

魚の城下町

みんなが主役のまち



町ホームページ

公式Facebook

公式Instagram

公式LINE



今月の主な話題

- らうすの子どもたちの最新情報 2
- 各地に広がる『らうすの輪』 4
- 羅臼町郷土資料館 新展示室開設 9

子どもの健やかな育ちを応援！

★最新情報★

※ここでは、スマートフォンやタブレット等をまとめて「スマホ」と表現します。

スマホやタブレットの普及が進み、新型コロナウイルス感染症も相まって、私たちの生活は変化し、子どもも大人も、目にとって過酷な環境にさらされています。「スマホ近視」「スマホ斜視」など様々な造語ができたのも近年です。今回は、子どもの目の健康に焦点を当てていきます。少子化をたどる羅臼町にとって、子どもたちは「宝」。次代を担う子どもたちの健やかな育ちを社会全体で支えていけるよう、ここで一緒に考えてみましょう。

図1 自分専用のスマホ・タブレットの所持率 (R3年度)

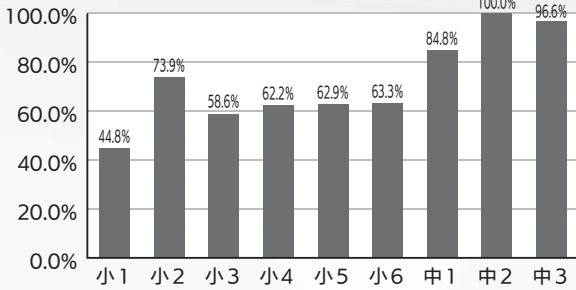
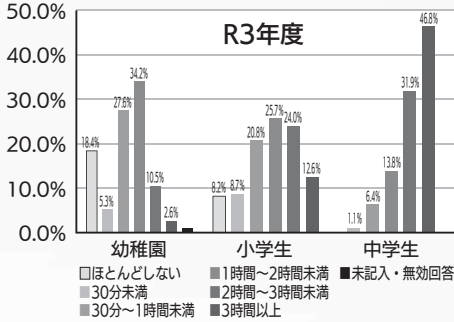


図2 平日のインターネット利用時間



らうすの子どものスマホ利用状況

図1・図2は、「子

どもの自律・親育ち
応援チーム絡むす
び」で昨年度調査し
た結果です。
今や子どもたちの
多くもスマホを持っ
た時代。学校種別にも

ると、徐々にインターネット利用時間が多くなっています。

過去2年間の健診相談問診票より3歳以下の子どもたちのインターネット利用状況も調べてみました。いつから、どういう理由で触れているのでしょうか？ (図3・図4)

図3 お子さんはインターネット端末を利用したことはありますか？

	1歳児健診	1歳6か月児健診	2歳児相談	3歳児健診
回答者数	38	40	46	53
「はい」	12	24	33	46
利用率	31.6%	60.0%	71.7%	86.8%

図4 触れさせている理由ランキング (利用あり者の複数回答から)

1歳児健診			2歳児健診		
1位	静かになる・一人で遊ぶ	13.2%	1位	子どもが触りたがる	52.2%
1位	その他	13.2%	2位	静かになる・一人で遊ぶ	34.8%
3位	機嫌がよくなる	10.5%	3位	学習ができる	30.4%
4位	子どもが触りたがる	5.3%	4位	機嫌がよくなる	26.1%
-	学習ができる	-	5位	家族間の会話が増える	13.0%
-	家族間の会話が増える	-	6位	その他	13.0%
-	端末の操作を学ばせたい	-	7位	端末の操作を学ばせたい	4.3%
-	友達が端末を持っているから	-	8位	友達が端末を持っているから	2.2%
-	特に理由はない	-	9位	特に理由はない	2.2%

その他の内容

おむつ替え中・寝ない時、兄弟が見てる、外出中、父親が見てる、ジジババが見せる

その他の内容

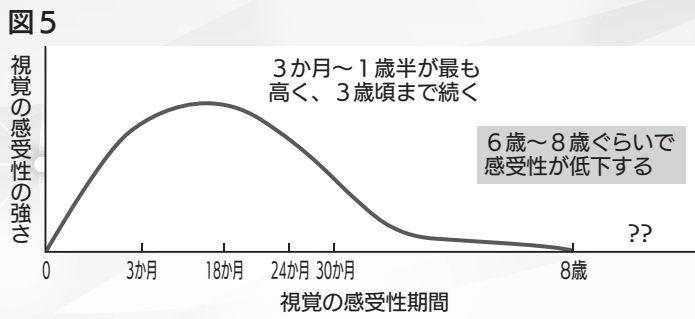
外出時に持たせる



子どもは発達の過程で、いろんなおもちゃがある中、大人が使うものを触りたがる場合がありますね。視界に入る物に興味を持つことや身近な大人をよく見て真似をすることは普通の発達です。スマホも同じです。しかし触るだけで画面がコロコロと鮮明に変わるスマホは、子どもを惹きつけ、触りたい衝動をかきたててしまいがちです。繰り返し触れることで、快を満たすものとして意図的に触りたがるようになるのかもしれない。

視力の発達は、小学1年生まで？

脳の【視力を発達させる力】は、1歳半頃にピークを迎え、その後徐々に下降していき、なんと6〜8歳くらいで視力は完成します。この期間は、外からの視覚刺激を受けることで脳の神経回路が集中的に作られる時期です。良い刺激にも悪い刺激にもよく反応するため、視力の発達には大変重要な時期です(図5)。視覚の感受性が強い期間に、子どもに何を見せるかが鍵になります。



6〜8歳くらいまでに正しく発達しなければ、弱視(メガネをかけても視力が出ないこと)になってしまいます。しかし乳幼児は見えにくさを感じにくく、家族も気づきません。3歳児健診で視力検査をしています。そのみでは見逃す恐れもあります。そこで羅田町は令和4年度より、子どもの目の状態を知るために有用な「スポットビジョンスクリーナー」による検査を3歳児健診で行うことにしました。すでに遠視や斜視を疑われる結果となったお子さんもおり、検査の効果を感じています。



スポットビジョンスクリーナー

★見ている物の像がちよつとび網膜でピントがあつたことで、はっきり見えます(正視)。近視は網膜の前のピントが合ったため、近くは良く見えるが遠くが見えづらくなる目、遠視は網膜の後ろでピントが合ったため、近くも遠くも見えづらく目の状態をこまめに。

★斜視は、両目を開けている時に片目の視線がずれている状態をいいます。

スマホは悪者？大事なのは使い方！

スマホは、生活に不可欠なアイテムです。電話だけでなく、調べ物をしたり、世界中に情報発信できたり、他者とコミュニケーションをとったりと、とても便利なものです。大事なものは、スマホと上手に付き合っていくことなのです！

スマホは、ブルーライトといわれる太陽光に含まれる光がモニターから出ています。この光を夜寝る前に浴びると、ぐっすり眠ることができず、不眠になったり目が疲れやすくなったりします。また、スマホに触れる時間が長くなると、目の近くで小さな文字を見続けることになり、近視や斜視をきたしやすくなります。子どもの使用時間は1日1時間以内にして、使用時も休憩を入れるなど、目をいたわることが大切です。

近視の進行を遅らせる光？

近年、バイオレットライトといわれる太陽光に含まれる光が、子どもの近視の進行を遅らせる可能性があると言われています。このバイオレットライトを1日2時間浴びるのが目に良いとのこと。浴びる方法は、**屋外で遊ぶこと**です(曇りの日や木陰でも良い)。

ちなみに、今年3月に開かれた川島隆太先生(脳トレでおなじみ)の特別講演会の中で、スマホ長時間利用は学力低下をもたらすとの話があり、家庭でのルール作りとして、次のメッセージを届けたいと思いました。

★スマホの使用時間は1日1時間以内

★勉強中や睡眠中はスマホの電源をオフ(自室に持ち込まない)ぜひ取り組んで欲しいです。



各地に広がる『らうすの輪』

札幌・東京らうす会と故郷らうす協力会

活動に込められた思い

皆さんは『らうす会』を知っていますか？

らうす会とは、各地域に住む羅臼町出身者や羅臼町を応援していただける方で構成された会です。羅臼町を応援したい、羅臼の皆さんと交流を図りたいの思いから、各イベントでのPR活動や交流会など様々な活動に取り組まれています。

今回は、各会の会長に活動内容や羅臼に対する思い、また、今後どのようなことに取り組みたいのかをお聞きしました！



札幌らうす会
甲谷 栄会長



交流会の様子（令和4年撮影） 札幌らうす会

札幌らうす会 甲谷 栄会長

札幌らうす会は、1994年（平成6年）に設立総会が開催され、翌年発足しました。

毎年10月「羅臼・十勝 食の祭典」、1月30日（知床の日）に「知床食の宴」がホテルライフォート札幌で行われており、札幌らうす会も参加しています。（コロナの影響により過去2年は中止）また、「知床旅情」生誕50年の際、故志賀謙治さんと森繁建さんにお逢いしたのが縁で、「社団法人北海道倶楽部」が配布する北方領土返還グッズの宣伝等を行っています。

私の青年期である昭和50年前後の頃は、まだ知床羅臼の名を知る人が少なく、愕然としたものでした。知床羅臼の名を知ってもらい、郷土に誇りを持って生きることが私の青年期のテーマでもありましたので、世界自然遺産登録になった時には、会員の皆さんと大喜びしました。

現在会員数は93名ですが、高齢化が進み年々会員数が減少しています。若者たちが郷土に誇りを

持つことほど素晴らしいことだと思います。

過疎化に加えコロナの影響で、どの町も大変な苦労をしている中、若者たちの活躍に期待し、ますます元氣な羅臼町になることを祈っています。

今後、根室管内の他の町のふるさと会とも協力・親睦を深めていこうという動きがあります。会員拡大にもつながってくれることを願っています。また、少しずつ若返りを図りネット社会・SNS時代にも対応しながら、故郷らうすを応援し、温かく見守っていきたいと思います。

東京らうす会 三谷 修会長

東京らうす会は1997年（平成9年）4月に発足し、今年で25年になります。

第1回目の発足総会をスタートに、春の総会開催、秋の産直フェアでの羅臼産商品のPR販売、東京での羅臼町関係イベントへの応援、会報の発行、北方領土返還要求活動参加等、積極的に活動しています。他に羅臼町出身者とそのゆかりの方々との交流を行っています。

羅臼町は、2005年（平成17年）の世界自然遺産登録で観光客も飛躍し、知名度も抜群に上がりました。東京に来たとき、出身地を尋ねられて「羅臼です」と答えてもわかってもらえないことが多くありましたが、加藤登紀子さんの知床旅情

の大ヒットに加え、世界遺産登録後は、「あの世界自然遺産知床の羅臼です」で知らない人はいなくなり大変嬉しく、誇らしく思います。会長職を拝命して、羅臼町との接点がさらに大きくなり、今まで以上の交流と町の発展に少しでも繋げていきたいと思えます。

発足から25年が経ち、他のふるさと会同様に高齢化と会員数の減少が進んでいます。そしてコロナ禍で活動自粛となりましたが、昨年末新たな取り組みとして、羅臼町と水産加工組合のご協力を得て、お歳暮用海鮮福箱を会員向けにPR販売したところ、道内から鹿児島まで全国各地に届けられ大変好評でした。ここにきてコロナとの共生の動きに合わせ、徐々に活動を再開してまいります。まず、3年ぶりの北海道産直フェアへの出店です。入場制限等もありますが、例年に近い来場者数が見込まれます。徐々にですが活動を本格化し、会員の皆さんとの交流を深めてまいります。

現在の一番の課題は会員数を増やすことです。東京周辺には、羅臼町からの就職・転居者が多いので、まずその方たちに東京らうす会の存在を知っていただき、羅臼町の応援団として参加していただくことが何より大事です。

私自身、ふるさと会に注力し、羅臼町との連携を密に会員皆様と共に活動を推進してまいります。当会へのご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

羅臼町の発展と皆様のご健勝をご祈念いたします。

故郷らうす協力会 佐藤 晶 会長

故郷らうす協力は、札幌・東京らうす会のバックアップをするための組織ですので、故郷らうす協会独自の活動はありませんが、各会でイベントや交流会などの協力依頼があった際には協力させていただきます。

今後さらに充実した中で活動していくためにも、会員拡充は重要なことです。会員の減少・若者が少ないということは会全体としても大きな課題ですので、こういったかたちであれば参加していただけのかを考える必要があります。

現在はコロナ禍で思うように活動ができませんが、少しでも早く今までのかたちで活動できるように願っています。故郷らうす協力会としても、一生懸命協力させていただきます。

羅臼町を離れても、遠くの街から故郷を応援してくれている方がいます。そのことに感謝をしながら、自分は羅臼町のために何ができるのか、改めて考える機会となりました。

あなたもらうす会で、故郷を応援しませんか。

『らうす会』では新規会員を募集しています!

皆様のご家族やご友人で札幌・東京近郊にお住いの方がいらっしゃいましたらぜひご紹介いただき、羅臼を応援する「らうす会」の輪を広めていただけませんか。

また、両会と連携する地元の組織の故郷らうす協会へもぜひご参加ください。

ご紹介いただける場合は、各会へ直接ご連絡いただくか、産業創生課（故郷らうす協力会）でも受け付けておりますので、気兼ねなくご連絡ください。

〇札幌らうす会

事務局 sapporo_rausukai@yahoo.co.jp

〇東京らうす会

事務局 rausu@tokyo-rausu.jp

〇故郷らうす協力会

事務局 産業創生課 TEL: 87-2126



イベント参加時の様子（令和元年撮影 東京らうす会）
写真中央の男性が、東京らうす会 三谷 修会長

9月は健康増進普及月間です

ヘルス
チェック

～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～

毎年9月は健康増進普及月間で、「1に運動…」はその統一標語となっています。生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性について理解を深め、健康づくりの実践を促進することを目的に制定されました。

羅臼町的生活習慣に関するデータを見てみます（令和3年度国保データベースシステムより）。運動習慣がない人の割合は北海道63.3%、羅臼町81.2%です。喫煙率は北海道15%に対して羅臼町は27%という高さです。皆さんの生活習慣はどうですか？

生活習慣病は文字通り生活習慣が原因で起こるとされる病気のことで、脳卒中や心筋梗塞、それらの原因となる高血圧や糖尿病などを指します。これらの病気は自覚症状がないうちに進み、脳卒中や心筋梗塞などにかかって気づくこともあります。コロナ感染症では若い方でも肥満や糖尿病・高血圧などを持っていることが重症化に繋がるリスクになっています。

生活習慣病は予防できる可能性があります。10月には総合健診がありますし、診療所などでの個人健診もあります。国保の方の特定健診費用は無料です。ぜひご利用ください。



保健福祉課 Tel87-2161

子育て情報ひろば～すくすく～

ありんこは月～金
9:30～11:30まで
火・水・木は午後も開放!



羅臼町子育て支援センター「ありんこ」は0歳～3歳までのお子さんを持つ親子と妊婦さんも利用できる施設です。開放時間内であればいつでも出入りOKですので、ぜひ遊びに来てみてくださいね。

♪ 10月・11月のありんこ情報♪

☆ありんこ広場（0歳～3歳対象） ☆すくすく広場（1歳未満対象・妊婦さんの見学可） ☆のびのび広場（2歳～3歳対象）

10月3日(月) ママの日♪	10月5日(火) おまつりごっこ	10月7日(金) すくすく広場	10月12日(火) ありんこ広場
10月14日(金) 絵本読み聞かせ	10月19日(火) ありんこ広場	10月20日(水) お休み	10月21日(金) 運動遊び
10月26日(火) ありんこ広場	10月27日(水) 絵本作り	10月28日(金) のびのび広場	11月2日(火) ありんこ広場
11月4日(金) すくすく広場	11月7日(月) ママの日♪	11月9日(火) ありんこ広場	11月11日(金) 絵本読み聞かせ
11月16日(火) ありんこ広場	11月25日(金) のびのび広場	11月28日(月) 計測	11月30日(火) 英語で遊ぼう

*おまつりごっこは事前申し込みが必要です。

*10/21の運動遊びは2歳以上対象でらいず職員がおこなってくれます。11/30は社会教育職員による英語で遊ぼうです。

*毎週火・水・木曜日の13時～16時半まで一時預かりを行っています。事前にお申込み下さい。

お問い合わせ先：羅臼町子育て支援センター『ありんこ』 Tel88-1515

知床らうす国保診療所通信

～みんなで育む・みんなの診療所～

たばこを吸わないあなたも肺がんを発症する可能性が…

日本人の死因の第1位はがんですが、その中で年間死亡率(人口10万人対)が最も多いのは肺がん、今後も増加する傾向にあります。どうして肺がんによる死亡率が増えているのでしょうか。一般的に肺がんの原因の代表といえば、喫煙と受動喫煙が思い浮かぶと思います。非喫煙者と比べて、喫煙する人の肺がんの発生率は男性で4.5倍、女性で4.2倍と大きく関係しているといわれますが、最近注目されているのが、非喫煙者の肺がんです。肺がんの中でも特に腺がんは、喫煙との関係が低く、その原因は大気汚染が深く関わっていると考えられ、肺がん全体の半数を占め、症状が出にくいとされています。そのため早期発見が困難となるため、定期的にドックを受けることがとても重要になります。

診療所では、CTを使用した肺ドックをオススメします。

X線では発見しにくい、小さい病変も発見し、早期治療に繋がるように早期発見を目指しています。ご希望の方は、お問い合わせ下さい。

CTでの肺ドックのメリット

- 高画質：X線検査と比較して、より小さい病変も発見することができます。
- 低被ばく：通常のCT検査と比較して、10分の1程度の低線量で検査を行います。
- 短時間：肺CT検査は3分程度で終わります。



64列 Multi-Detector CT

带状疱疹ワクチンについて

この度、診療所で带状疱疹の予防接種が出来る事になりました。50歳以上が対象の带状疱疹を予防するためのワクチンです。2回接種する事で十分な効果が得られます。お値段は1回23,000円となります。ご希望の方は診療所までお問い合わせ下さい。

研修医紹介

10月より勤務する、初期研修医を紹介します。



羅臼町の皆様、初めまして。このたび知床らうす国民健康保険診療所で研修させていただくことになりました、松江市立病院研修医の太田純歌と申します。出身は島根県松江市です。知床の地を訪れるのは初めてですが、自然豊かな羅臼町での医療を学び、充実した時間を過ごすことができればと思っています。医師としては未熟で至らないところばかりですが、少しでもお役にたてるよう、精一杯頑張ります。1か月間、何卒よろしくお願い致します。

羅臼町の皆様、この度知床らうす国民健康保険診療所で勤務させていただくことになりました研修医2年目、穴原才人と申します。将来地域医療に興味があり、知床らうす国民健康保険診療所での研修を選択させていただきました。先に研修を終えた同期からとても楽しく有意義な時間が過ごせたと聞き、今からとても楽しみにしております。1ヶ月と短い間ですが、少しでも皆様のお力になれるよう努力致しますので、何卒よろしくお願い致します。



予約・お問い合わせ：知床らうす国保診療所 TEL87-2116



新しいALT マーク先生のご紹介

8月1日に羅臼町を離れたデビット先生の後任として「マーク先生」が着任しました。マーク先生は、幼稚園と小学校の英語学習をサポートします！なお、中学校と高校には、引き続き、ウィリアム先生が訪問します！

～ マーク先生からのメッセージ ～

Hello, Rausu Town!

My name is Mark Yoon from Los Angeles, California.

I was born in Korea and moved to America when I was 12.

I studied computer music at University of California, San Diego.

During my university days, I joined Japanese culture clubs, took a course in Japanese culture, and traveled to Japan.

My hobbies are hiking, traveling, eating, and exploring nature. I believe Hokkaido offers so much of that.

I decided to move to Japan to learn more about Japanese culture, language, and people. I would love to learn more about Rausu town and Hokkaido.

I look forward to meeting and getting to know the people of Rausu Town.

Thank you.



〔和訳〕

羅臼町のみなさん、こんにちは！

私はカリフォルニア州ロサンゼルス出身のマーク・ヨーンです。

私は韓国で生まれ、12歳の時にアメリカに引っ越ししました。

私はサンディエゴのカリフォルニア大学でコンピューター音楽を学びました。

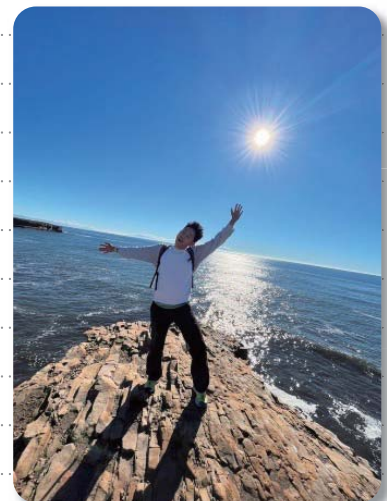
大学時代、日本文化クラブに入り、日本文化講座を受講し、日本旅行をしました。

私の趣味はハイキング、旅行、食事、自然探検です。北海道では、そういったことがたくさん体験できると思います。

私は日本の文化、言語、人についてもっと知るために日本に移住することになりました。羅臼町と北海道についてもっと知りたいです。

羅臼町の人たちと知り合うことを楽しみにしています。

よろしくお願いします。



羅臼町郷土資料館

新たに展示室2室を開設

羅臼町郷土資料館では、10月中旬より新たに、北方四島国後島展示室と知床いぶき樽展示室の二室を開設します。開設前に二室についてご紹介いたします。

【北方四島国後島展示室】

当館が保管する村田吾一氏コレクション、福井友二郎氏コレクションから、北方四島の国後島を中心に、歴史・文化、自然について展示します。

展示テーマは「国後島の悠久の歴史に思いを寄せ、その自然をいっくしみ、そこを故郷とする人たちがいます。」です。お二方のコレクションからは、島への愛着を感じられます。そして、ロシアが実効支配し自由に北方四島へ行くことができない現在、「これらは学術的にも貴重な資料であり、島の姿を知ることができる実物の資料となっています。」



国後島爺爺岳採集のコマクサ。爺爺岳の標本は国内唯一と思われま
す。
村田コレクション



国後島植内神社。写真と様々なエピソードが残されています。
村田コレクション



考古資料。出土地点が明らかであり貴重な資料が多くあります。
福井コレクション



国後島瀬石硫黄鉱山についての写真。
福井コレクション

【知床いぶき樽展示室】

羅臼町指定無形文化財知床いぶき樽の保存・継承のために、いぶき樽保存会活動の歩みについて展示します。

展示テーマは、「いぶき知床のいぶき、とどろけ知床の四季。守り伝える樽の音色。」です。展示室では、知床いぶき樽保存会が作成した、「知床の四季 羅臼町郷土芸能知床いぶき樽50周年記念」DVDを見ることができ、知床の四季の演奏を羅臼の映像とともに鑑賞することができます。

展示室開設時に見学会等も予定しておりますので、その際はぜひいらしてください。



あしたへつながる防災知識

第35弾

警戒レベルの運用について

「警戒レベル」という言葉を知っていますか？

警戒レベルは住民が「自らの命は自ら守る」意識を持ち、自らの判断で避難行動をとるための情報の一つとして国が策定し、運用が開始された制度です。

警戒レベルが発表された場合の行動は？

下記の表ではそれぞれのレベルが発表された際に町がどのような対応をしているのか、それに対して町民はどのような行動を取るべきなのかをまとめています。

警戒レベル	住民がとるべき行動	町の対応
5 (黒色)	災害がすでに発生している可能性が高い。 命を守るための最善の行動をとる。	緊急安全確保発令 ※町が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、必ず発令される情報ではない。
4 (紫色)	自分が住んでいる地区に避難指示が発令された場合は全員速やかに避難する。	避難指示発令
3 (赤色)	避難に時間のかかる高齢者等は危険な場所から避難する。 高齢者等以外の方も必要に応じ自主的に避難を開始する。	高齢者等避難発令
2相当、2 (黄色)	避難が必要となった場合にどこに避難するべきかハザードマップなどで確認をする。	引き続き必要に応じて町民に対する注意喚起
1 (白色)	町からの注意喚起や今後の気象状況などに注意する。	必要に応じて防災行政無線や防災メールで事前の注意喚起

高

低

町として警戒レベルを発表するのは高齢者等避難を発令する場合（警戒レベル3）からになります。警戒レベル1・2相当・2については町から発表することはありません。また、警戒レベルは最大で5となっておりますが、警戒レベル5となった時はすでに羅臼町のどこかで災害が発生している可能性が極めて高いため、警戒レベル4までに必ず避難を行いましょう。

一方で、多くの場合、防災気象情報は町が発令する避難指示等より先に発表されます。このため、避難が必要とされる警戒レベルが発表された際には、町からの避難指示等が発令されていなくても気象庁のキキクル（危険度分布）や気象警報・注意報情報を用いて自ら避難の判断をしてください。

警戒レベルを活用し、災害が発生する前に自分の身の安全を確保できるように心がけましょう。



キキクル
QRコード



気象警報・注意報
QRコード

すみやかに避難するための準備を

いざという時、すぐに避難するには日ごろから避難時に必要なものをリュックなどに入れて準備し、持ちやすい場所に保管しておくことが大切です。

町より、令和3年1月に感染症対策グッズを入れた「羅臼町防災バッグ」を全世帯へ1セットずつ配布させて頂きましたので、食料や飲料水、各ご家庭で特に必要となる物を追加してご活用ください。

感染症対策グッズを
いれて配布済み



追加する物の例

総務課 防災担当 (Tel.87-2111)

わたしたちが地域おこし協力隊です

「立石日記@らうす」



こんにちは！だんだんと日も短くなり、過ごしやすい気候になってきましたね。
先日修学旅行の受け入れで、羅臼昆布のヒレ刈体験を行いました。
レクチャーしてくださる天然昆布部会長のお話はとても魅力的で生徒はもちろん、先生や添乗員までも羅臼昆布の世界へ引き込んでしまいます。わたしも思わず熱心に聞きこんでしまうことがよくあります笑 それくらい多くの人を魅了する羅臼昆布の魅力がたくさんの人に知ってもらえる機会があると嬉しいです！

この前、細く切った羅臼昆布にキャベツ、ごま油、白ごまを加えて混ぜるだけでとても美味しい1品になりました！（1品と呼んでいいものか..と思う程簡単です）

みなさんもおすすめのレシピがあればぜひ教えてください！（^^）！（産業創生課地域おこし協力隊：立石）

「魅力たっぷりな秋」



大学生から北海道に住み始めていますが、北海道は秋がとっても楽しい！なのにもう雪が降っている！！と毎年感じています。景色、食べ物、レジャー…冷たい風を感じるたびに、まだまだ楽しみ尽くしてないのに、もう秋が終わるのかと寂しくなります（と、いつつ冬をすんなり受け入れ楽しめます）。

知床羅臼の秋は、紅葉とサケマスがとっても楽しみです。知床峠を通るたびに紅葉はさぞ美しいんだろうなあと想像し、サケ定置網を見かけるたびにどんな料理に挑戦しようかと想像し、私の頭の中は秋の楽しみでいっぱいです。日々遭遇する景色や美味しい秋の味覚の料理方法を探して、たくさん発信したいと思っています。もちろん、作った料理は美味しく食べるまでがお仕事です☺

（産業創生課地域おこし協力隊：新倉）

「関西人から見た知床・らうす」



羅臼に来て1年以上が経ち、町の皆さんとの交流も増えてきました。

定置網の船に乗せてもらったり、昆布の作業を手伝わせてもらったり、炭したり。

『羅臼の暮らし』を知れば知るほど、一次産業に従事する人たちの凄さを感じます。

「今年の昆布はあそこがいいよ」「夜中からの操業は当たり前だね」「うちにはエビ採れる権利があるから」とかそんな話を聞いていると、羅臼の土地や海のことを知り、この場所に合った漁法で、高いクオリティでそれを続け、次世代に受け継いで行く。当たり前だけどそれができるのは羅臼の漁師さんだけなのだ、と気付きます。

例えば、羅臼昆布が作れるのは世界中を探しても今200人に満たない羅臼昆布漁師さんだけ。他の漁も同様に。

私のように、どこでもできる、自分で学べる。そんな仕事はどこにでも代わりがいるけど、一次産業はそうじゃない。そんなことを強く感じている今日この頃です。（企画振興課地域おこし協力隊：佐脇）

<羅臼ランゲージラボ> ~羅臼語学研究所~ 始まりました ^ ^



羅臼町にて「語学を自分で勉強して自分で成長する」コミュニティ<羅臼ランゲージラボ>できました！自分の語学力を伸ばしてくれるメンバーも出てきました^^一緒に成長して下さるメンバーのみなさま本当にありがとうございます。語学を愛し研究するメンバーが増えてきています♪

さて「1日15分自分で毎日語学に取り組む」しかも「1ヶ月に一つのテーマを身につける」という感じで無理なく、でも着実に成長する方法で取り組み、月1度のzoomミーティングでメンバーが発表する、を夏休みに実施したら、いや~私たち成長しましたね笑。自己紹介、有名人スピーチ、英語のYouTube、英語絵本などの丸暗記発表をしました。さて、自分の人生に外国語を入れて人生変えたいメンバーと共に引き続き活動していきます^^（社会教育課地域おこし協力隊：城）



6月28日(火)

羅臼標津FC 全道大会へ

羅臼サッカー少年団が所属している羅臼標津FCの皆さんが来庁し、7月16日より開催された「第19回全道少年U-10サッカー北北海道大会」への出場を決めたことを町長へ報告しました。

なお結果は惜しくも1回戦敗退となりましたが、全道大会を仲間たちと共に経験し、また一つ成長した姿を見せてくれました。羅臼標津FCの皆さんお疲れ様でした。



6月29日(水)

SKRスピリッツ 全道大会へ

羅臼野球少年団が所属しているSKRスピリッツ（標津・川北・羅臼野球少年団合同）の皆さんが来庁し、7月16日より開催された「第43回スタルヒン杯争奪全道スポーツ少年団軟式野球交流大会」への出場を決めたことを町長へ報告しました。

監督の富樫篤史さんから大会に向けた抱負が述べられ、町長からは「目標は高く持って、スタルヒンの名を冠したこの球場で力を発揮してください」と激励されました。

なお結果は惜しくも1回戦敗退となりましたが、練習してきたことを発揮し全力で戦ってくれました。SKRスピリッツの皆さんお疲れ様でした。



7月15日(金)

社会福祉協議会より車椅子1台の寄贈

7月15日に社会福祉協議会より車椅子1台の寄贈をいただきました。寄贈いただいた車椅子は、らうすぽ（羅臼町民体育館）で活用させていただきます。

ご寄贈いただきありがとうございました。



7月25日(月)

知床未来中学校ソフトテニス部 全道大会へ

知床未来中学校ソフトテニス部が全道大会への出場を決めたことを町長へ報告しました。

選手は、全道大会に向けた意気込みや思いを伝え、町長からは「知床未来中の名を多くの人に広く伝えてほしい、日ごろの成果を発揮してほしい」との激励の言葉が贈られました。

なお全道大会では女子団体が初戦ブロック敗退、男子個人、女子個人2組が1回戦敗退、女子個人1組が2回戦敗退（1回戦不戦勝）という結果となりました。知床未来中学校ソフトテニス部の皆さんお疲れ様でした。





8月2日(火)

長寿のお祝い

8月2日に今野喜久子さんが100歳を迎えられ、町長より祝状と記念品が贈呈されました。

お誕生日おめでとうございます。これからも元気いっばいに長生きしてくださいね。



8月22日(月)・27日(土)・30日(火)・9月2日(金)・5日(月)

一人ひとりの思いを集めて、北方領土の返還を

8月の北方領土返還要求運動強調月間に合わせ、道の駅知床・らうすと羅臼国後展望塔にて北方領土返還要求署名運動を千島連盟羅臼支部と合同で行いました。

コロナ禍の中ではありますが、町民の方、今回お越しいただいた方々に署名をしていただくことができました。ご協力いただきありがとうございました。



8月27日(土)・30日(火)・9月2日(金)・5日(月)

飛んでクルーズ北海道 ～3年ぶりのにっぽん丸寄港～

商船三井客船の「にっぽん丸」が羅臼港に寄港しました。にっぽん丸は小樽を出発し、利尻島を經由し羅臼町へ寄港する「飛んでクルーズ北海道」ツアーで毎年訪れていましたが、昨年、一昨年は新型コロナウイルスの影響で中止となりましたので、3年ぶりの寄港となりました。

今年はコロナ禍ということもあり感染予防の観点から「知床・羅臼ダイニング」でのランチの提供や町民対象のにっぽん丸船内見学会が中止となりましたが、乗客の皆さんはオプションツアーの昆布ヒレ刈り体験や羅臼湖トレッキングなどに参加し、世界自然遺産・知床らうすの自然を満喫しているようでした。

にっぽん丸寄港に伴いご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。



9月8日(木)

絵本「森の俳句教室」寄贈

町内在住の山中英美氏から、絵本「森の俳句教室」21冊を寄贈して頂きました。

この絵本は、俳句、文章、絵の全てを山中氏が制作され8月に自費出版されたものとなっており、町内の幼稚園・小学校・中学校・高等学校及び図書館に配布し、羅臼町に暮らす子ども達が、俳句に親しみと興味を持つきっかけになるよう活用させていただきます。ありがとうございました。



「国民健康保険証の切換はお済みですか？」

7月に「国民健康保険証」を郵送しております

国民健康保険に加入されている世帯の世帯主の方あてに国民健康保険証を郵送しておりますのでご確認ください。

国民健康保険税や町税等を滞納している方(世帯)には、保険証は郵送しません

役場にて、納税相談等を行ったあとに交付しますので来庁して下さい。
国民健康保険税の滞納状況等により、保険証の有効期限が短くなっていますので、納税相談を実施してから更新となります。

「資格証明書」の交付対象者(世帯)は、保険証が発行されません

病院等に受診した場合は、「資格証明書」を提示して、10割負担となります。
10割負担をした領収書を国保係に持参して下さい。7割分の還付の手続きを行い、還付金を税に充当します。
資格証明書は、健康保険証の短期交付の方(世帯)で、納税状況等が悪質だと判断された方(世帯)に交付されます。

【9・10月の休日・夜間窓口】

〈休日窓口〉 10月30日(日) 午前9時～午後5時まで
〈夜間窓口〉 9月30日(金)、10月31日(月) 午後7時まで

お問合せ先：税務財政課 TEL87-2113



預けて安心! 「自筆証書遺言保管制度」をご活用ください



遺言書は、相続登記や預貯金をはじめとする相続手続きをスムーズに行うための有効な手段であり、いわゆる「終活」の一環として関心を集めています。

法務局でも、ご自身が作成した遺言書を保管できる「自筆証書遺言保管制度」ができました。

この制度を利用すると、遺言書の紛失や改ざんを防止することができます。(手数料は1件3,900円です)

また、通常の自筆証書遺言書は、家庭裁判所での検認が必要ですが、本制度を利用すれば検認手続きが不要となります。少しの手続きで、将来世代の負担を軽減してみませんか。

本制度の詳しい内容は法務省ホームページをご覧ください(か以下の窓口までお問い合わせください)。

【ホームページ】 http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html
【お問い合わせ】 釧路地方法務局根室支局 (TEL0153-23-4874)

ヒグマの対応状況をお知らせします



檻で捕獲された飼い犬加害グマ

ヒグマの対応・出没状況、捕獲状況や対策などの情報を2ヶ月毎にお伝えしています。

2018年から4年間で、飼い犬8頭に被害をもたらしたヒグマについて捕獲強化を図ってまいりましたが、7月11日ようやく駆除に至りました。今後も人の活動域に近づくようなクマを生み出さないよう、みなさまの日ごろからのご協力をよろしくお願いいたします。

7月、8月のヒグマ対応状況

◆対応件数47件（前年度89件）

- ◇羅臼温泉野営場の駐車場及び入口道路で、野営場利用者がクマを目撃した。
- ◇知床横断道路で、車両に手をかけて揺するなどしているクマが動画撮影された。

7月、8月のヒグマ駆除状況

◆駆除件数4件 4頭を駆除（前年度5件 5頭）

- ◇相泊漁港内を泳いだり、海岸を歩いたりしていたクマを7月8日に駆除。
- ◇峯浜の牧草地の町道や、複数の民家の玄関先などで目撃されたクマを7月21日に駆除。

ヒグマ対策のお願い

- 生ゴミは外に置かない、魚は2階などクマが届かない場所に干す、ゴミは収集時間の直前に出すなど、クマを引き付けない対策に、みなさんのご協力をお願いします。
- クマの目撃や被害の連絡が無かったり遅れたりすると、クマの対応も適切に実施できなかったり遅れたりすることになります。極力速やかな役場へのご連絡をお願いします。

24時間対応

ヒグマの目撃やシカなどの動物の死骸を発見した際は、産業創生課（Tel 87-2126）までご連絡下さい。

宝くじの助成金で備品を整備しました

羅臼町連合町内会（会長 宮腰 實）では、一般財団法人自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用し、会議用テーブルを整備しました。

この事業は、同センターが宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施し、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に実施されています。

今回の整備によって、町民自ら企画・運営するイベント等の実施や活動の充実、発展に寄与することが期待されます。



おくやみ申し上げます



赤ちゃん誕生



(敬称略)

寄付・寄贈ありがとうございました

【車いす1台】

社会福祉協議会 様

【防災長靴12個】

株式会社N A O G S 代表取締役 成田 勝隆 様

【絵本『森の俳句教室』21冊寄贈】

山中 英美 様

(令和4年7月11日～令和4年9月10日受付分掲載)

町長室



『にっぽん丸』

2013年(平成25年)8月の朝、羅臼町の沖合に見たこともないような大型客船の「にっぽん丸」が横たわっていました。羅臼の漁船は大きくても19トン、海上保安庁の砕氷船「てしお」ですら500トンです。それに対して、

「にっぽん丸」は22,472トン、全長166.6メートルもあります。乗員乗客合わせて700人以上も乗れる客船であり、初めて見た羅臼町民からするとまさしく「黒船来航」のように感じられました。

あれから10年の間に天災や新型コロナウイルスの蔓延などで来航できなかった年もありましたが、今年は3年ぶりに多くのお客様を運んで来てくれ、羅臼町の観光、経済に多大な貢献をいただいております。平成28年には、「にっぽん丸」を羅臼町の大使として認定させていただきました。先日、社長さまも羅臼町にお越しいただき羅臼町民への感謝を伝えてもらいました。こちらからも今後とも長く来航いただきたいとお伝えいたしました。

人の動き

令和4年8月末現在 ()内は令和4年7月末からの増減

人口 4,487人 (+ 5) 男 2,232人 (+ 5)
世帯 2,002世帯 (+ 3) 女 2,255人 (0)

◆表紙：知床らうす花火大会

新型コロナウイルス感染症の流行により、お祭りなどのイベントが軒並み中止になりました。そんな中、9月17日に羅臼町主催の『知床らうす花火大会』が開催されました。思うように夏を楽しめなかった分、少し遅めの夏を感じられましたね。

元来、花火には慰霊や悪疫退散の目的があったそうです。一刻も早い感染症の終息、また元の生活に戻れることをお祈りしました。

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。



世界自然遺産のまち・知床羅臼町



■広報らうす 令和4年9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
<https://www.rausu-town.jp/>