

JUST NOW

<https://www.shinkin.co.jp/wakashin/>

稚内しんきんの情報は、ホームページでも詳しくお伝えしております。
また、本誌ジャスト・ナウでは皆さまからのお便りをお待ちしております。
身近な話題、取り上げてほしい題材など、お葉書・FAXでもお気軽にお寄せください。

ご自由にお持ち帰りください

《特集》稚内しんきんカレンダー連動企画 宗谷の歴史と浪漫

宗谷本線と稚泊航路、ソーヤの語源/弁天島、宗谷丘陵など(稚内市)

稚内市立潮見が丘中学校 教諭 道心 博生さん(稚内市)

調剤薬局(有)えびすファーマシー 代表取締役 薬剤師 内田 正洋さん(稚内市)

地元素材を活かした、まち唯一のパン屋さん RENNE(レンヌ)(幌延町)

音楽でまちを盛り上げるヴォーカルグループ じゃね〜るず/たーちんさん(遠別町)

奇跡の湯、豊富温泉にオープン! すずパンCafeの「焼き菓子」(豊富町)

大正11年、宗谷線全線開通

旭川から名寄を経て稚内を結ぶ現JR北海道の宗谷本線。全長259.4kmの鉄路は、地方交通線としては日本最長

宗谷丘陵から望む樺太

平成16年(2004)北海道遺産に指定された日本最大級の周氷河地形、宗谷丘陵 ※樺太は現ロシアが実効支配しているサハリンのこと

宗谷の歴史と浪漫

Soya, Wakkanai History & Roman



稚内市教育委員会学芸員 齊藤謙一さん

浪史と浪漫

未来につながる夢や希望は、私たちの足元、すなわち、この地域の歴史、風土、文化の中にあるのではないのでしょうか。しかし、あまりにも見慣れてしまっているため、その風景の中に、とてつもない浪漫が眠っていることを、案外、私たちは見過ごしているのかも知れません。もう一度、このマチ、この地域の歴史を見直してみませんか。そこにはきっと、未来につなげたい夢や希望が横たわっているに違いありません。今回は「宗谷」をテーマに探検を始めましょう。

写真にも驚くほど無数のトドが映っている。

アイヌの神・ポノサマイフルとトドの戦いなど数々の伝承が残る島でもある。海鳥が棲息し、周辺は昆布やウニの産地となっているが、漁師の天敵(害獣)トド、がいることでも有名。

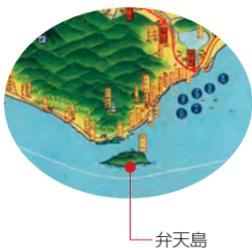
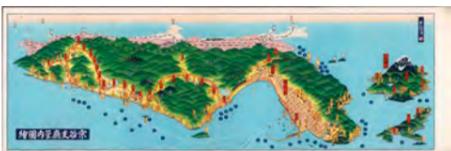


北緯45度31分35秒、東経141度55分9秒 日本最北の島、弁天島

弁天島
この島がソーヤの語源だった。

日本最北端はどこかと言えば、宗谷岬に建つ「日本最北端の地の碑」を思い浮かべる人がほとんどだと思います。しかし、実は宗谷岬の北西約1.2 km沖に位置する無人島の「弁天島」なのです。礼文島の海驢島(別名トド島)よりも北に位置していることは、地図の緯度を見ると明らかです。

その弁天島には昔、弁財天を祀る祠があり、アイヌの人々がイナウ(神であるカムイや先祖の霊と人間の間を取り持つ供物)を捧げていたことが島の名の由来である、と松浦武四郎の著書『再航蝦夷日誌』(1850(嘉永3)年)で示されています。ちなみに同著ではあくまでも「ソウヤ岩」の別称として補足的に紹介されていて、他の古い図書や地図などでは「ソーヤシユマ」「ソヤ」「シヨヤ」などと表記されることもあり、まさにこの弁天島こそがソーヤの語源だったので。



1935(昭和10)年発行の「北海道宗谷市庁管内図絵」には弁天島が強調して大きく載っており、よく見ると頂上に神社の鳥居のようなものが描かれている。 出典:北方資料デジタルライブラリー(北海道立図書館)

ソーヤは、アイヌ語では「岩礁の多い海岸」という意味で、弁天島のそばには平島、さらに海中から顔を出す岩が点々と続き、それが天然の防波堤を成していたため、丸木舟以外にも大きな弁財船も入港でき、昔から北の中心地として栄えていました。

稚内副港市場の2階・稚内市樺太記念館で、稚内市教育委員会の学芸員・齊藤謙一さんにも宗谷の語源を確認したところ「北海道蝦夷語地名解」(永田方正著書・国書刊行会)と『北海道の地名』(山田秀三著書・北海道新聞社)の二冊をご紹介いただき、

該当頁には「ソーヤはサンナイの海中にある岩嶼の名にして…」と書かれてありました。

弁天島、および対岸のソーヤは、現在稚内と呼ばれ、稚内川が流れる丘には、かつてアイヌコタン(宗谷アイヌの集落)があり、古くから豊かな産物とともに人々の生活があったことが分かっています。海岸線依いに巨大なマーケットが存在していたことを想像してみると、この地域のシンボルである弁天島に、智慧と富を与える財宝神の象徴として弁財天が祀られたことにも納得がいきます。

また、齊藤さんのお話では、現在の宗谷の中心地は稚内市役所宗谷支所周辺であり、古くは「ウエントマリ」と呼ばれていたとのこと。暗礁が多く当時のアイヌの人々には好まれなかった反面、海底は平で風波も穏やかであったため、1685(貞享2)年に松前藩により宗谷場所が開設されると、ソーヤは手狭になってしまい、よ

り広いウエントマリに交易拠点を移すことになり、それを契機としてソーヤと改名し今日に至っているようです。



ることはありません。けれど稚内の無人島一つとってみても、このようなストーリーが秘められていることに、マチの潜在能力と可能性、そして遅さを感じずにはいられません。

稚内しんきんカレンダー運動企画



面白いことに、松浦武四郎は蝦夷のすぐろくをつくり、十八番目に宗谷が描かれている。「ここに泊りしものは利尻島に渡りて樺太に到り、帰りてエサシに行く事」となっている。

松浦武四郎 著 『蝦夷土産道中双六』 1864(元治元)年 出典:国文学研究資料館 国書データベース 保管:東北大学附属図書館



鮭や昆布をアイヌから買い取る近江商人の様子。

それがかなり危険に富んだ林蔵は、現地に住むギリヤーク人(ニヴフ)からアムール川下流のデレンに清国の役所があると聞かされ、彼らと一緒に海峽を渡り、鎖国中にも関わらず調査を続けました。その記録は『東韃地方紀行』として残され、稚内公園の高台に建つ開基百年記念塔の稚内市北方記念館でその時の様子を見ることが出来ます。

宗谷岬から西へ3 km下がった第2清浜地区では、林蔵が郷里(現在の茨城県つくばみらい市)から持ち込んだとされる花崗岩の墓石が発見されています。加えて、アイヌの人々も林蔵祭を継承していたことなどから、その場所が「問宮林蔵渡樺出港の地」であると伝えられています。まさに死を覚悟しての命がけだったことは想像するに難くありません。

像の林蔵の顔は若々しい反面、穏やかでも静かです。心安らかに落ち着いて、ゆったりとした気持ちでいなければ遠大な境地に到達することなどできない、そう言われているような気がします。

宗谷から二度に渡って 樺太を探検した問宮林蔵

1808(文化5)年、江戸幕府から命を受けた29歳の青年探検家(将軍家の御庭番、隠密とも指摘される)問宮林蔵は、松前藩の松田伝十郎とともに宗谷から樺太へ渡ります。齊藤さんによるとその年は、樺太南端(シラヌシ)から伝十郎は西岸、林蔵は東岸から二手に分かれ、樺太の探索を始めたとのこと。その後、北部の西岸で合流し、そこに「大日本国境」の標柱を建て、翌年宗谷に戻りました。

調査報告書を幕府に提出した林蔵は即座に奥地探索を願い出て、それが許されると、二度目は単身で樺太へ向かいます。そして前回よりさらに北へ北へと進み、黒竜江の河口(アムール川)の対岸に位置するナニヤーまで到達し、樺太が半島ではなく島である事を確認しました。

林蔵の樺太図は長崎に来ていたドイツ人医師シーボルトが1851(嘉永4)年に刊行した『日本陸海図帖』に載り、世界地図にただ一人日本人の名を残すこととなりました。これによって、それまで樺太が半島なのか、それとも島なのか不明だったため世界地図では唯一(南極・北極除く)空白地帯になっていましたが、最後のピースを埋める偉業を成し遂げました。

また、齊藤さんのお話では、林蔵は蝦夷全土(海岸部)を測量し、伊能忠敬の『大日本沿海輿地全図』の北海道部分を完成(あるいは補完・合作)させました。しかしながら、いつどこで伊能忠敬が林蔵に本格的な測量術を授けたかについてはよく分かっておらず、林蔵の宗谷での足跡も不明で謎めいているとのこと。

宗谷岬に建つ問宮林蔵の立像(作者・彫刻家:峯孝/みね たかし)



林蔵を見つめる 問宮 樺太



豪華版 郷土史
道標は消えず
—ぬまかわ風雪70年—
著者:大橋幸男



大橋さんは「稚内駅・稚泊航路その歴史の変遷」の著者であり、地域の多くの資料や写真も蒐集しています。「稚内駅は現在の南稚内駅のそばで開業しました。私は沼川で生まれ育ったものですから、沼川駅のある天北線にはお世話になりました。終戦時10歳・4年生でしたから、ある程度度はこれは実体験として覚えています。

その南樺太と、連絡船を介し鉄道でいち早くつながったのが「天北線」でした。開業当時は宗谷線と呼ばれ、音威子府から浜頓別・鬼志別経由で稚内（現南稚内駅）まで延伸しました。それが1922（大正11）年のことで、この年をもって稚内の鉄道の歴史は始まります。

大橋さんが郷土史の研究や本の編集・発行に興味を持つようになったきっかけは「九人の乙女はなぜ死んだか：樺太・真岡郵便局電話交換手集団自決の真相」（恒友出版）の著書で知られる川嶋康男さんが手掛けた写真を中心とした地域誌のお手伝いをしたことだそうです。そうして作家から戴いた本も自分の著書も地域の人のために、次代を担う子どもたちのために図書館への寄贈を怠りませんでした。

子どもの頃は軍国少年そのものだったということですが、地域でやがて風化していく戦争の遺構や足跡ほど、実は平和の大切さを語るものはないのかも知れません。歴史を知ることは未来を開く鍵になる。ただノスタルジーに浸ってはいられません。



沼川部落の発展とともに
消防55年のあゆみ
35年以上前の手書作品(限定30部)



宗谷丘陵2004(平成16)年北海道遺産に指定。*樺太は現ロシアが実効支配しているサハリンのこと



宗谷の成り立ち
宗谷丘陵

丘陵の地の利を活かす
宗谷岬牧場



宗谷丘陵には2,000haもの広大な「宗谷岬牧場」がある。宗谷岬和牛と宗谷黒牛を飼育し、放牧期には草原を気ままに闊歩する。いかにも北海道的で牧歌的な風景が漂う。常に潮風によって運ばれてくるミネラルたっぷりの草を食べて育つ牛たちにとって、これほどストレスフリーでベストな環境はないといえる。衛生検査も徹底し、全国でもいち早くトレーサビリティに対応。肉質は最高級グレードを誇り、赤身の濃厚な旨味と、霜降り過ぎないため、脂はじつこくなく甘い。もっとも全国に知られて然るべき牛肉ブランドである。

宗谷丘陵から望む樺太

宗谷岬の南に広がるモコモコとしたマダラ模様に見える宗谷丘陵は、日本最大級の周水河地形。地理学者で東京大学の鈴木秀夫名誉教授により、いまから2万〜1万年前に起こった地球最後の氷河期「ウルム氷期」に形成されたものと確認されました。明治中期までは鬱蒼とした原始林が茂っていましたが、1911（明治44）年に起きた大規模な山火事によって、偶然その美しい姿を露にし一望することが可能な地形となりました。観光開発はされておらず、自然のあるがままの風景は未来永劫守りたいものです。

「樺太を知っていますか？」
知っていると答えた児童・生徒の統計は次の通りでした。
福島県37%、茨城県48%、沖縄県28%、東京都21%。全国平均でも過半数に届かない中、北海道だけは63%と隣接地としての意地を見せています。

宗谷管内や稚内の子どもたちに同じアンケートを行った場合、果たして何%になるでしょうか。長くこの地域で学校教育に携わり、何冊もの郷土史を出版されてきた大橋さんも気になるころだと思えます。
現代の日本とロシアは、樺太と北方領土を巡る問題で意見が対立して

稚内だからこそ
樺太のことは伝え続ける。

少し古い統計になりますが（社）全日本樺太研究会が、2007（平成19）年に全国の小・中学校合わせて840校でアンケートを行いました。質問はこの一問だけ。

未来につなげたい

宗谷の歴史と浪漫

Soya, Wakkanai
History & Roman

郷土史
研究家
元 学校教員
大橋幸男さん



- A. 初代稚内駅(天北線)
現 南稚内駅
現在地より約1km北に位置
宗谷線全通記念寫真貼より
題：稚内停車場背面
1922年(大正11年)開業
- B. 稚内港駅(宗谷本線)
現 稚内駅
1928年(昭和3年)開業
1939年(昭和14年)駅名改称
- C. 樺太 大泊港駅=稚内を結んだ
稚泊連絡船
宗谷丸(稚泊航路)
1923年(大正12年)就航
棧橋駅ができるまでは
舢(はしけ)を利用して乗船
樺太 本斗=稚内の稚斗航路もあった
- D. 稚内棧橋駅(宗谷本線)
北防波堤ドーム内に設置
1938年(昭和13年)開業
当初は駅構内の仮乗降場扱い
終戦と同時にその歴史を閉じる
- E. 旅館 雲井館
住所は宗谷支庁通
大正時代から昭和初期までの
木造建築はどれも素晴らしい
優れた棟梁がいたのだらう
- F. 稚内町浜通十字街
端正で美しい商店街を形成している
道幅にも余裕がある
現 稚内道路事務所付近と思われる

稚内しんきんカレンダー連動企画

稚内市樺太記念館(稚内副港市場2階)には宮沢賢治コーナーも。学芸員 斎藤謙一さんは「文学は専門外」と言うものの賢治についての造詣は深い。



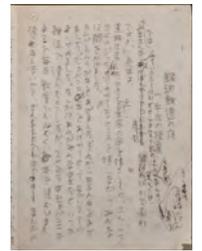
宮沢賢治と樺太旅行
大正11年11月1日、稚内駅(現南稚内駅)が開業し、翌大正12年5月1日には、稚泊航路(稚内⇨大泊港駅)が開設されます。作家・詩人の宮沢賢治は、その3ヵ月後の8月に、夏休みを利用し樺太を目指し来道します。旅の目的は、当時樺太の王子製紙に勤務していた知人を訪ね、教え子(花巻農学校)の就職を依頼すること。そ

れと同時に、昨年暮れに病で失った最愛の妹の魂の行く先を訪ねる傷心の旅だったというのが定説でしょう。
稚内の宗谷岬公園の一角に、宮沢賢治文学語詩「宗谷(二)」の一説を記した文学碑がありますが、「宗谷(二)」宗谷(二)は、賢治が稚内から連絡船の人となり、大泊に至る間に創作したものと考えられています。生前唯一の発行著書となった『心象スケッチ春と修羅』補遺の「宗谷挽歌」には、悲痛なまでに妹を思う賢治の心情が凝縮しているように思います。
一方、「銀河鉄道の夜」には、この時の樺太旅行の経験からインスパイアされたと思われる箇所がいくつか出てきます。賢治は樺太鉄道にも乗り、書き残していませんが当時終点だった栄浜まで行ったのだらうと想像します。銀河鉄道の夜に白鳥の停車場が登場しますが、それは栄浜にある「白鳥湖」から着想を得たのではないかと。
作家の梯久美子さんが『サガレン』の著書で新宮沢賢治論を書かれています。旅好き、鉄道好き、北国好きの人には、特におすすめです。

未来につなげたい **宗谷の歴史と浪漫**
Soya, Wakkanai History & Roman



宮沢賢治
1896(明治29).8.27 - 1933(昭和 8).9.21



『銀河鉄道の夜』原稿精密複製
資料提供 林風舎

はだれに暗く録する
宗谷岬のたぐずみと
北はま蒼にうち唾る
サガレン鳥の東尾や



宮沢賢治の文学碑
揮毫者は東大寺第207世・第208世別当清水公照氏

宗谷の歴史と浪漫

- [参考文献]
稚内市史(稚内市)
稚内市史 第二巻(稚内市史編集室)
稚内百年史(稚内市)
北海道蝦夷地地名解(永田方正 国書刊行会)
北海道の地名(山田秀三 北海道新聞社)
宗谷郷土史 上巻(飯田 勇 宗谷郷土史研究会)
稚内駅・稚泊航路 その歴史の変遷(大橋 幸男) 北海道鉄道百年史(日本国有鉄道北海道総局) サハリン〜鉄道1000キロを行く(日本交通公社) 稚泊航路 宗谷丸篇(同人 サークル名:最北航路) 松浦武四郎蝦夷地紀行(松浦武四郎) 国境の人 間宮林蔵(高橋 大輔 草思社) 春と修羅(宮沢 賢治 日本近代文学館) 宮沢賢治とサハリン(藤原 浩 東洋書店) サガレン(梯久美子 KADOKAWA) Wikipedia

稚内しんきん **2025年カレンダーができました!**

未来につながる夢や希望は、私たちの足元、すなわち、この地域の歴史、風土、文化の中にある——。その“気づき”(再認識)の一助なることを願い新年度のカレンダーを制作しました。初回の歴史テーマは“宗谷編”で、宗谷にまつわるエピソードをダイナミックな写真で表現しています。また、カレンダーに関連したドローンを中心とした動画をご覧いただけるよう二次元コードも掲載していますので、ぜひご覧ください。なお、こちらのカレンダーは当金庫窓口やATMコーナー等に準備しておりますので、ご希望の方はご自由にお持ち帰りください。

■制作スタッフ
Photographer 田島 睦三 (Advertising Studio WORK)
Aerial Photographer 市川 範之
Copywriter 阿野 仁志
印刷/稚内印刷株式会社



宗谷の歴史と浪漫
未来につなげたい Soya, Wakkanai History & Roman

大正11年、宗谷線全線開通

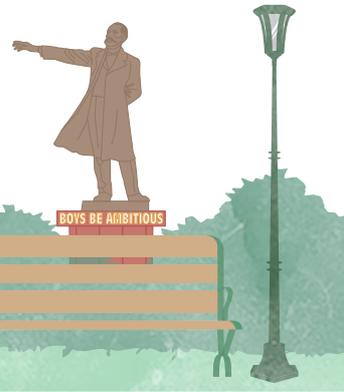
宗谷丘陵から望む樺太

2025

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	2	3																												

北海道の名物先生 & 教育者 3

若者のチャレンジ精神、そして北海道の開拓魂＝
「フロンティアスピリッツ」を示す言葉
「Boys, be ambitious (少年よ、大志を抱け)」。
コート裾をはためかせ、彼方に広がる地平を指差す
クラーク博士の立像は、諸問題を抱えた教育環境にも
永遠に希望を与える道民の師であり続けています。
「志は高く、実践は足元から」。
理想と情熱、そして子どもたちへの愛に溢れる
北海道の優れた教員や指導者をご紹介します。



稚内市立潮見が丘中学校

教諭 **道心 博生**さん

稚内選抜(潮見が丘、東、南)・幌延合同チーム
中学生男子バレーボール部 監督



授業風景(潮見が丘中学校)



中体連で全国大会出場を果たした男子バレーボール部



長男の入学式での記念スナップ。長沼町に設置された私立の「まおい学びのさと小学校」にて。

- 1991(平成3)年5月1日、利尻富士町生まれ(33歳)
- 出身校：北海道教育大学旭川校 ■教員免許：中学校教諭一種免許状(数学)
- 赴任先：杏形中学校(3年間)・利尻中学校(3年間)・稚内市立潮見が丘中学校(5年目)
- 担任・教科・要職：2年1組 数学(2・3年受け持ち) 研究部長
- クラスの目標：ラブ&ピース(愛と平和に溢れた学年に！)
- 教員としての目標：学校生活を、子どもたち(生徒)よりも楽しむ！！
- 家族構成：現在、単身赴任。妻と子ども2人(長男・小学2年生/長女・まもなく2歳)は長沼町在住



学校は、子どもが幸せを見つかる場所であってほしい。

数学教諭を目指したきっかけ

利尻富士町の出身で、両親はともに働いていましたので、ばあちゃんっ子でした。テストで100点を取ると、祖母が喜ぶので、その笑顔が見たくて頑張つて勉強している、そんな子どもでした。人間誰しも突然何かの「きっかけ」が訪れるものですが、利尻高校に通っていたある日の放課後、友だちと一緒に勉強をしていた時のことでした。「この問題分かる？」と聞かれ、たまたま解答の仕方が良かったせいか、「すごく分かりやすいね。ありがとう」と言われ、その時、初めて「人に教えるのって面白いことなんだな」と気づき、教育大学を目指しました。ちなみにその時に教えてあげたのが数学だったため、数学教育を専攻しました。

郷里でスタートした教員生活

卒業後、教員採用試験にも合格し、教育委員会からの通知を今か今かと待っていたところ、かかってきた先の電話番号が、自分がよく知っている市外局番だったため、すぐに「地元だ」と気がつきました。

最初に赴任したのは、利尻町の杏形中学校で、その後、統廃合によって利尻中学校となりました。両校合わせて6年間教鞭

を執りましたが、生徒への向き合い方は上下関係ではなく、対等な立場でつきあえる仲間意識が強かったと思います。部活では卓球を指導し、それこそ朝から晩まで毎日練習に明け暮れ、土日も休まず子どもたちと一緒に汗を流しました。どんなこともそうですが、教員も一体となつて懸命に取り組むと、その姿を見て育つ子どもは間違いなく大きく成長します。ラケットを持ったこともなかった小さな島の10人にも満たない部員は「全道へ行くぞ！」の目標を掲げ、たちまち宗谷管内では無敵の存在となり、毎年のように全道大会出場を果たしました。それでも全

バレーボールで全国大会出場の夢を叶える

僕自身、中学から今日に至るまで卓球を続けているのですが、潮見が丘中学校に赴任した際、「卓球部(現在廃部)の監督はどうか」と打診されましたが、日頃から生徒に「新しいことに挑戦しなさい」と言っている手前、自分も未知なる専門外の男子バレーボール部監督に就任しました。現在、道内に限らず、人口減少などにより学校単位での部活動が成り立たなくなっています。

稚内もその例に漏れず、男子バレーボール部は潮見が丘中を拠点校とする南中、東中のメンバー(7人)と、幌延中(6人)の計13名の合同チームとして活動を行っています。この場をお借りして日頃よりお世話になっているコーチのみなさま、幌延から毎週土日に送迎していただいている保護者の方にも感謝申し上げます。おかげさまで合同チームは中体連で過去3回全道大会ベスト8、そして遂に今年準優勝し、悲願であった全国大会初出場を果たすことができました。結果は残念ながら予選敗退でしたが、東京のチームにフルセット・デュースまで持ち込むなど大きな自信を身につけたと思います。

まずは子どもを幸せにしよう

僕の教育方針は分かりやすくシンプルで、どんな時でも「ありがとう」と、ごめんなさいを言える人になろうです。それと、どんなことでもいいから子どもたちには、一生懸命になれることを在学中に見つけてほしいと願っています。好きなこと、夢中になることこそが幸せの第一歩だからです。その意味で言えば、子どもの幸せを考えることも教員の大切な仕事です。まずは我がクラスの子どもと、部活の選手たちが幸せになるきっかけを見つけれよう担任、また監督としてサポートしていきます。

●昨年、中体連の全道大会前日にアキレス腱を切ってしまいましたが、治療よりも大会を優先し、ギプスのまま会場に。手術を拒んだことに後悔はまったくしていないとのこと。
●バレーボールは専門外のため技術指導は行っていませんが、日々の練習では子どもたちにつきっきりで面倒をみ、結束力と向上心を高めつつ、心のケアにも努めています。



地域の医療と健康を守る

稚内市には医療と健康のまちづくり応援団という取り組みがあり、私も健康応援団長として「地域の医療と健康は地域を守る」を実現するために、これまで力を注いできました。そもそもなぜそのような取り組みが必要だったかは、データを見ると明らかです。あまり知られていないこともかも知れませんが、日本では都道府県が医療政策を立案するために、一次〜三次の医療圏を設定しています。宗谷二次医療圏の人口10万人あたりの医師数は、全国に335ある二次医療圏の中で最下位（厚生労働省調査結果）なのです。医師不足を解消するために、応援団の努力によって若い医師が稚内で開業するようになり、徐々に成果も現れています。



調剤薬局では、患者さん一人ひとりの安全のために細心の注意を払っています。処方箋の受付やお薬手帳の確認、過去の薬歴と最新薬歴を記録したその後で初めて薬を調剤し、手渡す時も用法用量、アレルギーや禁忌、副作用等の服薬指導が欠かせません。

内田 正洋さん

有限会社えびすファーマシー

日本の最北地域で医療と健康のまちづくりを支える調剤薬局です。

代表取締役 薬剤師



Medicine

また、市の直近のまちづくりに関するアンケート調査でも転出理由の2番目に「充実した医療環境を求めて」が挙げられていました。



地域のかかりつけ調剤薬局を目指しています。



2024年9月8日に行われた、第7回日本最北端わっかない平和マラソンにも参加。

健康増進のためにマラソンに取り組んでいる内田さん。わっかない平和マラソンをはじめ北海道マラソン、利尻島一周悠遊覧G、サロマ湖100kmウルトラマラソンの出場経験あり。ちなみにフルマラソン(42.195km)のパーソナルベストタイムは3時間31分52秒。一般の部で3時間半を切るランナーは平均して約1割。趣味の域としてはかなりハイレベルです。

そんな背景もあり、日本の最北地域で医療と健康のまちづくりを支え、誰もが安心して暮らせるよう調剤薬局として努力を重ねているところです。薬剤師会の稚内支部長として北海道薬剤師会との連携に努めています。**父の影響を受け薬剤師に**
私の父は比較的早くからジェネリックのMS（医薬品卸販売担当者）として旭川で起業し、廃業後は札幌の会社で契約社員となり、MSとして道内各地をまわっていました。そんな父の後ろ姿を見つめるうちに、いつしか自分は薬剤師になろうと決意し、仙台市にある東北薬科大学で薬剤師養成課程を修了し、平成9年に国家試験に合格し、薬剤師の仲間入りを果たしました。

在学中から夏休みなどで帰省するたびに、父の車の運転手として出張について行き、札幌、旭川、紋別、北見、そして稚内の得意先を訪ねるうちに、いつしか各地の地域性のよくなるものも把握するようになり、開業する場所を探し歩いていました。卒業後もしばらく父についてまわり、薬剤師として医師と顔を合わせると、以前の接し方に変化が起きました。身を乗り出して興味を示される方、フランクに話しかけてくれるなど、行く先々の医師から「もし調剤薬局を開業するのなら早い方がいい」との助言をいただき、僅かな期間でしたが旭川の調剤薬局で修業させてもらい、平成10年に稚内市恵比須で開業することになりました。

現在、ジェネリック医薬品の割合は約8割とのこと。

開業の地、恵比須への思い

言うまでもなく恵比須にちなんで「えびす薬局」と命名しました。当社の経営理念は、病院や診療所など医療機関のそばにある「門前薬局」としての位置づけを確立しつつ、地域に根づいた「かかりつけの調剤薬局」を開業時から目指してきました。各地を視察するうちに、その条件に最も叶う場所が恵比須であり、合田医院様の建物の並びで調剤薬局を開いたのが当社の始まりです。残念ながら、後年、ご高齢により医院が閉じ、私も撤退せざるを得なくなりましたが、いつまでも初心を忘れることのないよう「えびす」の名はそのまま残すこととしました。

倒産寸前の危機を乗り越えて

実は、稚内での開業を決めたのは、もう一つ理由があります。平成10年という年は、市立病院が院内薬局から処方箋に切り替わった年なのです。そのため市内の他の医療機関も順次処方箋に切り替え、医療分業が進むことが予想され、大手の同業者さんも稚内進出を果たしました。しかし、そんな環境下にあっても負けるわけにはいきませんでした。大胆な設備投資を行い、南稚内店、オープンに望みを託しました。立地場所は、これ以上はないほどの最高の条件。当時、市内で一、二を争うほどの人気を集めていた高橋内科様の門前に2号店を構えましたが、甘

と直訴を繰り返しても首をタテに振ってくれません。そうこうするうちに運転資金が底を尽き、このままでは倒産を免れないところまで来てしまいました。もはやこれまでか、とあきらめかけた時、取引先のMS担当者さんに薬をもすがる思いで先生への説得をお願いしました。「先生、薬価改定により、まもなく院内薬局では差益が出なくなりまして。調剤薬局へ処方箋を出すことによるデメリットは何一つありませんよ」と掛け合ってくれ、どうにか生き延びることができました。私も「先生、いまにも潰れそうです」と正直に言うと、すぐに金融機関の担当者を病院へ呼び「私が処方箋を出すから、この人にお金を貸してやってほしい」と頼んでくれたことがあり、連帯保証人も引き受けてくれました。運命のいたずらか、その後、先生は病に倒れ閉院となりましたが、跡地には南稚内クリニックさんが開業し、二度と危機が繰り返されることはありませんでした。

となる自動調剤台を導入し、人手不足の解消に役立てています。地域の人口流出問題も看過できませんが、かかりつけの調剤薬局として親子二代三代に渡り、おつきあいいただけることは何より喜びです。風邪をひくたびに薬を出していたあの子が立派に成長し、地域で活躍している様を見るにつけ、健康応援団長として誇らしく思います。



処方箋の内容を確認後、入力情報に基づき薬品名や医薬品バーコードなどを参照し選り出し、錠剤、粉剤、複数の薬の一包化(パック)、外用薬の場合は軟膏・クリームとの混合、水剤は計量後ボトリングされます。



豊富店に導入された道内初の自動調剤台。どんな機械なのか?詳細は動画をご覧ください。



引用 <https://www.youtube.com/watch?v=fETSaOCXU7c>

かかったのです。最初は、そのうち処方箋を出してくれらうと思ひ込んでいました。ところが待てど暮らせど一枚も書いてくれません。そこで何度も足を運び「先生は診療に専念する時間が増えますし、病院の医薬品(約2500種類)の在庫負担もなくなり、どうか私に調剤を任せてください」

その後、業績はアップし続け、豊富町国民健康保険診療所の前に、豊富店、稚内市中央のえびすまえ診療所の前に、駅前店を構え、アツという間に創業26年を迎えています。**北海道初導入の自動調剤台**
調剤薬局の業務改善に伴う新しいシステムの導入にも積極的に取り組んでいます。先頃、豊富店に道内初

店舗のご案内



えびす薬局 駅前店

稚内市中央2丁目12-24
☎0162-29-1717
☎0162-29-1718
営業時間/8:30~18:00
(木・土曜日は17:00まで)
定休日/日曜



えびす薬局 南稚内店

稚内市港4丁目8-16
☎0162-22-3660
☎0162-22-3661
営業時間/8:30~18:00
定休日/祝日



えびす薬局 豊富店

天塩郡豊富町豊富東1条8丁目
☎0162-82-3477
☎0162-82-3488
営業時間/8:30~18:00
定休日/土・日曜日、祝日

噂の店や宿を訪ねて

マチコミ クチコミ 取材班

地域に愛され利用しやすい店

「幌延に初めてパン屋さんができたのが、いまから14年前。その店のオープンからコロナの影響により閉店するまでの間、10年余り、お仕事をさせていたできました。今年の5月下旬にRENNÉ（レンヌ／フランス語でトナカイのこと）を開店するまでに3年を要しましたが、おかげさまで多くの町民のみなさまに利用されています。これからも地域に愛され、焼き立てパンのいい香りと、笑顔の絶えない店を目指していきます。」

地元素材を大切にしたパン

「パンは30種類ほどあり、全粒粉とライ麦を使用したグラハムを除けば、道産小麦と国産小麦をブレンドし、バターは雪印メグミルク(株)さんの幌延工場で作られた幌延のバターを使っています。すぐに売り切れてしまう食パンや塩バターパン、クワッサンなども風味が際立っています。菓子パン、惣菜パンも一通りありますが、なかでも大人気なのがメロンパン。表面はサクッ、中はふわふわです。一度食べてみてください。」



メロンパン 200円
一味違った、こだわりの焦がし油脂を使用。クッキー生地を活かした表面はサクサクとしているのに、中はふわふわ。飽きかきません。



シフォンケーキ 大 1,600円
ふわふわと幸せが訪れるシフォンのひととき。プレーンのまま生クリームを乗せなくても美味しい。驚くほどのやわらかさを実現しています。



ほろぷり 300円
新鮮な卵と豊富牛乳、幌延バター、そして道産の小豆と、北海道を代表する素材から生まれたプリンは、甘く優しくとろけます。

ほかに、ほろのベトマトの

「アカハナ」を使ったピザパンや、ハニーチーズには地元のハチミツをなるべく使用するようになっています。」

ているのはキャラメルではなく

「ラスクには幌延工場(雪印)のスキムミルク(脱脂粉乳)を使用し、ヘルシーな甘さを追求しました。プレーン、グラハム、珍しいところではシフォンケーキの3種類用意しています。二回焼きのかりかりとした香ばしさ、リッチな味わいが特徴です。」

シフォンケーキやほろぷり(プリン)もおススメ

おやつにリッチなラスクを

店内は焼き立てパンのいい香り

地元素材を活かした、まち唯一のパン屋さん

幌延の「RENNÉ(レンヌ)」

開店時間(12時)から約2時間で、多くの商品が売り切れ状態に。



- ラスク**
 (プレーン・3枚入) 150円
 (グラハム・3枚入) 200円
 (シフォン・5枚入) 250円

[その他の商品の一例]

- 食パン580円/ハーフ300円
- レーズン食パン480円
- かぼちゃ食パン580円
- クロワッサン180円
- ミニクロワッサン80円
- ミニチョコクロワッサン80円
- バターロール80円
- レーズンパン80円
- フルミパン80円
- グラハムブレッド300円
- ほろのベトマト*アカハナ。ピザパン200円
- セサミチーズフランス250円
- ハニーチーズ200円
- ハムチーズ220円
- ベーコンエッグ240円
- マヨパン130円
- ちよこぱんまん180円
- 生キャラメルナッツ220円
- キャラメルナッツメロンパン240円



RENNE
代表 パン職人 野村 香織さん

住 天塩郡幌延町2条南1丁目1
 ☎ 01632-5-1121
 営 12:00~17:45
 休 日・月・水・木曜日
 (火・金・土曜日営業)
 P 3台完備
 ※完全予約制の居酒屋も営業中
 営 18:30~22:00(不定休)
 2名~12名まで
 コース料理・飲み放題付き



*表示価格はいずれも消費税込み(価格は2024年11月下旬のもので、変更になる場合があります)。



instagram
janefami_official

Enjoy & Cool

「楽しく」そして「かっこよく」
を目指して活動しています!!



コンサートの告知チラシ

音楽でまちを盛り上げる
ヴォーカルグループ「じゃね〜るず」



遠別町内の喫茶店での練習風景

わたしの
好きなこと



リーダー&リードヴォーカル
たーちんさん(51)

●遠別町を拠点に活動する、年齢も職業もバラバラな4人組のヴォーカルグループ「じゃね〜るず」のリーダー。ソロ名「ボン☆たかし」でも活躍中。尊敬するアーティストは、永ちゃんこと、矢沢永吉。チャンネルズ、ラッツ&スターのマーチンこと、鈴木雅之。

結成5年を迎えた、じゃね〜るず

「2018年に、遠別町文化協会創立50周年記念事業として『のど自慢大会』が開かれ、僕は永ちゃんの『アイ・ラブ・ユー、OK』、のちにメンバーとなるナベケン(バスヴォーカル)は梅沢富美男さんの『夢芝居』を歌ったところ、予想外に会場が盛り上がったので、終了後、遠別を音楽で盛り上げる活動ができないだろうかとメンバーを探したところ、ナギ宮(トップテナー)、レリー(テナーヴォーカル)が参加してくれることになり、4人組のヴォーカルグ

ループ「じゃね〜るず」を結成しました。小さな町ですから顔馴染みでしたし、気心の知れた飲み仲間でもあるので、すぐに意気投合し、町内を中心にライブ活動を行っています。」

曲はドゥーワップが中心

「グループ名は、チャンネルズと、当時流行していた女性漫才コンビの掛け合い『○○じゃねえよ!』の2つをもじって。写真を見てもらうと分かると思いますが、持ち歌はチャンネルズやラッツ&スターが多く、いわゆるドゥーワップの曲が中心です。これまでに、町内にあるアクティブシニア多世代拠点交流センター『なごみ』でのライブをはじめ、遠別町社会福祉協議会後援の『ミュージックチャリティーショー』、スナックを貸切にしての自主企画『Special Xmas Live!』(2時間飲み放題)、遠別最大のイベントである消費者選元祭『商工夏まつり』(生涯学習センターマナビイ21駐車場特設会場)へ出演するなど、知名度も高まってきたかと思えます。しかしコロナ禍によって多くのイベント活動の中止を余儀なくされ、しばらくライブから遠ざかったのですが、昨年か

ライブではトリを務めたり、時間が許せばアンコールに応えることも。



写真はいずれも商工夏まつりの特設ステージにて。



お揃いの衣装は10着ほど用意しているとのこと。

ら再び活動を再開し、以前にも増して4人のコーラスワークに磨きがかかってきたように思います。」

札幌・旭川でのライブも目標に

「遠別町には『さざ波コーラス』さんというベテランの女性コーラスがあり、今年の12月7日に50周年記念コンサートが開かれます。僕らもそのコーラス隊に参加し、お祝いを兼ねて会場を大いに盛り上げようと思っています。」

僕らの目標は、自分たちもお客さんも音楽を通じて楽しく踊って、遠別のまちを盛り上げることですが、おかげさまで周

辺の市町村(天塩、中川、枝幸歌登など)からも出演の声を掛けてもらえるようになり、少しはこの道北でも認知されてきたのかなとも感じます。もう一つの目標は都市部の札幌・旭川でライブ出演を果たすことです。メンバーの職業はバラバラで、全員揃って平日に休みを取る難しさもありますが、自分たちのレベルを知るチャンスでもあるため、4人のスケジュールさえ合えば挑戦するつもりです。現在、旭川でのイベントから照会があり交渉中です。また、やってもらいたい曲を募集していますので、InstagramからDMどうぞ。」

●商品のお問い合わせ先

すずパンCafe

天塩郡豊富町豊富温泉 ☎080-4162-9222
営業日/土・日のみ 営業時間/10:00~16:00



instagram
suzu.pan.onsen

これぞ北の逸品・TOYOTOMI de

いいもの 見つけた



ザ★プレゼント



プレゼント商品

焼き菓子ギフト

フィナンシェ(プレーン・抹茶)、ガレット
風呂ランタン各2枚入り

今回ご紹介した豊富町のすずパンCafeの「焼き菓子ギフト」を、抽選で5名様にプレゼントいたします。ご希望の方は、おハガキに「すずパンCafe」と書き、①住所 ②氏名 ③年齢 ④職業 ⑤電話番号 ⑥ジャスト・ナウに対するご意見、ご感想等をご記入のうえ下記まで郵送ください。

- 送先/〒097-0022 稚内市中央3丁目9番6号 稚内信用金庫 ジャスト・ナウ編集部行
- 締切/2025年2月28日(金) (当日消印有効)
- 当選者の発表/商品の発送をもって換えさせていただきます。*3月中旬頃発送予定

読者のお便りコーナー

★久しぶりに知人から送って貰ったJustNow135を拝見し、稚内市内の企業の方々の内容有る記事を読んで皆さん明るく自信を持って経営されている事に感銘を受けました。稚内万歳!!!! (横浜市・80代男性)

★稚内に人生初めて行きました。美しい海、壮大なスケールの大地。全てが感動!!行って良かったです。『北の経営者たち』にて、ホタテ加工に対する意気込みを感じる事ができました。最高品質にするため日々の努力があってこそ、かねよさんの美味しいホタテ、静岡への手土産に冷凍ホタテを買いました。帰ってから家族や親戚、友人に美味さを広めたいと思います。宗谷岬では間宮様の像と記念撮影。なんと最北端の岬の岩の上に1頭のアザラシを発見!!浜頓別までのロードを走りながら、シカ、キツネも何頭も見かけ、子どもに戻ったような思いです。明日旭川空港から飛行機に乗り東京へ。そこから静岡に戻ります。稚内すばらしい!感動をありがとうございます!(御前崎市・60代女性)

*一部抜粋して掲載しています。

奇跡の湯、豊富温泉にオープン!
地元の乳製品や素材にこだわった

★すずパンCafeの「焼き菓子」



すずパンCafe
代表・マスター
鈴木 敦さん

豊富温泉に魅せられ、埼玉県から2020年に豊富町へ移住してきた鈴木敦さん。牧場経営を夢み、自らで生産した生乳を用い、自家製品の加工を目指していましたが、やがて方向転換し、パンやケーキ、コーヒー、ランチなどを提供する『すずパンCafe』を今年4月に豊富温泉にオープンしました。埼玉時代には食品メーカーに勤めるかたわら料理教室に通い、調理全般の基礎技術とパン、ケーキづくりなどを学び、移住後は豊富温泉スキー場ロッジで毎年期間限定で開かれる「夏カフェ」でもお馴染みのシェフとして活躍していただけない、町民にとっても待ちに待ったオープンでした。お店は、豊富市街から道道84号で温泉へ向かい、温泉街入口を右折するとすぐに見えてきます。夏期は金土日の3日営業で、冬期(11月中旬以降)は土日営業のため、いつでも気軽に行くわけにはいきませんが、パンや焼き菓子、ソフトクリーム、ランチなど、どれも食べる価値ありの優良店です。

「豊富バターや牛乳(製造販売元・(株)豊富牛乳公社)をはじめ道産小麦にこだわった焼き菓子、ケーキなどを手づくりしています。保存料・着色料などは一切使っておりません。代表的なものは、バターの風味をしっかりと楽しめる豊富フィナンシェ。塩気の効いた厚焼きクッキーのガレット・ブルトンヌ。奇跡の湯、豊富温泉をイメージした風呂ランタンは、ザクザクとした食感が特徴で、表面はトロツツと甘めに仕上げられています。その他にレモン香るマドレーヌ、豊富牛乳をたっぷり使ったカヌレなどもあり、豊富のお土産としてご利用いただいています。」

★豊富産の素材に、とことんこだわって



「パンは自家製酵母を使用したカンパニー(ハード系)や豊富牛乳を使用したベーグル(米粉使用のグルテンフリーにも対応)などが人気で、町内の『工房レティエ』さんのジャージー牛の生乳を使ったソフトクリーム(冬期2月末までお休み)もとても喜ばれていて、ぜひ一度食べてみてほしいと思います。また、



★パンやソフトクリーム、ランチも好評

「パンは自家製酵母を使用したカンパニー(ハード系)や豊富牛乳を使用したベーグル(米粉使用のグルテンフリーにも対応)などが人気で、町内の『工房レティエ』さんのジャージー牛の生乳を使ったソフトクリーム(冬期2月末までお休み)もとても喜ばれていて、ぜひ一度食べてみてほしいと思います。また、

カウンター10席・4人テーブル×2卓(全席禁煙)。駐車場4台完備。



窓に周囲の自然の景色が映える白いスタイリッシュな店内。



豊富温泉のちょっとした隠れ家。
・社のモーニング10:00~11:30
・週替わりランチ(2種類)900円
※価格はいずれも消費税込み

豊富温泉「すずパンCafe」の上質な手づくり焼き菓子。



③フィナンシェ(プレーン)280円
④フィナンシェ(抹茶)280円

①ガレット・ブルトンヌ210円
②風呂ランタン300円

*イラストは鈴木さんのオリジナル作品です。

本誌の印刷には環境に配慮した植物油インキを使用しています。

UD FONT by MORISAWA 見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。