

私たちが暮らす清里町の新たな魅力をあなたにも伝えたい

「水の生まれる里」

清里町

きよさとSTYLE



vol.1

FOR
FREE

ご自由に
お持ちください

【創刊号】 清里の水が織りなす物語

裏摩周展望台から摩周湖を見る ～清里の水の源1～

・摩周湖の成り立ちと断面

神の子池 ～ここも清里の水の源～

・神の子池はなぜ青い？ ・池の生き物たち

斜里岳 ～清里の水の源2～

・竜神伝説 ・湧き水の男鹿の滝

さくらの滝

・サクラマスハイジャンプの秘密 ・サクラマスってなに？

水と大地の恵み

・水の利用 ・じゃがいものこと ・小麦のこと ・焼酎のこと

清里の人たちに聞きました

・清里に住んで良かったことは？ ・住んでみる

清里水物語MAP 清里を楽しむ イベント案内

神の子池

ここは水の清らかな里 「清里町」

雄大な水辺、神秘の水色、躍動の流れ、湧き出る水、これらをつなぐ一つの川。
今回はそんな魅力いっぱいの清里町を、自慢の“水”をテーマに源流から下流まで
Love 清里100%の私たちがちょっと深掘り、紹介します。
あなたも【きよさとSTYLE】のくらしと旅を楽しみませんか。

水の源
その1

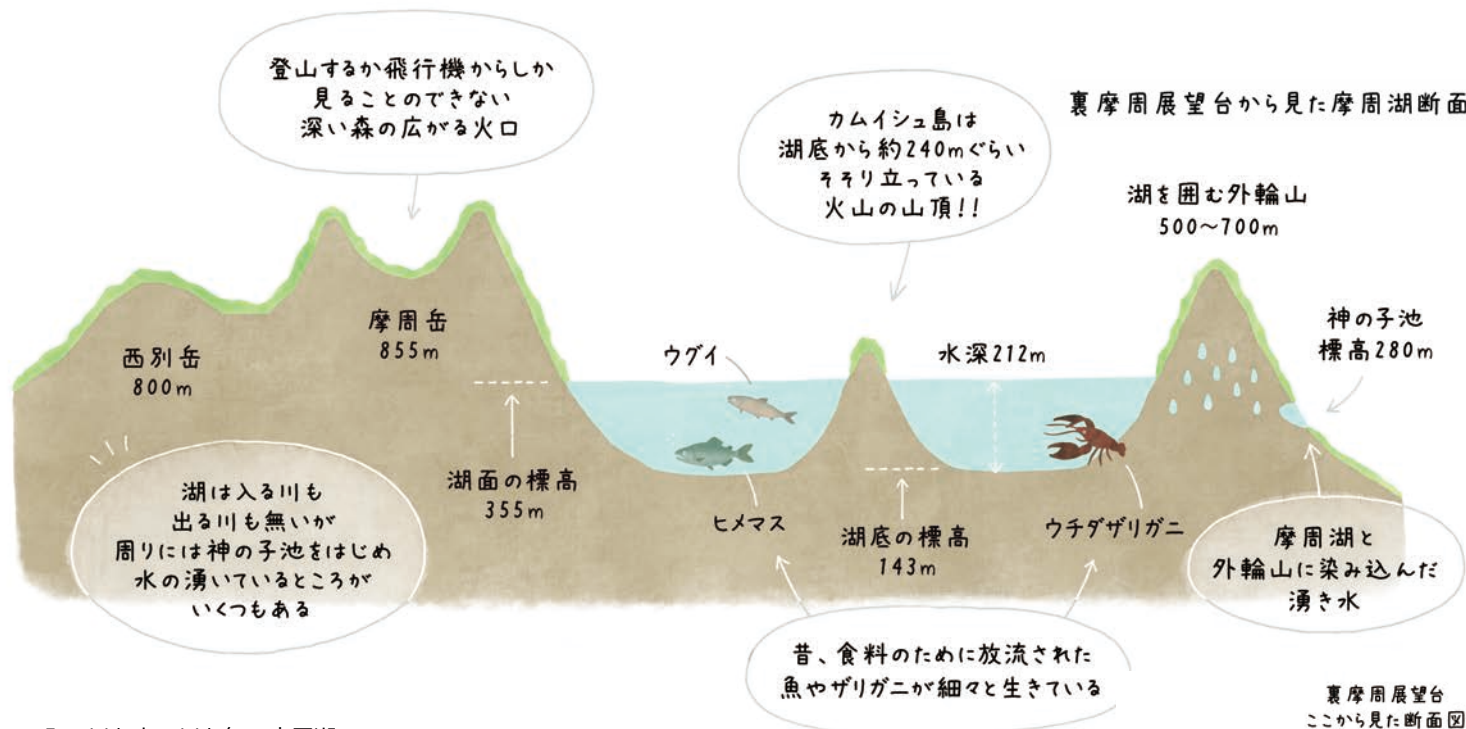
摩周湖

清里町の水源の一つである摩周湖。

空を映す美しい湖、それを取り囲む外輪山を裏摩周展望台から見てみよう。

約7千年前の大噴火によってできたカルデラに水がたまったのが摩周湖です。
その後4千年前にはカムイヌプリ（摩周岳・カムイ=神、ヌプリ=山）火山が
成長、その後の噴火で現在の姿に至っています。また同じ頃、カルデラ中央で
も火山活動があって小島に見えるカムイシュ島ができました。
これら摩周火山の噴火による軽石や火山礫、及び火山灰は斜里岳南側と清里町
全域にも厚く堆積しており、神の子池の水中に白く見える部分もこのときに降
り積もったものと思われます。

真冬もBeautiful!

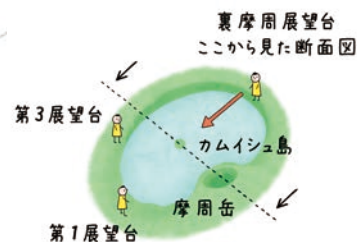


入る川も出る川も無い摩周湖。

透明度は極めて高く、雨が降っても天気が続いても水の量は変わりません。

その摩周湖の水は地下に浸透し、周りの外輪山にしみ込んだ雪や雨の水と一緒に神の子池などの湧き水となり清里町の水の源の一つとなっているのです。

想像してみてください。摩周湖の水があちこちから染み出して周りの大地を潤していることを。



神の子池

鏡のように静かな水面だけど、底付近をよ〜く見ると中央の黒い砂がわらわら動いているのが見えます。摩周湖と周りの山々の地下にしみ込んだ水がここから湧いているのです。

摩周湖はアイヌ語でカムイトー（神の湖）、ここはその子供ということで「神の子」なのです。

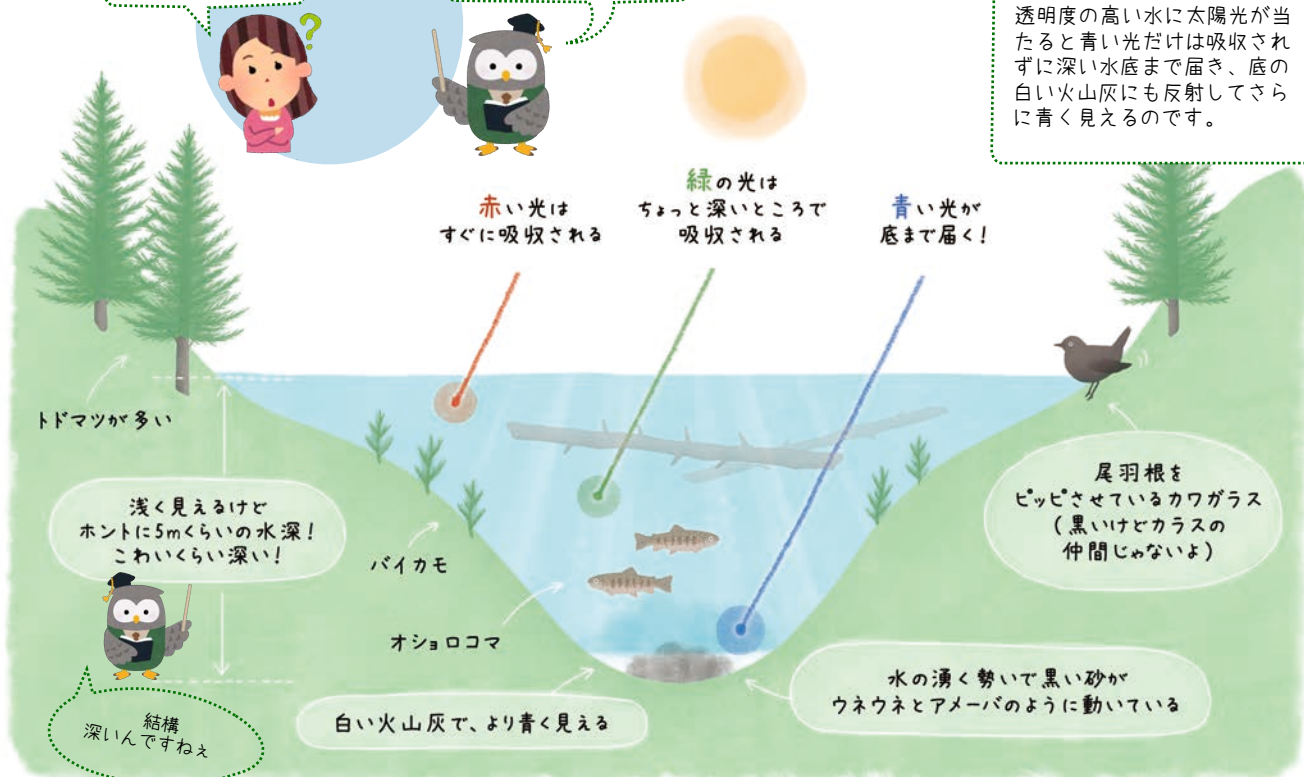


なんでこんなに青いの？

どれくらいの量が湧いているの？

一日1万2千トン、これは25mプール20杯分のすごい量！

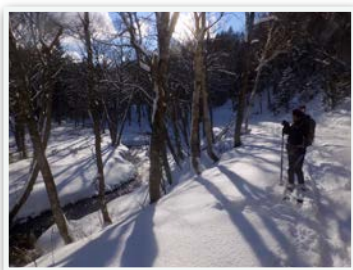
透明度の高い水に太陽光が当たると青い光だけは吸収されずに深い水底まで届き、底の白い火山灰にも反射してさらに青く見えるのです。



一番青いときに見たい！という方は日差しが高くて光が湖面に射す時間がおすす。でも曇りでも冬でもきれいに青くみえますよ。

冬の神の子池

冬は林道が除雪されていないので片道2キロをスノーシューやスキーで歩いて行きます。毎年2月にはイベント神の子池かんじきウォーキングも開催！



探
し
て
み
て
ね
♪

バイカモ（キンボウゲ科）

水の冷たい清流に生える水草。梅のような花が咲くので「梅花藻」という。花は水中でも咲き、夏に水の中でゆらゆら揺れている白い花はとっても美しいですよ。



カワガラス（カワガラス科・カラスの仲間じゃないよ）

飛びながらビッピッと力強く鳴いている20センチぐらいの黒い鳥。留まっている時の尾を上下にピコピコ動かす姿がカワイイ。潜って川底を歩いたり、泳いだりすることも得意な鳥です。



オショロコマ（サケ科）

国内では北海道にのみに生息するイワナの仲間であ絶滅危惧種にもなっている貴重な魚。斜里川や知床半島の河川に特に多く生息しています。しっかり姿が見られる神の子池は貴重です！



水の源
その2

斜里岳

斜里岳は清里町のシンボル

町を見守ってくれているかのようにそびえ立つ斜里岳。
その姿はいつ見てもカッコイイ！
ここに降った雨が雪が川になり、町を流れて行きます。
私たちや畑をいつも潤してくれている川の生まれる場所が
この山なのです。

竜神伝説 ～竜神様と雨乞い～

斜里岳登山道の7合目付近、新道と旧道が分岐する上二股から熊見峠に向かう途中、側道に足を延ばすと小さく神秘的な池「**竜神ノ池**」が現れます。



この池には古くから地元の人たちに水の神「竜神様」が住んでいるという言い伝えがあります。

今から約90年前の昭和7年、強い日照りが続き干ばつに見舞われました。人々は丸山の頂上で太鼓をたたいて徹夜の雨乞いの祭りをし、斜里岳麓の高台に竜神様を祀る神社を建立しました。そして、大きな藁の大蛇をつくり夜をかけて斜里岳に登り竜神ノ池に大蛇を泳がせ祈願をしたところ、山を下りてくるころからぽつりぽつりと雨が降り始め今度はなかなか降り止まなかったという。

(「江南開拓史」より)

斜里岳登山で見られるお花



レツッ・チャレンジ☆斜里岳登山！
かなりきつくてとても怖くて
そして最高に面白い♪
夏はいろいろなお花も見られます。
体力に自信のある方は是非！

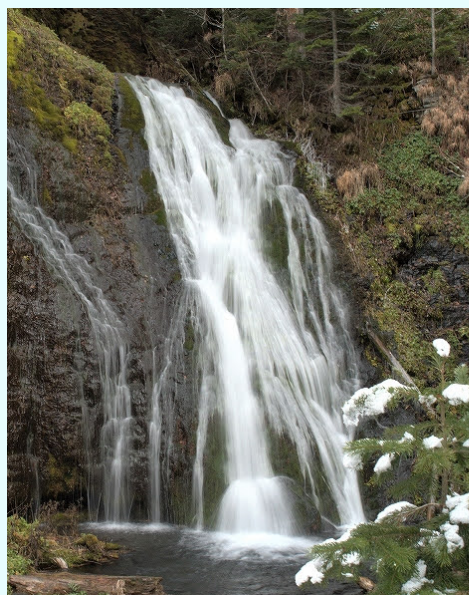


ホシガラス

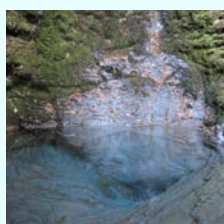
1. シロバナハクサンチドリ
2. ミヤマオダマキ
3. チシマギキョウ
4. チシマノキンバイソウ
5. ウサギギク
6. エゾノハクサンイチゲ

男鹿の滝

緑に囲まれた斜里岳林道を車でゴトゴトすること9キロ。
たどり着いた駐車場から5分ほど歩くと高さ25メートル
の滝が現れます。



ヒグマ注意の看板にドキドキ...
何かが出そうで涼しさが倍増!?



岩の割れ目から湧いて
いるんだね！

この滝の上流には川がありません。
滝の上部から斜里岳の伏流水が湧き出しているのです。
その量は1日3万トン。25mプール50杯分に相当します。

さくらの滝

斜

里川中流部 青葉地区にあるさくらの滝。
昔、砂利を取っていたところが川の流れて削られ段差ができたらしい。

毎年6～8月には滝を次々とジャンプするサクラマス姿が見られます。

夏に道東を訪れるならここは必見！



Point

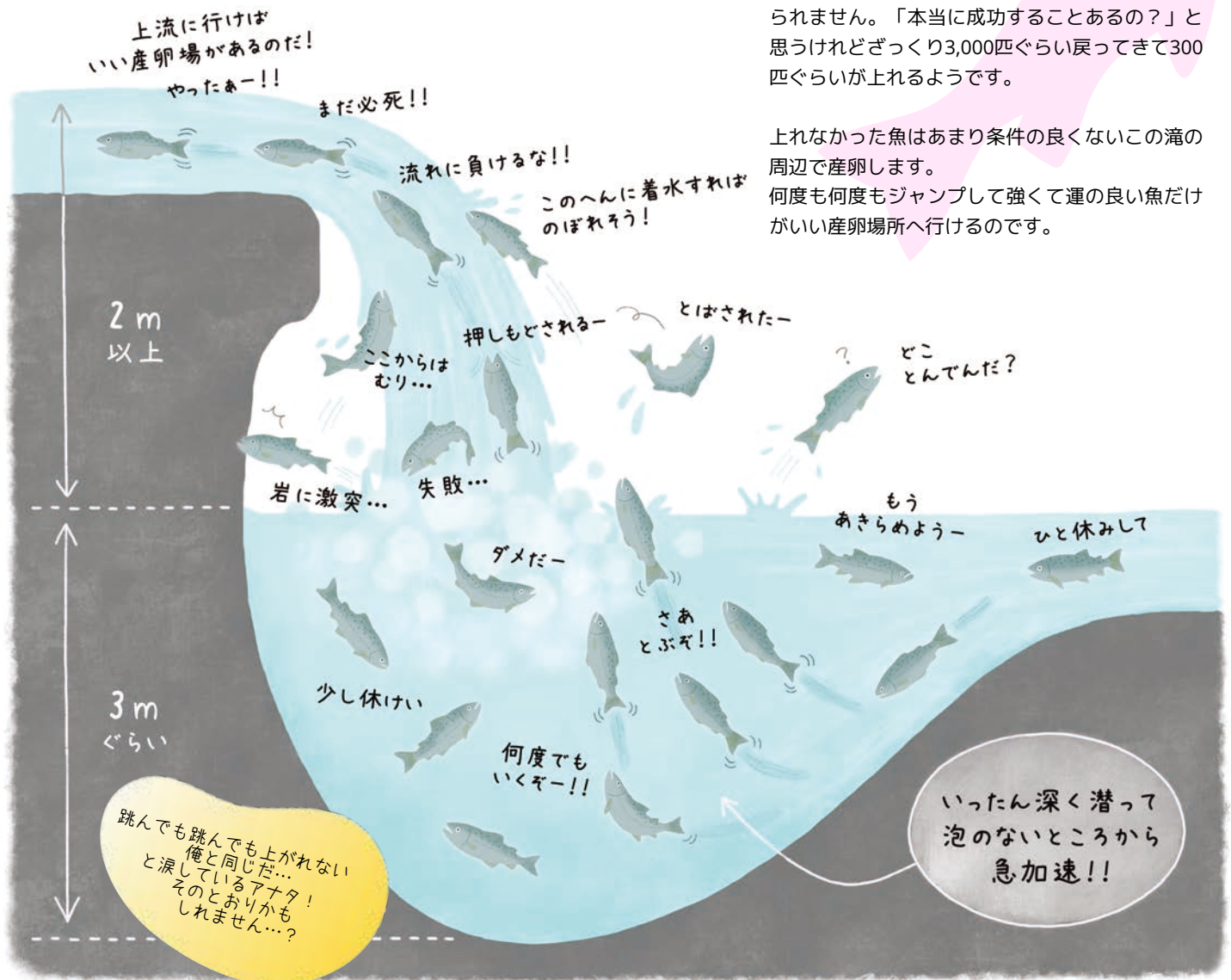
魚がジャンプ成功して上にあがれるところは一箇所だけ。よく見てくださいね！

サクラマスって なんでこんなに跳べるの？

－ハイジャンプの秘密－

ずっと見てもなかなか飛び越えて行く姿が見られません。「本当に成功することあるの？」と思うけれどざっくり3,000匹ぐらい戻ってきて300匹ぐらいが上れるようです。

上れなかった魚はあまり条件の良くないこの滝の周辺で産卵します。何度も何度もジャンプして強くて運の良い魚だけが産卵場所へ行けるのです。



名前の由来

2002年、隠れた名所の「サクラマスの登る滝」の名称を募集したところ全国から1,950通の応募があり、一番人気の「さくらの滝」に決定しました。

サクラマスのこと

「サクラマス」という名前の由来は桜の咲くころに上ってくるから、または産卵前に体が桜色になるからと言われています。

サクラマスはサケの仲間。

川にいるヤマメが海に下りるとサクラマスになります。さくらの滝でジャンプしているサクラマスたちは、この斜里川で生まれ、海に下り、産卵のために再び戻ってきた魚たち。

でもヤマメがみんな海に下るわけではなく、川にずっと残る者もいて、川でエサを取るのが苦手なちょっと弱いやつが海に下るのではないかという近年の研究結果もあります。10数センチのヤマメが海に下り、1年で40～50センチになって戻ってくることを考えると、海のエサの豊富さが想像できますね。



水と大地の恵み

清らかな水は農業にも恩恵を与えています

清里町は全国的にみても屈指の少雨地域で、年間降雨量は約1,000ml。少ない降水量により農作物がたびたび干ばつ被害に見舞われることから、農業用灌漑ダムと水路が整備されました。また、近年はダムの水を有効活用しようと水力発電施設の整備が進められています。豊かな水資源は、農業と暮らしに大きな恩恵を与えています。



緑ダム

清里町の南東部に位置する緑ダムは1982年に建設に着手し21年の歳月を経て2003年に完成、翌年から稼働しています。緑ダムの水は清里町を含む1市4町（網走市、清里町、斜里町、小清水町、大空町）の広大な土地を潤しビート（てん菜）やじゃがいも、小麦の生産向上はもちろん新しい作物の導入の可能性も限りなく広がっています。



potato

じゃがいものこと

可憐で美しく、思わずカメラを向けてしまいたくなる「じゃがいもの花」。この花も種類によって色が違います。

皆さんがカレーやシチューなどの料理に使う【メークイン】の花の色は紫ですが、清里町で多く栽培されているのは白い花の【コナユタカ】という品種。



メークイン



コナユタカ

あまり耳にすることがないと思いますが、コナユタカとはその名の通りメークインや男爵などに比べ、でんぷん質が多く片栗粉（でんぷん）に加工されます。

そのでんぷんは医療品や製紙用の糊など、とても広い用途に使われています。清里町で白いじゃがいもの花を見たら「あー、この畑のじゃがいもが中華料理のとりみをつけてくれるんだー！」と感じてくださいね。



wheat

小麦のこと

清里町で主に栽培されている小麦は2種類で、うどんやパンの原料になります。

秋に蒔き付けられ、雪の布団で春を待つ【きたほなみ】。晩秋なのに緑の畑になっているところは、この小麦畑です。主に中力粉になり、もちり食感のうどんやそうめんなどの麺類に加工されます。



きたほなみ



春よ恋

そして穂からツンツンと毛がいっぱい出ているのが【春よ恋】。名前のとおり春に蒔き付けをして主に強力粉になります。香り豊かなパンや、中華麺類にもなります。

この2種類は蒔き付けの時期がかなり異なりますが、収穫は夏の一度だけなのです。

清里町内のお店や観光施設の売店では、清里産の小麦を原料としたお菓子や麺類など沢山の商品が販売されています。お土産にいかがですか？



清里じゃがいも焼酎

北海道有数のでんぷん原料じゃがいも産地の清里町では、北海道の一村一品の草分けともいわれる「日本初のじゃがいも焼酎」が町の直営工場で製造されています。2014年にはボトルのデザインが刷新され「日本グッドデザイン賞」を受賞しました。主力商品の【北海道清里(樽)】はウィスキー醸造に使われるホワイトオークの樽で熟成しています。

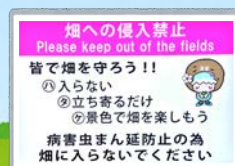


琥珀色で芳醇な香りがついた焼酎は、水割りやお湯割りだけではなく、ハイボールにすると普段の飲み慣れているものとは一味違った味わいがあります。ぜひ、お試しください。

畑に入らないでね

靴や車のタイヤについた
病害虫等を畑に連れ込んでしまうと
収穫量が激減・・・

一度畑に発生すると根絶が極めて困難なため
農家の方にとって死活問題となります。



畑に立ち入っての
写真の撮影は厳禁！

必ず守ってくださいね。



清里の人たちに聞きました！

清里に住んで
良かったことは？

東京から清里町へ移り住んで早5年。自然の遊び場があふれる小さな町で、ゆったり子育てしています。



子育てママさん

夏は陸上少年団が走るグラウンド。冬は天然スケートリンクに大変身し、真っ白な斜里岳をバックにスケートができます！冬の公園では新雪にダイブ！雪だるまづくり！そりすべり！都会っ子にはなかなか経験できないぜいたくな遊びばかりです。

町の子育て支援策も充実しています。思いつくところで、18歳まで医療費無料、中学生まで給食費無償、就学時に新入生全員にランドセル贈呈などがあります。

学校や図書館へのアクセスの良さ、そして大人の目が行き届く町のサイズ感も子育て世代にとってはとてもありがたいです。



ラッキーさん

お水が美味しい～

水道からのお水なのに美味しくて、遠出する時も水筒に入れて持って行くほど。雪解け時期のお水が甘くてびっくりしました！！そのお水で仕込むパンも超元気。温泉も3つもあって、地球からのエネルギーをたっぷり受け取れま～す！

学生時代に、釣り仲間5人ほどで、道東の釣り三昧旅行をする機会があったり2度訪問し、斜里川のすばらしさを実感していました。

とにかく住んで驚くのは、水が旨く、農畜産物も海産物も旨く、住まないと判らない事ばかり。馬鈴しょもトマトも嫌いだった私は、同じ作物でも肉でもこんなに違うんだと開眼しました。「本物は嘘をつかない！」。来たれ美食家です。

釣り好きには、斜里川を始め・湖・海も車で30分圏内に多々存在し、1時間半の範疇には名所旧跡など観光地も数多く、更に山が好きで高山植物が好きな方には、地元の日本百名山で花の百名山・斜里岳をはじめ羅臼岳や雄・雌阿寒岳等々、土日だけでは休日足りません。子育てにも優しく、管内の中でも教育施設などもトップクラスで充実しています。住み始めて、あっという間の41年目に成りました。



斜里川管理人さん

「こんなところあったんだ！」という抜群の立地、自然環境と教育環境です。斜里岳をはじめ知床や阿寒摩周国立公園も海も湿原も近く、釣り好きの私には理想郷。それにやっぱり斜里川、神の子池、さくらの滝といった特級の自然が身近にあること。

毎日、斜里岳の姿を見ているも千差万別の表情にまったく飽きません。それに有名な観光地ではないので住むのにとても静かで行政のサービスも充実していること。

いいことばかり書いていて嘘くさいけど20年在住の私の本心です。



水を得た魚さん

静かなところですよ。札幌に数年間住んでいましたが、ぼーっとしたいとき、散歩したときに清里町を知っている私には少し騒々しかったです。清里町に帰って来てからは、ふと瞬間に見えるきれいな星、壮大な斜里岳、神秘的な神の子池、そして私が一番好きな摩周湖などは頭の中を空っぽに



清里っ子さん

でき余裕を持たせてくれる気がします。清里町は底知れない町だと思っていますので、ぜひ立寄ってみてはどうですか？

生まれ育って60年が過ぎ、ずっと清里町民とふと思う。

今、私は主人と、自然の力に左右されながら、野菜とか小果樹を育て加工販売と季節限定のカフェをしています。町外からのお客様と接する事も多く、清里は良い所ですねという言葉に嬉しさを感じます。和みのある町なのかな。又、道外の方からは、この辺りは北海道に来た気がする、と、他は人が多すぎると。

山の麓まで畑が広がり、舗装道路が整然と張り巡らされ、子供の頃の自然とは様変わりしましたが、斜里岳の美しさと夜空の星のまぶしさは変わりません。斜里岳の伏流水、清里の水はとても冷たく美味しく、家々の水道から豊富に出て来てくれます。清里町はその水源で畑も人も潤い、自慢が出来ると思っています。



ベリーさん

きよさと移住情報「ちょっと暮らし」のwebページには他の移住者インタビューも載っています

移住体験住宅 「ちょっと暮らし」



光回線、wifi完備。
生活雑貨も揃っていて安心！
滞在期間は1週間から1カ月

住んでみたくなったら？
ゆっくり満喫するには？

北海道・きよさと暮らしを
はじめてみませんか？



清里町の空き家・空き地を購入 「空き家バンク」



優良物件には希望者が殺到！
ご相談から契約まで
スタッフがお手伝いします。
最新情報はwebをご覧ください



詳しくは
きよさと観光協会 移住・定住事業まで
TEL：0152-25-4111
<https://www.kiyosato-e10.com/>

仕事も遊びも！ 「リゾート・テレワーク」

光回線、wifi完備。
自然豊かな環境で、仕事と遊びを体験！
1人でも、家族やグループでも。
対象住宅3戸、滞在期間は1週間から1カ月

清里水物語MAP



Illustration by Omatsu
<https://twitter.com/OiOmatsu>

清里を楽しむ



斜里岳登山

スリルがあり体力も必要な日本百名山の斜里岳。登山ツアーではこの山を知り尽くした地元のガイドがご案内します！登山道入り口周辺の原生林ハイキングコース（一周約1時間半）もありますよ。



サイクリング

オホーツク海に向かって真っすぐ伸びるストレートロードを駆け抜ける「ショートコース」、裏摩周展望台から清里町市街地までの約30kmの下り坂を楽しむ「ロングコース」が人気。レンタサイクルあり。

7月第一日曜日 グランfond きよさと

雄大な景色とおいしい食を
楽しみながら疾走する
サイクリングイベント



農業体験・フルーツ収穫体験

地元ガイドが北海道農業の魅力・楽しさをお伝えします。作物を収穫したり、普段は入れない畑のど真ん中を歩いたり、写真を撮ったり。清里で北海道の広大さと旬を味わおう！



5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下
	ハスカップ		ブルーベリー		ぶどう	
				アロニア シナベリ		
				とうきび 枝豆 玉ねぎ	ビート	
				じゃがいも	大豆	

9月第一日曜日 清里町 ふるさと産業まつり

農・林・商業が集結する
特産品などの収穫祭。
清里町の最大イベント



9月第三日曜日 斜里岳ロードレース

斜里岳の麓を走る
ハーフマラソン大会。
5km、3km、2km、
ファミリーの部あり



詳しくは
 きよさと観光協会ウェブサイト「自然体験」をご覧ください
<https://www.kiyosatokankou.com/guide.html>