

サンゴの会

KOGA CITY
Since 2010

サンゴの会広報
No.18



2025
10月号

サンゴの会は、古河市行政自治会第3地区のコミュニティ団体です。当会は古河第三小学校区の5つの自治会（旭、下山一丁目、下山二丁目、下三、住吉町）により構成されています。

第1回、第2回サンゴカフェ開催しました
古河三小児童対象 夏祭りを開催しました
地域防災訓練を実施します
第3地区のこんなひと Vol.4

第1回地域食堂
2025.07.20

Sun.goカフェ

オープニングセレモニー

日頃より温かいご支援をいただいているご寄付者の皆様、そして運営にご協力いただいているボランティアの皆様をお招きし、地域食堂のオープニングセレモニーを開催しました。

オープニングセレモニーメニュー



ご飯、焼き鯖、肉じゃが、茄子とオクラの煮浸し、豆腐の梅じそ添え、キャベツと卵の味噌汁



野菜や食器、お花などのご寄付をいただきました

第2回地域食堂
2025.08.17

Sun.goカフェ



第2回メニュー



彩り焼き野菜カレー、マカロニサラダ、フルーツポンチ、麦茶

古河市立古河第三中学校の生徒さん達がボランティアとしてきてくれました。

食堂の飾り付けや、食事の配膳、片付けを手際よくこなしてくれたり、レクリエーションのビンゴゲームでは司会進行役も務め、大いに会場を盛り上げてくれました。



暑い調理場で黙々と作業をする運営スタッフ



地域食堂に来た方々に感想を聞いている様子



第3地区サンゴの会主催

2025.08.17

夏祭り

※今回は古河第3小学校児童を
対象に開催しました。



三子連、三小PTA、キッチンカー出店者、
サンゴの会役員の皆さんで最後に記念撮影



水面にキラキラと輝く**スーパースーパーボール**は、まるで宝石のよう。お気に入りの色のボールをカップいっぱい集めようと、子どもたちは夢中になってポイを動かしていました。

食欲をそそる香ばしいソースの匂いが漂う中、**焼きそば**の屋台は大賑わい！できたての熱々焼きそばを、みんな夢中になってほおばりました。



古河3小児童に配布した、チラシを持参で輪投げゲーム（入った数でお菓子も無料）スーパースーパーボールすくい、スイカ割り全て無料



「**輪投げゲーム**」は、縦・横・斜めの3つが揃うとピンゴ！という特別ルールで、子どもたちの熱気が最高潮に達しました。「やったー！ピンゴだー！」と歓声が上がると、大喜びで飛び跳ねる子、満面の笑みでお菓子を受け取る子、みんなの楽しそうな姿で会場は大盛り上がり。地域のつながりを感じる、笑顔いっぱいのひとときとなりました。

今年の夏最高の思い出せーので始まった**スイカ割り**「もっと右！」「そこそこ！」子どもたちの元気な声が響き渡り、夏祭り一番の盛り上がりを見せたスイカ割り。割れたスイカをみんなで美味しくいただきました。



第3地区サンゴの会主催

地域防災訓練を実施します！

とき **10月26日（日）**
午前8時30分～（小雨決行・荒天中止）

場所 古河第三小学校
校庭および体育館

内容 避難誘導訓練・炊き出し訓練
初期消火訓練・応急救護訓練
など

一人ひとりの参加が、
地域全体の力になります！
いざという時に備えて、
ぜひ多くの方のご参加を
お待ちしております。



詳しくは各自治会より回覧等で知らせいたします。

サンゴの会 その他の活動報告

■サンゴの会役員会
第1回防災訓練実行委員会
8月6日(水)18:30～



■サンゴの会役員会
第2回防災訓練実行委員会
9月10日(水)18:30～



古河市旭町出身の染谷姉妹。

姉の香予さんは、世界空手道選手権大会優勝など数々の輝かしい戦績を持ち、また、妹の真有美さんも数多の好戦績の他、2020年東京オリンピック・パラリンピックに空手女子組手61キログラム級日本代表として出場するなど、古河市が誇るトップアスリート姉妹です。

そんな世界チャンピオン・オリンピックの姉妹が市内に待望の空手道スタジオをOPENしました。



染谷香予さん(左)・真有美さん(右)



ボラリス
染谷空手道スタジオPOLARIS

理念『心身の健康と豊かな心を育む』

空手道を通じて心身の健康をサポートし、豊かな心を育むことに力を注いでおります。

日本の伝統武道から礼儀作法や思いやりの心を学び、『強く、優しく、遅しく』を合言葉に稽古に取り組んでいます。



■ 道場コース

火曜	1部 18:00-19:00	黒帯取得や大会への挑戦など、本格的に
木曜	2部 19:15-20:15	空手道を学びたい方におすすめです。
		※調整中のため、変更の可能性がございます。
		競技に特化した専門技術もお伝えします。

それぞれの目的に合わせたコース設定により、ご自身のペースでご参加いただけます。
全コース、空手道競技元日本代表の女性指導員が指導を担当しております。

■ のびしろコース

水曜	18:00-19:00	初心者の方も安心。 基礎を中心に、丁寧に指導します。
----	-------------	-------------------------------

■ 健康コース

水曜	19:15-20:15	空手道の動きを取り入れて、 心身の健康を整えます。
----	-------------	------------------------------



POLARIS.KARATE

【染谷空手道スタジオPOLARIS】

〒306-0012 茨城県古河市旭町1-10-10

※初回無料体験・見学のお問い合わせはお気軽に！

InstagramのDM(アカウント名：polaris.karate)

またはメール<polariskarate.05@gmail.com>にて承ります。

体験希望の方の◇お名前◇年齢◇ご希望のコース◇体験希望日◇を記入してお送りください。



この部分には、地元協力者の広告が掲載されています。