



北へ。

地吹雪のサロベツ原野



北緯45度のマチ

幌延町

北緯45度モニュメント

幌延町周辺の地図



ゆめ地創館

日本原子力研究開発機構が幌延深地層研究センターで行っている地下深部の研究内容や地底世界について紹介。入場は無料。

開館時間：9:00～16:00
 定休日：毎週月曜および冬季(11月～3月)の火曜日
 年末年始

<http://www.jaea.go.jp/04/horonobe/prsite/>

幌延深地層研究センターPR施設
 ■天塩郡幌延町北進432-2
 ■TEL：01632-5-2772

MAP①



合鴨ハム

合鴨肉は、豚肉や牛肉に比べてミネラル・ビタミン類が豊富で、コレステロールを低下させる不飽和脂肪酸を多く含む。柔らかい胸肉を使い、独自の味付けで熟成させ、桜のチップでスモークしている。

<http://www.ansin.info/>

幌延町立北星園

■天塩郡幌延町幌延15
 ■TEL：01632-5-1880(販売用)
 ■FAX：01632-5-2110

MAP②



留萌管内イベント情報

幌延町

心象館音楽のタペ
 「キックリズ・アコースティックライブ」
 ～のこぎり音楽と心のうたをあなたに～
 ■日 時：2月6日(土)
 開演 18:00
 ■場 所：金田心象書道美術館
 ■チケット：大人 300円 小人100円

天塩町

ミレニアムパークランド'10(仮)
 ■日 時：2月20日(土)
 12:00～18:30
 ■場 所：天塩小学校グラウンド

羽幌町

第21回おろろんウィンター
 フェスティバル
 ■日 時：2月21日(日)
 9:30～14:00
 ■場 所：羽幌町総合体育館横

第10回羽幌町民スキー場

「びゅーまつり」
 ■日 時：2月28日(日)
 9:45～12:00
 ■場 所：町民スキー場「びゅー」

苫前町

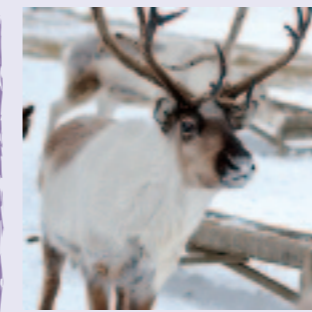
第18回北海道風あげ大会
 第37回苫前町風あげ大会
 ■日 時：2月28日(日)
 9:30～14:00
 ■場 所：とままえ温泉ふわっと

留萌市

第12回萌っこ春待里
 ■日 時：2月28日(日)
 10:00～14:00
 ■場 所：陸上自衛隊留萌駐屯地
 グラウンド

増毛町

暑寒別岳スキー場祭り
 ■日 時：2月14日(日)
 10:00～13:00
 ■場 所：暑寒別岳スキー場



トナカイ観光牧場

毎年12月にはトナカイホワイトフェスタでトナカイソリの体験試乗ができ、子供から大人まで楽しむことができる。

開館時間：4月～10月 9:00～17:00
 11月～3月 9:00～16:00

定休日：年中無休
 入園料：無料

幌延町トナカイ観光牧場

■天塩郡幌延町字北進398
 ■TEL：01632-5-2050

MAP③



トナカイ肉のステーキ

幌延町トナカイ観光牧場内「れすとらんポロ」の人気メニューはトナカイ肉のステーキ。脂身が少ないトナカイ肉は、噛めば噛むほど肉の旨みが口いっぱいに広がる。トナカイバーガーやトナカイドッグもある。

トナカイステーキ 2,500円
 (150g)

幌延町トナカイ観光牧場

れすとらんポロ
 ■天塩郡幌延町字北進398
 ■TEL：01632-5-2050

MAP④



トナカイソーセージ

トナカイ牧場で飼育された低脂肪・低カロリーなトナカイ肉を豚肉と一緒に練り込んだヘルシーなソーセージ。歯ごたえがあり、肉の旨味が凝縮されたクセのない味。幌延町土産にいかがでしょうか。

トナカイソーセージ：880円
 (1パック4本入り)

幌延町トナカイ観光牧場

れすとらんポロ
 ■天塩郡幌延町字北進398
 ■TEL：01632-5-2050

MAP④

編集後記

冬のサロベツ原野には容易に人を寄せ付けない空気が漂っています。吹雪になれば雪や風を遮るものもなく、白一色の世界となります。自然に対する畏敬の念と、一瞬よぎる生命の危機感。冬の過酷な状況があるから、春から秋にかけての自然の美術館は私達の心を解き放ちます。今回、チカ料理の撮影にご協力いただいた留萌市の友禅さんに、この場を借りて御礼申し上げます。(米倉 礼子)

留萌地域情報サイト **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



和～Nagomi… P 2



幌延町立北星園… P 3



季節の食材… P 3

稲垣

INAGAKI Junko

順子さん

あり続ける自然
響き合う私

留萌管内の最北のマチ幌延町。西部に広がるサロベツ原野は利尻礼文サロベツ国立公園に指定されている。冬、白一色の原野に無色透明の風が吹く。そして春はやって来る。

心惹かれて

昭和56年。21歳の順子さんは福祉の専門学校を卒業し、知的障害者更生施設「町立北星園」の職員に採用された。このマチへやってきた。

幌延町で研鑽を積み、その先の夢として青年海外協力隊に参加することを願いながら社会人としての一歩をスタートさせた。



稲垣 順子さん

昭和35年生まれ 釧路市出身
浄土真宗本願寺派 響流山 法昌寺
利尻礼文サロベツ国立公園パークボランティア
サロベツネイチャーゲームの会会員

しかし、職場の先輩であった夫、稲垣綾順さんとの出会いが本当の意味での一歩となる。

「結婚は足元のボランティアアよ」と笑顔の順子さん。嫁ぎ先は浄土真宗の法昌寺。結婚後は保育所の保育士をしながら家庭と両立していたが、3人の子供を授かり育児に専念するため専業主婦となった。

私とサロベツ

順子さんは目の前に広がる「自然」に導かれながら、我が子や保育所の子供達、そして法昌寺に集まる日曜学校の子供達と一緒にサロベツ原野での暮らしを心から楽しんでいく。

米国のナチュラリストが提唱したネイチャーゲーム(自然体験プログラム)を知り、夫婦二人で講習会に参加、五感をフルに使って自然に触れる喜びを更に深めていった。だが、自然の中に深く入り込むほどに次々と疑問が沸き起こってゆく。人と自然の繋がりは本当にあるの？自然との共生って何？自然と人、人と人、地域と人のコミュニケーション

シヨンはどうすればいい？その答えを求め通信制の大学で共生科学を学ぼうと決意。コミュニケーションワークを学ぶ大学生となった。

サロベツ原野を散歩する時、ポケットに「口琴」を忍ばせる。アイヌのムックリ、ハンガリーのソルタン。口琴特有の響きがサロベツ原野と順子さんをひとつにする。

原野の木道、ワタスゲの花、パンケ沼で羽を休める渡り鳥。はやる気持ちを抑えつつ、静かに芽吹く春を指折り数えて待つ。春までしばらく冬眠中。



夫の綾順さんと



順子さんの宝物「口琴」

※口琴 金属あるいは竹で出来た弁を有する楽器の一種。演奏者はこれを口にくわえるか口にあてて固定し、その端を指で弾いたり細を引くことにより、舌を振動させて音を出す。

幌延町立北星園

サロベツの恵み

18歳以上の障害者を対象とした、障害者支援施設「幌延町立北星園」は、昭和49年9月開園。現在は入所者・通所者・職員合わせて140人のうち42名が農産物、花きの栽培や合鴨の飼育を行っている。農園を「安心生産農園」と名付け、全て有機にこだわった栽培、飼育

をしている。合鴨には抗生物質を除いた配合飼料を与えている。安全で安心な食品として提供することこだわっている。

安全な食品を

合鴨飼育は昭和51年から始まった。冷涼な幌延の気候に適している合鴨は、「EM飼育」と呼ばれる有用な微生物を共生させた飼育法により、消費者にとって安全な肉を生産することに成功。脂肪とコクのある味わいとあっさり感を楽しめる。

良質の肥料は、合鴨飼育や施設から出される生ごみと連動した複合型農法により製造。農薬や化学肥料を使用することなく、ミニトマトやナス、ジャガイモ、カボチャなどの農作物を栽培している。平成16年には、有機JASの認定を受けた。

丹精込めて育てた合鴨の肉やハムと有機野菜は、インターネットやFAXで購入できる。自家生産につき季節限定や数に限りがある場合もありますので、ご購入の際はご確認ください。



合鴨鍋セット



合鴨ハム

幌延町立北星園

〒098-3223
北海道天塩郡幌延町字幌延15番地

代表TEL: 01632-5-1950
販売用TEL: 01632-5-1880
FAX: 01632-5-2110

HP <http://www.ansin.info/>

子供の頃は好き嫌いが多かった私が日本に来てからほとんど何でも食べられるようになりました。塩辛などはダメですがウニやクジラ、ワラメや納豆を好んで食べます。この変化は二つの理由のお陰です。一つは留萌管内にある新鮮な野菜やお肉、魚があるから。初めての刺身を留萌で食べていたらもっと色んな種類を食べられるようになった気がします。もう一つは日本で生活して私の中の「食べ物」の定義が変わったことです。

食べ物と文化



例えば、昔ならサントさんのお手伝いをする小妖精のトナカイを食べることはありませんでした。しかし一昨年幌延のトナカイ観光牧場に遊びに行ったとき、そのトナカイに向かって「美味くなるのよ」と思わずささやきながら、子供達と一緒に餌をやり、あこ

をなでたりしました。食べ物は文化にとっても影響をされると感じます。

沢山の文化が混じっているアメリカでは、以前はなま物を食べる習慣がありませんでしたが、20年ほど前からほとんどの町で寿司屋をみる事ができます。逆にクジラ肉は殆どの場合タブーです。色んな味や食感を楽しめるようになったことは、留萌で生活して良かったことの一つです。

「るもいフードマガジン」は留萌管内の産地消費・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。



主宰 佐藤アレーナさん

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

HP <http://www.rumofan.net/RFM/>



釣りたての子カ



チカの天ぷら

厳寒の天塩川。この時期十数キロにわたり結氷する河口でチカ釣りを楽しむことができる。チカ釣りのために建てられた冬だけのストープ付きの釣り小屋がたくさんあり、小屋の中で氷に直径20センチほどの穴をあけ釣り糸を垂らす。餌はサシ。主に天ぷら、唐揚げなどにして食す。釣りたてをその場で揚げた「チカの踊り唐揚げ」は最高。臭みの気になる方は揚げる前に牛乳に浸すとよい。

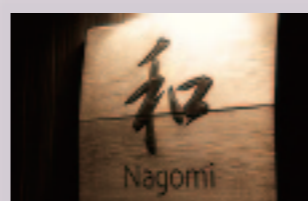
季節の食材

チカ

NO.22



ワカサギとチカはよく似ているが尻ビレと背ビレの位置で見分けることができます。チカは尻ビレの前方端が背ビレの後方にあり大きさは15センチ前後になる。海から汽水域、淡水でも生息するワカサギに対しチカは淡水域には進入できない純海産種。



和~Nagomi~の看板

和 Nagomi
〒098-3214
北海道天塩郡幌延町4条南1丁目5番
TEL・FAX: 01632-5-1151
営業時間: 17:00~22:30 (ラストオーダー)
定休日: 毎週日曜日、第1・3月曜日

観光や出張などで幌延町を訪れた際には、シエフの自慢料理をゆっくりと味わってはいかがだろうか。幌延町の繁華街から少し離れた住宅地に隠れ家のような佇まいを醸し出す和風ダイニングがある。温かな灯りが灯る小さな看板を見落としてしまうと、通り過ぎたように思ってしまうほどシンプルな外観だ。「和」オーナーシェフの岡本和之さんは宗谷管内礼文島の出身。故郷の礼文島や留萌管内の新鮮な魚介類を使った料理が自慢だ。和洋折衷のメニューは一品料理からイタリアン、デザートまで幅広く「本日のおすすめ」料理は日替わりで常に3品ほど用意されている。コース料理は予約が必要だが、専用の個室で楽しめる。(二人3000円)。

和 (なごみ)