55-3  
営業時間: 10:30~19:30  
営業期間: 5月~10月  
TEL: 0164-64-2855

地元の漁師も集う店「ココ・カピウ」に是非お越し下さい。

「ココ」は「1000円」と「ココ」の卵と丼「1000円」は、まかない料理からメニューとなった一品。「うにそば」は、そばつゆで煮た生ウニがそばとの絶妙なハーモニーを奏でる。定食も充実している。奥さんの真弓さんが地元の海産物や農産物を美味しい一品に変身させる。