



## 管内こだわりの特産品

管内には数多くのこだわり商品があります。  
 今回はその中から編集局オスメの商品をご紹介します。

### 天塩 てしおキムチ工房

地元のタコや減農薬野菜をふんだんに使用したキムチ。本場韓国で学んだ基本を元に、日本人好みの味に仕上げている。

てづくりキムチ各種 400円  
 (ハクサイ・ダイコン・タコ・  
 キュウリ・ナガイモ・セロリ)

■住所: 天塩町字サラキシ 4453  
 ■営業時間: 10:30 ~ 17:00  
 ■電話番号: 01632-2-3377  
 ■定休日: 日・月・火



てしお温泉「夕映」でも購入できる

### 初山別 農水産物加工試験研究センター

ひと粒ひと粒手摘みした地元産の完熟ハスカップをたっぷり使用。手塩にかけて製造した製品は、ジャムやシロップ、飲料水など幅広い。

ハスカップジャム 380円(60g)  
 ハスカップシロップ 870円(480g)  
 ハスカップ15%飲料水 200円(180g)  
 400円(410g)  
 ドライはすかつぶ 800円(60g)

■住所: 初山別村字初山別  
 ■電話番号: 0164-67-2333



道の駅「☆ロマン街道しよさんべつ」で購入できる

### 苫前 丸や岡田商店

大正8年創業。イカやホタテの最中の中に海の幸を詰め込んだ一品。お湯を注ぐと玉手箱のように中の具材の香りが立ち上る。

最中入りお吸い物  
 315円(2個入り)  
 1,050円(5個入り)

■住所: 苫前町字苫前  
 ■営業時間: 8:00 ~ 17:00  
 ■電話番号: 0164-64-2311  
 ■定休日: 日曜日



道の駅「風Wとままえ」でも購入できる

### 小平 真嶋商店

黒糖の風味とほのかな甘み、もちもちとした食感が自慢のべこもち。「水引き」と呼ばれる模様が特徴。昔ながらの製法で作っているため、一日の製造数が限られている。

べこもち  
 100円(1個)

■住所: 小平町字鬼鹿港町 134-2  
 ■営業時間: 9:00 ~ 18:00  
 ■電話番号: 0164-57-1501



留萌信用金庫鬼鹿支店向いのお店

### 小平 ほっぷすてっぷ

障害福祉サービス事業「ほっぷすてっぷ」の「めぐみ」が製造。小平産黒毛和牛100%のハンバーグは、保存料を一切使わず手作り。

ハンバーグ 250円(1個)  
 1,250円(5個入)  
 ビーフカレー 350円(200g)  
 ビーフシチュー 500円(200g)

■住所: 小平町字鬼鹿田代  
 ■営業時間: 8:30 ~ 17:00  
 ■電話番号: 0164-57-1188  
 ■定休日: 土・日・祝日



道の駅「おびら鯨番屋」でも購入できる

### 増毛 中村屋製菓

小豆の皮をむいて製造した餡が特徴のお店。林檎羊羹は、増毛産のリンゴの果肉を練りこみ、酒蔵羊羹は、地酒「國稀」の清酒と酒粕を練りこんでいる。

果樹園の林檎羊羹 500円(1棹)  
 酒蔵羊羹 500円(1棹)

■住所: 増毛町南永寿町 1丁目  
 ■営業時間: 9:00 ~ 19:00  
 ■電話番号: 0164-53-2321



増毛町「元陣屋」近くの看板が目印

## ひとつ屋根の下



寧楽共働学舎の豚舎

### 編集後記

フリーペーパーるもいfan通信は今回の36号が最終号です。この3年間、春夏秋冬の留萌の魅力、何気なく暮らしていると気づかなかった地元の魅力を取材を通して改めて知ることができました。(高橋)  
 多くの人との出会い、旬の人との出会いに感謝です。(米倉)  
 取材に応じて下さった企業、個人の皆様、また、ご愛読いただいた皆様にお礼申し上げます。4月以降、新たな視点で留萌の魅力を発信する予定です。(編集長:香島)

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 / 地域情報発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!

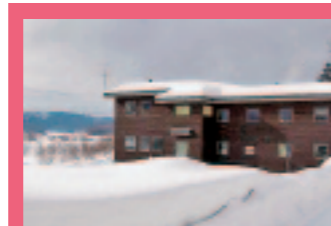
ポッドキャスト配信  
 るもいfan.net トップページ  
 「食の交流放送」からアクセス



こだわり特産物 ... P4



【旬の人】 ... P2



【旬の人】 ... P2



やきとりハウス夢物語 ... P2





# 福澤 和雄さん 『あたぼう』の心で 繋がる社会へ

春の訪れを待つ大地、小平町(おひら)蜜染(ねいせん)は、まだ白一色の雪原。この地には身体的・精神的に生きづらさを抱える人々と共に芽吹きを待ちつつ暮らす人々がいる。寧楽共働学舎の人々だ。

## 下町育ち

昭和22年、福澤さんは東京日本橋生まれ、生家は理髪店を営んでいた。子供の頃は近所のガキ大将と路地や空き地で相撲や面子で遊んだ。下町の人々は、よその子、自分の子、拘らず地域の子供たちを見守っていた。あだ名は『壊し屋のカズオ』。時計やラジオを分解しては、その好奇心を満たす少年だった。



**福澤 和雄さん**  
昭和22年生まれ 小平町在住  
NPO共働学舎 理事長  
寧楽共働学舎 創設者  
http://www.kyodogakusya.or.jp/

中学へ進学するとき、両親が勧めたのは自由学園だった。どのような場所でも、自ら考え行動する人を育てることを理念とし、畜産や農作業も教育に取り入れた学校だ。入寮し、高学部卒業までの10年間を過ごした。子供の頃から、むき出しの大地が大好きだった福澤さんは、土のある暮らし、樹木、昆虫、自然という命と向き合う生き方をこの学園で培った。

その後、自由学園時代の恩師である宮嶋真一郎氏が創設した共働学舎に参画し、北海道へ。

## あたぼうの心

共働学舎は競争社会ではなく協力社会を理想とし、農業を基盤とした手作りの暮らしを続ける組織だ。社会の決められた枠の中で生きづらさを感じている人々が、ひとつ屋根の下で豚を育て、平飼いの鶏が産む卵を集め、餌をやり、清掃をする。豚肉と鶏卵は、生計のために販売している。食に関心を持つ人、支援者らが楽しみにしている安心安全な食材だ。自分達の自給用として米や野菜も作っている。

「デコとボコ(凸と凹)、ジグソーパズルのピースのように、違う姿と心を持った命同士が繋がり、安心して暮らせるモデルケース」と共働学舎を表現する福澤さん。ここでは効率という言葉は決して優先されない。

みんなで働き、ともに泣き笑う。血縁としての家族ではないが、当たり前の日々の営みがある。

「あたぼうよ!」  
この言葉は、『当たり前だ、べらぼうめ』が短くなったもの。故郷、日本橋で交わされた言葉。近所同士、世話を焼き、素直にありがとうと言える暮らしがあった。

寧楽に共働学舎の灯りがともってから30年が経つ。高齢の仲間も増えた今、これからは互いが見守りあい、看取ることが課題だ。ありがと、あたぼうよ。ありがと、なんもさ。時代と場所が変わっても、この言葉の精神を静かに伝え続けていく福澤さんだ。

みんなでつくろう (共働学舎 作)  
みんなでつくろう米も野菜も  
みんなでつくろうお豆も芋も  
自然のめぐみあふれるよ  
みんなでつくろうあたかいうち  
みんなでつくろうよるこびのうた  
ひとつの家族兄弟だ  
みんなでつくろう本当の世界  
草木も鳥も  
虫もみみずも  
命はおなじ  
ともだちだ

## はますい株式会社

### やわらか煮

増毛町でタコの加工ひと筋に商品開発をする『はますい株式会社』。代表の浜本義夫さんは、地元の漁協で永く漁業振興に携わったのち、『蛸の肉質軟化方法』により特許を取得し、55歳で起業した。漁師の気持ちに寄り添いながら、地元の活性化

に資することを企業理念としている。

タコ本来の旨味、風味を活かしながら、茹でたての身の柔らかさと、適度な歯ごたえのバランスを活かした製品『たこのやわらか煮』を中心に、数多くの水産加工品を世に送り出してきた。マイナス35度で原材料や製品を急速冷凍し、長期保存が可能な製品を開発。最新鋭の設備と独自に開発した技術で、増毛町を代表する商品を食卓に届けている。

### 増毛の思い出

この春、炊き込んでよし、炊いたご飯に混ぜるもよしの『タコごはんの素』を発売する。毎年、ゴールデンウィークを中心に旭川・増毛間を運行するノロッコ号のパーベキュー列車内で、おにぎりとして登場する。車窓から海を眺めつつ、増毛の味を旅の思い出にする贅沢な時間。これも浜本氏が目指す、地元活性化のひとつとなるだろう。



ノロッコ号で味わえる「タコごはんの素」を混ぜ込んだおにぎり



はますい自慢の商品群。(右から、たこのやわらか煮、酒粕いりたこのやわらか煮、たこキムチ)

はますい株式会社  
〒077-0217 北海道増毛郡増毛町別荘417-1  
TEL: 0164-53-9410 FAX: 0164-53-9411

http://www.hamasui-jp.com/

雪がまだ降り続けている毎日なのですが、それでも日差しが暖かく、日も長くなりました。この時期は一年間の計画を立てるワクワクする季節です。先生たちは新しい学年の準備をしたり、農家の皆さんはハウスを立て、畑の区画を考えたりしている頃でしょうか。



## 土とふれ合う

く、人や地域が自分の精神や健康に大きく影響していることです。畑や海、自然と繋がりを持つている人は確かな人格を持つている気がします。こういう人は英語で『世の中の塩』(Salt of the Earth)と言います。安全な産物で健康が保たれ、健康

な精神は人との出会いで支えられます。土とのふれ合いが少なく、デジタル的な毎日を過ごしている人の中には、精神不安や現代病にかかることもあるような気がします。留萌の豊かな人材、そして畑や海の資源をしっかりと結びつけられ、留萌は癒しのメッカになれる可能性が十分ある地域です。雪が解けたら子供を連れてリアルな楽しみが沢山ある留萌をしっかりとエンジョイするつもりです。



主宰 佐藤アレーナさん

「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。

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



ホッキごはんのレシピは、留萌管内総合食辞典サイトるもい食PEDIA。http://moeru.fm/shokupedia/

【お問い合わせ】  
北るもい漁業協同組合天塩支所  
電話 01632-2-1113

### 季節の食材 36

#### ホッキ貝(ウバ貝)

ホッキ貝は和名をウバ貝といい北寄貝とも表記する。沿岸域の砂地に生息し、留萌管内では天塩町や遠別町で多く水揚げされる。北るもい漁協天塩支所では、資源保護に配慮し、産卵期を終えた7月中旬から12月末にかけてと、3月から5月中旬までの2回、噴流式けた網と呼ばれる方法で獲っている。砂地に潜るホッキ貝にポンプで汲み上げた海水を噴きつけ、けたを曳きながら砂地の表面に浮かんだ貝を獲る漁法だ。天塩支所の直売所では、夏期営業期間に、生のホッキ貝を販売している。刺身、バター炒め、カレーに向くホッキ貝、地元ならではの料理として、生のホッキ貝をしゃぶしゃぶで味わうのもいい。ホッキ貝の旨味がお米にしみ込んだ『ホッキごはん』も手軽だ。



クセになる旨さ 『特製つくね』400円

やきとりハウス 夢物語  
〒077-0044 北海道留萌市錦町1丁目  
営業時間 17:00 - 24:00  
定休日 不定休  
電話番号 0164-43-1150

やきとりハウス 夢物語  
留萌市内繁華街にある『やきとりハウス夢物語』。店の前には開店と同時に緑色の提灯に灯りがともる。緑色の提灯は国産の食材を50%以上使っている店だけが掲げることができ、提灯には五つの☆が示され、国産食材の使用料に応じて☆を黒く塗れるようになっていく。夢物語は国産食材90%以上を使用する、最高ランク五つ星の店だ。店主の徹底したこだわりから、店で使う肉は全て生肉、留萌管内焼尻島産の高級羊サフォーク種のラム肉や、新鮮な魚介類、増毛町の豆腐店のがんもどき、羽幌産の米など地元産の豊かな食材が味わえる。一番人気は『特製つくね』。ジューシーなつくねを包み込むタレは、継ぎ足し続けた自慢の味。留萌の夜は緑提灯の店へどうぞ。