

町ホームページ



公式Facebook



公式Instagram



公式X(旧Twitter)



公式LINE



笑顔の門出

～ 羅白高校卒業証書授与式 ～



今月の主な話題

- ☑ 緒むすびの活動について 2・3
- ☑ むし歯のない子を発表します 4・5
- ☑ 海中ゴミの回収に取り組みました 6

「^お緒むすび」

通信



羅臼町の子どもの自律と家庭教育の向上を目指し、ご家庭や学校・地域の方々からのご協力をいただきながら活動している、子どもの自律・親育ち応援チーム「緒むすび」(以下、緒むすび)から、今年の活動内容の一部をご紹介します。

昨秋にNPO法人「子どもとメディア北海道」代表の中谷通恵氏を講師にお招きし、小中学校の授業でネットやゲームに関する講演をしていただきました。その中で、これからの健やかな成長に睡眠や生活リズムがとても大切であることをお話していました。

スマホやゲーム等のメディアの普及は、子どもも大人も、趣味や娯楽、学習など利用目的は様々で、とても身近なものとなっています。使用時間が長ければ心身の健康への影響が出やすく、スマホ等を賢く利用することがこれからの社会において重要になってきます。

毎年児童・生徒を対象に実施している生活状況アンケートのうち、睡眠とメディアとの関係について情報発信いたします。

朝の目覚めは 良いですか？

人間は、朝に陽の光を浴びて目が覚め、夜に暗くなると眠くなるというサイクルがあります。

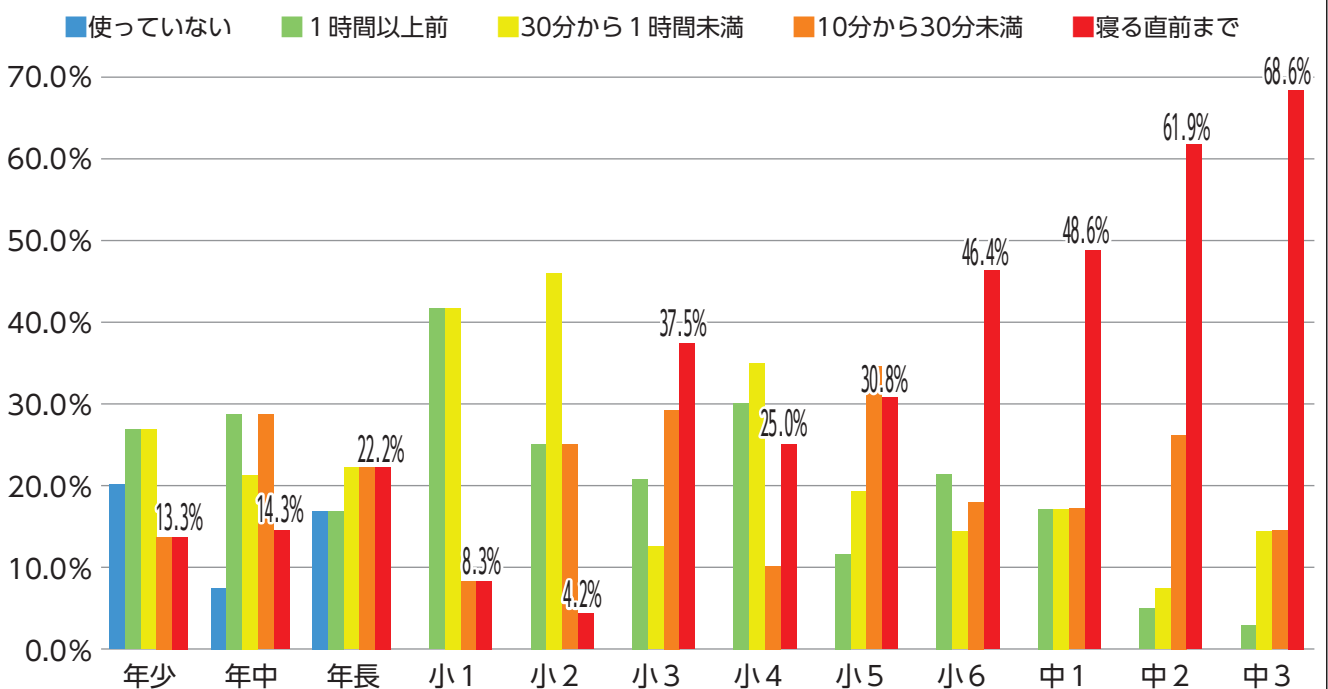
その、「暗くなったら眠くなる」を妨げるのが「光」です。

スマホ等の画面から発する光(ブルーライト)は、太陽の光に近く、夜寝る前に光を浴びていると、睡眠を促すメラトニンというホルモンが出にくくなり、寝つきが悪い、眠りが浅い、すっきり起きられない等の睡眠に影響し、食欲がない、学校や職場に行けない等の問題に発展する危険性が大きくなります。

△のアンケート結果では、学年が進むにつれて、デジタル画面を寝る直前まで使用している子が増えていることがわかりました。

日本眼科医会や文部科学省では、**寝る1時間前にはデジタル画面を見ないこと**

△ デジタル画面を寝るどれくらい前まで見ているか



を推奨しています。子どもも大人も朝の目覚めが良くなるよう試してみてもいいかがでしょうか。

②のアンケート結果では小学5年生以降スマホなどインターネットにつながる機器を部屋に持ち込んでいる人が増えていることがわかりました。

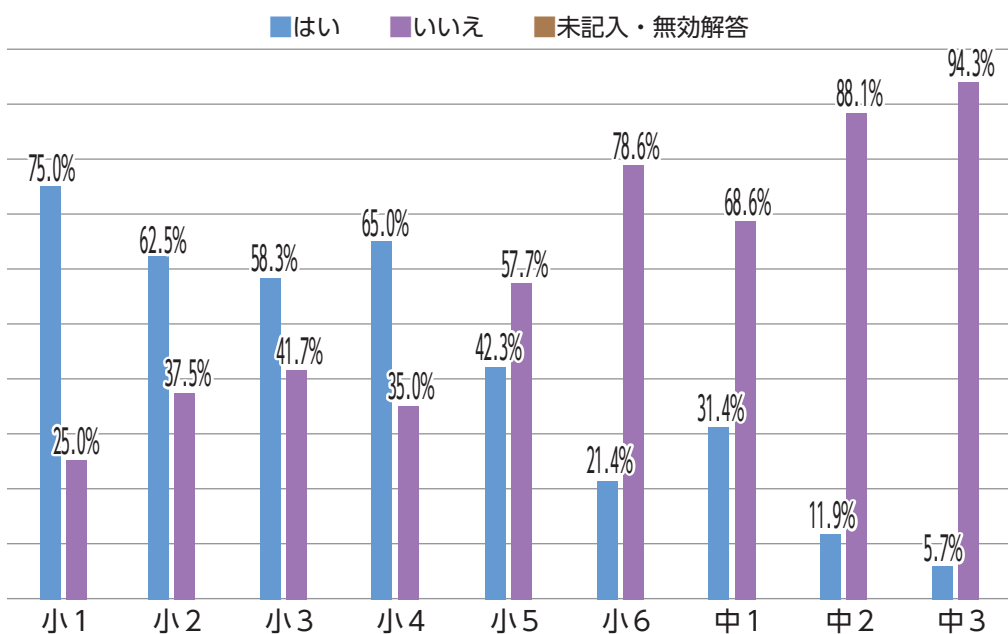
使っていないなくても、近くにスマホ等があれば気になってしまうものです。寝る部屋には機器を持ち込まないようにしましょう。充電は他の部屋、アラームは目覚まし時計等工夫をしてはいかがでしょうか。

学校で貸し出しているタブレットは小学生は20時、中学生は22時までと使用時間の制限が昨年末から始まっています。この機会に、ご家庭で用意されている機器についても同じように時間制限されるなど、取り組まれると良いと思います

睡眠は、疲労回復、記憶の整理・向上、成長発達の促進、肥満予防、脳の老廃物の除去等たくさんの役割を果たします。子どもも大人も一緒に、ご家庭で協力し合って、しっかりと眠れる環境づくりが出来る良いですね。



②寝る時、ネットにつながる機器を部屋に持ち込まないようにしているか (R7)



お知らせ

この春、小学校へ入学される子どもたちへ「緒むすび」より心ばかりの品をプレゼントいたします。良い眠りの確保と自律を促す目的で「目覚まし時計」を贈呈する予定です。

令和7年度の児童・生徒生活状況アンケートの結果がHPで公開されました

今回掲載したデータを含めた、羅臼町内の子ども達の生活状況のアンケートを羅臼町HPに掲載しました。お子さんの生活状況との比較等、各家庭での教育に活用していただければと思います。



子どもの自律・親育ち応援チーム



立ち上げた時期：平成30年度に設置

活動目的と方針：子どもの自律と家庭の教育力の向上を目的に、教育と保健の行間で連携を図りながら、学校、家庭、地域に協力を求め、緒（糸）を結び、専門知識と技術を導入しながら取り組むことにある

構成メンバー：(教育委員会) 学務担当、社会教育担当、図書館司書、幼稚園教諭、(保健福祉課) 保育士、栄養士、歯科衛生士、保健師 他

3歳児の

むし歯のない子を 発表します



*掲載にあたっては、3歳児健診時に確認させていただいた内容です。

*令和7年度に実施した3歳児健診を受けた方が対象です。ただし、歯科健診を受けていない方や表彰を希望しない方は対象となっております。

住 所	むし歯が なかった方	お子さんの歯みがきを 頑張った方	住 所	むし歯が なかった方	お子さんの歯みがきを 頑張った方
峯 浜 町	キムラ アオト 木村 蒼翔さん	由梨さん	船 見 町	カナザワ シュウリ 金沢 柊李さん	桃さん
知 昭 町	オオタキ 大滝あかりさん	幸恵さん		ナカニシ サラン 中西 咲蘭さん	佑貴さん
	ニシムラ コハル 西村 胡春さん	順一さん、佳奈さん		ホシノ エナ 星野 恵菜さん	涼介さん、広恵さん
	ハマヤ メイ 濱屋 芽似さん	禎周さん		ムラカミ コハク 村上 心珀さん	紫乃さん
礼 文 町	イリタニ オウシン 入谷 凰心さん	悠介さん、香沙実さん	海 岸 町	クワハラ ミオ 桑原 愛桜さん	優太さん
栄 町	カワジリ イロハ 川尻 彩蓮さん	裕生都さん、莉都さん	フジモト タマキ 藤本 環さん	真由さん	
	サトウ メグリ 佐藤 巡さん	功基さん、麗佳さん	岬 町	オオタ アイ 太田 愛唯さん	大輔さん、恵美さん
富士見町	カワグチ リリナ 川口莉々菜さん	政彦さん、舞花さん			

令和7年度に行われた3歳児健診で、左記のお子さんにむし歯がありませんでした。お子さんの歯の手入れを頑張った方のお名前を合わせて表彰させていただきます。

砂糖を摂らなければ むし歯にならない？

□の中にいるむし歯菌が糖分解を分解します。その時にできる「酸」に歯がかさされ、穴ができてしまった状態がむし歯です。

アメやジュースをたくさん摂っているとむし歯になりそうと想像できるのではないのでしょうか。では、甘くないポテトチップやせんべいなら大丈夫でしょうか？

糖分≠砂糖 ではありません。

食べ物で摂っている炭水化物のうち、糖質とデンプンを「発酵性炭水化物」といい、それがむし歯の原因になります。

つまり、砂糖はもちろんの事、ご飯や麺、パン、イモ等もむし歯の原因となるのです。砂糖だけが悪者ではなく、甘くなくてもポテトやコーンを加工しているスナック菓子等もむし歯菌のエサとなります。

だからといって、むし歯の原因になる物をまったく口にしないことは難しいのではないのでしょうか。

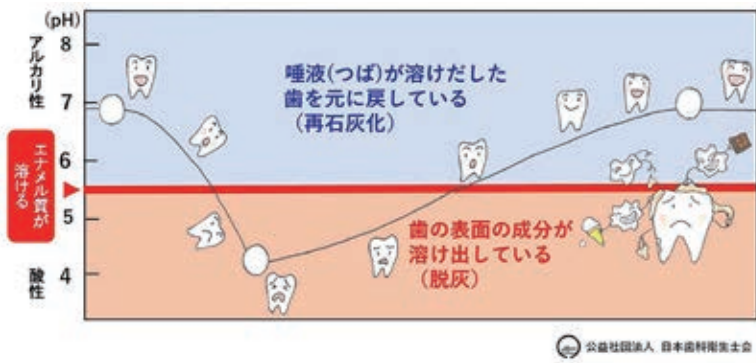


毎日歯はどけている？

お菓子だけではなく、毎日の食事で発酵性炭水化物を摂っているのです。「酸」はつくられています。その酸によって、歯は溶かされていますが、そのたびにむし歯にならないのは「唾液」の活躍があります。

唾液が酸を中和したり、溶かされた歯の表面を元に戻しているのです。それには時間がかかるので、酸にさらされる回数が多いとむし歯になる危険性が高まります。

つまり、1日3回の食事の他、多くても間食(ジュースも含む)は2回まで。また、時間と量を決めて、ダラダラやちよこちよこ食べにならないようにすることが大事です。□の中に長くあるアメや、歯にくっつきやすいキャラメル、何度も□にしやすいジュースは特に危険なのです。



むし歯になりやすい場所は？

歯は床を掃除するのとは違って、平面ではありません。その分、汚れがたまりやすい場所があります。そこがむし歯になりやすい場所です。

- ・ 溝と歯の間
 - ・ 溝の中
 - ・ 歯と歯ぐきの境目
- ここを丁寧にみがく事が大切です。

歯と歯の間は、歯ブラシが届かない場所なので、フロス(糸ようじ)を使いましょう。

溝の中は歯ブラシの毛先が届きにくいので、シーラントも効果的です。歯を削らずに歯の溝を埋めて、歯ブラシの毛先が届きやすくします。特に6歳臼歯は溝が複雑なのでお勧めします。

また、治療して詰めたりかぶせたりした場合、わずかな段差も汚れがたまりやすくなります。治療したから大丈夫と思わずに、より丁寧にみがく必要があります。



歯みがきは、むし歯菌を取り除く一番の方法です。そのため、食べ飲みしたら歯をみがく事

が基本になります。ただし、□の中の菌をすべて取り除くことはできません。そのため、□の中にむし歯菌はいるものの、その菌を活発に活動させないような環境を保つことが重要です。

○むし歯菌にエサを与えない

- ・ 1日3回の食事の他、間食は2回まで
- ・ 間食の時間、量を決める⇒ダラダラ、ちよこちよこ食べ飲みしない
- ・ □の中に長くある物、歯にくっつきやすい物は避ける⇒キャラメル、アメ、ガム、グミ、チョコレート等

○むし歯菌の数を減らす

- ・ 食後、間食後には歯みがきをする
- ・ 歯ブラシの他、フロス(糸ようじ)を使う

・ 食事の時は、よく噛んで食べる⇒唾液がたくさん出るように

○歯を強くする

- ・ フッ素を利用する⇒歯みがき粉等
- ・ 溝を埋める(シーラント)

小学3、4年生までは本人だけでは汚れが取りきれいていないので、仕上げみがきでしっかり汚れを取り除くようにしましょう。

むし歯は歯が生えたばかりの頃になりやすいため、子どもがかかりやすい病気です。でも、どの年代でもむし歯になる危険性はあるので、むし歯になりやすい方は、一度、歯のみがき方や食べ方を一度見直してみましよう。

海中ゴミの回収に取り組みました

羅臼町では、エア・ウオーター北海道㈱の寄付事業「ふるさと応援HPプログラム」を活用し、エア・ウオーター・ライフソリユーション(株)からの寄付のもと、今年度、海中ゴミ回収事業を実施しました。この事業は、やむを得ず流出してしまった海中の漁網などを回収することで世界遺産でもある羅臼の海の環境を守るとともに、漁網などの回収のダイビングツアー化により継続的な取り組みを目指しています。海中に放棄され



回収作業の様子



羅臼漁業協同組合の協力による回収

た漁網などは、ゴーストフィッシング(漁業を目的としたものではなく、意図せず生物が網などに絡まって死んでしまうこと)を引き起こすため、世界中で問題となっています。知床ダイビング企画は、町内唯一のダイビング事業者として、今回の事業実施を担いました。回収作業は、令和7年6月から11月にかけて実施しました。3名

のダイバーが潜水し、ゴミの状況を確認したうえで、手作業で回収しました。また、大型のゴミの回収については、羅臼漁業協同組合の指導船の協力により行いました。さらに、北海道内外からダイビングツアーに参加されたお客様(計8名)にも、回収作業を手伝っていただきました。

合計16回の回収作業を行い、計1,276kgのゴミを回収しました。大部分は漁網やロープといった漁業系のゴミであり、缶類や粗大ゴミは少量でした。漁網に絡まっていた生物としては、ウニ類



魚網に絡まったエゾメバル

海中ゴミの回収結果

場所	回収量	主なゴミ
松法漁港	934kg	刺網、ロープ、生活ゴミ
知円別漁港	257kg	刺網、ロープ
ルサ川河口	35kg	刺網、ロープ
瀬石	25kg	ロープ
相泊漁港	25kg	刺網、ロープ

やカニ類、ギンポ類などが見られ、死んでしまっているものも多かったです。また、漁網に絡まった魚などを食べるために潜ってきた鳥類が漁網に絡まり溺水しているのも確認しました。

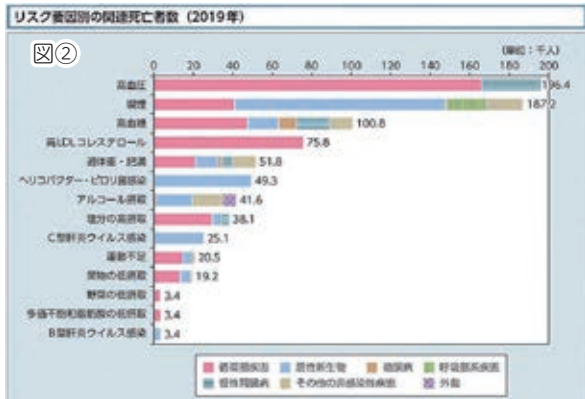
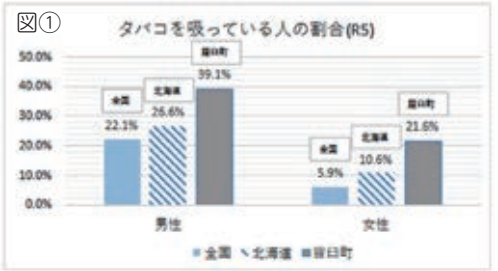
羅臼町と知床ダイビング企画では、引き続き海の環境を守る活動を続けていきます。皆様も海中ゴミの削減にご協力をお願いいたします。

(企画財政課 有限会社知床ダイビング企画)

サードハンドスモーク、知っていますか？

羅臼町の喫煙率は、北海道や全国平均と比較して高い水準にあります（図①参照）。この状況は、喫煙者自身だけでなく、その周囲にいる非喫煙者もタバコの煙の影響を受けやすい環境を意味しています。

図②には、リスク要因別の関連死亡者数（2019年）が示されていますが、高血圧と喫煙が多く、特に喫煙による年間死亡者数は約19万人に達し、その内訳を見ると、全体の約6割ががんによるものであり、次いで循環器疾患や呼吸器疾患が続いています。タバコの煙には数千種類もの物質が含まれており、その中で約200種類が人体に有害であることが知られています。また、約70種類には発がん作用があるとも言われており、健康への悪影響は明白です。



皆さんは「サードハンドスモーク（3次喫煙）」という言葉をご存知ですか？これは衣類や室内に付着したタバコの成分から生じる残留タバコ煙を吸入することで、「なんだかタバコくさいな…」と感じた場合、それは既に被害を受けている可能性があります。国は令和2年4月より、望まない受動喫煙を防止するための取り組みをマナーからルールへと変え、この問題への対策を強化しています。家族や大切な人々を守るためにも、一度禁煙に取り組んでみませんか？

【お問合せ先：保健福祉課 Tel.87-2161】

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!

春松
幼稚園



羅臼
幼稚園

今年度最後の幼稚園訪問をおこないました。来年度からは幼稚園が統合されるため、春松幼稚園園舎への訪問は今年で終わりなので、いつも以上に楽しませてもらいましたよ！

♪ 4月・5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)

4月8日(水)ありんこ広場
4月15日(水)ありんこ広場
4月24日(金)のびのび広場
5月11日(月)ママの日♪
5月20日(水)ありんこ広場
5月29日(金)のびのび広場

4月10日(金)すくすく広場
4月17日(金)絵本読み聞かせ
5月1日(金)すくすく広場
5月13日(水)運動遊び
5月25日(月)計測

4月13日(月)ママの日♪
4月22日(水)運動遊び
5月10日(日)パパの日
5月15日(金)絵本読み聞かせ
5月27日(水)ありんこ広場

* 令和8年度の開放は、4/6(月)から始まります。
* 5/10(日)はパパの日です。9時30分～11時30分まで開放しているので都合の良い時間にお越しください。
* 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。事前にお申込みください。
* お問合せ先：羅臼町子育て支援センター『ありんこ』 Tel.88-1515

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～

外来診療のお知らせ 4/1～

診療科	診療週	曜日	診察時間	備考
総合診療科	毎週		午前8時30分～午後4時	診療医: 所長
内科・外科	毎週	水	午前8時30分～午後4時	診療医: 道東の森総合病院
脳神経外科	第1週	月	午前9時～午前11時	診療医: 孝仁会記念病院 理事長
循環器内科	第1週又は2週	金	午前9時～午後3時	診療医: 孝仁会記念病院 院長
皮膚科	第2・4週	水	午前10時～午後3時30分	診療医: 孝仁会記念病院 形成外科
整形外科	第1・3週	金	午前10時30分～午後4時	診療医: 北新病院 整形外科
訪問診療	第1・3週	水		診療医: 所長

※診療週の変更がある場合がありますので、ご了承ください。ホームページもしくは電話でご確認をお願いします。

生理検査室より

昨年の11月25日に、超音波診断装置（エコー機）を入れ替えました。その要因ですが、旧エコー機は購入後、すでに10数年が経過していますので、故障した場合メーカーから部品の供給ができない状況となったことから、新たなエコー機の入れ替えが必要となりました。

旧エコー機と大まかに比較いたしますと、外見的には若干ではありますが、スリムになったのと、画像を見るモニターが19インチから23インチと一回り大きくなって、画像がより見やすくなっております。また、操作性や画像の解像度においても、数段良くなっておりますので、患者様におきましては、検査時間の短縮が計られることと、画質の向上に伴い、より正確な診断に繋がるものと期待しております。

エコー検査は、診療のみならずドックや健診の項目にも含まれておりますので、検査の際にご覧頂ければ幸いです。



【予約・お問合せ先：知床らうす国民健康保険診療所 TEL87-2116】



アイヌ文化の資料が大幅に充実しました！

「アイヌ文化関係資料保存活用事業」による資料整備

「アイヌ文化関係資料保存活用事業」は、郷土資料館で実施している事業で、羅臼町ならではのアイヌ民族との共生の歴史を次世代に継承し、また情報発信し内外に伝えることにより、アイヌ文化の振興を図ることを目的に実施している事業です。

この事業の取り組みのひとつである『アイヌの伝統に関する文献等の収集・分析及び基礎資料作成業務』内で収集された資料のうち227点（図書208冊・視聴覚資料19点）を図書館で所蔵することとなりました。



配架するための棚も新たに増設し、アイヌ文化関係資料が大幅に充実いたしました。

こちらの資料は、図書・視聴覚資料問わずすべて借りることができまますので、ご来館の際ぜひご利用ください。

春松小学校2年生が 図書館見学で来館しました

令和8年1月26日(月)に春松小学校2年生14名が図書館見学のため来館しました。



施設見学をはじめ、蔵書管理用バーコードのスクリーン体験や司書による図書館の仕事のお話、本の紹介などを行いました。ご来館ありがとうございました。

「自殺対策強化月間」関連図書展示

「心ほぐれる、読書の時間」

3月は、進学・進級・就職などの生活の変化に対して、不安を感じやすい時期です。

心配事や悩み事は尽きないかもしれませんが、一度心を休ませリフレッシュするために、図書館に来看看ませんか？

「読むと気持ちさがほっこりする」「心癒される」本を集めて展示しています。

図書館は、「本を借りる」「本を読む」「勉強する」だけではなく、ただ外を眺めて、飲み物を飲みながらゆっくりと過ごすことも大歓迎の施設です。

「癒されたい」と感じたときに、図書館がふと思いつく場所でありまます

ように。ご来館をお待ちしています。



飲み物を飲んで過ごすことができるドリンクスペース

第174回芥川賞・直木賞

第174回芥川賞は、鳥山まこと著の『時の家』、鳥山丑雄著の『叫び』が受賞となりました。



第174回直木賞は、嶋津輝著の『カフェーの帰り道』が受賞しました。



3作品とも図書館で受入済みですので、ぜひご利用ください。貸出中の場合は予約もできます。

あしたへつながる防災知識

第56弾

融雪災害に気を付けよう

これから春が近づき一層暖かくなりますが、その影響により雪崩や落雪など融雪災害が発生する可能性が高くなります。今回は、融雪期に注意が必要な「融雪災害」についてご紹介します。

●融雪災害とは

融雪災害とは、気温上昇に伴う雪崩及び落雪の発生や、融雪に伴う出水による河川の氾濫及び土砂災害など多数の災害があり、多くのことに注意する必要があります。羅臼町では過去にも町内各所で雪崩が発生し、建物被害や道路の通行止めが発生しています。



令和4年4月の雪崩

●融雪による災害とその注意点

屋根からの落雪について

気温の上昇等により、屋根に積もった雪が融け、落下してくる危険があります。外出する際は、周囲の状況に気を配り、軒下など雪が落下してくる可能性があるような場所は避けて歩くようにしましょう。また、屋根の雪下ろしをする際にも雪とともに屋根から滑り落ちる危険性があるため注意しましょう。

雪崩について

山腹などに積もった雪が重力の作用により斜面が崩れ落ちることを雪崩といいます。雪崩は厳冬期ばかりと気を抜かず、融雪期にも気を付けましょう。スキーや登山など、雪山に出かける際には、雪崩注意報などが発表されていないか確認しましょう。また、斜面に亀裂が入っていたり、こぶし大の雪の塊が転がり落ちてくる場合などは、雪崩が発生する前兆の可能性があり、とても危険です。確認した場合は、速やかにその場から離れるようにしましょう。

その他の災害について

季節が進み、さらに暖かくなると大量の雪解け水の影響による土砂崩れや河川の増水による洪水、道路の冠水にも注意が必要です。山間部では斜面の亀裂や陥没、河川周辺では水位の上昇など災害の前兆に注意し、危険を感じた場合は速やかにその場から離れるようにしましょう。また、道路が冠水している場合は速度を落とし、交通事故に注意しましょう。

●羅臼町登録制メール

羅臼町では事前に登録して頂いた方に対し「防災情報」や「町内情報」をメールにて配信しています。羅臼町以外の地域にいる場合でもメールを受け取ることができ、お出かけの際にもタイムリーな情報を得ることができます。まだ登録していない方はこの機会に是非登録をお願いいたします。



防災情報メール

- 気象情報
- 地震・津波情報
- 避難情報
- 国民保護情報
- 町内の道路情報

メール送信先

bousai.rausu-town@raidan.ktaiwork.jp



町内情報メール

- ヒグマの出没情報
- ごみ収集の中止
- 阿寒バスの運休※随時追加予定

メール送信先

chounai.rausu-town@raidan.ktaiwork.jp

QRコードが読み取れない方は各メールアドレス宛に空メールを送信して下さい。登録確認のメールを送信しますので、URLをクリックし、登録を完了させて下さい。

※QRコードを読み取ると、各アドレスが表示されます。

※rausu-town@raidan.ktaiwork.jpからのメールを受信許可するように設定してください。

※登録は無料ですが、通信料は登録者様のご負担となります。

自分の町の防災情報に注意し、迅速に災害に備えましょう。

【お問合せ先：総務課 防災担当 TEL87-2111】

わたしたちが地域おこし協力隊です

「羅臼が気に入って移住？」

羅臼町で自然ガイドをしている笹崎です。今回は、私が羅臼でガイドとして仕事をしていく上で、釣りと共にもう一本の柱として広めていきたいと考えているバードウォッチングについて紹介します。よく町の人から「羅臼に珍しい鳥なんているの？」なんてことを聞かれます。野鳥は、その他の動物や植物同様地域性があり、北海道には固有の野鳥が多く生息しています。バードウォッチャーは世界的に見ると、釣りよりもはるかに愛好者が多く、国籍も豊富。また、自分が見たい鳥を見る為にかかる情熱が厚いことも特徴です。先日はエチオピアからはるばる訪れたラジェシュさんをご案内しました。この方はインド出身ですが、野生動物が好きすぎてエチオピアに移住してしまった方です。羅臼で早朝から夕方まで、森の鳥や海鳥、草原の鳥など、食事もとらずにご案内しました。バードウォッチャーは、熱中してしまうと寝食を忘れてしまうので、案内する



きはいつもお昼抜きの覚悟で臨んでいます。羅臼が気に入ってしまい、移住の相談を受けることもあります。

(産業創生課地域おこし協力隊：笹崎)

「羅臼で初めての冬を向かえて」

皆さんこんにちは(^^)地域おこし協力隊の岩佐です。羅臼町へ来て初めての冬を迎える中、私は11月と12月に道外でのお仕事をさせていただきました。11月は、千葉県我孫子市にて行われたジャパンバードフェスティバルに出店させていただきました。様々なお客様と接する中で、羅臼町に実際に行きたいという方たちとたくさん会えたこと、そして直接お話ができたことが何よりも嬉しく、楽しかったすてきな2日間でした。そして12月は、東京にて行われた教育旅行の商談会へ参加させていただきました。少しでも、羅臼町へ修学旅行や遠足としてお越しになっていただくよう、陰ながらPRを行ってまいりました。これからも少しずつではありますが頑張っていきたいな...と思った2ヶ月間でした。これからも引き続き、小さな力ではありますが頑張ります！



(産業創生課地域おこし協力隊：岩佐)

次回
掲載します！



近藤隊員



保阪隊員



山口隊員



1月27日(水)

おにぎりサミット2026

令和8年1月27日、東京都中央区の東京ミッドタウン八重洲にて開催された「おにぎりサミット®2026」に羅臼町が参加しました。本サミットは、一般社団法人おにぎり協会が主催し、農林水産省の後援のもと開催された全国規模のイベントで、全国14自治体が参加しました。日本の代表的な食文化である「おにぎり」を通じて、それぞれの地域が誇る食材や産業の魅力を発信し、自治体間の交流や連携を深めることを目的とした取り組みです。会場には自治体関係者のほか、報道関係者や企業関係者などが来場し、各地域の特色あるおにぎりが紹介されました。

羅臼町は北海道で唯一おにぎり協会に選ばれた自治体であり、コンビニおにぎり人気調査2025で3位を獲得した事でも話題の昆布が特産品の町として参加しています。そんな羅臼町が出品したのは「知床朥（おぼろ）いくらおにぎり」です。ご飯の周囲に薄く削ったおぼろ状の羅臼昆布を巻き、その上にいくらをのせた一品で、羅臼昆布の豊かなうま味といくらの味わいを組み合わせ、海の恵みを感じられるおにぎりとして紹介しました。羅臼昆布は全国的にも高い評価を受けているブランド昆布であり、いくらもまた羅臼の水産加工を代表する食材のひとつです。これらを組み合わせることで、羅臼町の基幹産業である漁業と水産加工業の魅力を分かりやすい形で発信しました。

また、会場内には羅臼町のPRブースを設置し、羅臼昆布をはじめとした特産品の実物を用いて紹介しました。今回のイベントでは物販を行わず、メディアや関係者への情報発信を主な目的として参加しました。

舞台ではゲストとして登壇したタレントのなかやまきんに君さんが、各自治体のおにぎりの中から羅臼町のオリジナルおにぎり「知床朥（おぼろ）いくらおにぎり」を選び、実際に試食する場面もありました。会場では、羅臼昆布のうま味といくらの豊かな味わいについてコメントが寄せられ、テレビ等のメディアを通じて羅臼町の食材の魅力を全国に印象づける機会となりました。

おにぎりは、子どもから高齢者まで幅広い世代に親しまれている日本の伝統的な食文化です。その具材には、その土地の風土や歴史、産業が反映されています。今回のサミットでは、羅臼町にとっても、自らの地域資源を改めて見つめ直し、外へ向けて発信する意義を再確認する機会となりました。

羅臼昆布やいくらなど、私たちにとって身近な海の幸は、全国に誇れる大切な資源です。しかし、その価値は外へ発信してこそ広く認識されます。人口減少や担い手不足など、地域を取り巻く環境が変化する中で、地域資源の魅力を積極的に伝えていくことは、将来的な産業振興や関係人口の拡大にもつながる重要な取り組みです。今回の参加は、その一環として位置づけられるものです。

今後も町では、食や自然、産業の魅力を活かした情報発信に取り組んでまいります。町民の皆さまにおかれましても、改めて羅臼の食の価値を感じていただき、日常の中でその魅力を共有していただければ幸いです。羅臼の海が育む恵みを次の世代へつなげていくため、町として引き続き取り組みを進めてまいります。





2月26日(木)・3月6日(金)

令和7年度 羅臼町児童・生徒表彰受賞

この表彰は、子どもたちの優れた個性や能力を発見し、その成果を表彰することにより、心身ともに健全な児童・生徒を地域ぐるみで育てることを目的として、行っております。

いつも大きな声で元気よく挨拶を行っている若山大翔さん。

羅臼町子ども会リーダー会において中心的な存在として、町内子ども会の先頭に立って活動していた岡聡介さん、斉藤心春さん、富樫作公さん、中谷蒼太郎さん、船水サラさん。それぞれが町民の皆さんに評価され、受賞が決定しました。

受賞者には記念の楯が贈られ、日頃の頑張りや成果を称えました。

受賞された、若山大翔さん、岡聡介さん、斉藤心春さん、富樫作公さん、中谷蒼太郎さん、船水サラさん、おめでとうございます。

【明 朗 賞】 若山 大翔さん (春松小学校3年)

【リーダー賞】 岡 聡介さん、斉藤 心春さん、富樫 作公さん、中谷蒼太郎さん、
船水 サラさん (知床未来中学校3年)



左から、春松小学校長、若山さん、学務課長



左から、船水さん、中谷さん、富樫さん、斉藤さん、岡さん、
知床未来中学校長



2月7日(土)

2026「北方領土の日」 根室管内住民大会并論発表



2月7日(土)の「北方領土の日」にあわせ、根室市で開催された根室管内住民大会并論発表に、管内9名の中学生が参加しました。

羅臼町からは知床未来中学校1年の藤本芽衣紗さんが代表として登壇しました。「進まない交渉、変えるべき意識」と題し、署名活動や全国的なイベント、学校教育への積極的な取り組みを通して、北方領土問題を自分たちの問題として捉え、一人ひとりが関心を持ち行動することの重要性を力強く訴えました。

未来を担う世代の真剣な思いは、会場に深い感銘を与えるとともに、北方領土問題の早期解決に向け、継続して取り組んでいくことの大切さを改めて感じさせる発表となりました。



2月15日(日)

第20回オジロまつり開催

羅臼小学校グラウンド特設会場において「第20回らうすオジロまつり」が開催されました。

会場には、羅臼町商工会青年部の皆さんが制作した迫力あるシャチの雪像や、大きな氷の滑り台が設置され、子どもたちの元気な歓声が絶えず響いていました。

また、商工会女性部による飲食物の販売のほか、お菓子まきやビンゴ大会も行われ、多くの親子連れでにぎわいを見せました。

寒い中、準備や運営に携わってくださった関係者の皆さま、本当にありがとうございました。



2月16日(月)

「高校生一日議会」 ～羅臼高校生が町政を学ぶ



羅臼町役場議場において、羅臼高校生による「一日議会」が開催されました。

当日は、生徒の皆さんが議員の立場となり、人口減少や高齢化対策、観光振興、特産品のPR、子育て・教育環境の充実など、町の将来に関わる課題について質問や提案を行いました。町長をはじめ担当課長が答弁し、議場は実際の議会さながらの真剣な雰囲気になりました。

若い世代の率直な意見やふるさとを思う姿勢に触れ、町の将来をともに考える貴重な機会となりました。





3月25日(水)

デジタルサイネージが設置されました！

町では、季節ごとの観光PR動画の配信や、観光船の運航状況、旬の特産品、イベント情報などの多様な最新情報をお届けするため、道の駅「知床・らうす」と役場庁舎内にデジタルサイネージを設置しました。

道の駅「知床・らうす」には、パノラマで見ることができるマップや、見やすく工夫した画面デザインなどにより、楽しみながら町の情報を知っていただける、タッチ式のデジタルサイネージも設置し、さらに、多言語表示に対応することで、海外から訪れる皆さんにも安心して利用していただける環境を整えました。

羅臼町に訪れる国内の観光客及びインバウンドの方々が町内を巡るきっかけづくりとなり、地域での消費拡大にも繋がることを期待しています。

また、デジタルサイネージの画面において、町や知床羅臼町観光協会のSNSと連携し、町の魅力を広く発信するとともに、ふるさと納税のPRにも繋げていきます。

災害が発生した際には、気象庁や町からの緊急情報、避難所情報などを画面に速やかに表示し、道の駅を利用される皆さんの安全確保にも役立てます。

これからも、町民の皆さんをはじめ、町を訪れる多くの方にとって便利で安心できる環境づくりに努めてまいります。



TAXコラム

(税務担当通信)

納税は、お済みですか？

令和7年度の各町税(第1期～第4期)及び国保税(第1期～第9期)の納期限が過ぎました。まだ完納されていない方は、遅れた日数に応じて延滞金が加算される場合がありますので、早急に納税してください。

釧路・根室広域地方税滞納整理機構への移管について

町税及び国保税を滞納している方の中で、「納税誓約を守らない」「納税折衝に応じない」「督促や催告を無視する」など悪質な方等について、「釧路・根室広域地方税滞納整理機構」に滞納分の徴収を移管する準備をしております。

税の公平性を保つために

滞納整理機構への移管も含め、町独自でも、預貯金や給与、生命保険等の差押えを行い、税の公平性や町の財源を確保するよう努めております。

納税相談の実施

やむを得ない事情により、納めることが困難な方は、早急に納税相談をしてください。

【3・4月の休日・夜間窓口】

- 〈休日窓口〉 4月26日(日) 午前9時から午後3時まで
- 〈夜間窓口〉 3月30日(月)、4月30日(木) 午後7時まで

【お問合せ先：町民環境課 税務担当 Tel.87-2113】



羅臼町 ゼロカーボン通信

vol.16

ゼロカーボンシティ(脱炭素社会)の実現に向けて、身近なところから考えてみましょう。

「ゼロカーボン×3R」 —ごみを減らして、CO2も減らそう!—

1. リデュース (Reduce) ～ごみを出さない工夫～

例えば!

- ・マイバック・マイボトルを使う
- ・使い捨ての商品を減らし、詰め替えできる商品を選ぶ

2. リユース (Reuse) ～くり返す使う～

例えば!

- ・ビンや容器を再利用する
- ・服や物を長く大切に使う

3. リサイクル (Recycle) ～分別して資源に～

例えば!

- ・缶・ビン・紙・ペットボトルなどは分別する
- ・回収ルールを守る



【羅臼町HP】各推進目標の詳しい内容については、羅臼町のホームページをご覧ください。
<https://www.rausu-town.jp/pages/view/307>

札幌・東京らうす会 **会員募集!**

「札幌らうす会」「東京らうす会」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の方で構成される、生まれ育った羅臼を応援したい、羅臼の方々と交流を図りたいとの思いから、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。

近年は会員不足に悩まされており、事業の実施が難しくなっています。

皆様のご家族やご友人で札幌・東京近郊にお住まいの方がいらっしゃいましたら、ぜひ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、両会と連携する地域の組織として、「故郷らうす協力会」も広報の送付や各会の総会へ参加し交流・情報交換などの活動を行っています。故郷らうす協力会へもぜひご参加いただければと思います。

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）でも受付しておりますので、気兼ねなくご連絡ください。

お問い合わせ先

- 札幌らうす会事務局
sapporo_rausukai@yahoo.co.jp
- 東京らうす会事務局
rausu@tokyo-rausu.jp
- 故郷らうす協力会事務局
産業創生課 TEL:0153-87-2126

協会けんぽ北海道支部からのお知らせ

令和8年度の 保険料率改定について

令和8年3月分（4月納付分）から健康保険料率は10.28%（マイナス0.03%ポイント）、介護保険料率は1.62%（プラス0.03%ポイント）となります。

また、令和8年4月分（5月納付分）より始まる子ども・子育て支援率は0.23%となります。

各都道府県の健康保険率は、地域の医療費等に基づいて算出されます。医療費上昇を抑えるため、下記取組へのご協力をお願いいたします。

《皆さまにお願いしたいこと》

- 協会けんぽの生活習慣病予防検診・特定保健指導（健康サポート）を受けていただくこと
- 特定保健指導（健康サポート）を受けた方は、プログラムに最後まで取り組むとともに、必要に応じて医療機関を受信していただくこと
- ジェネリック医薬品の使用促進をはじめとする上手な医療のかかり方を実践いただくこと
- 企業を挙げて健康づくりに取り組んでいただくこと（健康事業所宣言）

お問合せ先

全国健康保険協会（協会けんぽ）
北海道支部 011-726-0352（代表）

YOSAKOIソーラン祭りの 市民審査員を募集します

- 活動日程 6月13日(土) 9:30~19:00、
6月14日(日) 9:30~21:00
の中で、どこかの3~4時間を目安としています。
- 活動場所 札幌市中央区（大通公園周辺）
- 活動内容 YOSAKOIソーラン祭りにおける演舞の審査
- 募集期間 4月1日~4月24日
(HPにて募集要綱をご確認ください)

※応募人数が定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。



電柱にカラスの巣を見つけたら

ほくでんネットワークまで ご連絡ください!

春から初夏にむけてカラスの巣作りが盛んになり、市街地では電柱にも巣が作られます。

巣の材料には、ハンガーや針金などの金属が使われることもあり、この金属が電線に触れると停電の原因となる場合があります。

電柱にカラスの巣を見つけたときは、北海道電力ネットワーク(株)までご連絡ください。



☎ 0120-06-0674

(中標津ネットワークセンター)

おくやみ申し上げます



(敬称略)

赤ちゃん誕生



(敬称略)

寄附・寄贈ありがとうございました

【若い世代が主体となった知床羅臼みらいづくりの推進事業】
株式会社合同資源 様

【知床羅臼町の魅力を活かした移住、定住の推進事業】
藤本建設株式会社 様

【羅臼町総合戦略推進事業全般】

山洋建設株式会社

ホフレン農業協同組合連合会中標津支所

(令和8年1月11日～3月10日受付分掲載)

町長室

来訪者たち



冬の漁が始まり、それと同時にここ知床らすに今年もやってくる来訪者たちがいます。海では、タラやスケソ漁が始まり、それを狙ってトドの群れがやってきます。2月のはじめ頃に流氷がやってくるとオオワシやオジロワシがどんどん増え始めます。聞くところによると今年は例年よりも飛来数が多いようです。

やってくるのは、鳥や動物たちだけではなくありません。双眼鏡やカメラを持ったバードウォッチングを楽しむ方たちが、国内外から訪れます。バードウォッチングの盛んなヨーロッパや台湾からの来訪者に羅臼の魅力を聞くと、こんなにすごい場所は世界中探してもここだけだ！と言われます。

資源を求め集まる野生動物たちの楽園である知床の大自然を守っていくことが、羅臼町の未来を築いていくことになると感じかされますね。

人の動き

令和8年2月末現在 ()内は令和8年1月末対比

人口 4,146人 (- 3) 男 2,100人 (- 1)
世帯 2,002世帯 (- 4) 女 2,046人 (- 2)

◆表紙：羅臼高校卒業生

みなさんの笑顔がとても素敵ですね。

「卒業」は少し寂しく感じますが、その先にはたくさんの「出会い」が待っています。

それぞれの道で多くの人と出会い、さまざまな経験を重ねながら、自分らしい未来を築いてください。

卒業生の皆さんの輝かしい未来が、これからも笑顔に満ちた未来でありますように。

羅臼町民憲章

(昭和45年9月15日制定公示)

わたしたちは、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。



世界自然遺産のまち・知床羅臼町



■広報らうす 令和8年3月号

編集／羅臼町 企画財政課 企画財政係
〒086-1892 目梨郡羅臼町栄町100番地83
☎0153-87-2114
<https://www.rausu-town.jp>