



～みんなに伝えたい古河の魅力～

## こがでくらすと カラダ健康！

筋トレ歴20年！

古河市在住30年 腹筋ちぎりパンさん

古河市ってトレーニングジム多いですよね。24時間営業の店舗も多く、中には歯のホワイトニングが受けられる所も。私はいろんな店舗に通ってますが、いつか背中に鬼を宿した男になれるよう、今日も夜勤明けでジムに向かいます。皆さんも自分に合ったジムで理想の体を手に入れてみませんか。

最近のお気に入りジム(写真はオーナーです)



### 皆さんの「こがでくらすと」募集中！

.....  
あなたのくらしに欠かせない古河の魅力は何ですか？ 右の送信フォームから教えてください。お送りいただいた写真の中から、毎月1枚掲載します。



【問】シティプロモーション課



## 読者アンケート

### 今月のプレゼント

古河ブランド認証品  
常陸牛 牛肉まん(冷凍)2個 5名様

道の駅まくらがの里こが  
からのプレゼント



※アンケート回答者の中から抽選でプレゼントが当たります。  
※当選者には引換券をお送りします(品物は発送しません)。

【お店をPRしませんか】

読者アンケートのプレゼントを提供していただけるお店を随時募集しています。詳細は、シティプロモーション課までご連絡ください

「アンケートの回答・住所・氏名・ペンネーム・年齢」を明記の上、下記宛先までご応募ください

### アンケート

Q1 今月号で良かった内容や写真があれば教えてください

Q2 取り上げてほしい内容や企画があれば教えてください

Q3 お気に入りの場所やオススメのお店を教えてください

※お寄せいただいたご意見等は、紙面に掲載する場合があります。また、いただいたご意見には個別回答いたしませんのでご了承ください。

### メール・2次元コードで応募

city.pr@city.ibaraki-koga.lg.jp

(タイトルは「読者アンケート応募」としてください)



### はがきで応募

〒306-0291 茨城県古河市下大野2248

古河市役所 シティプロモーション課

11/14  
必着

広報古河を音声で聞いてみませんか。「古河音訳友の会」のご協力の下、視覚障がいのある人や文字を読むことが苦手な人などに向けて音訳しています。市ホームページ上で公開していますので、ぜひ、ご利用ください



令和7年11月1日発行

発行：古河市役所 〒306-0291 茨城県古河市下大野2248 TEL 0280-92-3111

編集：シティプロモーション課 Mail: city.pr@city.ibaraki-koga.lg.jp



広報古河 2025.11 - 36