



3年ぶりにイベントづくしの夏

～みなとピアガーデン・北海島まつり・利尻島一周ふれあいサイクリングより～

◆記事一覧

- P2 ● 明日を拓くコンサート2022in利尻島
 - 交通事故死ゼロ2,000日達成！
- P3 ● きた・北海道DMOを設立しました！
 - 利尻富士町で「離島振興に関する現地懇談会」を開催
- P4 ● 門間奈月先生による水中運動教室
- P5 ● 保健師だより
- P6 ● Enjoy English!
 - エスポラーダ北海道によるフットサル出前授業
- P7 ● わがまちタイムスりっぷ／地域おこし協力隊通信Vol.12
- P8 ● ベイビートーク／戸籍の窓口 他

令和4年

9月号

No.254

広報

いしし富士

明日を拓くコンサート2022in利尻島

利尻富士町観光大使 半崎美子さんによる【明日を拓くコンサート】が8月6日(土)総合交流促進施設りぷらにて開催されました。半崎さんのコンサートは、令和2年に開催された開町140年記念コンサート以来となる2年ぶりの開催となりました。

コンサートは全参加者無料で、島民の他、半崎さんのファンクラブ「ハンザキスト」の皆さんも全国から43名お越しになるなど、多くの参加者で半崎さんを出迎え、「ふるさと利尻島」をはじめとした全13曲の熱唱を間近で聴き、感動されておりました。

コンサート中はコロナ対策の一環として、声援等は禁止としつつも、参加者へ用意されたオリジナルフラッグを半崎さんと一緒に振り、会場がひとつになるなど、終始やわらかな雰囲気なかでコンサートは開かれました。



フラッグを手に歌唱する半崎さん



短冊を飾った柳の木

また、会場では、次の日が【七夕】ということもあり、柳の木が飾られ、半崎さんへのメッセージが書かれた短冊が飾れるなど、手作りの装飾で会場は彩られ、ハンザキストの皆様も、コンサートも利尻島も最高に楽しかったなど多くのメッセージが寄せられ、大変満足していただけたようでした。

今後も、半崎大使のご活躍の様子など発信して参りますので、多くの皆様のご声援を引き続きよろしくお願い致します。

※ちなみに【七夕】は、笹の葉に短冊をつるすのが一般的ですが、北海道では柳の木が使われることが多いようです。七夕も7月7日が一般的です。

交通事故死ゼロ2,000日達成!

~目指せ!
交通事故死ゼロ2,500日~

9月1日、町内における交通事故死ゼロ連続記録が2,000日を達成いたしました。達成を記念し、9月3日に総合交流促進施設りぷらにて、「利尻富士町交通安全大会」を実施し、北海道宗谷総合振興局長や稚内警察署長など約50名が出席されました。大会では、表彰状・感謝状の伝達のほか、尾形交通安全協会会長より「交通安全宣言」として以下の4つについて宣言されました。



- ① 交通ルールを守り、常に思いやりとゆすり合いの心を持ち、交通事故防止を図る。
- ② 高齢者をはじめとする交通弱者の安全を確保する。
- ③ 全ての座席でのシートベルトやチャイルドシートの正しい着用を徹底する。
- ④ 「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」という意識を徹底し、飲酒運転の根絶に努める。

上記のことを、みなさん一人一人意識して、交通事故死ゼロ2,500日、3,000日と継続できるように地域全体で交通事故防止に努めましょう!!

またこの大会に併せて、りぷら駐車場で「白バイのデモンストレーション」、「パトカー乗車体験」等実施し、旧ホテルソレイユ前では「ちびっ子警察官による特別街頭啓発」を実施いたしました。



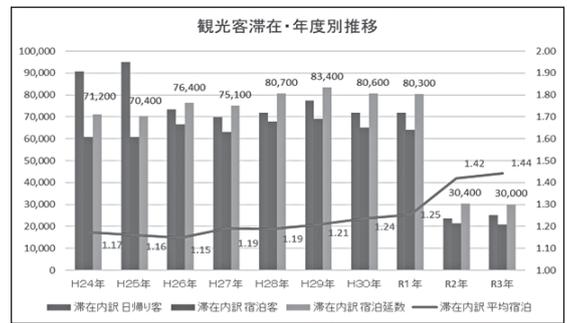
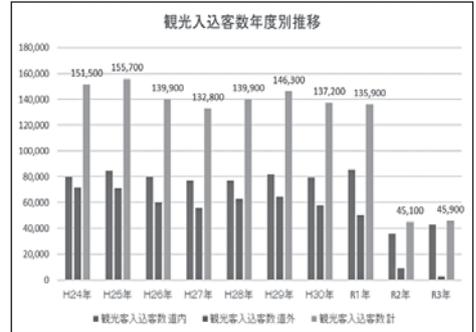
～「何度でも訪れたい観光地」を目指して～

きた・北海道DMOを設立しました!

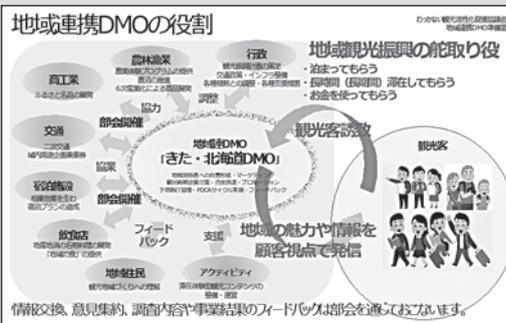
利尻富士町の基幹産業は水産業と観光業ですが、本町の観光客入込数は、平成15年の約27万人をピークに減少し続け、平成27年には13.2万人まで減少しております。

そこで、本町では平成27年に「利尻富士町まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、本町の魅力を発信し新しい人の流れをつくるべく、自然観察や歴史文化・産業の体験、離島交流、島で遊ぶなどを主目的とした「体験・滞在型観光」を推進することで、旅行のターゲットを若者にまで広げ「何度でも訪れたい利尻島づくり」を目指しています。また、同時に本町へ訪れる観光客は「利尻礼文サロベツ国立公園」の稚内市や礼文島なども周遊することから、稚内市と利礼3町が連携し、行政区域の垣根を超えて地域の観光課題の解消や観光資源の磨き上げを行う舵取り役として、地域連携DMOの組織づくりを進めておりましたが、令和4年3月に、「きた・北海道DMO」として観光庁から正式に候補法人の認定を受けました。

きた・北海道DMOでは、今後「五感を癒す感動体験」をコンセプトとして、マーケティングやプロモーション活動を進めることとしており、北宗谷地域そして利尻島に多くの観光客が訪れ、そして地域での観光消費額を伸ばすことを最大の目標に掲げ活動していくこととしております。



「DMO (観光地域づくり法人) ってなに?」



「DMO」とは、Destination Management Organization (Destiny Management Organization) の頭文字の略称で、観光物件、自然、食、芸術・芸能、風習、風俗など当該地域にある観光資源に精通し、地域と協同して「観光地域づくりを行う法人」のことをいいます。

DMO (観光地域づくり法人) の役割は、地域の「稼ぐ力」を引き出すとともに地域への誇りと愛着を醸成する「観光地経営」の視点に立った観光地域づくりの舵取り役として、多様な関係者と協働しながら、明確なコンセプトに基づいた観光地域づくりを実現するための戦略を策定し、かつ着実に実施するための調整機能を備えた法人のことです。

利尻富士町で「離島振興に関する現地懇談会」を開催

8月29日に、本町を会場として、道内離島6町長による「離島振興に関する現地懇談会」が開催されました。

北海道離島振興協議会が主催するもので、平成30年度の厚岸町をスタートに令和元年度は奥尻町で開催していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により令和2年度、3年度はあえなく中止となり、今回第3回目は3年ぶりの開催となりました。

会議は北海道総合政策部も加え、田村町長から「利尻富士町の概要」について説明があり、その後「利尻島の漁業遺産群と生活文化」や「離島振興法の改正」などについて意見を交わしました。

翌30日には島内視察を行い、2日の日程は盛会裡に終わりました。



門間奈月先生による水中運動教室

門間先生は稚内出身で、北海道女子短期大学（現在の北翔大学短期大学部）の保健体育科を卒業後、稚内市の体育施設「水夢館」のスポーツインストラクターとして勤務する傍ら、利尻富士町へも足を運んでくださり、温泉プール「湯泳館」の開業当時から水中運動教室やアクアビクス教室等、様々な教室の実施の他、2014年には利尻富士町健康体操をプロデュース。現在は独立し、宗谷管内各地で運動指導員として活躍しています。



利尻富士町とも関わりの深い門間さんにお越しいただき、

温泉プール「湯泳館」にて、月に1～2回、1時間程度の水中運動教室を開催しています。

教室では、身体全体をバランス良く使い、姿勢改善や健康体力づくりの運動や、ビート板やアクアポール等の運動器具を使用した運動の他、水の抵抗を使ってゆっくりウォーキングをする等、一人一人の体調に合わせた運動を行っています。

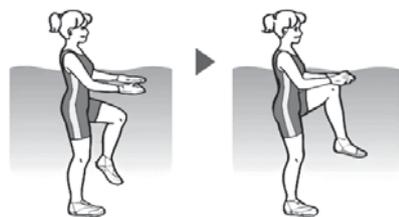
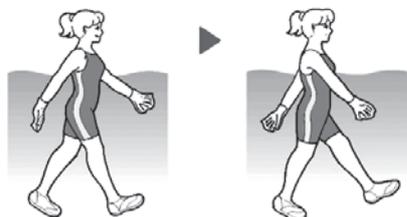
これからの時期、外に出る機会も減り、運動不足になりやすくなりますので、ぜひ利尻富士温泉プール「湯泳館」に足を運んでいただき、水中運動教室に参加しませんか。

水中運動教室の予定は毎月の「お知らせりしり富士」もしくは利尻富士温泉保養施設に設置の利用スケジュールをご確認ください。多くの皆さまのご利用お待ちしております。

腰痛、膝痛に効く水中運動を実践してみよう!

①水中ウォーキング

ゆっくりでOK! 膝を引き上げ、大股でしっかりかかとから足をつくことを意識して歩いてください。水の抵抗により腰が反りやすくなるため、お腹に力を入れて歩くことで腰への負担がかかりづらくなります。さらに腕を大きく前後に振って歩くことで上半身にも効果があります。後ろ歩きや横歩きも実践してみよう!



②ひざ抱え歩き

背筋を伸ばし、膝を水面まであげるように大きく動かしましょう。両手で片ひざを抱えこみ下ろす、逆側のひざを抱え込み下ろす、を繰り返して前進しましょう! 水中ウォーキングと同様に腹筋に力を入れることで腰への負担が軽減されます。

③アクアミットやハイドロトーンを使ってみよう!

上記の運動を水中運動器具を着用して実践してみよう!

水かきのような形をしたアクアミットは、着用することで水に接する面が広くなり、手のひら全体で水をしっかり押すことができます。そのため、水の中では不安定になりがちな姿勢でも、バランスを崩すことなく、効果的な姿勢を保つことができます。

ハイドロトーンは足に装着しウォーキング等をするることによって水の抵抗を高め、腰痛や姿勢改善等に効果があります!



水中では浮力があり、陸上よりも足腰に負担がかからないので、足腰のリハビリに最適です。膝の痛みがある人も無理なく行うことができます。ゆっくりと歩くことで、筋力を取り戻すことができるので、ぜひ実践してみてください!

保健師だより

総合保健福祉センター ☎82-2320



胃の検査(胃がん検診)を受けていますか?



胃がんは日本人にとっても多いがんで、1998年に肺がんに追い抜かれるまでがん部位別死因のトップでした。現在は**部位別死因の3位**で、罹患数は大腸がんに次いで**2番目**に多いがんです。

Data

胃がんで亡くなる人の数は?



2020年胃がん死亡数(男女別)

Data

胃がんになった人の数は?

順位	部位	人数
1位	大腸	152,254人
2位	胃	126,008人
3位	肺	122,823人

2018年部位別がん罹患数



厚生労働省「全国がん登録」
出典：厚生労働省「2020年人口動態統計(確定数)」

利尻富士町のがん部位死因率のトップは肺がんで、**2番目に多いがんは胃がん**です。また、胃がん検診受診率は**8%**と、とても低いです。

利尻富士町で実施している胃がん検診は、胃レントゲン検査(バリウム検査)のため、「味が嫌い」「検査後の便秘が辛い」「気持ち悪い」などの声をたくさん聞きます。最近では味や量が工夫され飲みやすくなっています。胃がんは検査で見つかる可能性の高いがんです。今後も生活を安心して過ごすために2年に1回は胃がん検診を受けてみませんか。

また、令和4年度より、胃レントゲン検査(バリウム検査)で、**ピロリ胃炎**を診断することができるようになりました。

(慢性胃炎または慢性胃炎疑いと診断された場合、ピロリ菌感染症に罹患している可能性が高いです。)

《胃がんの原因》

- 多量の塩分
- 喫煙
- 多量の飲酒
- ヘリコバクターピロリ菌※



※ヘリコバクターピロリ菌とは

ピロリ菌は胃にとりついて炎症を起こす細菌です。50歳以上の方は約70%以上の方がピロリ菌に感染しているとされています。(昔は井戸水や生活用水、親から食べ物を口移しされていたことが感染の原因ともいわれています。)

免疫力の低い幼児期(5~6歳以下)に感染します。そのため、ピロリ菌に感染している大人から小さいお子さんへの口移しなどは感染させる危険があります。幼児期に感染すると大人になるころに「慢性胃炎」になる可能性がとても高いです。お子さん、お孫さんのためにも、胃レントゲン検査を受けていただきたいです。



利尻富士町の胃がん検診は **1,000円**です!

- | | | |
|----------|-------------------|------------------|
| 〈通常検査料金〉 | ○胃内視鏡検査(胃カメラ) | 15,000~20,000円程度 |
| | ○胃レントゲン検査(バリウム検査) | 5,000~15,000円程度 |



Enjoy English!

Hello everyone!

It's me, Lee, the Rishirifuji Town ALT for the past six years. I came to Rishiri Island in 2016. Since that time, I worked with the students of Rishirifuji. I taught the students. I helped the students. I learned with the students. It was always very fun. I did not have the chance to talk with the adults of Rishirifuji very often.

That is unfortunate. I hope both students and adults in Rishirifuji can talk to and help the new ALT, Mr. Jesse Wood. Winter on Rishiri Island may be cold, but please show him Rishiri Island's warmth. Thank you for the past six years.



新ALTのウッド先生(左)とリー先生(右)

皆さん、こんにちは！利尻富士町ALTを6年間務めさせていただいた、コル・リーです。私は2016年に利尻島に来ました。それ以来、利尻富士町の生徒達と一緒に色々なことを学びました。私は生徒に教えたり、手伝ったりしました。生徒と学ぶことも沢山ありました。いつもとても楽しかったです。利尻富士町の大人たちと話す機会はなかなかありませんでした。それが残念です。利尻富士町の生徒も大人も、新しいALTのジェシー・ウッドさんと話し、助けてくれることを願っています。利尻島の冬は寒いけど、利尻島の温かさをウッドさんに見せてあげてください。6年間ありがとうございました。



Jesse Allen Wood- 24 years old.

1. Hometown – Seminole, Oklahoma, USA
2. Hobbies and Skills – running, watching sports, reading books, studying Japanese
3. Aspirations – I come from a small town similar to Rishirifuji. It is hard to realize how big the world is while growing up in a small town. I hope to inspire my students to go out into the world because there is so much to explore. It is my passion to work with young students. I am looking forward to learning more about the local community and sharing some of my culture as well.

ジェシー・アレン・ウッド 24歳

1. 出身地…アメリカ オクラホマ州 セミノール
2. 趣味・特技…ランニング スポーツ観戦 読書 日本語を勉強すること
3. 抱負…私は利尻富士町のような小さい町の出身です。小さい町で育ったので、世界の大きさは分かりにくいと思いますが、私のように小さい町で生まれても、海外にいたり、外国語を学んだりできるので、利尻富士町の子供達もできると思います。子供達はそれを信じてほしいです。子供達を指導し、教育することが大好きです。町民の皆さんと会うのが楽しみです。島の文化を全部知りたいです。町の中で私を見かけたら、ぜひ声をかけてください！よろしくお願いします。

エスポラーダ北海道によるフットサル出前授業

7月19日(火)、鶯泊小学校へ北海道のフットサルのプロチームである、「一般社団法人エスポラーダ北海道」から吉田順省(よしだじゅんせい)さんが来校し、体育の出前授業をして下さいました。

鶯泊小学校2・3年生20名、利尻小学校1～4年生18名、総勢38名がプロの直接指導のもと、ドリブル、シュート、ゲーム等を行い、吉田さんの巧みな技と楽しいトークで、終始笑いの絶えない楽しい授業となりました。



わがまち
タイムスりっぷ

連載⑤⑧ だいたくじ しょうろうどう
大澤寺の鐘楼堂

鬼脇にある大澤寺は、利尻島で最初に創建された曹洞宗の寺院で、1880（明治13）年に渡島した広澤覚道による布教がそのはじまりです。境内には、だいちみ ほまる第吉美保丸遭難碑やばとうかんぜおん馬頭観世音などの供養碑、ごうしん庚申碑、句碑など各種石碑が建てられています。

網島貞助や遠藤源蔵らの請願により、1895（明治28）年に建立された鐘楼堂は、島内で最も古い建築物とみられ、町の有形文化財に指定されています。残念ながら、鐘は戦時中の供出により失われていますが、大正時代にした信田延之助（当時、鷺泊小の校長）により編纂された「利尻島誌」には、1831（天保2）年に漁場の請負人であったそうばんにん平（マタジウ）藤野家の惣番人によって奉納されたと記されています。

お堂は、長年の経年劣化による傷みが激しかったため、今年の6月、護持会の申し出により補修が行われ、町としてもバックアップをしています。ご覧になったことがない方はぜひ一度、訪れてみてはいかがでしょうか。

（教育委員会 山谷：電話82-1370）



地域おこし協力隊通信 vol.12



今回は移住定住コーディネーターの梅村隊員について活動報告をさせていただきます。

協力隊の梅村です。2020年から活動し、残すところ任期もあと1年ほどとなりました。主に移住・定住担当として活動していて、町で行っている移住体験・ワーケーションの受入対応や移住相談の対応、移住ポータルサイトやSNSの運営などを行っています。個人では、観光の方向けに「ホッケのかまぼこ作り体験」というのも始めました。かまぼこは島に来て美味しさに驚いたものの一つで、島外からいらっしゃる方も同じように「美味しい！」と驚いてくれることが嬉しいです。最近では、テレビや新聞などで活動について取り上げていただくことも増え、嬉しいような恥ずかしいような気持ちです。



ホッケのかまぼこ

今年は協力隊になって初めての夏のイベントも開催され、私もスタッフとして参加することができました。島の夏は短いですが、活気があって、参加しているみなさんが楽しんでいるのを見て、やっぱり利尻島は素敵な場所だなあと感じます。

協力隊卒業後も島に残る予定で、島での旅行業の開業を目標にしています。大手代理店のツアーだけでなく、島にいる人が作るツアーを企画することで島の生活をじっくり感じられるような旅行商品を作れたらと思います。

その他にも、島内の方が島外に出かけるご旅行や、学生向けのスタディツアーなども企画してみたいなと思っていて、ますますやりたいことが増えています。少しずつ、自分のできることを増やして行って、利尻島が盛り上がるためのお手伝いがこれからもできれば嬉しいです。

ベビートーク



3人の元気な赤ちゃんを紹介するよ!



くほ そうすけ 久保颯介くん

R4. 6. 21 生

【両親】京介・百合絵
【住所】鬼脇2

初めまして♪そうすけです！
僕は筋トレパパの腕の中では寝心地悪く眠れません。会う人達に『すっしりしてるねー』とよく言われるよ！笑
パパとママの愛情と利尻島の新鮮な空気をたくさん吸ってさらに大きくなります★見かけた時は沢山声をかけてください！



さとう えいた 佐藤瑛太くん

R4. 7. 7 生

【両親】英也・瑠菜
【住所】栄町1

はじめまして！佐藤家の長男の瑛太です！
僕には僕のことが大好きなお姉ちゃんが居て、毎日「可愛いねえ」って言いながらちゅーしてくれるんだ！
4人と1匹になった佐藤家をどうぞよろしくお願いします！



かとう のの 加藤希音ちゃん

R4. 7. 21 生

【両親】享・美玖
【住所】栄町2

音楽は人生を豊かにすると思います。両親とも音楽好きではありますが、父親の音感リズム感のなさは絶望的です。そこで、娘に豊かな人生を送るための音感がつくよう希望を込めて、「希音」と名付けました。同じ誕生日の有名人には、岩崎恭子さん、藤川球児さん、紀平梨花さん、オコエ瑠偉さん、船越英一郎さんなどがいます。スポーツとサスペンスの匂いが若干濃いですが、めげずに音の才能を願うばかりです。

戸

窓

籍

★お誕生おめでとうございます★

保護者	続柄	氏名	月日	住所
久保 京介・百合絵 様	長男	颯介（そうすけ）くん	R4.6.21	鬼脇2
佐藤 英也・瑠菜 様	長男	瑛太（えいた）くん	R4.7.7	栄町1
加藤 享・美玖 様	長女	希音（のの）ちゃん	R4.7.21	栄町2

◆お悔やみ申しあげます◆

氏名	月日	年齢	住所	氏名	月日	年齢	住所
綾女 静雄 様	R4.5.9	79歳	栄町2	高橋タイ子 様	R4.6.23	81歳	湾内
蛸島 徹 様	R4.5	69歳	鬼脇2	平田 茂 様	R4.6.26	71歳	本町
木下 慶子 様	R4.6.6	86歳	富士岬	山本 和昭 様	R4.7.8	70歳	鬼脇1
南 三郎 様	R4.6.10	93歳	大磯	澤田 キエ 様	R4.7.10	96歳	野中
綾女 シヅ 様	R4.6.18	92歳	栄町2				

編集後記

9月に入りだんだん日の入りが早くなって、秋がそこまでやってきているなと感じるようになりました。
さて、6月の利尻島一周悠遊覧人Gに続いて、表紙のとおりみなとピアガーデン、北海島まつり、利尻島一周ふれあいサイクリングと3年ぶりに開催された行事も多くあり、徐々にではありますが利尻富士町にも活気が戻ってきたように感じております。
また、9月1日をもって無事交通事故死ゼロ2,000日が達成されました。2,000日を達成するのは平成23年1月以来と約9年ぶりの記録になります。町民の皆様にはより一層の交通安全対策をしていただき次の2,500日達成に向けて改めてご協力いただきますようお願い致します。

人口のうごき (令和4年8月31日現在)

	男	女	計	世帯
鴛泊	785	812	1,597	823
鬼脇	329	353	682	410
合計	1,114	1,165	2,279	1,233