

# 標茶町の皆さん よろしくお願いします

**ALT (外国語指導助手)**  
**アイリーン クワンさん**  
Irene Kwan

皆さん、こんにちは！私はアメリカのテキサス州出身です。中国系アメリカ人なので、中国語と英語を話せます。さらに数年間韓国で英語を教えていました。

趣味は読書、ハイキング、旅行、映画です。特に枝裕和監督とウォン・カーワイ監督の作品が好きです。

日本でたくさん旅行したいと思っています。いろいろな伝統文化を体験してみたいです。標茶に住んでいる間、日本語をたくさん勉強したいです。

テキサスはとても暑いので、北海道で初めての冬を体験するのが楽しみです！

どうぞよろしくお願いします。



飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい！

## 牛乳を食べよう！



今月のレシピ

**白い麻婆豆腐**

雪印メグミルク提供

### 材料 (2人分)

|          |           |
|----------|-----------|
| 牛乳       | 300ml     |
| 豆腐       | ½丁 (150g) |
| ひき肉      | 100g      |
| 長ねぎ      | ½本        |
| しょうが     | 40g       |
| サラダ油     | 大さじ1      |
| 酒        | 大さじ1      |
| 塩        | 少々        |
| 中華スープの素  | 小さじ1      |
| 片栗粉      | 大さじ1      |
| 水        | 大さじ2      |
| すりごま (白) | 大さじ1      |
| ラー油      | 適宜        |

### 《ここがポイント！》

牛乳を使って辛さ控えめに仕上げることで、子どもはもちろん、辛いものが苦手な人も食べやすいマイルドな仕上げにアレンジができる！



### 作り方

- ①豆腐は2cm角に切っておく。長ねぎはみじん切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、長ねぎ、しょうがを入れる。香りが出たらひき肉を加えて炒め、肉の色が変わったら、酒、塩を加えて炒める。
- ③牛乳、中華スープの素、豆腐を入れて5分ほど煮て、塩で味を調える。水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ④器に盛り、すりごまと、お好みでラー油をかける。

## 文芸作品

### 川柳 (標茶川柳の会)

● 痛み押し植えて良かった総りみて  
● 猛暑くる冷やし中華にかき氷

### 俳句 (標茶菱の実吟社)

● 猛省中病窓に映る飛ぶ鵬

### 短歌 (自生林短歌会)

● ひたすらに前向きにとはいかぬもの  
庭の花さえ今日は下向き  
● 風鈴も暑さのなかに埋もれみ  
待ち詫びてをり少しの風を  
● 海に生き荒き波から色合いに  
アイヌ模様針の深さも

### 短歌 (個人)

● 久々の義姉<sup>あね</sup>を見舞いてふるさとへ  
山・川・田・畑・人みなゆかし

葉佐 智恵  
土肥 雅典

館田 昇葉

山崎 博子

原 馨子

大山 弘子

吉田 満代

## 絵手紙の会



山本フミ子さん (虹 別) の作品



箱崎 悦子さん (旭) の作品



「カワセミ」  
菊地 利長さんの作品

## 写真投稿作品

# みんなの作品展



### 投稿お待ちしております

掲載希望の方は、イラスト・詩・絵画・写真  
ほか何でも結構ですので、作品に住所・氏名  
を記入の上、次のところまでお寄せください。

〒088-2312 川上4丁目2番地  
役場企画財政課地域振興係  
「みんなの作品展コーナー」

## 元気に活動しています！ 標茶バレエ研究所

1992年から始まった標茶バレエ研究所です。バレエは姿勢・体幹が良くなり、柔軟性・リズム感が向上します。毎年標茶での発表会、隔年で中標津での発表会があります。発表会で日頃の練習の成果を披露できるよう、がんばっています。



■活動日時：幼児科 (3歳から) 月曜15:30～、児童科 (小学3年から) 月曜16:00～  
・木曜16:30～、研究科 (中学生から) 月曜・木曜18:00～

■活動場所：中央公民館分館

■問い合わせ：酒井 ☎090-9089-6165

# 令和7年度会計年度任用職員を追加募集しています

|       | 所属課                              | 職種番号 | 職種    | 人数 |
|-------|----------------------------------|------|-------|----|
| フルタイム | 育成牧場                             | 6    | 牧場作業員 | 1人 |
|       | 保育園・保育所<br>子育て支援センター・子ども発達支援センター | 7    | 保育士   | 2人 |
|       |                                  | 8    | 保育補助員 | 2人 |
|       | やすらぎ園                            | 21   | 介護員   | 6人 |

|     | 所属課        | 職種番号 | 職種  | 人数 |
|-----|------------|------|-----|----|
| パート | 保健福祉課      | 105  | 看護師 | 1人 |
|     | やすらぎ園      | 135  | 介護員 | 4人 |
|     | デイサービスセンター | 137  | 介護員 | 1人 |

募集要項の詳細については町ホームページよりご確認ください



問総務課職員係（2階⑬番窓口④217）

## ～台風対策について～

初夏から秋にかけて台風や大雨、ゲリラ豪雨や自然災害が発生しやすい季節になっています。被害をできるだけ少なくするためにも、最新の天気情報を確認して早めに台風対策をしましょう。

### ○家の外の台風対策

- 窓や雨戸はしっかり閉める。
- 排水溝や側溝は掃除をしておく。
- 風で飛ばされそうなものは、飛ばされないように固定したり、家の中に運んでおく。



※雨や風が強くなってきてから外で作業をする場合は大変危険ですので、早めに準備しましょう。

### ○家の中の台風対策

- 窓や雨戸を閉め、窓ガラスが割れた時の飛散を防ぐため、飛散防止フィルムを貼っておく。
- 停電時に備え、ロウソクや懐中電灯などを用意しておく。
- 避難時に持って行く防災グッズを準備しておく。
- 近所の避難場所と避難経路を確認しておく。
- 自分の住んでいる場所のハザードマップを確認しておく。

## 消防だより

標茶消防署 ☎485-2021



ホームページ



## 消防団員技能競技大会開催！

第69回釧路地方支部消防団員技能競技大会が9月20日(土)に釧路市消防訓練場にて開催されます。

この大会は、災害から住民の生命を守る為、競技を通じて消防活動技能の錬成や士気の高揚を図ることを目的に釧路管内の消防団が集まります。

大会までの期間、訓練が毎晩行われ消防署付近の住民の皆さんに騒音などでご迷惑をおかけ致しますが、団員一同優勝を目指し訓練に励みますので、ご理解とご協力宜しくをお願いします。皆さんの温かいご声援を心からお待ちしております。





# 標茶町

標茶の魅力配信

地域おこし  
協力隊

# 活動日誌



ハーフジャパニーズ  
& イタリアン

**ルイ**

東京都出身

標茶の自然と観光の魅力を  
世界に発信！



こんにちは、ルイです。

最近では自然や文化、ストーリーテリングに根差したスロートラベル体験の企画に力を入れています。乗馬やカヌー、地元の食べ物の味わい、クリエイティブなワークショップなど、多彩なアクティビティを通して、地元のパートナーと連携しながら、本物の体験を作り出すことを目指しています。また、ヨーロッパのツアーオペレーターにも積極的に働きかけ、地域の魅力や自然の美しさを広く紹介しています。さらにプロモーションコンテンツの制作や、英語による青少年向けプログラムの企画・運営にも取り組み、地域と世界をつなげる活動を進めています。

これからも、標茶町の魅力を広めるためにまい進していきますので、どうぞよろしくお願いします。



ミステルが大好き！

**高木 淳一**

千葉県出身

標茶町の観光やイベントなどに  
関わっていきます！



皆さんこんにちは！観光協会支援員地域おこし協力隊の高木です。

早いもので標茶町に来て4カ月が経ち、さまざまな方とお話しさせていただく日々を送っています。

6月には標茶高校の生徒たちと連携した「しべちゃを知る日帰りバスツアー」を実施しました。自分自身が標茶をさらに知っていく機会になったのはもちろん、参加いただいた皆さんも楽しんでいただけたかと思います！年内でもう一度バスツアーを実施予定ですので、ぜひ参加いただければと思います！

観光目線で標茶の良さをさらに知ってもらおうと色々なことに挑戦しています。新たな取り組みを皆さんにお知らせできるよう、これからもがんばります！



馬が大好き！

**伊藤 里恵**

愛知県出身

標茶町が取り組んでいる  
“馬を核とした地域づくり”  
事業に携わっています。



7月、子どもの夢を育てるまつりの乗馬体験コーナーの実施を楽しみに準備をしていましたが、雨で中止となり残念でした。

さて、現在（10月までの間）道東ホースタウンプロジェクトの関連事業として標茶町多和展望台で不定期で乗馬などの体験を有料で提供しています。また、そばにある小屋の中では、馬に関する展示も実施しています。この機会に多和展望台を訪れてみませんか？ご興味のある方はぜひ足を運んでいただけたら嬉しいです。

※開催日については、右記の標茶町地域おこし協力隊 Instagram をご確認ください。

※天候や馬の体調などにより当日中止となることもあります。



## しべちゃ夏まつりで 老若男女が大賑わい

### しべちゃ夏まつり・ 町民花火大会

8月10日にコンベンションホール  
ういず前の特設会場でしべちゃ夏  
まつりが開催されました。とうもろ  
こし早むき大会や子ども盆踊りな  
どが行われ、夜には町民花火大会  
が開催され、綺麗な花火が打ち上  
がりました。





## 釧路川の水質・水生生物調査を実施

7/29 町内河川敷にて、釧路開発建設部による釧路川の水質調査および水生生物調査が行われました。この日はしべちゃアドベンチャースクール生などの町内児童や釧路湿原川レンジャーらが参加し、水質測定や水生生物の観察を行い、調査の結果、釧路川はきれいで豊かな生態系であることが確認できました。調査中は説明を聞きながら協力して楽しく実施している参加者の姿が見られました。



## 保育園のエアコン設置に助成し保ていただきました

すみれ保育園・たんぽぽ保育園のホールに各2台のエアコンを設置しました。設置費の一部について、一般財団法人似鳥財団（札幌市、似鳥昭雄代表）が実施するニトリ北海道応援事業が助成していただきました。



## 標茶音頭普及のためうちわを作成

8/4 標茶音頭保存会（鈴木裕美代表）よりうちわ作成の報告と寄贈がありました。

うちわには、町章・標茶音頭の歌詞が載っており、イベントなどでの配布を通じてさらなる標茶音頭の普及に努めたいとのことでした。



## 救助技術で魅せたしべちゃの力救全国へ躍動

7/24 7月19日に札幌市で第53回全道消防救助技術訓練指導会が行われ、標茶消防署から個人で行う「はしご登はん」に2人、団体で行う「ほふく救助」に1チーム（3人）が出場しました。「はしご登はん」の部に出場した加藤俊希さんが道東支部で1位となり、北海道代表として兵庫県で開催される全国大会へと進みました。

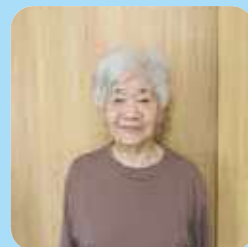
おめでとうございます

## 長寿 88 歳

〈令和7年7月撮影〉  
掲載に同意いただいた  
方のみ掲載してい  
ます。



佐々木チヨさん  
(麻 生)



櫻田 澄子さん  
( 桜 )



新田 重雄さん  
( 栄 )



大橋 久雄さん  
(磯分内)



## フォトニュース+

しべちゃ夏まつりを楽しむすがたがたくさん！

