

# 北海道 くしろ地域 魅力体験交流ツアー

てしかが

しらぬか

## <弟子屈・白糠>

学習Book



# はじめに



## 「北海道・くしろ地域 魅力体験交流ツアー」 ご参加のみなさんへ

荒川区と北海道くしろ地域の8市町村（釧路市、釧路町、厚岸町、浜中町、標茶町、弟子屈町、鶴居村、白糠町）は、「特別区全国連携プロジェクト」の一環として、これまで様々な連携事業を実施してきました。その一つが、日暮里駅前では平成27年から令和元年まで毎年開催していた、「北海道くしろ旬！秋の味覚市」。くしろ地域選りすぐりの旬の味覚を集めたマルシェで、行ったことがある方・知っている方もいるかもしれません。

今回のツアーは、荒川区の小学生と保護者の皆さんに、実際にくしろ地域の食や自然の魅力に触れて、くしろ地域の人々との交流を楽しんでもらい、くしろ地域の魅力を体感してもらうためのものです。

くしろ地域での体験で見聞きし感じたことと、自分の住む地域を照らし合わせて考えることで日々の当たり前の暮らしの中で気づけなかった魅力や課題に目を向けるきっかけになることを願っています。またこの学習Bookを通して、より北海道やくしろ地域の歴史や文化などさまざまな魅力を知って、自分が気になること、楽しかったことを書き込んで、形に残してみましよう。

車窓から見える広大な風景や、初めて出会う地元の人々、美味しい食事など、すべてがさまざまな学びにつながっています。ぜひこのツアーを通して、たくさんの学びと気づきを持ち帰ってください。

## もくじ

案内	はじめに	02
	ツアー行程	03
事前	北海道のこと	04
	くしろ地域のこと	05
	弟子屈町のこと	06
	白糠町のこと	07
	旅のテーマ・キーワード	08
	北海道・くしろ地域クイズ	09
現地	体験したこと①・②	10
事後	旅の振り返り①・②	12

# ツアー行程

## [A班] 弟子屈町

10/7(土)

集合 (11:40)  
羽田空港 (12:55 発) → 釧路空港 (14:35 着)  
歓迎セレモニー (空港内 / 30分程度)

宿泊ホテルへ (17:00 着)  
★歓迎夕食会・地元の親子との交流会

10/8(日)

ホテル出発 (09:30)

★体験①渡辺体験牧場  
乳しぼりなど酪農体験!  
昼食はジングスکانランチをご用意  
食後、摩周湖第一展望台へ

★体験②川湯パーク牧場  
乗馬(引馬)体験!

終了後、宿泊ホテルへ  
(15:30 着)

10/9(月・祝)

ホテル出発 (09:00)

★体験③川湯ビジターセンター  
アカエゾマツの森ガイドウォーク体験!

体験後、弟子屈町役場にてお別れ会  
(地元の親子参加)  
昼食は食堂と喫茶 POPPOTEI の豚丼

昼食後、釧路空港へ  
釧路空港 (15:15 発) → 羽田空港 (17:05 着)

## [B班] 白糠町

10/7(土)

集合 (11:40)  
羽田空港 (12:55 発) → 釧路空港 (14:35 着)  
歓迎セレモニー (空港内 / 30分程度)  
景勝地・岬の森東山公園、馬主来自然公園へ

見学後、宿泊ホテルへ (17:00 着)  
★歓迎夕食会・地元の親子との交流会

10/8(日)

ホテル出発 (9:20)

★体験①白糠漁業協同組合  
鮭の三枚おろし・調理体験!  
昼食は自分でおろした鮭をおいしく食べよう!

★体験②驚きの森  
クランベリー狩り体験&森散策!

終了後、宿泊ホテルへ  
(15:30 着)

10/9(月・祝)

ホテル出発 (08:40)

★体験③ウレシパチセ  
舞踊鑑賞、ムックリ演奏などアイヌ文化体験!

体験後、白糠町役場にてお別れ会  
(地元の親子参加)  
昼食は道の駅恋問館の豚丼

昼食後、釧路空港へ  
釧路空港 (15:15 発) → 羽田空港 (17:05 着)

### ★体験①渡辺体験牧場

70haの土地で約120頭の乳牛がのびのびと暮らしています。北海道と言えば牛と牧草を想像する人も多いのではないのでしょうか。北海道らしい風景の中で乳しぼり体験を行います。

▼施設情報



### ★体験②川湯パーク牧場

屈斜路湖と摩周湖の間にある牧場では乗馬体験をします。牧場のスタッフが付きっきりと歩く引馬(ひきうま)なので初めてでも安心。大自然に触れながらお散歩しましょう。

### ★体験③川湯ビジターセンター

阿寒摩周国立公園摩周・屈斜路地域の森の中で見て・聞いて・歩いて人々と自然のつながりを体験します。アカエゾマツは赤蝦夷松と書き、「蝦夷」とは北海道のことです。



### ★体験①白糠漁業協同組合

白糠は漁業が盛んなまちで、秋鮭は多い年には約3,000トン漁獲があります。鮭を自分でおろす体験のあと、おろした鮭でお昼ご飯を作ります。漁師さんに色々なお話を聞いてみましょう。

▼施設情報



### ★体験②驚きの森

クランベリーの栽培は涼しい環境が適していると言われていました。すくすく育ったクランベリーの収穫をしたり、自然豊かな森を散策します。楽しみながら自然と触れ合うことができます。

### ★体験③ウレシパチセ

ウレシパチセはアイヌ語で「互いに育む家」という意味があります。アイヌ伝統文化を体験したり情報を発信する施設です。伝統ある舞踊や竹で出来たムックリという楽器の演奏を鑑賞します。



# 事前学習 | 北海道のこと



## 北海道はどんなところ？

- 日本で一番北にある都道府県
- 太平洋・日本海・オホーツク海に囲まれている島
- 日本の中でも一年を通して気温が低く、一年の半分くらいは雪の季節！！









※北海道はすっかり秋。肌寒い気温です。  
ツアー当日は必ず長袖の上着をご用意ください。



## くらべてみよう！ 北海道⇔東京都！

※2023年9月現在

	北海道 	東京都 
面積	 83,454km <sup>2</sup> (日本の面積の22%)	 2,194km <sup>2</sup> (日本の面積の0.2%)
人口	 5,118,082人 (全国8位)	 14,063,564人 (全国1位)
平均気温	 10.3℃	 20.6℃ 
降雪量	 479cm 	 8cm

### 北海道には梅雨がない！？



毎年6～7月ごろになると梅雨が始まります。ジメジメ、しとしと…雨が多い時期です。

しかし北海道には梅雨がありません！

梅雨は「梅雨前線」によって発生します。日本の北側にあるオホーツク海高気圧と、南側にある太平洋高気圧がぶつかって梅雨前線になり雨を降らせますが、**北海道まで梅雨前線が行くことはあまりありません。**

年によっては北海道に近付いて、一時的に雨を降らせることがあります。これを「**えぞ梅雨**」と言います。

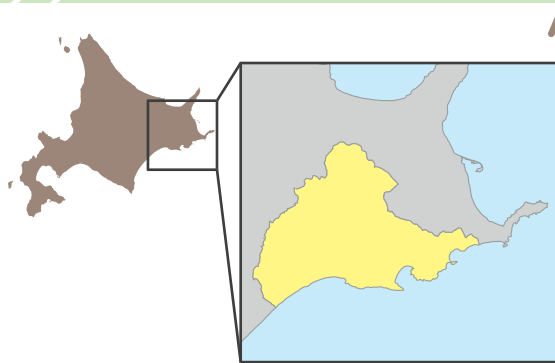
### 先住民族は「アイヌ民族」



北海道に人類が住み始めたのは**2万年数千年前**と言われ、アイヌの人たちの歴史は縄文時代やさらにその前にさかのぼることができます。

**アイヌ**という言葉は、アイヌ語で「人間」という意味です。また、民族の呼び方でもあり、アイヌの男性を尊敬する気持ちを込めた呼び方でもあります。北海道をはじめサハリン(樺太)、千島列島、東北地方の北部には、**アイヌ語に由来する地名が数多く存在**します。これらの地域に、アイヌ語を話す人たちが生活してきたことの何よりの証です。

# 事前学習 | くしろ地域のこと



くしろ地域はどんなところ？

- くしろ(釧路)地域とは、ひがし北海道(北海道の人は「道東」(どうとう)と呼びます)にある8つの市町村のことです。8つの市町村は次の通りです。

くしろ 釧路市 / 釧路町 / 厚岸町 / 浜中町 / 標茶町 / 弟子屈町 / 鶴居村 / 白糠町

- 面積:5,997.5km<sup>2</sup>(北海道全体の7.2%)
- 人口:215,183人(北海道全体の4.2%)
- 気候:夏は涼しく、冬は雪が少ない。(釧路市の2022年10月の平均気温は11.7℃)
- 産業:水産業・畜産業が盛んな地域

## 国立公園等

「釧路湿原国立公園」、「阿寒摩周国立公園」、「厚岸霧多布昆布森国立公園」など、くしろ地域には国指定の広々とした公園があります。自然の中には動物もたくさん。釧路湿原は日本最大の湿原で、中を流れる釧路川ではカヌー体験ができ、人気があります。



釧路湿原国立公園

## 道東三湖

くしろ地域には「道東三湖」と呼ばれる阿寒湖・摩周湖・屈斜路湖があり、美しい景色を楽しめます。中でも摩周湖は日本で一番、世界で二番目に透明度が高い湖として有名です。読み方が少し難しいですが、ぜひ名前を覚えてみましょう。

あかん  
阿寒湖



ましゅう  
摩周湖



くっしゃろ  
屈斜路湖



## おいしいものいっぱい！

くしろ地域はおいしいグルメがたくさん！炉端(ろばた)焼き・勝手井・スパカツ・牡蠣(かき)・ウニ・チーズ・ソフトクリームなどなど、ご当地B級グルメが楽しめるのもくしろ地域の魅力です。自然豊かな環境で、実際にくしろ地域で食べるともっと美味しく感じられるかもしれません。

勝手井



豚井



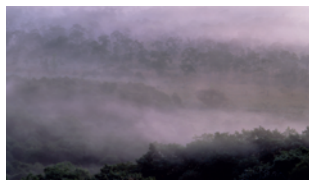
ソフトクリーム



## 涼しさのひみつ

全国と比べて平均気温が低い北海道。くしろ地域はその中でも特に涼しいとされている地域です。涼しさの理由は、海が近くて海水の水温が低い時は陸も涼しくなるため、春～夏は内陸部より涼しくなるとされています。また、天気も海からの影響を受けやすく、春～夏にかけては霧(きり)が多い地域であり、雨も北海道内の他の地域に比べると多く、気温が上がりにくいことも理由と言えます。

くしろ地域は、避暑(ひしょ)地として知られています。夏になると全国から涼しさを求めて多くの人を訪れます。1泊・2泊ではなく、1週間くらいの長い滞在をする人たちもいます。



◀釧路市は霧のまちとして有名です。特に夏に霧が発生することが多く、他の日本の都市の平均と比べて、霧の日は約20倍も多いんです！

# 事前学習 | 弟子屈町のこと



- 面積: 774,33km<sup>2</sup>
- 人口: 6,665人 (2023年4月)
- 2022年10月の平均気温: 9.1℃
- 町名の由来: アイヌ語で「テシカ・カ」(岩盤の上 という意味)

メモ欄



## 産業

弟子屈町の主要産業は、観光と酪農です。摩周岳をはじめとした弟子屈町の周りの山々とあわせてなだらかな田園風景が広がっています。また涼しい気候を活かして、ばれいしょ、小麦などの農業も行われています。

## 観光

世界で二番目の透明度がある摩周湖や、屈斜路湖、硫黄山、大鵬記念館、見渡す限りの草原909草原などがあります。また、釧路川カヌー体験、フィッシング、乗馬、トレッキング、バター・アイスクリーム制作体験などが可能です。

## グルメ

北海道の中でも涼しい気候を活かし育てられた摩周メロンや摩周和牛、摩周ポーク、摩周そば、弟子屈町ラーメン、ワインなどので当地グルメがたくさんあります。

# 事前学習 | 白糠町のこと



- 面積:773,1km<sup>2</sup>
- 人口:7,231人(2023年4月)
- 2022年10月の平均気温:10.3℃
- 町名の由来:アイヌ語で「シラリ・カ」  
(岩磯のほとり という意味)



メモ欄

## 産業

白糠町の主要産業は、林業、漁業(シシャモ、鮭漁)、工業、酪農です。焼酎(しょうちゅう)鍛高譚(たんたかたん)の原料の紫蘇(しそ)の栽培地としても知られています。白糠沖には太平洋の暖流と寒流が交わっており、10月には鮭やししゃもが卵を産みに川へ戻ります。

## 観光

白糠町を一望できる「岬の森東山公園」、「恋問(こいと)自然観察公園」、「道の駅しらぬか恋問」などがあります。恋問は白糠町の中の地区の名前。かわいらしい名前にちなんで、ハート形のポストが設置されています。

## グルメ

シシャモ、毛ガニ、タコなどの魚介類、羊肉、ナチュラルチーズ、豚丼などがあります。お酒が好きな大人は焼酎の鍛高譚を知っている人が多いかもしれません。お酒以外にも鍛高ラムネという紫蘇のさわやかな味がするジュースもあり人気があります。

# 事前学習 | 旅のテーマ・キーワード

①自分なりのテーマをひとつ決めよう!4~7ページの資料を読んで考えてみよう。  
(例)自然とたくさんふれあう

旅の自分のテーマは

です。

②テーマに関係するキーワードを書いてみよう!キーワードは何個でもOK!  
(例)森、海、湖…

テーマに関係するキーワードは

です。

③気になること、北海道に行った時に聞いてみたいことなど自由に書いてみよう!図・絵でもOK!



# 事前学習 | 北海道・くしろ地域クイズ

北海道やくしろ地域のクイズに挑戦しよう!何問正解できるかな?答えはページの下にあります。

## ▼北海道のこと

- 1 次の中で、荒川区にはあって、北海道にはないものはどれ?  
A:路面電車    B:七夕    C:雪    D:梅雨
- 2 北海道は日本の一番北にあります。春から冬まで、一年の平均気温はどのくらい?  
A:5℃くらい    B:10℃くらい    C:20℃くらい    D:25℃くらい

## ▼くしろ地域のこと

- 3 くしろ地域の総面積は約6,000km<sup>2</sup>。荒川区の約何倍?  
A:60倍    B:600倍    C:6,000倍    D:60,000倍
- 4 くしろ地域の人口は北海道全体の約4.2%。荒川区の人口とほぼ同じくらいの方が暮らしていますが、約何人?  
A:22万人    B:32万人    C:42万人    D:52万人

## ▼弟子屈町のこと

- 5 古くからアイヌ民族が住み、アイヌ語で「岩盤の上」という意味の町名。「弟子屈」の読み方は?  
A:でしくつ    B:てしかが    C:てしくつ    D:てしかつ
- 6 弟子屈町には日本で一番透明度が高い湖があります。湖の名前は?  
A:屈斜路湖    B:阿寒湖    C:摩周湖    D:オコタンペ湖

## ▼白糠町のこと

- 7 古くからアイヌ民族が住み、アイヌ語で「岩磯のほとり」という意味の町名。「白糠」の読み方は?  
A:しらぬか    B:しろとう    C:しらやす    D:しらぬい
- 8 太平洋の暖流と寒流が交わる白糠沖は、一年を通して海の幸がいっぱい。おいしい鮭とししゃもが卵を産みに帰ってくるのは何月?  
A:2月    B:4月    C:7月    D:10月

# 現地学習 | 体験したごと①

現地での体験で、見つけたこと・思ったこと・楽しかったことなどをメモしよう!



## 1日目

▼内容(何をした、何を見つけた など)	▼どう思ったか

## 2日目

▼内容(何をした、何を見つけた など)	▼どう思ったか

## 3日目



▼内容(何をした、何を分つけた など)	▼どう思ったか

## メモ

# 事後学習 | 旅の振り返り①

【テーマ・キーワード】8 ページで旅行前に決めたテーマとキーワードについて、もう一度振り返ろう!

※ 8 ページに書いたテーマとキーワードを書き写そう

①自分のテーマは

でした。

②テーマに関するキーワードは

でした。

③①と②について、実際に北海道に行ってわかったこと、思ったことを書いてみよう!

【ランキングを作ってみよう】旅で見つけたもの・気に入ったものなどのランキングを作ってみよう!

(例) おいしかったものランキング、きれいだった場所ランキング など

ランキング

1位

2位

3位

★ 1～3位に選んだ理由は…

ランキング

1位

2位

3位

★ 1～3位に選んだ理由は…

## 事後学習 | 旅の振り返り②

**【次に向けて】**次に北海道に行ったら、行ってみたいところ・やってみたいことを書いてみよう!

**【全体の感想】**そのほか、旅の感想を自由に書いてみよう!





制作：北海道釧路地域・東京都特別区交流推進協議会

荒川区では、特別区全国連携プロジェクトの一環として、くしろ地域の8市町村（釧路市、釧路町、厚岸町、浜中町、標茶町、弟子屈町、鶴居村、白糖町）と様々な連携事業を実施しています。また、本ツアーは北海道釧路地域・東京都特別区交流推進協議会「くしろ地域魅力発信交流事業」の一環で実施いたします。

2023年9月発行