

TAKE FREE
Jun. 2023 Vol.13



モトクラシー

- Local for a Day -

地元の暮らしをありのままに伝える ふつうのフリーペーパーです

Definitive City Guide

Crafted by Asahikawa Locals

あさひかわ かみかわ けんぶち しべつ すながわ ちっぶべつ なかふらの
なよろ びえい ひがしかわ びっぶ ふかがわ ふらの ほろかない ましけ わっさむ

初めまして。あるいは、お久しぶりです。

モトクラシー Vol.13 をお手に取っていただき、ありがとうございます。

今号は、いつもよりちょこっと遅いお目見えでした。

その理由は、巻末をご覧くださいますと幸いです。

さて、今年の旭川エリアの夏は、何だか蒸し蒸ししています。
でも、本州のそれに比べたら、全然カラッとしているのじゃないかな。

ココの気持ちのよい空気を、やっと何も気にせず、
存分に吸って吸うことができるようになりました。

お出かけ欲が、むくむくっと湧き上がっているあなたへ。

私たちが旭川空港から 100km 圏内を走り回って出会った、
地元の暮らし、暮らしている人、地元の人知らない灯台下暗し。

そんな「モトクラシー」をご紹介します。

1 度ならず、2 度、3 度。

何度もご利用いただけましたら嬉しいです。

それでは皆さま、よき夏・秋を。
また冬にお会いしましょう。

モトクラシー編集長
河野 桃



Contents

01

美味しいものたべたい

Something Tasty



02

お買い物したい

Go Shopping



03

行ってみたい

Relax and Fun



モトクラシー レシピ

Nº
07

年に2回、各号10,000部発行している「モトクラシー」。
どうやって作っているのか、こだわりなどをちょこっとご紹介するシリーズ第7回目です。
どうぞ、お付き合いくださいませ。



自然光で撮影する

ストロボ、LED ライト一切不使用。

レフ板や背景紙なども使ったことはありません。

その日、その時、その光。常に「自然光」頼りの一発撮影。

一枚一枚の写真から、地元の空気感が伝わっていれば幸いです。



綺麗すぎる写真が突然現れると何とも言えない違和感を覚えます。人間の眼と脳と感情は不思議なものですね。



01

美味しいものたべたい

Something Tasty



だいまる亭

酒と中華 飲茶ぷーある

麦の粉

焼肉れすとらん 雪洞

カフェ ルリ

すぎやま珈琲

shironi coffee roasters

Dessert de COLOCO

Calmiss Cafe

日比青果

📷 ぶたバル すぎもとキッチン

新和食 町家

ENOTECA IL GENTILE

RS COFFEE

山のカフェ KAKURE - 覚礼 -

週末ノ朝カフェ 日々



だいまる亭 Daimarutei

味よし質よし
量この上なし

「お客さんの満腹そうな姿を見るのが嬉しい」。そんな店主が作る料理は、手間暇工夫に惜しみなし。専用の鍋でカラリと揚げた天ぷらは、まるで専門店のそれ。骨が多いと敬遠されがちな鯿は、5日間煮込んで骨まで美味しくいただけます。ココに来たからには、腹八分目なんて言わないで。美味しいご飯を鯿腹食べる幸せを、たとと噛みしめくださいませ。

"I am happy to see customers looking full," he says. The owner takes the time to prepare all of his dishes with great care and ingenuity. Tempura deep-fried in a special pot is just like that of a specialty restaurant. The herring, which is often avoided because of its many bones, is simmered for five days so that even the bones can be enjoyed. When you come here, be prepared to be full. Enjoy the happiness of eating a lot of delicious food.

📍 旭川市豊岡8条5丁目6-4 📞 0166-76-6852 🅕 有
🕒 11:30~13:30、17:30~22:00
(土曜は夜のみ営業/Open only dinner on Sat.)
🕒 火、不定/Closed on Tue. and sometimes irregularly.



Google MAP

酒と中華 飲茶ぶーある Yum cha Puer

店主から滲み出る台湾愛
行きつけにしたい中華屋さん

美味しい中華を求めて早数年。焦がれた想いを満たしてくれたのはココの炒飯でした。レンゲを入れた瞬間にバラバラと崩れるお米たち。口の中でぷりっと弾ける海老に、シャキッとレタスが食欲を倍増させます。しっかり辛いけど自家製のゴマペーストでコクのある担々麺にもご注目。本場で培った台湾・香港料理の数々を、とくとご堪能ください。

It has been several years since I have been in search of good Chinese restaurant. Fried rice of them satisfied my longing. The rice is fried to perfection, the prawns are plump, and the lettuce is crunchy, doubling your appetite. The homemade sesame paste makes the tantan noodles rich and filling. We hope you will enjoy the many authentic Taiwanese and Hong Kong dishes.

📍 旭川市東光11条3丁目4-15 みやこビル1F
📞 0166-74-4056 🅕 有
🕒 11:30~15:00 (L.O.14:30)、17:00~22:30 (L.O.22:00)
🕒 不定/No scheduled holidays



Google MAP



麦の粉

Mugi no Kona

愛してやまないたらこパスタに、和風とねばねばを組み合わせただすって！？そんなの、美味しさに決まっているではありませんか。土日限定、絶賛、ドはまり中です。

The combination of my beloved cod roe pasta with Japanese style and sticky natto is nothing short of delicious. Available only on weekends, I am immensely addicted to it.

📍 旭川市中常盤町2丁目1970-101 📞 0166-23-7145 🅕 有
🕒 11:30~14:30、17:30~20:00
🕒 火、第3月/Closed on Tue. and the 3rd Mon.



Google MAP



カフェ ルリ

Cafe Ruri

お母さんが働いていた美容室で、「やりたいことを」と始めたカフェ。どこか懐かしく何だか落ち着く。お家にいるような感覚の中、旨味たっぷりスパイスカレーをいただきます。

She decided to do what she wanted to do and started a café in the same hair salon where her mother used to work. It is nostalgic and somewhat relaxing. You will enjoy the spice curry with a lot of flavor in the feeling of being at home.

📍 砂川市西1条北2丁目1-3
🕒 11:00~17:00
🕒 不定/No scheduled holidays



Google MAP



焼肉れすとらん 雪洞

Yakiniku Restaurant Bombori

洗練された外観に、旭川家具で設えた内装。ココは高級焼肉店？いえいえ、そんなことございません。ご家族で。会社の同僚と。わいわいがやがや肉をつつきにお越しください。

Sophisticated exterior and interior decorated with Asahikawa furniture. Is this a high-class barbecue restaurant? No, it is not. Please feel free to come here with your family or co-workers to enjoy a lively meat dinner.

📍 東川町東町3丁目2-16 🅕 有
📞 0166-76-7288
🕒 17:00~21:00 (L.O.20:30) 🕒 不定/No scheduled holidays



Google MAP



すぎやま珈琲

Sugiyama Coffee

カウンターにいつも常連さんの姿あり。地元の暮らしに欠かすことのできない寛ぎ空間です。今後は近隣のいいモノも買えるようになるのだとか。店内、隅々までご注目あれ。

There are always regulars at the counter. It is a relaxing space that is indispensable to local life. In the future, it will also be possible to buy good products from the nearby area. Please take a look at every corner of the cafe.

📍 中富良野町西1線北14号
📞 0167-33-1026 🅕 有
🕒 10:00~18:00 🕒 日、月/Closed on Sun. and Mon.



Google MAP

shironi coffee roasters

ココが貴方のお城となる
全ては美味しいコーヒーのために

「焙煎をしている時が楽しい」と、若き店主は終始笑顔で接客してくれたのでした。焙煎は味を『取りにいく』作業なのだから。初めて耳にするその表現から、店主の純粋な感性とコーヒー愛が伝わります。コーヒーに合うかどうかだけを一番に考えて作られたお菓子の数々にもご注目。焙煎もお菓子作りも全て独学だというから驚きです。

The young owner of the shop served us with a smile from start to finish, saying, "I love the roasting process. Roasting is a process of "going for" the flavor. This expression, which I had never heard before, conveys the owner's genuine sensitivity and love of coffee. The sweets, which are made with the utmost consideration of whether or not they go well with the coffee, are also a must-eat. It is surprising that he is self-taught in both roasting and baking.

🏠 土別市西2条8丁目783-1 📍
🕒 11:00～19:00
📅 月 / Closed on Mon.



Google MAP



Dessert de COLOCO

コロコ

店名に込められたまっすぐな想い。想いそのままに地元のいいモノを、ケーキやお菓子を通して美味しく伝えてくれます。次はどんないいモノとココで出会えるのかな。

The straightforward thoughts that are contained in the name of the shop. As the name implies, they convey local goodies in a delicious way through its cakes and pastries. What kind of good things will you encounter here next?

🏠 旭市春光4条4丁目1-45
📞 0166-51-0565 📍
🕒 10:00～18:00 📅 月、火 / Closed on Mon. and Tue.



Google MAP



Calmiss Cafe

カーミスカフェ

時間をかけて作った料理は美味しい。その命題が真であることは、一「口」瞭然です。ランチもケーキもコーヒーも。時には、欲張ることが是となることも教えてくれました。

Food that takes time to prepare tastes good. It is one "bite" clear that the proposition is true. She also taught me that sometimes it is a good thing to be so greedy that you eat lunch, cake, and coffee.

🏠 比布町西町3丁目6-6 📞 0166-74-5697
🕒 11:00～15:00 📅
📅 月、火、不定 / Closed on Mon., Tue., and sometimes irregularly.



Google MAP

生産者さんに注目！

地元の お野菜 🍷🍷 で食べられ🍷 その6 🌱

私たちの食を支えてくれている生産者さんや卸のお店。お店で時々名前を見ることはあるけれど、なかなか存在を実感する機会はありませんよね。このコーナーでは、生産者さん方を軸に、そこの食材を使っている飲食店さんをご紹介します！



旭川市
日比青果
日比 康彦 さん



旭川市の有名横丁「ふらりーと」の中で営業している玄人ご用達の青果店。料理のプロたちから絶大な信頼を得ている縁の下力持ちです。私たちが地元の農家さんや

日比青果さんを応援する方法はただ一つ。卸先のお店に美味しい料理を食べに行きましょう！



新和食 町家

Shinwasayoku Machiya

地元民支持率圧倒的。多くの旭川市民がご用達としている隠れ家居酒屋さんです。一番人気のじゃがバターは勿論のこと、「旬」を大切にしたい日本食の数々をお楽しみください。



The local support rate is overwhelming. Many Asahikawa locals patronize this izakaya as a hideout. Please enjoy not only the most popular jaga buta (potato butter), but also a variety of Japanese dishes that emphasize "season".

🏠 旭川市3条通7丁目 トーエービル1F 📞 0166-27-1144
🕒 17:30～1:00 (L.O.O:30)
📅 月 / Closed on Mon.



Google MAP



ぶたバル すぎもとキッチン

Butabar Sugimoto Kitchen

お野菜の彩り、見た目、味わい、どれをとっても綺麗で上品。なのに、親しみやすいのがこのお店の不思議なところ。気軽にふらっと食べに行くことができる洋屋さんです。

The colors of the vegetables, the look and taste of the dishes, all are beautiful and elegant. And yet, it is easy to get to know this restaurant in a friendly way, which is what makes it so mysterious. It is a Western-style restaurant that you can go to easily.

🏠 旭川市緑が丘3条3丁目1-11 3丁目プラザ1F 📍
📞 0166-65-0247 🕒 11:00～21:00 (L.O.20:00)
📅 年末年始 / Closed during the New Year's holiday.



Google MAP



ENOTECA IL GENTILE

エノテカイルジェンティーレ

野菜そのものの旨味を堪能できるバーニャフレイダ。おもてなしの行き届いた空間で食べると、より美味しく感じられます。夏はビアガーデンで皆さんをお待ちしております。

Bagna Freida allows you to enjoy the flavor of the vegetables themselves. It tastes even better when eaten in a hospitable setting. They look forward to welcoming you to our beer garden in the summer.

🏠 旭川市3条通8丁目1705-60 AYLビル1F 📞 0166-21-3691
🕒 火～木、日祝 / Tue. to Thu., Sun., and holidays 17:00～23:00
(金土祝前日 / Fri., Sat., and day before a holiday ~ 24:00)
📅 月 / Closed on Mon.

※6月15日～8月31日は、旭川駅横にてビアガーデン「ピアビリカ」運営のため店舗は休業。詳細はInstagramをご確認ください。*/Check the Instagram.



Instagram

美味しいものたべたい



Something Tasty



RS COFFEE

アールエスコヒー

あつという間に過ぎていく日常に、ほんの少し余白を与えてくれます。酸味や濃い目などあなたが飲みたいコーヒーと一緒に、お菓子も添えて。ひとやすみ、ひとやすみ。

It gives you a little extra space in your daily life that goes by so quickly. Take a break and enjoy a cup of coffee of your choice with a pastry. Have a good rest.

📍 名寄市東5条北8丁目25-4 📞 有
☎ 090-7654-0226
🕒 12:00~19:00 📅 水~金 / Closed on Wed. to Fri.



Google MAP



山のカフェ KAKURE -覚礼-

Yama no Cafe KAKURE

電波がない中、不安と共にハンドル握り進んだ先、ぽつんと佇む山小屋。湧き水で淹れたコーヒーは、ポットにたっぷり。自由気ままに過ごせる居場所、見つけちゃいました。

With no signal, we gripped the steering wheel with anxiety, and there we found the lodge. There was a pot full of coffee brewed with spring water. We have found a place where we can spend our time freely.

📍 和寒町福原253 📞 0165-32-5400 📅 有
🕒 10:00~16:00
📅 木~土 / Closed on Thu. to Sat.



Google MAP



週末ノ朝カフェ 日々

Shumatsu no Asa Cafe Hibi

週末の朝は、ちょっとばかり早起きして美瑛の奥へ。ほかほかおむすびを頬張りながら、のんびりお過ごしください。小鳥たちのさえずりが、心地よい眠りへと誘います。

On weekend mornings, wake up a little earlier and head deep into Biei. Enjoy a relaxing time while eating a hot and fluffy rice ball. The chirping of birds will lull you into a comfortable sleep.

📍 美瑛町字赤羽 📞 0166-92-0550 📅 有
🕒 7:00~11:00
📅 月~金 / Closed on Mon. to Fri.



Google MAP



02

お買い物したい

Go Shopping



Antaa Lab

石渡紅茶本店

SACHET.

果実の森 南果樹園

株式会社遠藤水産 直売店

谷口農場

日本醤油工業株式会社

ミチヒト

ドリーミーパーソン

はっぱジェラート

洋菓子工房 北いち輪

もちごや マム

お菓子のやまだ

📺 餅菓子と喫茶 日日



Antaa Lab アンタラボ

「もったいない」を 抱きとめ 循環してくれる場所

美瑛町の端っこに、ひっそり佇む元小学校。かつては友達に会いに来た場所が、「大切に使われてきたものに会える場所」になりました。校内に並ぶのは、まだ10年以上使えるけれど一緒に引っ越せなかった食器や家具、建築現場で半端に余った木材など、種類も品数も実に豊富。古材を活用したワークショップで、久方ぶりの図工気分浸ってみて。

A former elementary school quietly located on the edge of Biei Town. The place where people used to come to meet their friends has become "a place to encounter things that have been used with care." Lined up inside the school are a great variety and number of items, such as tableware and furniture that can still be used for more than 10 years but could not be moved together, and half-used surplus lumber from construction sites. Come to a workshop utilizing old wood and get into the mood for arts and crafts for the first time in a long while.

📍 美瑛町五稜第五(旧五稜小学校)
☎ 0166-74-5552 📞 有
🕒 10:00~17:00 📅 火、水 / Closed on Tue. and Wed.



Google MAP



石渡紅茶本店

Ishiwata Tea

新茶あります。しかも、紅茶の。ダージリンと一口にいても、摘む時期によって味も見た目もこれほど違うとは知りませんでした。あなたの暮らしに旬の紅茶を。

There is a new crop of black tea. I didn't know that Darjeeling tea tastes and looks so different depending on when it is picked. Try adding seasonal black tea to your life.

📍 旭市6条通10丁目54-15 早勢ビル1F ☎ 0166-26-2224
🕒 11:00~18:00 📅 木、不定 / Closed on Thu. and sometimes irregularly.



Google MAP



SACHET.

サシェ

じっくり選ぶ時間を与えてくれて、困った時には声をかけてくれる。店員さんとの距離感が心地よいから、つい長居してしまいます。心が躍る品物たちとの出会いもお楽しみに。

They give you time to choose carefully and talk to you when you need help. The comfortable distance between you and the store staff makes you stay longer. You can also look forward to encountering exciting items.

📍 旭市東光9条4丁目4-8 📞 有 ☎ 0166-33-8254
🕒 11:00~17:00 📅 水、第1日 / Closed on Wed. and the 1st Sun.



Google MAP



果実の森 南果樹園

Minami Fruits Farm

季節の果物は、果樹園さんで直接買うに勝るものではありません。果汁弾けるブルーベリー、シャキッと瑞々しいリンゴ、食べる手が止まらないブドウ。今年の実りも楽しみ！

The best way to enjoy seasonal fruits is to buy them directly from the orchard. Blueberries bursting with juice, crisp and fresh apples, and grapes that you can't stop eating. We are looking forward to this year's harvest!

📍 旭市東旭川町倉造155 📞 有 ☎ 0166-36-3860
🕒 10:00~16:00(直売所は12月まで営業/Shop open until Dec.)
🕒 開園期間:7~10月中旬/Open in Jul. to mid-Oct.



Google MAP



株式会社遠藤水産 直売店

Endo Suisan Co., Ltd. Direct Sales Store

事前に知識なんて仕入れずに、さあさ、お店の人に聞いてみて。朝獲れ新鮮、多種多様なエビの中から、あなたが食べたい料理にピッタリなものを提案してくれますよ。

Don't get any knowledge beforehand, just ask the people at the market. They will suggest the best variety of shrimp from the fresh morning catch for your dish.

📍 増毛町港町4-26 📞 有 ☎ 0164-53-3119
🕒 9:00~15:00 📅 火 / Closed on Tue.



Google MAP

谷口農場 Taniguchi Farm

トマトがこんなに 甘いなんて

直売所の一角で、艶々輝く大玉トマト。もちろん、それを買うのもいいですし、お時間あったら、自分でもぎとって来るなんていかがでしょう？丈夫に甘く育つよう、水やりから育成期間まで、様々な工夫がされています。ココだけの話、筋が入っているものが美味しいんですって。全く青臭さのないその旨さに、気づけば一玉ペロリです。

At one corner of the direct sales area are glossy fresh tomatoes. Of course, you can buy them, but if you have time, how about picking them yourself? Various efforts are made to make them grow strong and sweet, from watering to the length of the growing period. Between you and me, the stringy ones are the tastiest. They are so tasty and have no grassy smell at all that you will find yourself devouring a whole one.

📍 旭市東旭川町共栄255 ☎ 0166-38-6336 📞 有
🕒 10:00~17:00 📅 年末年始 / Closed during the New Year's holidays.



Google MAP



ふるさと納税 ココで できます。



そもそも、ふるさと納税って何？

出身地や応援したい自治体に寄付できる制度。

寄付金のうち、2,000円を除いた部分について、納めた所得税が戻って来て(還付)、住民税の金額が安くなります(控除)。

例えば、50,000円ふるさと納税をすると、翌年の住民税・所得税から48,000円減額されます。

寄付額	50,000円
自己負担額	2,000円
所得税の還付・住民税の控除	48,000円

ふるさと納税のメリットは？



返礼品がもらえる



所得税の還付
住民税の控除がある



寄付金の用途を
選べる

どうやってやるの？

Step 1 控除上限額を調べる
各種ふるさと納税サイトで簡単に確認できます。

Step 2 自治体に寄付する
各種ふるさと納税サイトで応援したい自治体に寄付。

Step 3 控除手続きをする
寄付先が5自治体までなら、ワンストップ特例制度が適用でき、確定申告不要。

お肉や海鮮も もちろんいいけれど…

実は、モトクラシーに掲載しているお店も、ふるさと納税に参画しています。

ふるさと納税の返礼品として選ぶもよし！
実際にお店に行って買うもよし！

どんなお店が出品しているのか、ちょこっとご紹介いたします。



ちょっと探してみよう



道産玉ねぎのkokoroと旨味が詰まった「ドレッシング」と、昭和19年創業以来不動の看板商品「特級しょうゆ」。いつもの食卓に、ほんのちょこっとの贅沢を。



旭川市曙1条1丁目 有
0800-800-7772
10:00~17:30



ふるさと納税 HP

2 旭川市 ミチヒト



船の帆にも使われるほど、強く丈夫な帆布。四合瓶を持ち運べる「酒袋バッグ」と、小物を入れるのに便利な「サコッシュ」。未永く使ってくださいませ。

旭川市8条通8丁目41-8 エコアースビル1F
0166-86-0801 10:00~18:00 火、水



ふるさと納税 HP

3 旭川市 ドリーミーパーソン



旭川と言えばクラフト。インテリアにもなる「くつぱら」を置けば、玄関がパッと明るく。スタックできる「オヤコップ」で乾杯しましょ。

クラフトブラウンボックス
旭川市旭岡1丁目21-8 有
0166-50-3388
10:00~17:00 水



ふるさと納税 HP

4 富良野市 はっぱジェラート



北海道のミルクに、富良野近郊の野菜や果物。その味を最大限に楽しめるのは、実はこのジェラートかもしれません。一掬いごとに地元の恵みを味わって。

富良野市朝日町2-2 0167-33-1012
11:00~18:00 月、火



ふるさと納税 HP

5 深川市 洋菓子工房 北いち輪



道産素材を活かし、丁寧に焼き上げたお菓子たち。「バウムクーヘン」も「バター餅」も、素朴な甘さで飽きが来ることごさいません。



深川市2条8-24 有
0164-22-3900
10:00~18:00
日、月



ふるさと納税 HP

omake

東川町・中富良野町
体験型カタログギフト
「このこと。」

ココに来ないと使えない、アクティビティ・飲食・モノづくり等々を詰め込んだカタログギフト。実は私たちが作りました。



中富良野町



東川町

住民票がある地域に寄付しても、返礼品はもらえないのでお気をつけて～
今年はどれにしようか、のんびりじっくり考えます！





お菓子のやまだ

Okashi no Yamada

誰がなんと言ったって、これが剣淵町民にとっての「わらび餅」。親子3代続く老舗菓子屋の味は、暮らしにあって当たり前。ふわもち×砂糖醤油。剣淵銘菓をご賞味あれ。

No matter what anyone says, this is "Warabi Mochi" for Kembuchi locals. The taste of a long-established confectionery shop that has been in business for three generations is a part of daily life. The combination of the fluffy texture, and sugar and soy sauce are irresistible.

📍 剣淵町緑町7-13 📞 0165-34-2055 📅 有
🕒 8:00~18:00
🚫 日 / Closed on Sun.



Google MAP



もちごや マム

Mochigoya Mom

上川町に突如として現れた青い建物、は、農園直営のお餅屋さんです。お餅もお菓子もお店もいたるところで上川愛を感じます。大福は冷凍なので2時間後が食べ頃。待ち遠しい♪

The blue building that suddenly appeared in Kamikawa Town is a mochi (rice cake) shop directly operated by a farm. You can feel the love for Kamikawa everywhere: in the mochi, in the sweets, and in the shop. The Daifuku are frozen, so they are ready to eat in two hours. I can't wait!

📍 上川町字菊水483 📞 有
📞 080-9001-5406
🕒 10:00~16:00 🚫 火、水 / Closed on Tue. and Wed.



Google MAP



餅菓子と喫茶 日日

Mochigashi and Cafe Nichinichi

その柔らかさは、店主の優しい人柄が、そのままお餅たちに宿っているかのよう。買ったならなるべく早めに食べるのがおススメ。意外に相性〇な水出しコーヒーをお供にどうぞ。

The softness of the mochi is as if the owner's gentle personality is directly reflected in it. It is recommended to eat them as soon as possible after you buy them. Please enjoy them with a cup of well-drizzled coffee, which goes surprisingly well with the mochi.

📍 秩父別町1546-7 📞 有(道路向かいの町営駐車場)
📞 0164-34-7412
🕒 10:00~16:00 🚫 火、水 / Closed on Tue. and Wed.



Google MAP



03

行ってみたい

Relax and Fun



士別市

和寒町

剣淵町

幌加内町

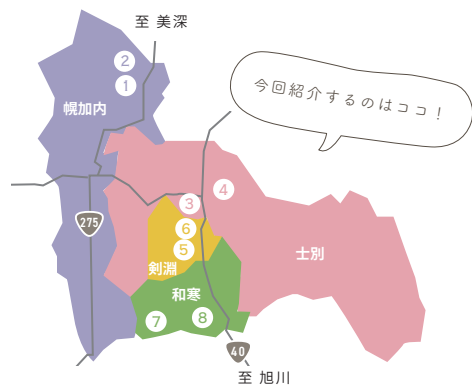
📍 東川町

ココライダー

ココの寄席



士別市 和寒町 剣淵町 幌加内町 スタンプラリー



STAMP 1
白樺林が美しい
母子里クリスタルパーク
Moshiri Crystal Park

山菜・野菜料理を召し上がれ
コンカフェ Moshiri
Con Cafe Moshiri

STAMP 2

①日本最寒気温記録を記念してつくられた施設。氷柱のモニュメントだけ見て満足することなかれ。広大な白樺林に癒されたり、広場でピクニックをしたり、川遊びをしたり。空間を独り占めして楽しめる、穴場スポットです。②敷地内には土日限定でオープンするカフェも。

(1) This facility was built to commemorate the coldest recorded in Japan. Do not be satisfied with seeing only the monument of icicles. You can be healed by the vast birch forest, have a picnic in the plaza, or play in the river. This is a secret spot where you can have the space all to yourself. (2) There is also a café on the premises that opens only on weekends.



実施期間 period
JUL
1
7/1(土)
-10/31(火)
応募〆切 11/2

景品 prize
1市3町の特産品が
計44名様に
当たります。

押す場所 place
67の店舗・施設
が参加。行ったこ
とがない所へ足を
運んでみて。

士別エリアから、今年で4回目となる「食と観光周遊スタンプラリー」をやるというお知らせが届きました。ちょっとフライングして、モトクラシスタッフが、参加店舗・施設をぐるぐる回ってみましたよ。ちょっとでも「行ってみようかな」と思ってもらえたら嬉しいです。

We received a notice from Shibetsu area that they are going to hold the "Food and Sightseeing Stamp Rally" for the fourth time this year. We visited the participating stores and facilities in advance. We hope you will be interested in participating in the stamp rally.



STAMP 3
コーヒー専門店
shironi coffee roasters
(詳細はP8)

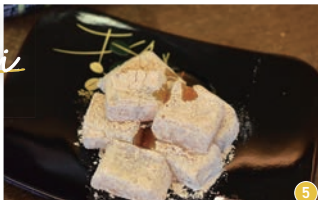
ボートもゴーカートもSLもある
つくも水郷公園
Tsukumo Suigo Park

③たくさん歩いて疲れたら、コーヒー専門店で一服しながら、店主とお喋りしましょうか。④まだ元気があり余っていたら、公園でゴーカートやボートで遊ぶのもいいですね。

(3) If you are tired after walking a lot, why don't you take a break at a coffee shop and have a chat with the owner? (4) If you still have a lot of energy, you can go to the park and play with go-carts or boats.



STAMP 5
町のお菓子屋さん
お菓子のやまだ (詳細はP16)
Okashi no Yamada



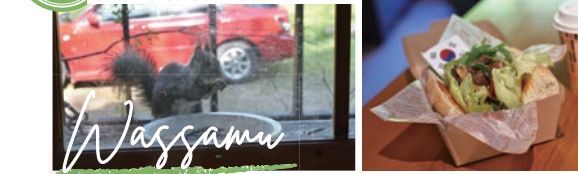
STAMP 6
図書館かつ美術館
絵本の館
Library of Picture Books

⑤何個でも食べられる、町民お馴染み「わらび餅」をお土産に。⑥お子様連れには、42,000冊の絵本がある絵本の館もおススメです。

(5) The town's familiar "Warabi Mochi", which can be eaten as many as you like, are recommended as souvenirs. (6) For those with children, Library of Picture Books with 42,000 picture books is also recommended.



STAMP 7
デジタルデトックスできるカフェ
山のカフェ KAKURE-覚礼- (詳細はP10)
Yama no Cafe KAKURE



⑦こんな所に本当にカフェが...?と不安になりながら行った先では、リスがお迎えしてくれました。ボリュームたっぷりのモーニングは予約制。⑧池のほとりで、ただただぼーっと。癒しのひと時を。

(7) We went there with a sense of uneasiness, and was greeted by a squirrel. The hearty morning meal is available by reservation only. (8) Let's spend a relaxing moment by the pond, just relaxing.



スタンプ台紙は参加店やHPにありますよ



JAFドライブスタンプラリーも同時開催! 紙とデジタル。両方楽しんでみてくださいね。

JAF Drive Stamp Rally will be held at the same time! Please enjoy both paper and digital!



Website

Information
士別・和寒・剣淵・幌加内
道地型観光推進協議会事務局
0165-26-7717
https://slowtrip.jp/



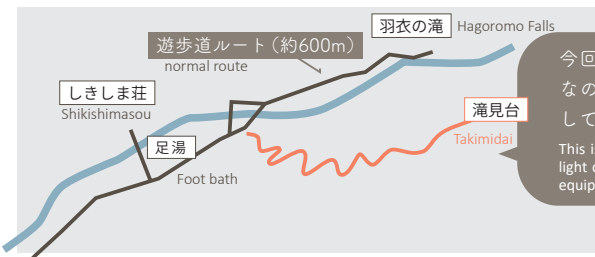
Website



東川町 天人峡 羽衣の滝トレッキング

東川町の中心地から30分ほど。天人峡にある「羽衣の滝」は、景勝地として知られています。滝へとつながる遊歩道は冬季閉鎖されますが、今年も5月22日に無事開通したとのこと。もちろん、通常の遊歩道ルートで下から滝を見上げるのも、十分綺麗です。でも折角なので、難関と言われている滝見台ルートに行って、どれくらい大変なのかモトクラシースタッフが実証してきました。

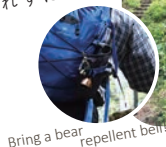
About 30 minutes from the center of Higashikawa Town. Hagoromo Falls, located in Tenninkyo, is a well-known scenic spot. The boardwalk leading to the falls is closed in winter, but it was opened again this year on May 22. Of course, it is beautiful enough to look up at the falls from below on the regular promenade route. But since it is a good opportunity, we went to the Takimidai route, which is said to be a difficult one, to demonstrate how difficult it is.



今回行くのはこのルート。軽登山なので、しっかり山登りの装備をして挑みますよ～

This is the route we will take this time. It is a light climb, so we took on the challenge, well-equipped for mountain climbing!

クマ避けの鈴も忘れずに！



いざ、出発！通常ルートでは600mで滝に着きますが、滝見台のゴールまでは1.5kmあります。

Now it's time to set off! The normal route takes you 600m to the waterfall, but it is 1.5km to Takimidai.



「三十三曲り」と呼ばれる通り、33ある狭くて急なカーブをひたすら登って登って登る…

As the "33 curves" are called, we climbs and climbs and climbs through 33 narrow and steep curves....



1時間登って、まだ1kmもあることに驚きを隠せないオガワ。

After climbing for an hour, Ogawa was surprised to see that there was still 1 km to go.



所々に倒木や急な段差があり、結構アクロバティックです。

It is quite acrobatic, with fallen trees and steep steps in places.



Seasonal flowers



and grasses welcome you

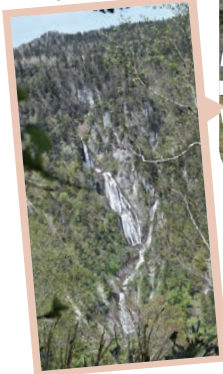


5月下旬でもまだ残雪が。あとは平坦な道を500mほどずんずん行けば…

Even in late May, there was still snow on the ground. All that remained was to continue on the flat road for about 500 m....

到着～！

羽衣の滝を上から



旭岳

のんびり登って約1時間半。天気に恵まれ、羽衣の滝も旭岳も綺麗に見えました。景色を眺めるのもそこそこに、朝買っていた「ちゃみせ」の玄米おむすびをいただきます。

It took about one and a half hours of leisurely climbing. The weather was fine and we could see both Hagoromo Falls and Mt. Asahidake. We stopped to admire the scenery, and ate brown rice balls we had bought in the morning at Chamise.



結論

健脚な方であれば、無理なく行けるルートです！ただ、倒木や大きな段差など、所々に難所があるので、十分な装備をしたうえで挑んでください。

If you have strong legs and back, you can go this route without difficulty! However, there are some difficult spots such as fallen trees and large steps, so please be well equipped before attempting this route.



Website

東川町に来たら、寄ってみて

ちゃみせ



旬の地元食材を使った玄米おむすびが美味。朝早めに行くのがおすすめです。

Tasty brown rice balls made with seasonal local ingredients. It is recommended to go early in the morning.



Google MAP

PATISSERIE Harukuru



繊細な味のバランスのケーキや焼菓子、いくつ食べても飽きません。

The delicate balance of flavors in the cakes and baked goods will keep you satisfied no matter how many you eat.



Google MAP

WOODWORK



家具工房が作るクラフトは、暮らしにずっと馴染みやすいものばかり。

The crafts made by the furniture studio are all easy to fit into your daily life.



Google MAP

洋服のお直しと雑貨のお店 pavan-ti



所狭しと並ぶ、小物やアクセサリ、洋服たちは、気分をそっと上げてくれます。

The small items, accessories, and clothes lined up in a narrow space will gently lift your spirits.



Google MAP

STOPS IN HIGASHIKAWA TOWN

Information

ひがしかわ観光協会
Higashikawa Tourism Association

東川町東町1丁目1-15

<http://www.welcome-higashikawa.jp/>



Website



ココライダー

MOTOCRACY NEWS



かわいい、やさしい、おもしろい。

START 6/10 ▶ 10/9 END

ポケットサイズの充電マップもついてくる！



詳細・予約は
コチラ



Website

料金	
1時間	2,000 円
3時間	4,000 円
6時間	6,000 円

必要なもの

- ・普通自動車運転免許証
- ・スクーターを楽しむ心意気



東

川町で電動スクーターのレンタルができます。

その名も「ココライダー」。

100%電気動力なので、とっても静か。

運転もとっても簡単なので、バイク初心者でもご安心ください。

写真を撮ったり、雑貨やスイーツを巡ったり。

カフェでのんびりまったりして、美味しいご飯に舌鼓♪ 今年は走行可能範囲を拡大し、新たに「東神楽」「旭川（二部）」「当麻」を追加しました。

電動スクーターで、ココの町を楽しみましょう。

MOTOCRACY NEWS

ココの寄席

新企画「ココの寄席」

※落語の高座ではありません。せん。ご注意ください。私たちが、普段お世話になっているお店やガイドさん

のところに、皆さまをお連れする、単純明快な参加型エンタメ企画です。
楽しい、美味しい、学びになる。だけではなく、過去のモトクラシーで紹介してきたいろんな地元民が集まってくれる、貴重な一席ですよ。
どうぞ、お気軽にご参加くださいませ！

INFORMATION

- 頻度 | 月に1回程度。
- 内容 | 山登り、川下り、工場見学、果物狩り…多種多様。
- 料金 | 会毎に異なります。モトクラシーサポーターは割引特典あり（詳細はP26）。

詳細はコチラ >>

今後の予定は、SNS等で発信します！



Website

次回以降はこんな感じ。誰が案内してくれるか、乞う、ご期待…！

7月
旭岳登山



秋頃
カヤック



全員真打。

個性豊かな師匠の元へお連れします。



6月に実施した第1回。大雪つりばり@上川町の渡辺さんに、釣りの楽しさを教えてもらいました。





モトクラシーを
- Local for a Day -

応援してくれている事業者さま。

ココ企画が作っているフリーペーパー「モトクラシー」は、たくさんの事業者の方々の応援で成り立っています。
皆さん「モトクラシー」を置いてくださったり、取材に快くご協力いただいたり、いつも本当に助かっています。
勝手ながら、一言でご紹介したり、しなかったりしつつ、この場を借りて、改めてお申し上げます。

Special
Thanks

Special Thanks	旭川	石渡紅茶本店	イタリア食堂 タク	俺ん家の とうきび	クラフトブラウン ボックス	糰 siro
		たっぷり紅茶でまったりしに行きます。	旬の野菜を美味しくいただきます。	毎年待ち焦がれています。行列必至。	得永さんとのお喋りが楽しいです。	お元気ですか？甘酒飲みに行きます！
御飯屋 chari chari	708 号室	日本醤油工業 株式会社	palemta shop&gallery	株式会社 SAN	株式会社北海道 ポットラック	株式会社北海道 ポットラック
ごごろから揚げが 食べたい季節です。	なんだか素敵なのが 待っている予感。	皆さんの元気の源は お醤油ですか？	いつかモトクラシー 展をやりたいです。	今年のトマトも美味 しくなりますように。	一緒にお仕事して鍛 えてください。	一緒にお仕事して鍛 えてください。
まんまるまほろ	麦の粉	らーめん よつ葉	RICE	リスの家	和食居酒屋 まるにせきぐち	和食居酒屋 まるにせきぐち
インスタ見る度お腹 が鳴ります。	お好みセットの海の 幸サラダも好き。	スープまで飲み干す のはココだけ。	私たちの周りで行く 方続出中の焼肉屋。	cosine好きのお仲間。 また雑談しましょ。	先生と呼ばれるの は、ココくらいです。	先生と呼ばれるの は、ココくらいです。
声別	パンの店 ポルケ	レストランポロ 1986	大雪つりばり	お食事処 燐し家	ファーム あるむ	Hammy's
食パンをいつでも買 える方が羨ましい。	次こそはランチをい ただける時間に…！	お寿司の約束、忘れ てませんよ。必ず。	黒いキッチンカー出 動中。探すのだ！	卵が違うだけで TKG が贅沢な一品に。	買ったコップを毎日 使えて幸せです。	買ったコップを毎日 使えて幸せです。
価格	やました	原崎農園	餅菓子と喫茶 日日	RS COFFEE	スプウン谷の ザワザワ村	MERLE
いつも可愛がってっ て感謝です。	新しいことをやり続 けていて尊敬です。	暮らしのお餅率が高 まりました。	浅〜深々全対応。名 寄に行く理由です。	お宿のお夕食、魅力 のすぎますよ。	時間を忘れのんびり しに伺いますね。	時間を忘れのんびり しに伺いますね。

景仲条	アイス工房 田村 ファーム Clover	cafe&food SHIGEBAR	手打ちそば まる	WOODWORK	クレインハウス	古農家 GOLOSO
	実は店主と母校が同 じなのです。	今度は、コーヒー豆 も買いに伺います。	すだちの美味しさを ココで知りました。	作ったお箸、ランチ の時に使ってます！	3世代で利用するの にぴったりでした！	お野菜ジェラート、 今年は絶対に。
自家製酵母ぱん まめや	大雪木工	PATISSERIE Harukuru	The Peak Villa Suite Hokkaido	洋服のお直しと雑貨 のお店 pavan-ti	AISU project	
	弊社代表がシナモン ロール大好きです。	社長！いつスクー ターに乘りますか？	他店の取材中に名前 が出る程、確かな味。	会う度、活力をいた だけの気がします！	お話ししているうち に、癒されています。	事務所は完成しまし たか？
NPO 法人 大雪山自然学校	Calmiss Cafe	せがわ農園	wokkys	はっぱジェラート	cafe de SOBA 凜	
	旭岳登山ガイド、楽 しみにしています！	一緒にまんまるまほ ろ行きましょ。	さくらんぼの季節が 来ましたね。	絶対に最後まで手を 振ってくれます。	今年のとうきび味も 楽しみです。	焼きいもパイの季節 を心待ちにしています。

モトクラシーを置いたり、応援してくださったりしているお店は他にもこんなにたくさん。ありがとうございます！

アイスクリーム工房 il sereno 旭川デザインセンター あさひ町珈琲 atari amuse market アルテピアッツァ美瑛 ALPINE RIVER GUIDES Antaa Lab & ドーナッツ 居酒屋りしり ヴィッラエビッツェリア イルコーヴォ upe EZOCAFE ENOTECA IL GENTILE 株式会社道藤水産 直売店 お菓子のやまだ 小川商店／酒々おがわ ON THE TABLE カウ & カーフ 片桐農園	カフェ スーजीクーバー カフェ ストウブ Cafe 旭荘 Cafe てくり カフェ ルリ 氣くらし 四季の宿 KIZUNA 北の菓子工房 もり屋 北の住まい設計社 きっちん・ひとさじ 旭一 compact ギリシャヨーグルト専門店 -f- 霧立亭 ケーキハウス カトルカール ケータのケータリング cosine ゴトウくんせい ことりとこりす こま弦 コンベックス	酒と中華 飲茶ぶーある SACHET. 讃岐うどん 千幸 山恵 自家焙煎 ジーン珈琲 士別サムライブルワリー Japacheese Asahikawa ジャム & カフェ TamJam 週末ノ朝カフェ 日々 酒守蔵 淳工房 正直や shironi coffee roasters 新和食 町家 sweets shop CHIAKI スイノカゴ／喫茶 木と星 すぎやま珈琲 すしの江戸一 第一食堂 大雪窯	大雪地ビール館 ダイニング シェーブル だいまる亭 高砂酒造明治酒蔵 (直売店) 田中青果 留萌本店 谷口農場 田んぼ cafe ミナミカゼ 小さなタイ食堂トコ 小さなパン店 LIKKA LOKKA ちば食堂 ちゃみせ つけものや たびのそら 手打ちそば処 淳真 Dessert de COLOCO 手まりお結び TEMARI 天然酵母の蒸しパン Sitoa Noel DELICATESSEN 橋の町 Cafe ハルニレカフェ 美瑛選果	ひがしかぐら森林公園 ひがしかわ食堂ワッカ ピザハウス ココベリ ビストロ ボ・ブーレ 藤谷果樹園 Book&cafe Zenjiro Furano Café bakery & cafe cōtori Benchtime bread studio 北海道さかな一途 直営 魚問屋 mizuki ミチヒト 南果樹園 宮崎豆腐店 Medicine Leather 麵処 ajito もちごや マム 焼き菓子店ソロー 焼肉もも太郎 焼肉レストラン 雪洞	山口果樹園 山中果樹園 山のカフェ KAKURE - 覚礼 - 洋菓子工房 北いち輪 ルモンド 和酒 角打 うえだ舎	(きっと五十音順)
--	--	--	--	--	---	-----------

こんにちは。モトクラシー編集部のココ企画です。
いつもローカルツーリズムメディア「モトクラシー」をご愛
読いただきありがとうございます。

先ずはお詫びから。
昨年度までは年3回モトクラシーを全力で発行して参りま
したが、諸般の事情（人手不足、印刷費の高騰等）により、
2023 年度は年2回の発行とさせていただきます。
本当に申し訳ございません。

今年度は今までお世話になってきた事業者様への恩返し
企画（ココの寄席）を実践しつつ、組織体制の見直しや
新たな仲間の募集に注力して参る所存です。

『地元の暮らしを豊かに楽しく』

ココ企画の変わらぬ企業理念であり、若者の流出に伴う
人口減少問題の解決という大きな目標も一切変えること
はありません。

私たちの活動は理念に共感してくださる数多くの事業者
様に支えられています（24 頁参照）。

加えて私たちを応援してくださる「個人サポーター」様も
随時募集しています。

特典というほど手厚いサービス提供は叶いませんが、
私たちと一緒に地元の暮らしを豊かに楽しくする活動へ
ご参画いただきたく、心からお願い申し上げます。

私たちはココが大好きで、ココの暮らしを伝え続けてい
きます。
皆さまも私たちと一緒に、ココの魅力を発信していただ
ければ幸いです。

誌面だけではなく、直接皆さまとお会いできる機会がで
きますこと、スタッフ一同楽しみにしています。

合同会社ココ企画 代表社員 林 和寛

特典をちょこっとご紹介

フリーペーパー・書籍の
最新号が自宅に届く



ココライダー
優待価格ご案内



etc...

年会費 **3,300** 円(税込)
詳細・お申込はコチラ>>



Website

STAFF AFTER WORDS

制作スタッフ後記



河野 桃 / KAWANO Momo
編集長

今号の表紙は今までになかった
「赤」。かぶりついた感動そのままに、
見事トマトが勝ち取りました。



小川 茉奈恵 / OGAWA Manae
ココライダー、編集

夏も美味しいものたくさん。ごちそ
うさまでした。さて、スクーターに
乗って、消費しないと。



林 和寛 / HAYASHI Kazuhiro
ライター、校正

「夏休み」という言葉に心躍った少年
時代。大人になった今でも忘れない
ようにしたいと思ふこの頃です。

2年越しで免許を取ったよ。のんびり
走って、楽し楽し。次号 Vol.14 は、
今年の冬にできるかも。夏の暑さに負
けず、美味しいものいっぱい食べよ。



フリーペーパー モトクラシー Vol.13

2023 年 6 月 28 日発行

発行所 合同会社 ココ企画
北海道上川郡東川町南町 3 丁目 3-2
ロゴデザイン 坂井 寿香

More Information

モトクラシー



✉ info@motocracy.jp

👉 https://www.motocracy.jp

📷 @motocracy_coco



Website



Instagram



LINE

本誌掲載の記事、写真等の無断転載を固く禁じます。
掲載している情報は、2023 年 6 月時点のものです。

Thank you for reading



7.20 OPEN

キトウシの森
きとろん

HOKKAIDO
HIGASHIKAWA

北海道上川郡東川町西4号北46番地
詳細はコチラ ▶

