



～常呂と自分の将来を語る～

2023 年度

北海道常呂高等学校 3 学年

総合的な探究の時間

<はじめに>

常呂高校では、総合的な探究の時間を TP (Tokoro Project) と名付け、地域についての探究学習をすすめています。

これまで、提言発表会に向けて、1人1人が郷土の活性化や発展について真剣に考え、取り組んできました。この提言を通し、これからも地域を思い、考え、行動できる人になるための一歩としたいと考えています。

<目次>

探究チャレンジ北海道への挑戦・・・・・・・・・・ P1

商品・レシピ開発チーム

「新たな TOKORO の名物を作りたい」・・・・・・・・ P2～P9

100 年記念広場周辺再開発チーム

「人があつまる TOKORO へ」・・・・・・・・・・ P10～P13

ゼロカーボン推進チーム

「TOKORO の未来を共に考えたい」・・・・・・・・ P14～P16

< 探究チャレンジ北海道への挑戦（１・２年時の成果発表）>

探究活動が評価され、オホーツク大会を勝ち上がり、北海道大会で Tokoro Project を発表しました。



Tokoro Projectとは？

- 常呂高校の総合的な探究の時間
⇒ Tokoro Project（通称TP）
- 目標
⇒ 「常呂（地域）と自分の将来を語る」
- ゴール
⇒ 郷土と自分の将来についての提言や実践発表

これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ 常呂探検フォトラリー



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ 地域や行政の方によるお話



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ 教科と横断的な活動



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ 地元企業等での職場体験



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ 私たちが感じた常呂の課題とは



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

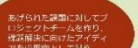
■ 私たちが感じた常呂の魅力とは



これまでの取組 ①課題設定と情報収集 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ プロジェクトチーム発足

- (1) 観光地のPR
- (2) カーリングの普及
- (3) 特産品のPR
- (4) 町の魅力発信



これまでの取組 ②整理・分析 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ (1) 観光地のPR



これまでの取組 ②整理・分析 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ (2) カーリングの普及



これまでの取組 ②整理・分析 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ (4) 町の魅力発信



これまでの取組 ②整理・分析 ～常呂と自分を深く見つめ直す～

■ (3) 特産品のPR



今後の展望 ～常呂と自分の将来を語る～

■ チャレンジ2ndステージ

- ☆ 3年7月に地域への提言を常呂自治区長へ提出
- これまでの成果を踏まえ
- 地元企業とのタイアップ商品の開発
- 合宿のまちやところスポーツパーク構想
- 探究活動の集大成として、産学官の連携した取組に

< チャレンジ >

『新たな TOKORO の名物を作りたい』

いしだ ようこ かがみせ いや きむら やさ た こまつ さわ りゅう しやう たけむら りく なかはら と あ まつばら あや ね
石田 陽子 鏡星也 木村優太 小松澤龍翔 竹村璃玖 中原太亜 松原綾音

これまでの道のり

○ 1 年次 地域学習、2 年次 職場体験等

○ 2 年次 3 月～3 年次 4 月 企画スタート

産業や流通、販売などの社会の仕組みを学び、新たな名物づくりを目標に、**常呂**の未来を考えたい。そのために地元企業の協力をあおぎ、地元の特産品を使った新たな名物商品を開発したいと考える。

○ 3 年次

4 月

・株式会社しんや様、



北海道オホーツク圏地域食品加工センター様へ協力依頼及びミーティング。

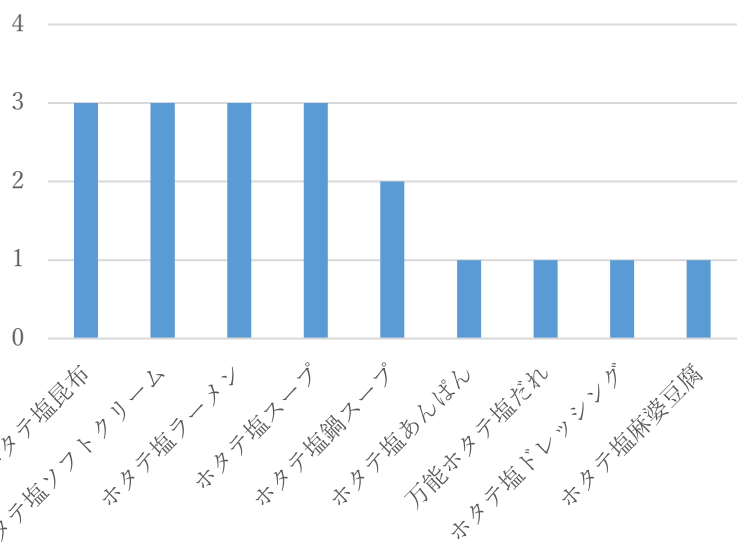
常呂町の**ホタテ**は全国的にも認知され、新鮮で大粒なおいしい**ホタテ**を求めて観光に来る方が多くいます。また、**ホタテ**を使った加工品もたくさん販売され、中でも株式会社しんやさんの薫油漬けはとても人気があります。

そのしんやさんで販売されている「**ホタテ塩**」は万能調味料として多彩なアレンジがきく商品であり、それをいかした新たな商品づくりができるのではないかと考えました。

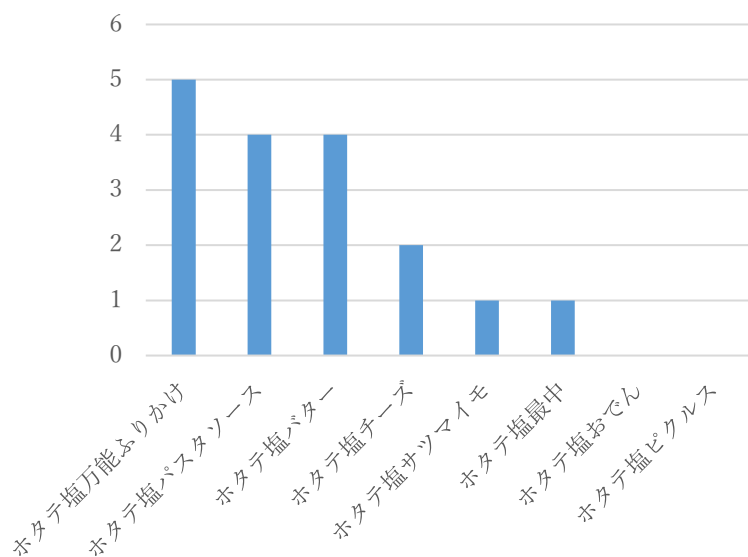
さらに**常呂町**には**ホタテ**以外にも海産物では牡蠣や毛蟹、鮭、農産物では玉葱やじゃがいも、ビートなどたくさんの特産品があります。

そこで私たちは、新商品づくりに向けたアイディアを出し合いました。

すでにある・ありそう・競合品あり



新しい・新しそう・新ジャンル



そこで私たちは

アンケート結果とミーティングを行った結果、誰にでも親しまれ、手軽に使うことができる **パスタソース** を作りたいと考えました。

そこで、私たちは新たな町の特産である「**ところピンクにんにく**」に注目しました。**ホタテ**を使った加工品は数多くありますが、そこに**ところピンクにんにく**をキャスティングすることで「**常呂**」に特化した商品にしたいと考えました。私たちが進学や就職で一旦町を離れても食べるだけで故郷を感じられるような♪

「**ホタテ塩**」×「**ところピンクにんにく**」＝？

私たちの答えは**常呂**でしか作ることができない

「**パスタソース**」でした。**ホタテ**と**ところピンクにんにく**のマッチングは最高で、試作、試食段階では絶賛の声が止まりませんでした。また、多様な生活スタイルが多い現代社会の特徴を考え、手軽に作りやすい**レトルトタイプ**の**パスタソース**にするとよいと考えています。



地域の高校生として、将来の

地域の担い手として情報発信や産業の拡大の力となり、さらに**常呂町**の知名度を広め、町を活性化させていく活動につながればと考えています。

商品説明（コンセプト等）

常呂町の**ホタテ**を使った**ホタテ塩**と**にんにく**からできる**パスタソース**。**ピンクにんにく**のいい香りと**ホタテ塩**の相性が抜群で、やみつきになります。**ホタテ**の稚貝と**にんにくチップ**を加え、トッピングに**ホタテ塩**を添えることで、



アーリオ・ホータテ・ウーママ・トコロンチーノソース♪

追い「ホタテ塩」がうまみをアップさせます。極めつけは、常呂町の小麦を使ったパスタと合わせると“常呂”を口いっぱいに感じられます。

< 材料 >

- ・ パスタ
- ・ オリーブオイル
- ・ ところピンクにんにく
- ・ ホタテ塩
- ・ ホタテの稚貝（ボイル済）
- ・ パセリ

< 作り方 >

- ① スライスしたにんにくをオリーブオイルで炒める。
- ② 茹でたパスタと①を絡め、稚貝とホタテ塩を加える。
- ③ パセリと最後にホタテ塩をトッピングしてできあがり。

今後の展望

地域の特産品や加工品がどのように流通していくのか知るために、実際に直接販売を行いたい。また、全国各地や世界に“常呂”をPRするための方法を考える。

協力者

「株式会社しんや」様 北海道北見市常呂町字常呂 45－6

TEL:0152(54)2181 / FAX:0152(54)2184

「北海道オホーツク圏地域食品加工センター」様 北海道北見市大正 353－19

TEL:0157－36－0680

商品開発チームの ホタテ旨塩を使った メニュー紹介

パスタソースだけでなく、活動の中で出た
様々なアイデアを紹介します♪

ホタテ塩昆布

材料

・ 昆布 50 g

調味料

仕上げ用

・ 砂糖	大さじ 1	・ きび砂糖	小さじ 1
・ みりん	大さじ 1	・ ホタテ塩	小さじ 1/3
・ 酢	大さじ 1/2		
・ しょうゆ	大さじ 1		
・ 水	150 cc		



作り方

1. 昆布は食べやすい大きさに細切りにします。
2. 鍋に調味料を入れて混ぜる。昆布を加えてさっと混ぜ中火で熱し、ときどき混ぜながら水分がなくなるまで煮て冷まします。
3. 天板にクッキングシートを敷き、昆布を広げる。予熱なしで 100℃ のオーブンで 25 分～30 分ほど加熱して冷まし、ほぐす。
4. ポリ袋に入れ、きび砂糖、ホタテ塩を加えてまぶす。

ソフタホテーム

材料

ホタテ塩

オホーツクの牛乳を使ったソフトクリーム

作り方

1. オホーツク海を頭の中でイメージする
2. ソフトクリームに、ホタテ塩をかける
3. 清々しい気持ちで味わう



ホタテ塩バウムクーヘン

材料(2～3人分)

- ・ 砂糖 25 g
- ・ 無塩バター 20 g
- ・ はちみつ 大さじ1 / 2 杯
- ・ バニラオイル 適量
- ・ 牛乳 100 cc
- ・ サラダ油 大さじ1 杯
- ・ 卵 1 個
- ・ ホタテ塩 少々
- ・ ホットケーキミックス 100 g



作り方

準備. アルミホイルで芯を作っておく。

1. ボウルに砂糖、はちみつ、溶き卵、牛乳を加えてよく混ぜ合わせます。ホットケーキミックスを加えて粉気がなくなるまで混ぜ合わせて溶かしバター、バニラオイルを加えて混ぜます。
2. 卵焼き器にサラダ油を引き中火で熱しペーパーで油を拭き取ります。
3. 弱火にして生地をおたま1杯ほど入れて全体に広げ、アルミホイルの芯を卵焼き器の奥におきます。生地がふつふつしてきたら奥から手前に転がします。火加減は調節してください。
4. 生地を卵焼き器の奥に移動させ、再度サラダ油を塗り生地を流し広げます。3と同じように巻き、この作業を生地がなくなるまで繰り返します。
5. まな板にのせてアルミホイルの芯を抜き、お好みの厚さに切ります。
6. ホタテ塩をかけ、オーブントースターで2分30秒～3分00秒焼いて完成です。

Y E P ! S C A L L O P S ! P O P ! ポップコーン

～ホタテ塩味～

○材料

- ・ポップコーンの種・・・50g
- ・ホタテ塩・・・小さじ2
- ・油



○作り方

- ①フライパンにオイルを入れ、コーンを一粒入れて強火にかける。
- ②そのコーンが、弾けたら残りのポップコーンを一気に入れる。
- ③7割くらい弾けたところで火を消し、蓋を閉めて2～3分待つ。
- ④落ち着いたら、ホタテ塩・オリーブオイルなどを混ぜできあがり

新たな TOKORO の 名物を作りたい♪

- お祭りやイベントで自ら提供
- 飲食店やホテルとタイアップし、
企画商品として販売！

人が集まる

TOKORO

メンバー 秋山義宗 小原拓真 白畑桃希

目標

百年広場周辺の再開発
～泊まる人にあわせる宿泊施設～

現状

- ・常呂で合宿できる施設が少ない
- ・観光客等の外部からの人の往来が少ない
- ・うまく活用できていない施設が存在する（旧カーリングホール等）
- ・百年広場周辺は運動できる施設や広い土地が多く存在する

課題

- ・新たに建てる場合の財源・土地面での不安
- ・既存の建物を改修した場合の耐震面での不安
- ・外部から人を呼び込む際のターゲット層の設定
- ・うまく活用できていない施設・土地の活用方法

★提言★

- ・「合宿」を主なターゲットにして外部から人を呼び込む。

(合宿種目例)

アドヴィックス常呂カーリングホール⇒カーリング

野球場⇒野球 芝生⇒サッカー 高校グラウンド⇒ラグビー、陸上

百年記念広場⇒吹奏楽、マーチング スポーツセンター⇒球技全般

- ・活用できていない施設を宿泊施設としてリノベーションして再利用。

(施設例)

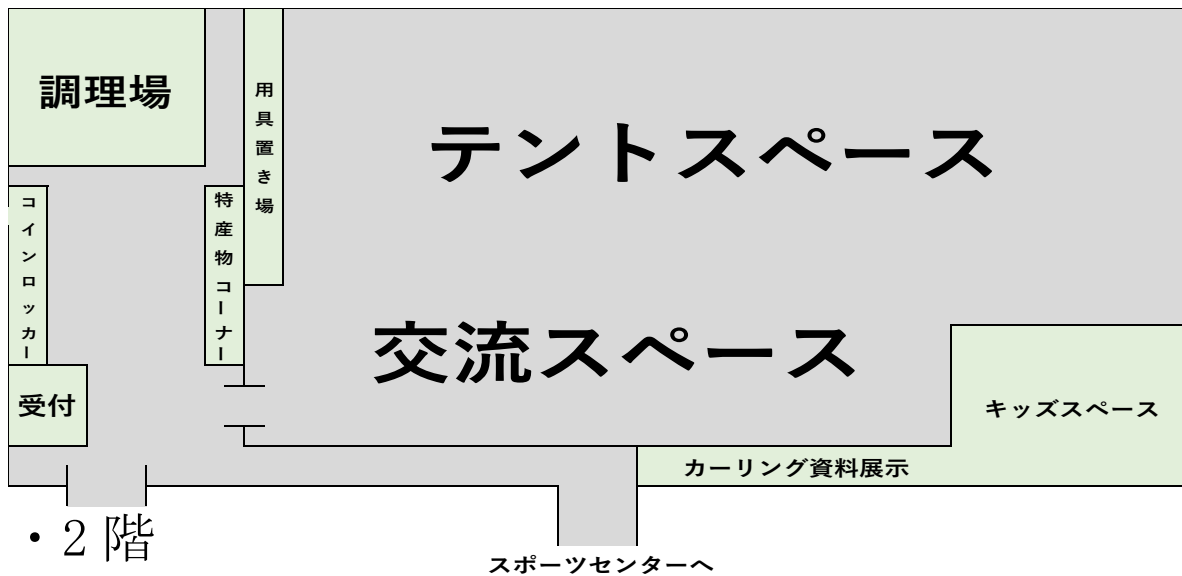
旧カーリングホール⇒多様なニーズにこたえた宿泊施設へ

旧常呂幼稚園⇒大人数の格安合宿スタイル

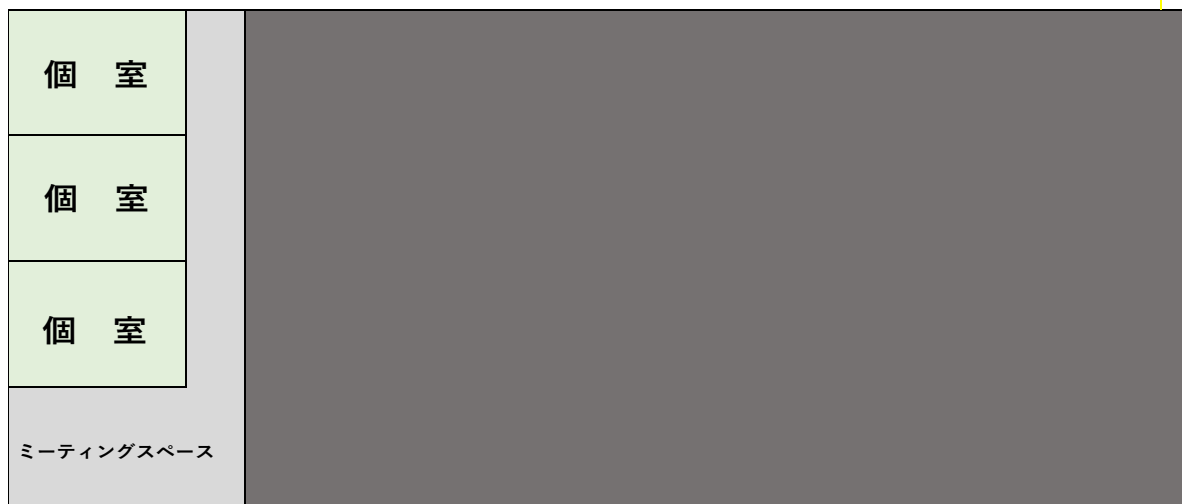
常呂高校⇒セミナーハウスを新たに建設、合宿場所としてだけでなく町外からの入学生の学生寮としても利用

施設図案（旧カーリングホール利用）

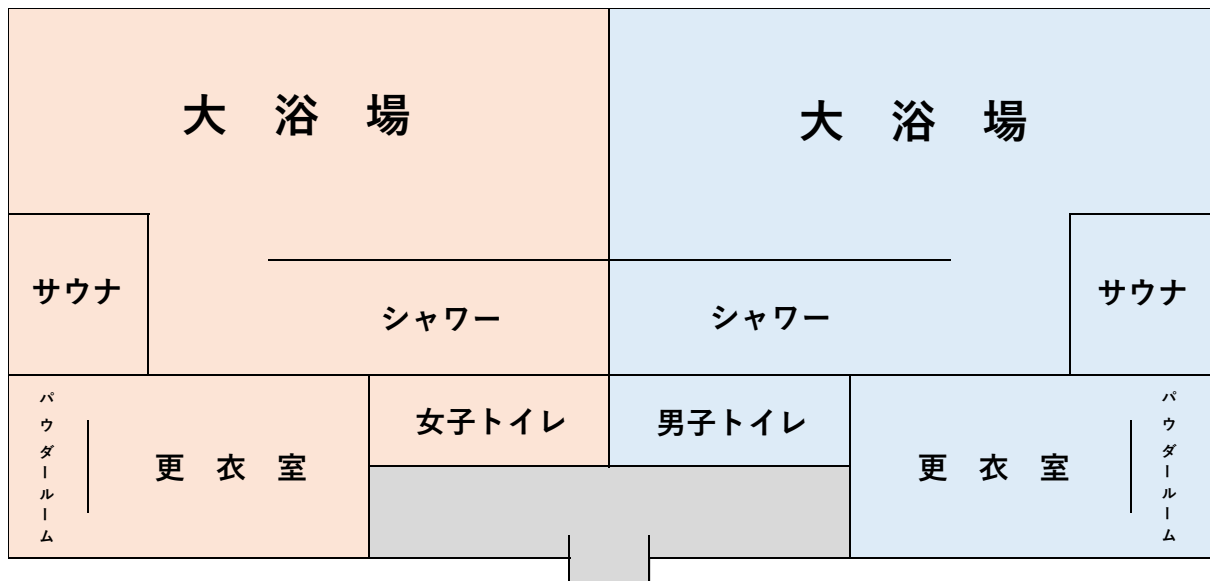
・1 階



・2 階



・大浴場（スケート場に建設）



・コテージ（スケート場に設置）



参考：妹背牛町観光情報

<https://www.town.moseushi.hokkaido.jp/kankou/sightseeing/Cottage.html>

ポイント

- ・ 空港（女満別空港）が近くにあり、冷涼な気候のため、道外からの夏場の合宿先として最適である。
- ・ 食事に常呂町の特産品を提供
- ・ 常呂町のカーリングの歴史を学べるフォトスポット&キッズスペースの設置
↳ 旧カーリングホールの存在を無下にしない工夫
- ・ 利用者に合わせて宿泊部屋を設定可能
（ベッド or 布団 or 寝袋・テント or 個室 or コテージ・etc）
- ・ 周辺に体育館や野球場、カーリングホールがあり徒歩で移動可能
- ・ 人工芝を採用することで子供連れでも安全に過ごすことが可能
- ・ 周辺に広い駐車場が多数

メリット

- ・ 広い土地で運動や演奏を行いたい人たちを招ける
- ・ 夏でも他の地域に比べて涼しいことから避暑地としても招ける
- ・ 「大浴場」にサウナ等もあるため地元の人も招ける
- ・ 常呂町の魅力がまた1つ増える
- ・ 地域の直接的な活性化につながる

デメリット

- ・ 宿泊数を多く確保できない
- ・ 一般的な宿泊施設と比べると簡易的
- ・ 多額の費用が必要（推測）
- ・ 従来町の雰囲気や治安が損なわれる可能性がある

まとめ

常呂町をより良い町にするために百年広場周辺で今回のリノベーション案を基点とした再開発を行う。初めにカーリングを広告塔とし町外からの選手やファンの往来が増加することによる、宿泊施設の利用を経たカーリングやその他の文化の保持、増進を図る。

再開発の最終的なゴールは、常呂町民や町外からの観光客、すべての人が魅力的に感じる常呂町の形成だ。

TOKORO の未来を共に 考えよう

藤田紗羅 土本美空 澤向舞佳

テーマ

ゼロカーボンを若い世代に知ってもらおう

ゼロカーボンとは

二酸化炭素をはじめとする温室効果ガス（カーボン）の「排出量」から、植林、森林管理などによる「吸収量」を差し引いて、排出量の合計を実質的ゼロにすることを意味します。

国は、「2025年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする、すなわち2050年カーボンニュートラル」を宣言し、その実現に向けて、2030年度までに、温室効果ガスの排出量を46%削減（2013年度比）することを目標としています



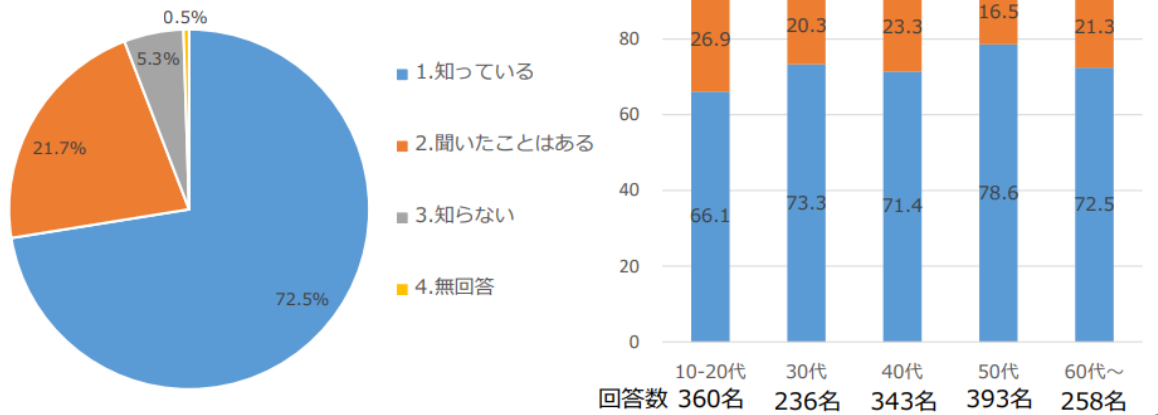
ゼロカーボンとは

CO₂排出量から森林などによる吸収量を差し引いて、“**実質的に**”ゼロにすること

現状

ゼロカーボン、カーボンニュートラル、脱炭素という言葉の認知度調査の結果が下になります。

(回答数：1,590名)



「第1回道民意識アンケート調査結果調べ」

⇒調査結果では若い世代の、約半数があまり知らないことが分かりました。

解決策（提言）

ゼロカーボンの取り組みを若い世代（特に交流のある小学生）に知ってもらうために分かりやすく紙芝居を作ることになりました！！

その紙芝居を、私たちが行っている児童館でのボランティア「きらきらぼし」での読み聞かせで使用し、常呂の未来を共に考えるきっかけとしたい。

紙芝居の内容

ゼロカーボンアクション30を参考に常呂の未来を考えるような内容にする。

「20XX年の常呂」

暑がっている人、木、煙が出ている工場、元気な太陽が描かれていて工場からでている煙や地球温暖化のせいで気温が上がって暑くなっている。

そこに博士が出てきて博士による解説が始まる。

解決方法と解決した未来

常呂に関すること（ホタテが取れなくなるなど漁業や農業についてのこと）を書きより現実的にする。

わかりやすくまとめ、みんなに知ってもらおう。



ひとりひとりができること

ゼロカーボン アクション30

脱炭素社会の実現には、一人ひとりのライフスタイルの転換が重要です。
「ゼロカーボンアクション30」にできるところから取り組んでみましょう！





**エネルギーを
節約・転換しよう！**

- 1 再エネ電気への切り替え
- 2 クールビズ・ウォームビズ
- 3 節電
- 4 節水
- 5 省エネ家電の導入
- 6 宅配サービスをできるだけ一回で受け取ろう
- 7 消費エネルギーの見える化



**太陽光パネル付き・
省エネ住宅に住もう！**

- 8 太陽光パネルの設置
- 9 ZEH（ゼッチ）
- 10 省エネリフォーム
窓や壁等の断熱リフォーム
- 11 蓄電池（車載の蓄電池）
・省エネ給湯器の導入・設置
- 12 暮らしに木を取り入れる
- 13 分譲も賃貸も省エネ物件を選択
- 14 働き方の工夫



**CO2の少ない
交通手段を選ぼう！**

- 15 スマートムーブ
- 16 ゼロカーボン・ドライブ



食ロスをなくそう！

- 17 食事を食べ残さない
- 18 食材の買い物や保存等での食品ロス削減の工夫
- 19 旬の食材、地元の食材で
つくった菜食を取り入れた
健康な食生活
- 20 自宅でコンポスト



**環境保全活動に
積極的に参加しよう！**

- 30 植林やゴミ拾い等の活動



**CO2の少ない製品・
サービス等を選ぼう！**

- 26 脱炭素型の製品・サービスの選択
- 28 個人のESG投資



**3R（リデュース、
リユース、リサイクル）**

- 24 使い捨てプラスチックの使用を
なるべく減らす。マイバッグ、
マイボトル等を使う
- 25 修理や修繕をする
- 26 フリマ・シェアリング
- 27 ゴミの分別処理



**サステナブルな
ファッションを！**

- 21 今持っている服を長く大切に着る
- 22 長く着られる服をじっくり選ぶ
- 23 環境に配慮した服を選ぶ