

魚の城下町

みんなが主役のまち



ともに過ごした日々を胸に抱いて ～第40回羅臼高等学校卒業式～

月	火	水	木	金	土	日
1						
2						
3						
4						
5						
6						

通格事項



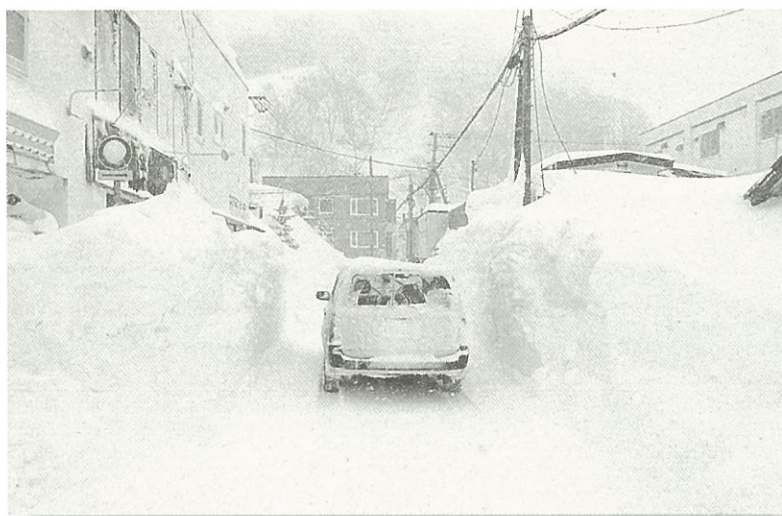
私たちは羅臼町を応援します!!

記録的な大雪と対応

今年には近年にない大雪がこの道東地方に影響を及ぼしました。

羅臼町でも1月10日から3月5日まで、大雪警報が9日間、暴風雪警報が17日間発表されました。知床半島の北側遠くに位置するカムチャツカ方面の気圧（高度）が平年よりかなり高いため、高気圧が形成されやすく、この高気圧の影響により根室地域太平洋で低気圧が停滞し北上しないことから、道東地方に大雪や暴風を及ぼしております。

中でも1月31日から2月3日にかけての低気圧では、大雪となり、羅臼町でも1日当たりの降雪量が71cmを記録し、2005年11月の統計開始以来最大値となり、積雪深も2月2日現在179cmとなりました。



<2月3日の市街地(富士見町)>

<3月5日の峯浜農道の除雪作業>

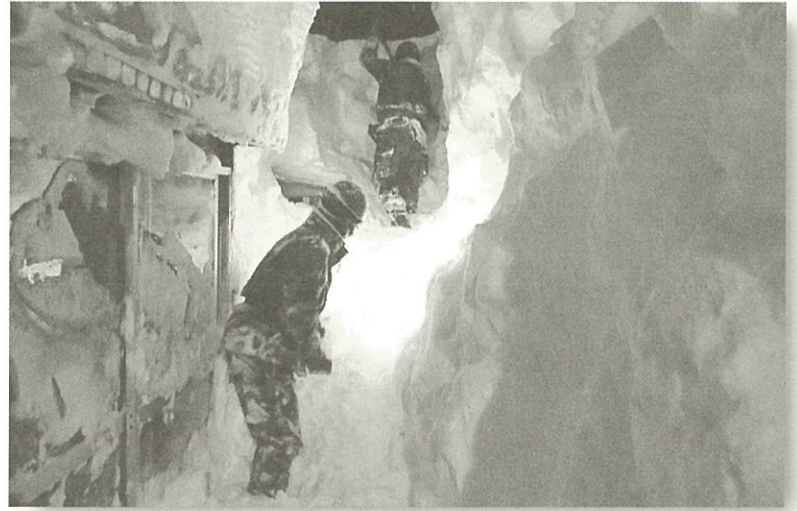
暴風に關しても、3月2日に氣象庁の風速計で最大瞬間風速37.9mを記録し、役場の風速計でも47.1mと記録的な暴風になりました。

暴風や大雪、雪崩に伴い、国道335号がこの2カ月で計8回、15日間通行止めになったほか、道道、町道の通行止めもこれまででない回数になりました。

1月31日からの低気圧の

際は、2月2日、住宅から外へ出られないなど町への要請が多く入り、町道の除雪が遅れるなどこれまでにない事態となったことから、町対策本部では住民の安全確保のため、根室振興局を通じ陸上自衛隊の派遣要請を致しました。同日、夕方陸上自衛隊第27普通科連隊の50名の隊員が来庁し、町、消防と連携して高台地区と緑町地区の町内の安否確認をしながら除雪作業をしていただきました。翌日も除雪作業をしていただき、午後には撤退致しました。陸上自衛隊の派遣のおかげで早期の回復となりました。

また、大雪により遅れがちであった道路の除排雪には、早期の対



＜第27普通科連隊による除雪作業＞

応とするため、白糠町、厚岸町、中標津町など他町から支援ダンブが来て作業を致しました。

今年の町道の除雪費は当初4、500万円でしたが、3月11日現在、2億円の予算となりました。過去10年では、平成24年度に約9、400万円の支出となりましたが、最高額の2倍以上の支出となる見込みであります。

このように、数十年に一度の大雪の冬となり、役場周辺でもこれまでにない積雪であり、タイヤショベルの他に、排雪のためのダンプの出入りがあるなど、異常な光景となりました。

町民の皆様におかれましても、除雪の回数が増え疲労困憊の冬だったかと思えます。

間もまなく4月に入りますが、大雪、暴風雪などの警報が発表されないことを願いつつ、関係機関と連携を図って対応していきたいと思っております。



＜災害派遣撤収時の見送り＞

脇町長に訊く、勇気を持って決断した十二年間。

「勇気を持って決断し実践する。」

この言葉を肝に銘じ、脇町長は羅臼町発展のために尽力されてこられました。

平成十五年地方統一選挙において、初当選を果たし、以来三期十二年が経過としておりますが、来月四月二十六日をもって任期満了となります。

残り一ヶ月となった今、脇町長に過去の町政（抜粋）について振り返っていただきました。

町長就任

就任前から漁業低迷、市町村合併問題など、重い課題を背負ったの町長就任、あえて厳しい状況のなか立候補を決意させたものとは何だったのでしょうか。

町長 各界各層からの出馬要請を頂き、熟慮に熟慮を重ね自分ひとりの力（能力、気力、体力）は小さいけれど、町を愛する多くの町民の熱い思いに支えて頂きながら、力を尽くしてみようと決意しました。

市町村合併断念、自立への道

当時、全国的に市町村合併が協議、推進されるなか、羅臼町も中標津町との市町村合併協議を進めていきましたが、中標津町の住民投票が反対多数となり、合併を断念、自立の道を歩むことになりました。当時の心境を教えてください。

町長 平成十六年十二月十七日、防災行政無線室のマイクの前で「合併断念」を断腸の思いで町民のみなさんに表明した時、町を愛するみんなの思いを結集し、「自立のまちづくり」の方針を定め頑張ろうと決意をしました。

知床が世界自然遺産に登録

平成十七年、知床が世界自然遺産に登録されました。登録決定に至るまで多くの課題、地元漁業者との協議が行われてきており登録までの道のりは大変なものだったと思います。改めて登録決定時のお気持ちを聞かせください。

町長 登録までの道のりは、既に辻中前町長と斜里町の午来元町長が苦労を重ねながら、登録寸前のところでありましたので、私は登録決定の時、町長として町民のみなさんと喜びを共有させていただきました。地元漁業者の理解を得る過程で前石黒漁業協同組合長が果たした役割と英断は、登録を決定的なものとしたと思っております。

医療問題、知床らうす国民健康保険診療所開設

入院病床休止や夜間救急受入れ停止、病院から診療所への転換など、医療問題に関して苦渋の選択、決断をせざるを得ない状況が続いたと思います。



長い尽力の末、診療所を建設、社会医療法人「孝仁会」と指定管理者の協定を結び、知床らうす国民健康保険診療所が運営されています。

長く厳しい状況から現在の形になったことに今、どういってお気持ちでおいででしょうか。

町長 様々な困難、苦悩、重い決断等がありましたが、何といつても齋藤理事長の地域医療に対する熱い思いと医療アドバイザーになって頂いた竹内實先生と竹内正人先生のお力添えがあったからだと思っています。また、大変多くの人々に応援を頂いての今があり、今後とも町内唯一の医療機関である「知床らうす国保診療所」をみんなで支えるみんなの診療所であり続けてほしいと願っています。

終わりに

町長としての多忙な日々も残り一ヶ月となりましたが、十二年間を振り返り、やり残したことはありませんか。

また、町長の役目を終えられた後はどのように暮らしていきたいと思えますか。

町長 自分なりの力を出し切って走り続けたと思っております。

やり残した事というより、羅臼町の潜在的な力を高めることが叶わなかったことが残念であります。

十二年間（それ以前の期間も含め）、応援をし続けてくれた大変多くのおみなさま、後援会、友人、知人に感謝の気持ちを持ち続けながら一町民として、町の発展にエールをおくりながら生活をしたと思っています。



羅臼町のごみの話



羅臼町のごみのあれこれ...

町では皆さんに12種類のごみの分別にご協力いただいております。ごみの収集を行っています。

羅臼町には生ごみ以外のごみを独自で処理できる施設がないため標津町・中標津町・別海町と「根室北部廃棄物処理広域連合」や「根室北部衛生組合」を組織して各町の負担金により共同処理を行っています。平成25年度に町内で排出されたごみの量は図1の通りとなっております。ごみの種類ごとに処理施設に搬送して焼却・埋立・堆肥化・リサイクルをしています。

図1

平成25年度 羅臼町のごみの行方と排出量【単位:t】

生ごみ	堆肥利用組合(羅臼町峯浜町)	生ごみ	701		
燃やせるごみ	広域ごみ処理施設(別海町)	燃やせるごみ	977		
プラスチック	リサイクルセンター(中標津町)	プラスチック	ガラス(無色)	25	
紙製容器包装類		紙製容器包装	ガラス(茶色)	30	
ペットボトル		ペットボトル	ガラス(その他)	19	
ペットボトル 白色トレイ		白色トレイ	合計	164	
ビン カン	鉄くず回収業者	アルミ缶	スチール缶	二級金属	合計
		23	47	84	154
燃やせないごみ	最終処分場(標津町)	燃やせないごみ			
二級金属 小型家電 鉄くず		138			
粗大ごみ					
危険ごみ	危険ごみ専門処理業者	電池	蛍光管	合計	
		3	1	3	
古紙類	古紙回収業者	新聞紙	雑誌		
紙パック		108	95		
		段ボール	紙パック	合計	
		210	2	415	
廃食油	専門処理業者	廃食油	1		
					総排出量 2,553

ごみ処理にはお金がかかる...

平成25年度のごみ処理経費は収集や運搬、処理の他にごみ収集車両の整備などを含めると3億3,650万円という金額が使われています。同年度の町の総歳出(町のために使われたお金)37億9,481万円の内、約8.9%がごみの処理に充てられている計算になります。これは町の教育費(小中学校や幼稚園、社会教育等に使用されるお金)と商工費(商工業、観光振興、自然遺産保護等に使用されるお金)を足した額を上回る金額であり、いかにごみ処理に係る費用が大きな割合を占めているかがお分かり頂けるかと思えます。

ごみ処理費として町民の皆さんに直接ご負担していただいているお金として「町指定ごみ袋代」があります。平成25年度は約2,93万円分のごみ袋を購入して頂いております。ごみ処理に充てられています。

また、ごみ処理に必要なお金を少しでも確保する取り組みとして、排出されたごみの内、有価物(お金になる物)を売却してごみ処理に充てており、年間約550万円前後をごみ

処理経費に充てています。しかしながらごみ処理経費の大部分は皆さんの貴重な税金を使用しているのが現状です。

ごみ処理費を軽減するには…

現在、羅臼町が行っているごみの収集方法を「戸別収集方式」といいます。この方法は皆さんがごみを自宅の前に出せば収集車両が回収しに来てくれるという非常に便利な方法です。一方で、この方法は収集範囲が広くなり回収にかかる時間や費用が多くなってしまうという一面があります。

しかし、高齢者の負担や羅臼町の生活スタイルを考えると戸別収集方式の維持は重要であり、今後も継続していかなければならないと考えています。

個別収集方式の維持やごみ処理費の軽減のために私たちが出来ることとして「適切な分別をして、ごみの量を減らす」ことが上げられます。各施設に運び込まれるごみを減らすことで共同処理に必要な負担金の軽減に繋げることが出来ます。

そして、皆さんのご家庭で「紙」や「プ

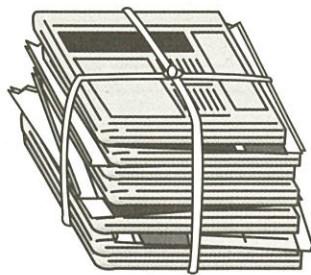
ラ」のマークがついているごみをついつい燃やせるごみ（ピンク色）の袋に入れていませんか。マークがついているごみには専用の指定袋があり、資源ごみ類のごみ袋は燃やせるごみや燃やせないごみの袋より価格が安く設定されているため、ごみをしっかりと分別することでごみ袋代を軽減すると同時に、適正処理にも繋がります。



羅臼町のリサイクルは…

多くの町民の皆さんがしっかりと分別を行い、ごみの適正処理に配慮していただいている結果として、羅臼町は環境省が行った「一般廃棄物処理事業実態調査」でリサイクル率が55%を超える数値となっており、人口10万人未満の自治体のリサイクル率で全国12位（145市町村中）、北海道内ランキングは6位（179市町村中）という結果となりました。皆さんの意識の高さが素晴らしい結果に繋がっています。

※平成27年3月6日報道発表（環境省）



役場環境生活課

☎87-2115

「捨てればごみ・分ければ資源」の心で

分別にご協力お願いします。

むし歯のない子を 発表します！



こんにちは。役場の保健師です。
 平成26年度に行われた3歳児健
 診歯科健診で、下記のお子さんに
 はむし歯がありませんでした。
 お子さんの歯を守るために、歯
 みがきなど歯のお手入れをお子さ
 んと一緒に頑張ったひとのお名前
 を合わせて表彰させていただきま
 す。

平成26年度 歯科表彰対象者 34名/52名(65.4%)

※平成26年度歯科表彰対象者は、H23.1.18生まれ~H24.1.22生まれです。ただし、
 歯科健診を受けていない方は対象となっております。



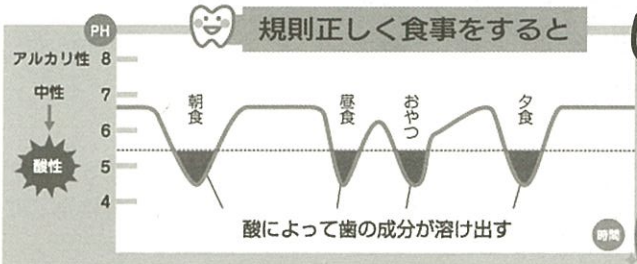
住 所	対象者氏名	お子さんの歯みがきを頑張ったひと	住 所	対象者氏名	お子さんの歯みがきを頑張ったひと
峯 浜 町	アマガタ ソウスケ 天方 颯祐	博章	本 町	ノウザワ マ オ ナ 能沢愛桜奈	彰太、友希
	ナカヤ コウタ 中谷 優斗	嘉記		緑 町	カワグチ コウセイ 川口 航世
	ノグチ トウ 野口 永遠	裕美	サカイ コトハ 堺 詩葉		裕美
ヒエダ アイコ 稗田 愛子	徹也、麗	ツヤマ アカネ 津山 朱音	麻紀子		
春 日 町	コバヤシ ハルウ 小林 隼瑠	恵利奈	栄 町	タニグチ ル ナ 谷口 瑠菜	賢一、麻衣
	ナガイ ミウ 永井 美羽	洋輔、由美		フドウ ユノ 不動 柚希	久義、早苗
麻 布 町	タカハシ シズク 高橋 穩空	和正		ムカイグチ ミ カ 向口 実花	典子
	タネダキョウタ ロウ 種田響太郎	沙織	フルヤ サク タ ロウ 古屋朔太郎	陽子	
	フナミズ サラ 船水 サラ	拓哉、千春	サイトウ コハル 斎藤 心春	真司	
八木浜町	タカノ タイチ 高野 泰知	豊土、美佳	サトウ コメ 佐藤 優芽	貴行、芽久美	
知 昭 町	カムラ ノ ア 川村 祈愛	玲奈	船 見 町	タケダ サ キ 竹田 早希	和人
	ハマザワ ユイ 濱澤 ユイ	位		タナカ ノ ア 田中 希彩	嶋倉千代乃
礼 文 町	オクラ ソウスケ 小倉 颯介	新治、美由希		タナカ ノ ノ 田中 希埜	嶋倉千代乃
	コンノ ユツキ 今野 結月	雅規	イダ アホナ 井田 歩菜	玲子	
	サカイ レイラ 酒井 玲来	愛鈴	テラサワ テッシン 寺沢 鉄心	恵美	
	フクヤマ カノン 福山 翔音	勝利、恵美	オオクニ ハル 大國 波翔	誠人、亜弥	
	ミカフ ハヤト 三河 勇翔	宏至、絵理子			

いつまでも いい歯で過ごすために

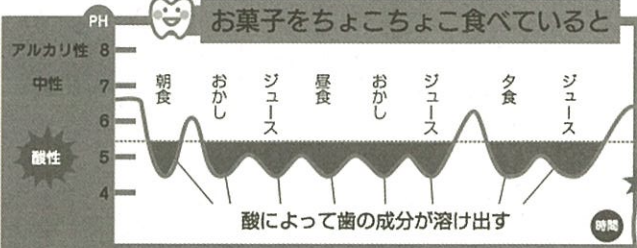
目々、歯は溶けている？

糖分が含まれた食べ物・飲み物などが口の中に入ると、歯垢中の細菌が酸を作り、歯を溶かします。しかし、唾液の働きによって歯の再石灰化が行われ、歯が修復されます。

そのため、歯が溶け出す時間と再石灰化の時間のバランスがとれていれば、むし歯の発生には至りません。しかし、左側の下の図のように頻繁に間食をしたり、だらだら食べをするとうし歯ができる可能性が高くなります。



唾液が歯を再石灰化する時間がしっかり確保されています。酸性になっている時間が少ないので、歯が溶ける時間も少なくむし歯なりにくい状態です。

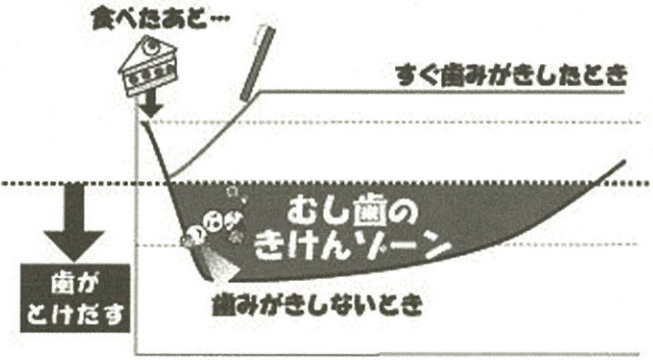


唾液が歯を再石灰化する時間がとれないので、むし歯になりやすい状態です。

再石灰化を助け、歯を守るには...

特別なことは必要ありません。生活の中でほんの少し気をつけるだけで歯を守ることが出来ます。例えば...

- ① 時間と回数を決めて食べ飲みする。(歯が溶ける回数を減らすことが出来ます。)
- ② おやつや飲み物は、糖分の少ないものを選ぶようにする。(糖分を少なくすることで、むし歯菌が作る酸の量を減らすことが出来ます。)
- ③ 食べた後、飲んだ後には、歯みがきをする。(歯みがきをすることで歯の汚れを落とし、酸を作る素を減らします。)



キシリトールをご存じですか？

アメやガム、タブレットなどに「キシリトール配合」と書かれたものが販売されています。

キシリトールは「むし歯予防効果がある」、「むし歯を作らない」等、言われていますが、キシリトール配合量や糖質量によってキシリトールの効果が期待できないことがあります。

キシリトールの効果が期待できるのは、ガムかタブレットで、キシリトールが50%以上の割合で含まれているもの、かつ、ノンシュガー(糖類0g)とされています。ですから、もしキシリトール商品を選ぶ場合には、パッケージの成分表示をよく見て糖類が0gで有ること、糖質中におけるキシリトールの割合が50%を超えている事を確認してください。(歯科医院では50%以上のキシリトールを含み、糖類0gの商品を販売している場合もあります。)

また、左のマークは「歯に信頼マーク」と言われています。このマークがついている商品は、口の中に入っても歯が溶け出すほどPHが下がらないことが確認されています。選ぶ際の参考にしてみてください。



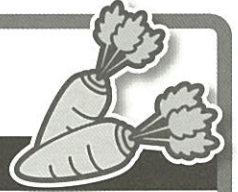
食べよう！野菜かんたんレシピ

～野菜1日350gを目標に～

にんじんに含まれるビタミンA（カロテン）は免疫力を高める効果があり、抗がん作用があるともいわれています。煮ても、炒めても、和えてもおいしく食べれるとても便利な食材です。カロテンは、皮の部分に多いので、なるべく皮は捨てずに利用しましょう。にんじんサラダは、作り置きしておく、冷ややかにのせたり、サラダに利用してもおいしいです。

にんじんサラダ

【1人分：野菜の量70g・カロリー96kcal・食物繊維1.9g・塩分0.5g】



《材料》4人分

- にんじん…中2本(約300g)
- 酢……………大さじ5杯
- オリーブオイル…大さじ2杯
- 粒マスタード……小さじ2杯
- 塩・こしょう……………少々

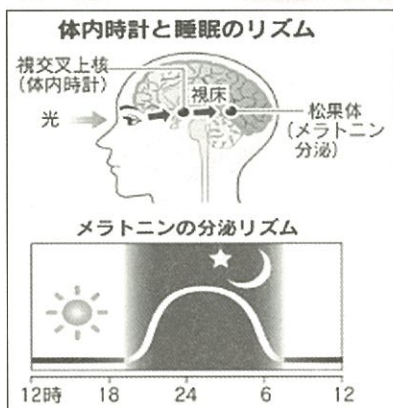
作り方

- ① にんじんは細いせん切りにして皿にひろげラップをして電子レンジで3分加熱しておきます。（ピーラーでスライスしてもOK）
- ② 調味料を混ぜ合わせておき①のにんじんを入れ混ぜ合わせて出来上がり。



《お問い合わせ》役場 保健福祉課 栄養士 87-2161

子育て情報ひろば ～すくすく～



目から光が入ると脳の視床下部にある視交叉上核に伝わり、体内時計をリセット。その情報が脳の奥にある松果体にいき、約15～16時間後にメラトニンが分泌され眠くなる。

子どもの体や脳の成長発達の基盤は生活リズムです。

人の体は太陽のリズムに合わせて色々なホルモンを出しています。ホルモンを十分に分泌させてあげるためには、太陽のリズムに合った生活リズムを作ることが大切です。生活リズムをつけるためにまず朝、カーテンを開けて太陽の光を浴びせることや電気をつけて明るい光を浴びせることから始めてみましょう。朝、光を浴びると脳が目覚め、15～16時間後にメラトニン（眠りを誘い情緒を安定させるホルモン）を出してくれます。また、夜の睡眠中には成長ホルモンが出て、脳や体を修復して成長させます。

★3月・4月・5月の子育てに関する情報♪

☆→ありんこが会場 ☆→公民館が会場 ※→役場

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 3月27日 ☆離乳食教室(ゴックン) | 5月11日 ★ママの日♪ |
| 4月10日 ★すくすく広場 | 5月14日 ☆ぶれママ(ママごはん) |
| 4月13日 ★ママの日♪ | 5月20日 ※ぶれママ(お産のススメ♪) |
| 4月15日 ☆乳幼児健診
～17日 | 5月25日 ★ありんこ計測 |
| 4月23日 ☆離乳食教室(カミカミ) | 5月27日 ★ぶれママ(手作り絵本) |
| 4月24日 ★のびのび広場 | 5月29日 ★のびのび広場 |
| 5月1日 ★すくすく広場 | 5月29日 ☆離乳食教室(ゴックン) |

※3月27日～4月5日はありんこ年度末休みです。4月6日～開放します。

す。成長ホルモンは午後8時から出始め、午前1時頃がピークになります。午後8時頃には電気を消して、暗く静かな環境を作り、眠りにつかせることが体の成長を支えます。生活リズムは、体や脳の成長発達の基盤ですが、子どもの力だけではうまく作ることができません。親や周りの大人が環境調整をしてお子さんの脳や体づくりを支えてあげてくださいね。

～みんなで育む・みんなの診療所～

腰痛との付き合い方

悩まされていませんか？冬の雪かきと腰痛

昨年から今年にかけて爆弾低気圧が何度も近づき、全国ニュースになるほど羅臼町には雪が降り積もりました。

住民のみなさんは週末の度に雪かき作業に追われ、腰痛に悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。

腰痛症は、腰部に何らかの強い負担が加わったときに起こるいわゆる“ぎっくり腰”と呼ばれる急性腰痛症と発症時期のはっきりしない慢性腰痛症の大きく2つに分けられます。慢性腰痛症の原因としては、日常生活や仕事における不良姿勢の持続によるもの、運動や重労働による筋肉疲労によるものが考えられています。



腰が痛いと感じたら

急性発症により痛みの強い時期は、安静にし必要に応じて湿布や鎮痛剤等の薬物療法を行います。慢性的に腰痛を感じている場合は、日常的に腰に負担のかかりにくい良い姿勢をとること、腰痛体操により腰背筋のストレッチと腹筋臀筋の強化が効果的です。

自宅で出来る腰のストレッチと腹筋のトレーニングをご紹介しますのでぜひ実践してみてください。

腰のストレッチ

①



②



- ① 仰向けになり両ひざをたてます。
 - ② 両膝を抱えるように引き寄せます。
- ※お腹がつかかかるとは無理をしない事。

ポイント

回数目安として
ストレッチは10秒～15秒を5回
筋力トレーニングは10回～15回
を1セットとし1日2セット
行いましょう
最初は無理のない範囲で実践し
痛みが強くなる場合は
中止してください。

腹筋のトレーニング

①



②



- ① 仰向けになり両膝を立て、両手は体の横に置きます。
- ② 肩甲骨が浮くくらい体を起こします。

※難しい場合は、頭だけ上げ、へそを見るだけでもかまいません。



～予約・お問い合わせ～

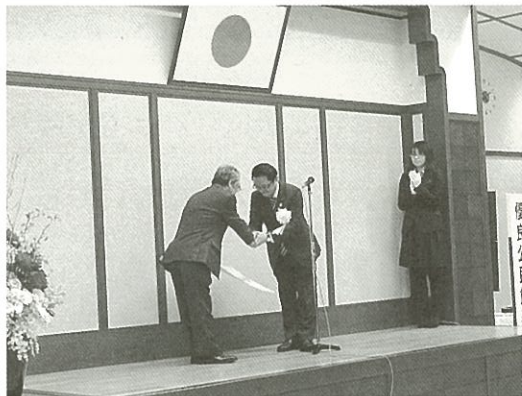
知床らうす国保診療所 TEL87-2116



羅臼町公民館

文部科学大臣表彰

第67回優良公民館表彰受賞



羅臼町公民館は、全国の公民館並びに関連する社会教育施設の中から、特に事業内容・方法等に工夫を凝らし、地域住民の学習活動に大きく貢献している施設を讃える、優良公民館表彰（文部科学大臣表彰）を受賞いたしました。これを受賞したのは全国で七十七館。羅臼町公民館は更にこの中から特に優れた活動を実施しているものとして、「優秀館」（五館）にも選定されました。

三月四日（水）に東京都文部科学省第二講堂にて、受賞式並びに優秀館による事例発表が行われました。

評価のポイントとは？ 『地域一体となった 「ふるさと学習」が高評価』



知床KIDS 「第2弾知床岬清掃」の様子
(平成26年6月23日実施)

当館では、誰にとっても住みやすく、誰にでも誇れる「ふるさとづくり」を目指すため【ふるさと学習（下記参照）】を推進し、様々な公民館活動を積極的に実施しています。

本受賞は特に、子どもたちが知床をフィールドとして羅臼の自然・文化・産業などを楽しみながら体験する「知床（しつとこ）KIDS」の取り組みや、知床岬先端を目指し過酷なルートを縦走する「ふるさと少年探険隊」などを、地域や関係機関と連携し、長きに渡り郷土愛を深める活動を実施していることが高く評価されるものです。

～羅臼町公民館が考える「ふるさと学習」って？～

自分が生まれ育ったふるさとの良さ（課題も含め）を発見し、ふるさとに愛着や誇りをもって、地域づくりに貢献できる「人」を育てることを基本とした学習活動である。人間関係の輪を広げ、体験を豊かにしながら、地域の自然や文化、生活などを焼き付け、地域をより理解し、地域社会の一員としての自覚を高めることを目的とする。



【関連事業】

ふるさと少年探険隊・知床KIDS・こまぐさ学級・高校生の水産教室・高校生の創作料理プロジェクト・本との出会い講座・ふれあいコンサート・・・ etc.

今回このような賞を受賞できましたのも、日頃から公民館活動に多大なご理解・ご協力を賜る関係各位、ふるさと羅臼町を愛するたくさんの方々の力によるものです。

これからも当館では、地域の方のまちづくり活動の中核をなす公民館を目指し、「ふるさと学習」を推進する拠点施設として一層の努力をして参ります。

町民の皆様には今後とも、ご指導・ご鞭撻をよろしくお願い致します。

公民館職員一同

ゆきかきはもうゴメン!



腰をいたわる暮らし方

生活習慣のチェックポイント

今シーズンは度重なる爆弾低気圧で大雪との格闘が続いています。「雪かきはもう限界!」「腰にキテル…」という方も多いはず。生活習慣が引き起こす腰痛予防についての本をご紹介します。

疲れをためない

↓筋肉疲労を防ごう!

規則正しい生活、朝食はしっかりと温かいものを栄養バランスよく、運動は適度に軽く靴は適切な大きさの足に合う靴を、敷布団は固すぎずやわらかすぎず、規則正しい十分な睡眠を。

体を冷やさない

↓血行障害を防ごう!

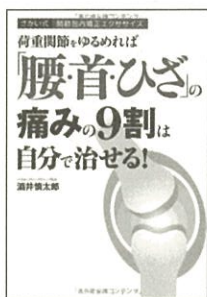
空気を冷やさず適度な空調、食事は温かいものを栄養バランスよく、日光浴、入浴は肩まで入ってゆつくり体を温める、冬は湯たんぽ、冬の衣類は吸湿発熱性の新素材やウール、ハイネック・マフラーなどで首を温める、きつい肌着はNG。

軽い運動で筋力維持・アップ

15年先まで予約が埋まるクリニック



2000年12月
専門医が治す!腰痛
三木英之/著
高橋書店



2010年9月
「腰・首・ひざ」の痛み
9割は自分で治せる!
酒井慎太郎/著
永岡書店



2012年4月
大人の体幹トレーニング
本橋恵美/著
永岡書店



2014年3月
長友佑都体幹トレーニング20
長友佑都/著
ベストセラーズ

図書室の本紹介

利用登録をしていれば、読みたい本は電話予約ができます。公民館図書室 Tel.87-2004
公民館図書室に所蔵していない本でも、他館から借受することができますのでご相談ください。



城下町のわだい

みんなでまちづくり

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い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！

1月31日(土)~2月3日(火)

役場前をボランティアで 除雪してくれました。

去る1月31日から2月3日にかけての大雪の際、鉦路開発建設部発注の羅臼漁港工事請負業者であります

「(湧) 西村・本田JV」並びに「勇・葵JV」の2

つの企業
体が、地

域貢献の一環として、役場庁舎前スロープの除雪をしてくださいました。おかげ様で短期間での利用再開となりました。大変お忙しい中ありがとうございます。ございました。



2月20日(金)

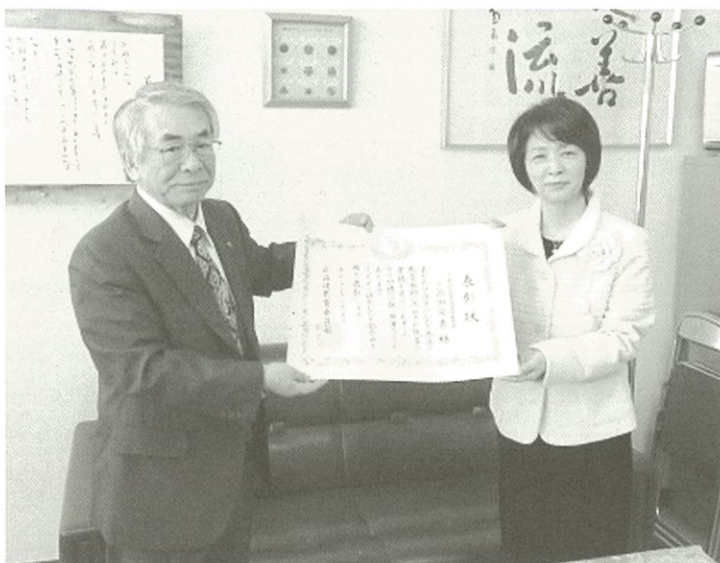
(故)池田榮寿前教育長が 北海道教育功績者表彰を受賞

平成19年教育長に就任し昨年11月11日に急逝されるまで、中高一貫教育を積極的に推進、また世界自然遺

産の町として環境教育に力を注ぎ、町内幼小中学校、

高校のユ

ネスコスクール認定に尽力するなどの功績により今回の受賞となりました。生前より受賞は決定しておりましたが、表彰式が2月5日に挙行されたため、前教育長夫人に表彰状、記念品が山崎守教育長より伝達されました。

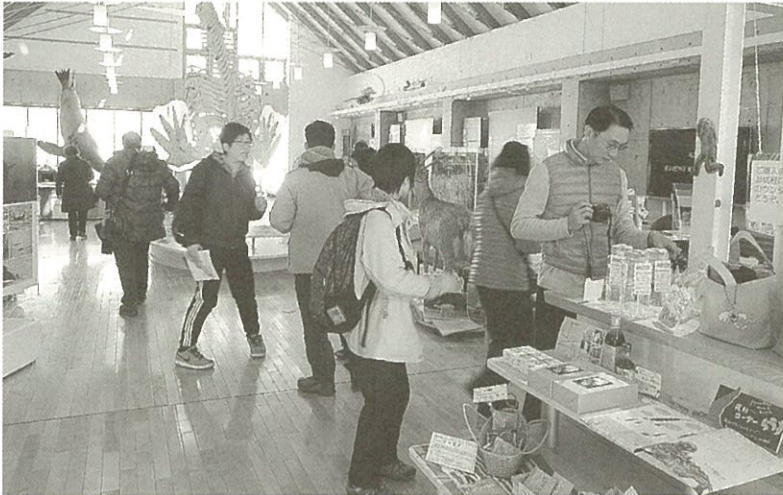


2月26日(木)

冬の自然遺産を満喫 外国人が続々

毎日のように降り積もる雪、吹雪にもかかわらず、2月に入ってから多くの外国人観光客が羅臼町を訪れています。特に観光船に乗船した外国人は2月だけで400人を超えたそうです。

団体では、中国、韓国、台湾などのツアー、個人ではドイツ、イギリスなど様々な国から訪れていて、流水はもちろん、天然記念物の迫力あるオオワシやオジロワシを間近で見れたのではないのでしょうか。



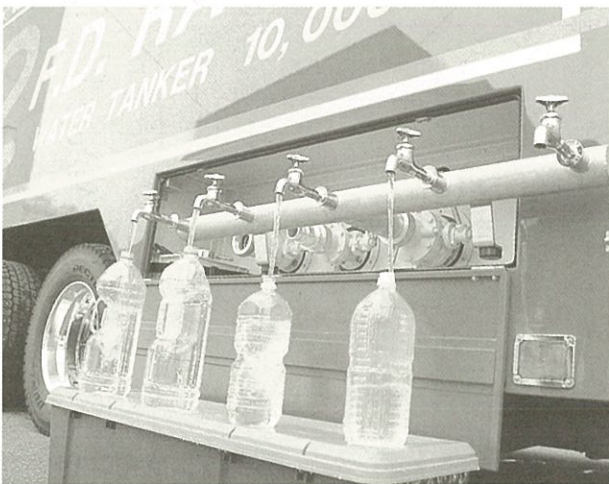
羅臼ビジターセンターを見学する香港からのツアーの団体客

2月26日(木)

頼りがいある消防車両が納車

約27年にわたり使用してきた消防車の老朽化に伴い、消防署に大型水槽車が納車されました。環境性能と低燃費を兼ね備えた車両には1万リッターの水を積載することが可能なステンレス製タンクを備えており、消火活動の他、災害が発生した際には生活用水の給水活動を行うこともできることから、より防災に強い車となっています。

また、道内でも珍しい左右異なるデザインとなっており、左側には親子で泳ぐ”魚の城下町マーク”と”昆布”のイラストを採用し、羅臼らしさを表現しています。消防署前を通った際には、ぜひご覧ください。



3月6日(金)

平成26年度羅臼町児童 生徒表彰受賞



去る3月6日、羅臼中学校と春松中学校の校長室で表彰式が行われました。リーダー賞に羅臼町子ども会育成協議会より推薦のあった山田暁君（羅中三年）大友そらさん（羅中三年）川内谷優奈さん（春中三年）吉田浩菜さん（春中三年）、親切賞に栄町町内会から推薦のあった岡ゆめさん（羅中一年）の五名が記念の盾を受け取りました。表彰した山崎守教育長から「これからも地域で大いに活躍して下さい。」と激励されました。



3月6日(金)

園児もびっくり！ 春松幼稚園でアゲハ蝶が孵化



昨年11月園児たちが遊んでいたそばでイモ虫を発見し、園長先生にお願いし育てたところ、見事に黄色と黒の羽根をしたアゲハ蝶に孵化しました。

季節柄、花も咲いていないことから園長先生が作った砂糖水を密として育てています。

教室をひらひらと飛んでいる季節はずれのアゲハ蝶に園児たちは追いかけて歓声をあげていました。このまま順調に育つてくれれば春に裏山に帰してあげるそうです。



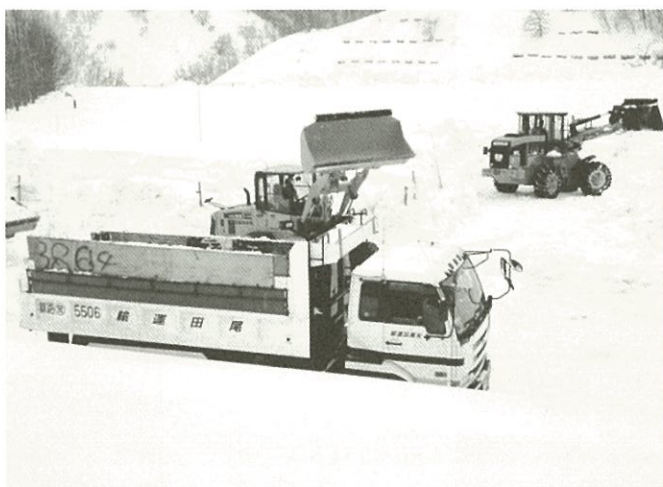
3月8日(日)

ご協力ありがとうございました。 尾田建設株式会社、羅臼中学校の グラウンドを排雪作業



尾田建設株式会社がPTAの皆さんと共同で、羅臼中学校グラウンドの排雪作業にご協力下さいました。

今冬の豪雪により例年に無い積雪で、一日の作業となりました。尾田建設株式会社にはこの後、羅臼中学校とPTAより感謝状が授与されることとなります。



3月9日(月)

羅臼町議会 村山修一議長、
全国町村議会議長会より表彰される

平成27年2月6日に開催されました第66回全国議長会定期総会におきまして、議会議長として7年以上在職し地域の振興発展に寄与貢献した功労が認められ、自治功労者表彰を受けられました。
伝達式は3月9日の第一回定例会の開会前に執り行われました。
おめでとうございます。



北海道日本ハムファイターズ
北海道179市町村応援大使2015

3月2日(月)札幌市内において、全応援大使と18市町村の町長が出席し、「北海道179市町村応援大使決起集会」が開催されました。会場では羅臼町応援大使の吉川・河野両投手より、連日の大雪を心配する話があつたほか、「シーズンオフには良い結果を残して羅臼町を訪問したい。」と話していました。
また、引き続き開催された「激励会」では羅臼漁協青年部、知床いぶき樽保存会のみなさんに出演していただいた大使への応援メッセージが流れました。撮影のご協力ありがとうございました。
なお、現在球団と「応援観戦ツアー」の日程調整を進めておりますので、詳細が決まり次第、みなさんにご報告させていただきます。



救命講習を受講しませんか。

救急隊が到着した際に応急処置が行われていることも年々増えておりますが、未だ十分であるとは言えません。

消防署では救命講習をご希望に合わせて開催しております。内容としては、心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の取扱方法を中心に、ご希望に応じて、窒息に対する対処法や小児への応急処置なども指導しております。

今までも、消防団や各団体、最近では役場職員、町内の各施設に勤務されている職員、小さなお子様がいらっしゃるお母さん方も受講されております。

希望される方、興味のある方は羅臼消防署 救急係まで気軽にご相談下さい。

お問い合わせ先

羅臼消防署 救急係

087-2119



宝くじの助成金で備品を整備しました

海岸町町内会（鹿又政義会長）では、下記財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業により、会議用イス、チェアポーター（台車）、和洋共用折りたたみ机、発電機、半寸胴鍋を整備しました。今回の整備によって、海岸町町内会の各種イベント実施等、コミュニティ活動の一層の発展に寄与することが期待されます。



財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業

この事業は、同センターが全国自治宝くじの普及広報事業費として受け入れる受託事業収入を財源として、住民のコミュニティ活動を推進し、その健全な発展を図るとともに宝くじの普及広報を目的に行われています。



寄付・寄贈
ありがとうございました

知床・羅臼まちづくりの基金

〔医療・保健・福祉の〕

まちづくり推進に関する事業〕

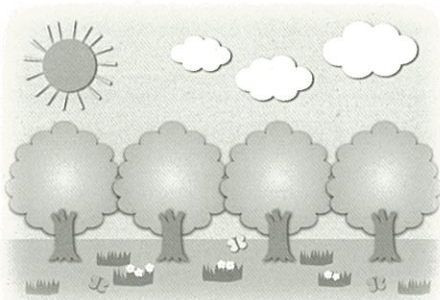
川合 吉太郎 様

〔北方領土返還運動に関する事業〕

竹達 大輔 様

（平成27年1月8日）

平成27年2月13日受付分掲載



TAXコラム

(税務財政課通信)

「国保税の納税は、お済ですか？」

3月2日で国保税の最終納期が過ぎました。

まだ、納税していない方は、早急に納税するようお願いいたします。また、早急に納めることが困難な場合は、必ず税務財政課へご相談ください。

「釧路・根室広域地方税滞納整理機構への移管について」

町税等を滞納している滞納者で、納税折衝に応じない方、納税誓約が履行されていない方について、現在「釧路・根室広域地方税滞納整理機構」に移管する準備をしております。

町税等を納税していない方は、早急に納税するようお願いいたします。

また、町独自でも、預貯金、給与、生命保険等の差押えを執行し、収入の確保を図っております。

収めることが困難な方は、早急に納税相談ください。

「夜間・休日窓口を開設しています」

税務財政課では平日の日中、納税や相談のために来庁することが困難な方のために夜間・休日窓口を開設しています。ぜひ、ご利用ください。

3月の夜間窓口 3月31日(火) 午後8時まで **休日窓口** 3月29日(日) 午前9時～午後5時

<お問合せ先> 役場税務財政課 TEL 87-2113

赤ちゃん誕生

(敬称略)

(掲載はいずれも平成27年1月11日～平成27年3月10日受付分)
おくやみ申し上げます

(敬称略)

羅白いさり火吟社

けあらしを縋い白鳥朝寝する
 振り向けば後に続くは北狐
 野を肥やす屍となりて鹿凍てる
 児を待ちて門燈点す大晦日
 鰯縄を打ち海峡の旭を拝む
 初漁船先ず一番の瀬に乗り
 冬林檎二人暮らしも二十年

千日羅泥鹿英悠
 帆奈牛舟山美羅

1月例会句
平成27年1月

俳句同好会「羅白いさり火吟社」では投句を募集致します。
 住所・氏名・年齢・電話番号を明記し送付していただくか、
 左記までお問い合わせ下さい。
 〒086-1834 羅白町礼文町
 羅白いさり火吟社事務局 小野寺千鶴枝 (電話0153-8712569)

(掲載はいずれも平成27年1月11日～平成27年3月10日受付分)

親子で

頑張っています。



最終回 野口

しげまさ よしお
繁正(73歳)・祥夫(39歳)さん親子

今回は酪農業を頑張っている親子の方達をご紹介します。

酪農業はいつから行っているのですか？

(お父さん)
昭和43年からです。

酪農業を始められたきっかけを教えてください。

(お父さん)

昔から乳牛は飼っていましたが、大きな規模で酪農業を取り組みたいと思っていたところ、道営のパイロット事業がありましたので、いまの地区に移りました。

休みのないお仕事だと思えますが、特に大変なことはどんな事ですか？

(息子さん)

今は酪農ヘルパーさんが農協にいますので休みはとれるのですが、ヘルパーさんの数が少ないので、希望通りにヘルパーさんに依頼できないことです。

跡継ぎと決めたのは、いつごろですか？またそのきっかけはなんですか？

(息子さん)

高校3年生の時ですね。なんとなくですが、小さい時から手伝いもしていましたし、長男だからというのもあるかな。

息子さんから跡継ぎと聞いてどう思いましたか？

(お父さん)

やはり嬉しかったですね。

酪農の魅力はどんなところですか？

(お父さん)

工夫次第で一年間の収入が計算できることですかね。

全国的に離農する方が増えています。どう感じていますか？

(お父さん)

残念ですね、色々な事情がある部分もあるとは思いますが、

逆に峯浜町では新たに就農する方が増えていますね。そのことはどう思いますか？

(息子さん)

良いことだと思います。若い仲間ができるので。

牛乳の消費量が全国的に減っているところはあるか？

(お父さん)

お店屋さんで牛乳



と水が同じ値段で売っているのが、ガツツと健康な牛乳をたくさん飲んでほしいです。

最後にお互いに一言お願いします。

(お父さん)

私が成功した経営をずっと続けてほしい！

(息子さん)

出来る限り頑張っ

羅臼町民憲章

(昭和45年9月15日制定公示)

わたくしたちは、雄大な知床連峰と、オホーツクの海原の大自然にはぐくまれた、羅臼の町民です。

- 自然を愛し先人の強い意志をうけつぎます。
- 健康で明るくたのしい家庭をつくります。
- 教養を高め、豊かな情操を育てます。
- 仕事に誇りをもち、はたらく喜びに生きます。
- 子どもたちの夢と、若い力を育てます。

編集後記

記録的な大雪、通行止め、そして雪崩と天候に振り回された冬となりました。雪も少しずつ解け始め春が近づいてきていますが、このまま何事もない事を願います。(Y)

人の動き

平成27年2月末現在 ()内は平成27年1月末対比

人口	5,608人	(-13)
男	2,775人	(-8)
女	2,833人	(-5)
世帯	2,186世帯	(-2)



世界自然遺産のまち・知床羅臼町

■広報らうす平成27年3月号

編集/羅臼町 企画振興課 企画振興係
〒086-1892 目梨郡羅臼町栄町100番地83
☎0153-87-2114
http://www.rausu-town.jp/