

昭和62年

7月号

No.196



広報

りしり



牛もヒツクリ！
森原牧場に海猫が大群で住みつく

■人口と世帯■

世帯数	1,400	(-1)
人口	5,365人	(-10)
男	2,681人	(-4)
女	2,684人	(-6)

昭和62年5月末日現在
(住民基本台帳登録人口)

■おもな内容■

- 2～3…観光シーズン到来
観光客を親切に迎えよう
- 4～5…カメラスケッチ
- 6…マチの住みごこち①
- 7…わが家のアイドル①
- 8…あなたと保健室
- 9…りしりの博物誌(りしりの語り⑫)
- 10…夏休みを控えて
有意義な過ごし方を親子で考えよう
- 11…消防だより⑨
- 12…戸籍のうごき

交通事故死ゼロ記録7月1日現在2115日

ズン到来 に迎えよう

いよいよ観光シーズンに入りました。今年も最北のロマンを求めて多くの観光客が来島するものと思われます。近年、利尻・礼文は、旅行者の脚光を浴び離島観光も定着しつつあります。特に本年は、稚内空港のジェット化により、主要都市間との距離が短縮されました。そのメリットを最大限に生かし、離島観光産業の振興発展を図るため、宗観連を中心として広域観光誘致運動を推進してお

ります。しかし、観光は、訪れる観光客の「口から口」の批評が一番の原動力です。したがって、観光客に直接接する商店・旅館・交通機関等の皆さんをはじめ町ぐるみで、観光客を親切に迎える観光「りしり」の町づくりにご理解とご協力をお願いいたします。

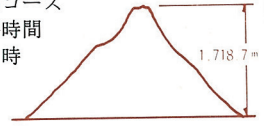
**東京—稚内間
空の直行便が就航**

稚内空港の拡張整備により、

利 尻 山

アイヌ語でリィ「高い山」とシリ「島」が語源。
沓形登山コース…中級向コース（所要時間5～7時間）景観重視型コースとも言われ5合目（見返台公園）まで車で行ける。

鷲泊登山コース…初級向コース（所要時間5～7時間）



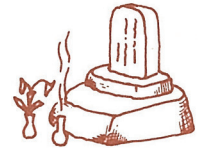
見 返 台 公 園

車道利尻登山線の終点（道々から約5km・5合目）に位置する公園である。駐車場から約280mの地点にあるハイマツ林に囲まれた展望台からは利尻島のおよそ半が見渡せ、晴れた日には天売・焼尻島も望むことができる。（駐車場、展望台、広場、便所、自然探勝歩道有）



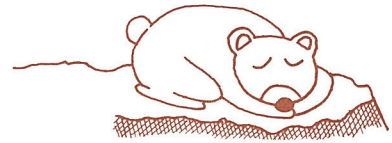
会津藩士の墓

沓形市街より約2kmの地点にあり、文化4年（今から約170年前）ロシア軍が礼文島に侵略の際対戦殉職した会津藩士が静かにねむっています。（利尻町砕石事業所入口）



寝 熊 の 岩

昔、熊のいないこの島に住んでいたアイヌ達が毎年この穴洞に集まり、岩熊の廻りで熊祭りの夜を明かしたと伝えられます。



き つ ね 森

今から50年前の頃、この森を城にしていたキツネは沢山いたが、その中に稲荷大明神の使いといわれる白いキツネがいたといわれ、実話にもとづく言い伝えがあるなど、今でも「キツネの森」として町民に親しまれている。



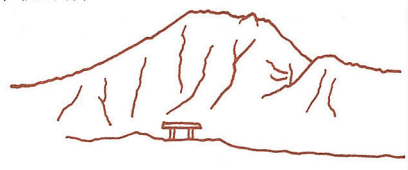
仙山志御崎分園

奇岩奇石ですこぶる変化に富み岩間には海岸植物のシロヨモギ等が咲き乱れる。又、自然の磯を利用して作った水族館では、ホッケ・メバル等を見ることができる。（駐車場、展望台、水飲場、便所、釣場有）



天 望 山 公 園

種富町より2kmへだてた高台にあり、偉容利尻山を仰ぎ眼下に沓形市街、遠くは礼文島が眺望できる。（町営砕石事業所入口より約2km）（展望台、駐車場、広場、便所有）

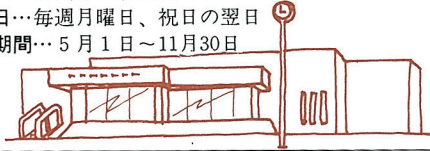


利尻町立博物館

昭和55年5月1日オープン。「自然=海=人間の調和」を基本テーマに展示を行っている。

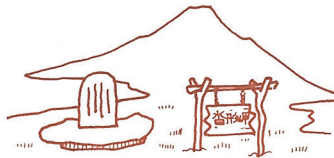
入館料…一 般 200円 (団体160円)
小中学生 100円 (団体 60円)
※団体30名以上

休館日…毎週月曜日、祝日の翌日
開館期間…5月1日～11月30日



沓形岬公園

沓形市街地より徒歩5分、利尻町出身の詩人時雨音羽先生の「出船の港」の一章を刻んだ歌碑がある。(キャンプ場、駐車場、展望台、水飲場、便所、釣場有)



北のいつくしま弁天宮

今を去る80年前、この地の開拓を志し、若者数名が弁財船に乗り組んだが大暴風雨に遭い、岩に打ち砕かれようとした時、帆柱が倒れて橋となり無事難を逃れたことから、弁天の御加護によるものと信じ、小祠を建立して信仰したことに始まると伝えられています。



千 島 桜

仙志志長浜より約6km隔てた山麓に千島桜の群生があり(約1,000本)昭和43年12月北海道天然記念物に指定されています。



観光シ

観光客を親切

長年の夢であった、東京―稚内間にジェット機による、直行便が開設されました。

稚内―東京間をわずか一時間四十五分で結ぶ、ジェット機の就航は、道北地域の活性化への手掛りとなるほか、利尻の新鮮な産物の販路が広がるものと期待されております。

又、観光についても、最北宗谷が近くになり、利尻礼文サロベツの観光の振興にも大きな期待をもつものであります。運航期間及び時間は、次のと

おります。

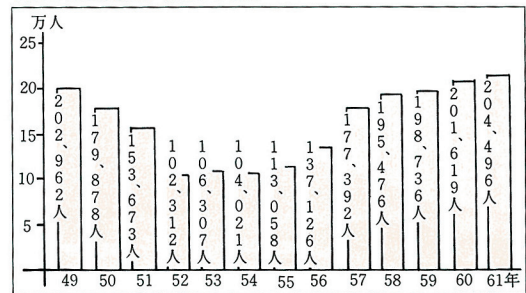
一、運航期間

六月一日より七月十七日まで
九月一日より九月三十日まで

二、運航時間

東京発	十一時四十五分
稚内着	十三時三十分
稚内発	十四時五十分
東京着	十五時五十五分

利尻町観光客入込み実績



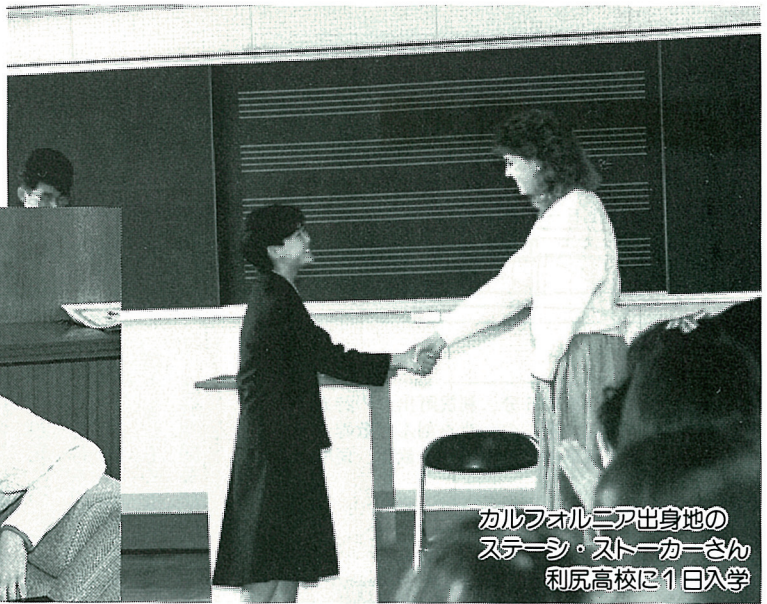
◎「ゴミ公害追放」「ゴミ持ち帰り運動の推進」

お 各公園をはじめ、山に入った場合は、必ずゴミは持ち帰るようお願い致します。

願 ◎高山植物などの保護のお願い

い 郷土の自然を保護するために皆さんのご協力を強くお願い致します。又、見返台公園周辺には数種類の高山植物がありますが、採取すると法律で罰せられますのでご注意下さい。

スケッチ



カルフォルニア出身地の
ステシー・ストーカーさん
利尻高校に1日入学

サクラマスの海中養殖 実験事業スタートする

養殖事業の一環として、本年度においてサクラマス（ホンマスとも呼ばれている）の海中養殖事業の実験を行うべく、去る五月二十八日稚魚五千匹（体長十五センチメートル、重量二十九グラム）を道立さけ・ますふ化場から譲り受け、杓形港内で網いけす（十メートル四方、深さ五メートル）により飼育実験が開始されたところです。計画では来年の八・九月頃まで飼育し、特に将来に向けての採算性等の調査を始め、貴重なデータを得ようとするもので全力を挙げたいと思っております。

代表 杓形漁協・仙法志漁協・利尻町



カメラ



期待されるホタテ稚貝
 今年は430万粒、頓別漁協へ



おかあさんと
 いっしょに
 交通安全



仙法志・杵形
 観光協会
 島内一周観光バス
 試乗会を実施
 利尻の自然をもっと
 良く知っておこうと
 皆さん熱心に見学さ
 れていました。



マチの住み

ごこち ①



松田 恭子さん(種富町)

主人の転勤で、結婚九ヶ月目にして生まれ育った網走管内の遠軽町を始めて離れることになったのは、去年の春のことでした。利尻に転勤が決まった時は、一度も訪れたことがない土地だったので少し不安もありましたが、楽天的な私は観光ができ毎日海の幸が食べられることを期待して来ました。その期待どおり新鮮な魚貝類、そして昆布やわかめなど他では味わうことの

できないものばかりでした。又、海の幸だけではなくタケノコ、フキ、ウドなど山の幸も豊富だったことは以外でした。これは勇大な利尻富士と青く澄みきった海のおかげでしょう。あたたかい人々とこのすばらしい大自然に包まれた利尻島に短かい間ですが楽しく生活することができ一生の思い出の土地になると思います。

今日も元気で ① 目覚めぬまま眠るまで

スカッと目が覚め、すぐにもふとんから飛び出したくなるような朝は、「快眠」だったといえます。一方、目を開けようにもまぶたがなかなか開かず、体が鉛のように重たく感じる朝は、睡眠が「不良」であったことを反省し、「快眠」を得る工夫をしたいものです。

睡眠にはリズムがある
心地よい目覚めの朝を迎えるためには、大切な「条件」が二つあります。一つは睡眠時間です。成人の場合で七時間から八時間は取らなければなりません。もう一つは「深い眠り」にひたることです。正常な眠りには、浅い眠りと深い眠りのリズムがありますが、深い眠りの時間は意外に短く、八時間の睡眠中のほんの一時分足らずです。効果的な睡眠を得るためには、午前二時ごろに深い眠りに入る工夫をすることで

深い眠りをいつ取るか

目覚めと睡眠

一方、寝つきが悪いと嘆きながら、けつこう朝の目覚めのよい人は、深い眠りに入るまでに時間はかかっても明け方近くにになると、深い眠りを十分取っているものです。このように、眠りのパターンも色々ありますから、自分の睡

眠りのパターンを知ろう

人によって寝つきのよい人と悪い人がいます。寝つきがよいといわれる人は、就寝後間もなく深い眠りに入ることができますが、必ずしもこの深い眠りが朝まで続いているわけではありません。

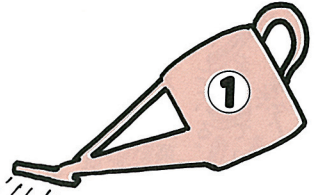
寝室の環境を工夫

心地よい睡眠を得るためには、寝室の環境を考えることも大切です。

フトンやベッドが軟らか過ぎると「快眠」が得られないように、枕の高さや硬さ、そして寝室の暗さや静けさ、そして温度なども、睡眠に大きな影響を与えます。また、寝間着はゆったりとして吸湿性の高いものを選び、昼間の下着は寝る時にはすべて取り替えてください。

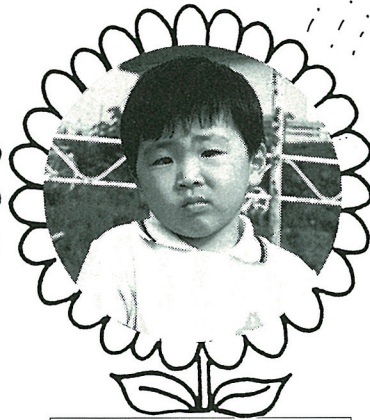


わが家のアイドル



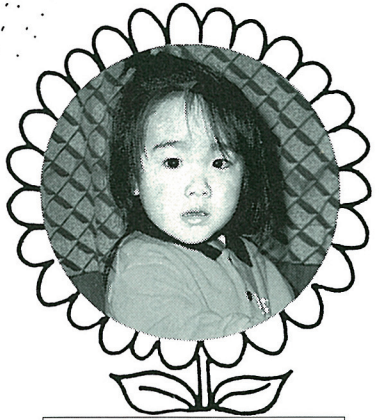
谷 小雪ちゃん
(3才)

仙法志字御崎
保護者
谷 敏



井田圭太くん
(3才)

沓形字緑町
保護者
井田 幸吉



江戸幸恵ちゃん
(2才)

沓形字本町
保護者
江戸 克廣



家族で話し合おう



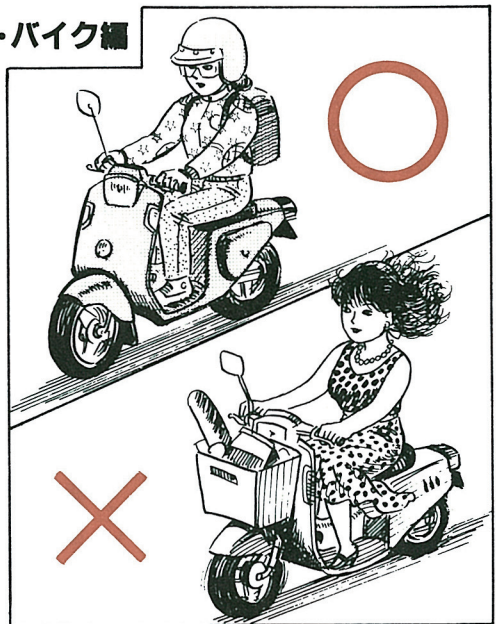
交通安全・バイク編

Tシャツに半ズボン——いくら夏が暑いといっても、こんな格好でバイクに乗るのは危険すぎます。

バイクといえば、すぐに思い浮かぶのが皮ジャンパーですが、ただ格好がいいから着ているわけではありません。ジャンパーで肌がおおわれていれば、万一転倒しても、ケガの度合が少なくて済みます。また、バイクは風が直接当たるので、長時間運転するときなどは体温を保つのに役立ち、疲れにくくする効果もあります。

いくら暑い夏でも、肌の出しすぎには十分注意してください。

薄着で乗るのは危険



健康な毎日を送るために

あなたと保健室

楽しみながら

健康づくりを



人生80年といわれるようになってから、もうずいぶんになります。一昔前は、60歳という老人という意識が強かったのですが、今は、70歳・80歳でもまだまだ若く、元気な方が多いのには驚かされます。一方で50代・60代の方が、老けて、弱々しく感じられる事が多いのも事実です。なぜ、このように差がでるのでしょう。思いあたることは、高齢でも元気な人は、自分の健康に気がつかっているという事です。特別に気をつかっているのではなく、例えば、具合が悪くなったら、がまんせず医者にかかる。野菜を多く食べるようにしている。塩ものや味つけに気をつけている。運動をしている。等々、本当に色々な事に気をつけているのですが、

それを無理なく、自然に自分の生活の中で行なっているのですね。これだけ死亡年齢が高くなっているのですが、一方では医療水準が高くなっても、世代が低くなるに従い食生活も乱れ、不健康な生活を送る事も多いため、若くして身体が老化してしまっているのではないかと説もあります。60代で死なないとしても、弱い身体のまま、80歳迄も生きていくのは、何とも恐い話ではありませんか。

健康クラブ開設

以上の事から、保健指導係では、自分の健康を自分で守る事もっと無理なく、楽しく出来ないかと考えました。

従来、健康について考えていただく為に、衛生教育を行ってきたのですが、あなたにとっ

ては興味のない内容だったかも知れません。そこで、今度は立ち場を変えて、あなたが興味を持っている事を、やりたい事をやっていただく方法はないかと考えて作ったのが、「健康クラブ」です。

今、町内では、ミニバレーやバトミントン、陶芸などのサークル活動が盛んですが、それと同じように考えて下さい。都合が悪ければ行かなくていい、時間も好きな時に行けばいいのです。違う点は、会員登録がいらない、会費がいらない、クラブの主役は、あなた自身というところでしょうか。友達どうしでいらっしやるのもいいし、買物の途中で立ち寄るのもいいですよ。

どんな事をやるのかな?

では、実際の例をお話しましょう。

Aさんは、自宅の味つけが濃いのだろうか疑問をもっていました。みそ汁を容器に少し入れ、買物の途中に「健康クラブ」に寄り、塩分チェッカーで自分で調べました。結果は「やや濃

い」もう少し薄めれば良いと分り帰りました。所要時間2分。Bさんは、友達が腰を痛めたと聞き自分も心配になり、何か予防する方法はないかと「健康クラブ」に來ました。保健婦に正しい姿勢の歩き方・座り方・腰痛予防体操・命の貯蓄体操がある事を聞き、一通りやってみて、命の貯蓄体操がテレビを見ながらできると思い、覚えるまで通う事にしました。初回の所要時間40分。

「健康クラブ」の使い方は色々です。食事のカロリー計算をカードを使ってやってみたり、マシボやチャチャチャで一汗かいてみたり、皆さんがやってみたいという事は色々できるように準備したいと思っています。保健婦は、やり方が分からないとか、ゆっくり健康や病氣、又は本やテレビで知った事を具体的に知りたいたいという時にお使い下さい。

Cさんは、ブラツと立ち寄ったと言い、尿中塩分測定をためしにやってみました。塩分量1日で約12g、やや多い事が分かりました。次に歯みがきの確認コーナーがあったのでやってみました。歯のよこれを見つけた

時間は、あなたが決めるのですから開設時間のいつに來ていただいて、いつ帰っても全く自由です。

新しい歯ブラシでゴシゴシ。やってみてびっくり、よごれの落ちていない所が結構あるのです。どうしたらよく落ちるか、自分でくふうしながら鏡を見てゴシゴシ、ようやくきれいになりました。所要時間10分

以上一部をのせてみました。保健婦 平野・記



リリリの 博物誌

(51)

利尻の語り(12)

鯨 漁 (二)

中山兵蔵さん

(前月号から)

さわり持つ人、網みる人、三人いるから、船頭と下船頭と船頭手伝いと三人いるからね。

だからね、交代交代で時間きめるのさ。かりに船頭は、鯨あめる時はね、たいがい夜の十時までっね。

まあ、他の船頭そうやるかわらねかわからねけどね、たいがいやるんでねえべか。うんでねけりや沖にいて寝らいねもの。

船頭は十時まで見て、それから鯨されるからね、それから船頭手伝いが十時から夜中の二時まで見、それから下船頭みるんだ。

自分の番でないときはね、鯨のらねときは、ぐっすり寝てしまふの。

鯨はね、夜のると十時・十一

時頃、いっかいきれるのね。そのかわり夜明けにまた来るんだ。夜、暗くなれば、陸さ子ふりにくるからね。陸ささるんだね。

時化で、こんだ、沖から網あけてくるでしょう。そうなったら船頭大変だ、寝らいねんだ。いつ風るかかわからねから。風れば夜でも出てくからね。うんと時化てれば、もうダメだと思っから布団で寝るにべども、それ以外だら寝らいねな。

時化れば風あるんだ、風なくなれば、夜中は風だなっね。山、近くなれば、利尻山近くに見えれば上風だとね、ここでは上は南だ。上風こいば鯨くるね。

したからね、いつ風なるかわかんねから、油断できねんだ。東風だとかタマ風だとかは、

鯨あんまりこねんだ。なんせ、南風はぬくいからね。

天売・焼尻鯨きたつてば、一週間あればくるね、ここへ。だいたい一週間でくるね、遅くてもね。

刺網でね、網に鯨かかることを、ケラがかりつていうのね。ケラつていうのはね、内地のヤン衆がね、雨ふればカツパなんて高くて買えねもんだから、ケラ着てくるのさ。

ケラつていうのは藁であんだやつで、今なら、ミノつていうけどね。したもんだから、ケラがかりつていうのは、藁が重なっているように鯨が網にささっていることをたとえたものだべね。

まあ、大漁するんだらね、ヤン衆もなんも寝る間もなかつた。

人だと思えば使われねえわね。道具だと思わねばね、いや、本当だ。したつてね、雨、ふつても風吹いても使っんだからね、やらねけなんねんだから。

こわいばね、朝に一回二回声かけられてもね、起きれねんだ。昼、てっばい使われるからね。

まあ、無理ねえもんだわ。

当時ね、勤報隊つてね、みんなきたものさ。カフエーのね、旭川あたりの女だとか、学校の先生だとか、そういうのね、各漁場に十人から十五人位づつね、割り当てになつたもんだ。

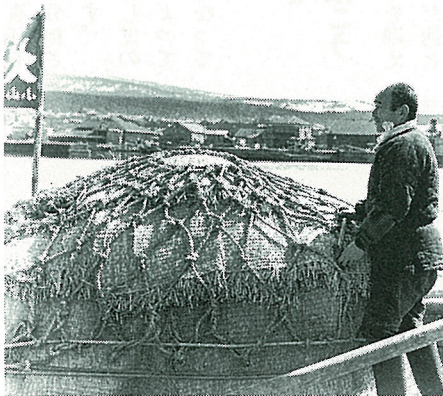
いや、これらだらね、使えな

かつたな、可哀相で。寝むたがっつてね、歩けなくなるんだもの。まあ、三月十日過ぎに若い衆がきて、六月に入れば帰つていく。帰るときはね、身欠鯨買つてね、見送つてね。

まあ、三十年ぶりに鯨とれたけど、今、これ、網入れたらとるにいでねえべか、したけどなあ、道具無えものなあ……

注(1) こわい：疲れるの方言

採録 西谷栄治(利尻町立博物館学芸員)



「鯨大漁」小山田漁場 昭和20年代後半



夏休みを控えて

有意義な過ごし方を

親子で考えよう

7月は青少年を非行からまもる全国強調月間――

家族旅行や体験学習、そして地域での奉仕活動――夏休みは、子供たちにとって、得難い経験のできる貴重な時間といえるでしょう。しかしその半面、気を

つけたのがこの時期の過ごし方です。規則正しい学校生活から解放された子供たちは気が緩みがち。非行への脇道にそれやする七月は「青少年を非行からまもる全国強調月間」です。子供たちが夏休みを有意義に過ごし、一段とたくましくなって二期を迎えられよう、非行を寄せつけない夏休みの過ごし方を親

子で考えてみたいものです。

家族で守る

生活のリズム

暑さの厳しい夏は、生活のパターンが「夜型」になりがちです。一度生活のリズムが狂ってしまうと、なかなか元には戻りにくいもの。二期期が始まっても、夜ふかしや遊びぐせが抜けない、ということにもなりかねません。

自由な時間をのんびり過ごすのも夏休みならではの楽しみですが、少なくとも生活のリズムだけは崩さないよう、家族全員が規則正しい生活を心がけてください。

家族の一員として

役割を

欲しい物は何でも手に入る恵まれた社会環境の中で、わがままいっばいに育てられた子供たち……。彼らに一番欠けているものは、自立心と忍耐力といえるでしょう。

夏休みを契機に、親は子供への甘やかしや無関心を排除し、

自分の身の回りのことに責任を持たせたり、家事労働を分担させるようにしたいものです。子供は、家族の一員としての役割を与えられることによって、自覚と責任を持つようになっていきます。

夏休みならではの計画を

最後までやり抜こう

無計画な姿勢で夏休みを迎えると、その日その日をただ何となく過ごすだけの毎日になってしまいます。

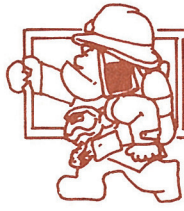
不得手な科目を集中的に勉強したり、本をできるだけたくさん読む、といった生活プランを立て、最後までやり抜くことが大事です。親は子供の自主性や意見をできるだけ尊重しながら応援してあげてください。

また、夏休みは、レジャーや家族旅行など、親子のふれあう機会が多いものです。

親子の間に信頼関係があれば「親を困らせたくない」といった気持ちで子供の心に芽え、それが非行化にブレーキをかける抑止力になるのです。

町内小中学校夏休み日程

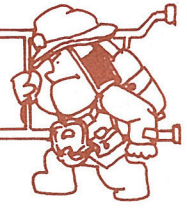
	終業式	始業式
小学校	7月27日	8月22日
小学校	7月26日	8月22日
小学校	7月27日	8月22日
中学校	7月25日	8月20日
中学校	7月27日	8月22日



消えたかな!!

気になるあの火 もう一度

消防だより 《No.9》



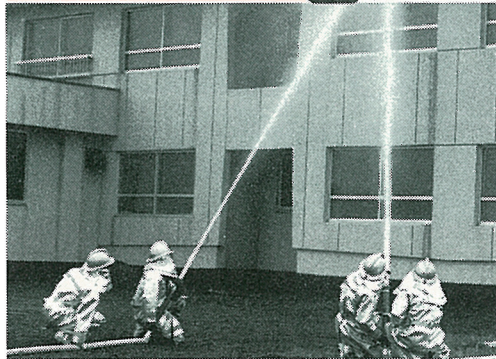
もうすぐ楽しい
花火の季節!!

楽しい花火も、遊び方や遊ぶ場所を間違えると火事やけがのもと。「遊び方」をよく読んで正しく遊びましょう。

- 風の強いときや、燃えやすい物のある場所では遊ばない。
- 人や家に向けたり、ふり回したりしない。
- 束にして火をつけたり、分解したりしない。
- 花火はポケットに入れない。
- 水バケツを用意し、大人が必ずつきそう。

ぼくたち
火遊びはしません!!

▼6月10日 沓形・仙法志の保育園児
消防署を見学。
タンク車や大型水槽車・救急車を見たり、説明を聞いたりして、半日を過ごしました。



火事だ!! 出 動!!

火災総合訓練実施

▶ 6月3日 「国民宿舎りしり」で避難訓練が実施されタンク車や水槽車など4台の消防車が参加し、消火や逃げおくれた人の救助など、実戦さながらの訓練をしました。

火事と救急車は
局番なしで

119番



『人権心配ごと 無料相談所』開設

このたび、旭川地方務局
稚内支局、稚内人権擁護委員
協議会の主催で「人権心配ごと
と無料相談所」を開設します。
借地・借家・家庭・近隣・
金銭貸借・不動産売買・戸籍
・相続・登記問題、「いじめ」
等のようなことでも相談に
応じますのでお気軽においで
下さい。

開設期日

8月10日(月)

○時間 午前10時から午後3
時まで

○場所 利尻町老人福祉セン
ター

利尻町人権擁護委員

沓形字緑町

堀 川 互 氏

電話 4 - 2823 番

仙法志字本町

長谷川 松 雄 氏

電話 5 - 1839 番

◎出生

月住所 氏 名 保護者続柄
%₁₂ 緑町 石川 佳奈 雅彦 長女
%₆ 泉町 新谷 由布子 定由 長女



お誕生おめでとう
ございます



◎婚姻

氏 名 住所
給田 利之 (仙)本町
小泉 郁代
川原 昭博 %₂₀ 富士見町
樋口美千代

いつまでも
お幸せに

戸籍の うごき

自 5 月 1 日
至 5 月 31 日

◎死亡

月住所 氏 名 年齢
%₁₄ 新 湊 萬屋 ユキ 六五歳
%₈ 神 磯 佐々木とめ 八八歳

おくやみ
申し上げます

ご厚情に

感謝します

このたび次の方から愛情銀行
に金一封が預託されましたので、
紙上を借りてお礼申し上げます。

仙法志字神磯 佐々木伴一様か
ら、母とめ様の香典返しを廃し
て

仙法志字本町 高村 洋様から、
病氣見舞返しを廃して

仙法志字元村 佐孝友義様から、
病氣見舞返しを廃して

仙法志字政治 山本実治様から、
姉志ゆん様の香典返しを廃して

沓形字種富町 田澤邦夫様から、
義母大関ナヲ様の香典返しを廃
して

仙法志字御崎 宮下茂太郎様か
ら、妻カヅエ様の病氣見舞返し
を廃して

(利尻町社会福祉協議会)

今月の納税

保 険 税 第 1 期

(納期 7 月 31 日まで)



交通事故死 0 目標 3000 日

達成日 昭和65年12月3日

- スピード・ダウンで安全運転を!!
- シートベルトは必ず着用しましょう。



利 尻 町
沓形・仙法志交通安全協会

発行 利尻町役場

編集 商工課広報交通係 ☎(四)三三四五番

印刷 旬国境印刷