

10

OCTOBER  
2013



こ が

# 古河

広  
報

No.97

今月の主な内容

- 子育て親子を応援します 2  
古河市の子育て支援事業
- ヘルストレーニング 8
- 飼い主のマナー向上 10

# ともにも育てよう 親子のきずな 地域のきずな



子育てには不安や迷い、心配がつきものです。近くに相談できる人や同年代の子どもを持つ知人がいないなど、さまざまな理由で心細い思いをしたことはありませんか。

市では、子育て世代の多くが抱える悩みを解消するため、多彩な子育て支援事業を展開しています。未来を担う子どもたちが健やかに成長できるよう、地域全体で子育て支援に取り組んでいます。

【問】子育て支援課(総和庁舎) ☎ 92-3111

## 一人じゃないよ ママ・パパたちの強い味方 子育て支援センター

「子育て仲間がほしいな」と感じたとき、悩みがあっても相談できる人が周りにいないときには、子育て支援センターを利用してください。

現在、市内には6カ所の子育て支援センターがあります。それぞれのセンターでは、保育園(所)・幼稚園に通っていない乳幼児とその保護者が集まり、子ども同士で遊んだり、保護者同士がおしゃべりを楽しんだりしています。また、子育てで悩んでいる人たちの相談窓口として、優しいスタッフがあなたの子育てを全力でサポートします。どうぞ気軽に遊びに来てください。

### 古河市立第三保育所 地域子育て支援センター

古河市中田1619 ☎ 48-2300

【開所時間】 午前8時30分～午後5時15分

【活動時間】 午前9時45分～午後0時30分

【活動日】 月曜日～金曜日

曜日ごとに対象年齢が異なります

【利用料金】 100円(1世帯)



◀夢中ではんこベッタン



**白梅保育園**  
子育て支援センター わんぱく

古河市水海2356 ☎92-0152  
**【開所時間】** 午前9時30分～午後4時30分  
**【活動時間】** 午前9時30分～午後0時30分  
**【活動日】** 月曜日～金曜日  
**【利用料金】** 100円(1世帯)  
 ※内容により利用料金の変更あり。



◀ プールで水遊び

**こばと保育園**  
子育て支援センター こばと

古河市磯部1648-1 ☎92-2616  
**【開所時間】** 午前9時～午後5時  
**【活動時間】** 午前9時15分～午後0時15分  
**【活動日】** 月曜日～金曜日  
 曜日ごとに対象年齢が異なります  
**【利用料金】** 100円(1世帯)



◀ 小麦粉ねんど遊び

**古河市立第四保育所**  
地域子育て支援センター

古河市新久田245-5 ☎48-6557  
**【開所時間】** 午前8時30分～午後5時15分  
**【活動時間】** 午前9時45分～午後0時30分  
**【活動日】** 月曜日～金曜日  
 曜日ごとに対象年齢が異なります  
**【利用料金】** 100円(1世帯)



▲親子で楽しむ歌や手遊び

各支援センターの  
情報は  
ホームページに  
アクセス!

古河市子育て  
支援センター

検索



**諸川保育園**  
子育て支援センター げんきっず

古河市諸川1779-3 ☎76-6939  
**【開所時間】** 午前9時45分～午後4時  
**【活動時間】** 午前9時45分～正午  
**【活動日】** 月曜日～金曜日  
 曜日ごとに対象年齢が異なります  
**【利用料金】** 100円(1世帯)



◀ 育児についての不安や  
悩みの相談もできます

**あさひ保育園**  
子育て支援センター あさひ

古河市旭町2-9-39 ☎32-7568  
**【開所時間】** 午前9時30分～午後3時30分  
**【活動時間】** 午前9時30分～正午  
**【活動日】** 月曜日～土曜日  
 曜日ごとに対象年齢が異なります  
**【利用料金】** 100円(1世帯)、初回登録料(名札代)



◀ みんなでリトミック



## まだまだあるよ 子育て支援施設 ネーブル子育て広場「ヤンチャ森」

ネーブル子育て広場「ヤンチャ森」は、ネーブルパークの敷地内にあります。年末年始を除き、毎日利用できる施設です。親子の交流や語らいの場、乳幼児の遊び場としてご利用ください。

また、子育てに関する情報提供や相談も受けていますので、気軽にお立ち寄りください。

○場所 古河市駒羽根620 ネーブルパーク内

○対象 3歳未満の乳幼児とその親など

○利用料金 市内在住の人は無料

○利用時間 午前9時～午後5時

【問】 ネーブル子育て広場「ヤンチャ森」

☎92-9033



### 子育て支援センター 利用者の声

一人で悩んでいるママたちも  
一歩外に出ると気分転換になりますよ



鈴木 彩華さん(桜町)

鈴木 エイゼルクワベナくん(1歳5カ月)



日中は子どもと二人きり。1歳をすぎると外に出たがるようになり、毎週、第四保育所の子育て支援センターを利用しています。息子も同年代のお友だちとすぐに打ち解け、楽しそう。私自身も、ママたちとのおしゃべりを楽しんでいます。



一人で悩んで子育てしているママたちは、子育て支援センターに来てください。勇気を持って一歩踏み出すと、世界がずいぶん変わりますよ。

## ひとりで悩まないで いっしょに育みましょう

健康づくり課 (乳幼児健康相談、発達相談)	乳幼児健康相談…子どもの成長の確認や育児相談に応じます 発達相談…ことばや身体の動きなどの発達に心配がある乳幼児の相談に応じます。予約制	☎48-6881
ファミリー・サポート・センター	仕事と育児を両立させ、安心して働くことができるように育児のサポートを行います。施設や協力会員の自宅などで預りを行います ※会員登録が必要です。	☎92-7712
福祉総務課 (家庭児童相談)	0歳から18歳までの子どもに関する相談に応じます 〔主な相談内容〕子どもの性格や行動・しつけに関する相談、児童虐待の相談・通告、いじめ・非行の相談	☎92-7209



# 中高生・乳幼児 ふれあい交流事業 ～命の大切さを実感～

7月から8月にかけて、「中高生・乳幼児ふれあい交流事業」が行われました。この事業は、中学生・高校生には乳幼児の「小さな命」にふれあうことで命の大切さを感じてもらうことを、乳幼児の保護者には子育てに関する悩みを話し合い、子育てのストレスを解消してもらうことを目的としています。毎年夏に、生涯学習課と健康づくり課が共催で実施。今年は、3会場で中高生63人と乳幼児88人・保護者81人が参加しました。

## 思春期の時期だからこそ 「命の重み」を感じた中高生

中高生は、保健師から「命の大切さ」について学び、乳幼児のお世話に関する指導を受けました。そして、ママ・パパたちから赤ちゃんを預かり、お世話を体験。参加した中高生からは、親への感謝、将来の子育ての意欲など、頼もしい感想も聞くことができました。

思春期を迎え、心も体も大人になる準備過程で「命の重み」を感じた中高生。次世代を担う子どもたちに、豊かな人間性を育ててほしいと思います。

## ママ・パパの笑顔がみんなの願い

乳幼児の保護者は、親子で「ベビーマッサージ」「ベビードانس」「ミュージックケア」を体験。いずれも親子のスキンシップを図るプログラムです。学習会では、日ごろの育児を振り返り、悩みを話し合いました。

### 【ママ・パパの感想】

「中高生とのふれあいの機会は、お互いに良い経験だった」  
「わずかな時間でも子どもと離れ、親同士の意見交換が有意義でした」  
「みんな同じようなことで悩んでいるのだと、安心しました」  
「みんなと話すことでストレスを解消することができました」



人形を使って、オムツ替えや着替えなど赤ちゃんのお世話の仕方を学ぶ中高生



優しく語りかけながら、着替えの練習中。本番も大丈夫かな？



オムツ替えもがんばりました



「ベビードانس」で赤ちゃんはユラユラゆれていい気持ち。日ごろ忙しく子育てしているママも、リラックスできた様子



# 平成31年茨城国体「綱引競技」 古河市会場が選定されました



平成26年の開催地内定に合わせて正式決定となります。茨城国体を古河市全体で盛り上げていきましょう！

※綱引競技は正式競技ではなく、公開競技となります。



## 「綱引競技」とは

綱引は、運動会でもおなじみの1本の綱(マニラアサでできた頑丈なロープ)を双方で引き合う競技です。

競技スポーツとしての綱引には、インドア(屋内)とアウトドア(屋外)があります。日本ではインドアが主流で、長さ33m・幅0.9mのレーン上で、1チーム8人の競技者が引き合います。時間制限はなく、相手チームを4m自分側へ引き込んだ時点で勝敗が決まります。

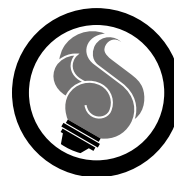


## 競技は12階級に分類

競技は、チームウエート(8人の総重量)によって、12階級に分けられます。

- ①フライ級→400kg以下
- ②バンタム級→440kg以下
- ③ウルトラ・フェザー級→480kg以下
- ④ライト・フェザー級→500kg以下

- ⑤フェザー級→520kg以下
- ⑥ジュニアライト級→540kg以下
- ⑦ライト級→560kg以下
- ⑧ライト・ミドル級→600kg以下
- ⑨ミドル級→640kg以下
- ⑩クルーザー級→680kg以下
- ⑪ヘビー級→720kg以下
- ⑫キャッチ級→無制限



※今大会での詳細は未定ですが、成年男子・女子・男女混合、少年男子・女子の部の実施が予想されています。成年男子および女子の階級は、全日本選手権大会の階級(成年男子はライト・ミドル級、成年女子はライト・フェザー級)での開催が有力視されています。

市では、綱引競技の普及を進めています。綱引競技の競技者として活動したいなど綱引に興味のある団体、事業所、個人を募集中です。  
【問】スポーツ振興課(中央運動公園総合体育館内) ☎92-0555



## 私たち、ケアンズに行ってきました！

8月16日～23日まで、市内中学校9校の代表生徒20人が、オーストラリア連邦ケアンズ市で海外体験学習をしてきました。

参加した生徒たちは、小中高一貫校のトリニティ・アングリカン・スクール(TAS)での学校生活やホームステイなど異文化を肌で感じ、現地の人との交流を深めてきました。

【問】教育総務課(古河庁舎) ☎ 22-5111



【ブックウィークの作品制作】  
TASの生徒と協力して、本のイラストに色を塗りました



【日本文化の紹介】  
一緒に毛筆を使って、書道を体験してもらいました



【フェアウェルパーティー】  
ホストファミリーを招き、お別れパーティーを開きました

## 体 験 し ポ ー ト

### 今後の生活に いかしていきたい

ホームステイでは、たくさんの方のことを学ぶことができました。英語を使って生活することで、違う国の人々とつながることができ、英語のすばらしさを実感しました。



三和東中学校3年  
関 美月さん

### 貴重な時間を 過ごしてきました

TASでは、同学年のバディと授業に参加しました。わからない単語を調べながらでしたが、お互いの文化紹介や、ランチタイムなどを通して仲良くなることができました。



総和北中学校2年  
青木 拓陸さん



スポーツの秋です！ 日ごろから体を動かす習慣はお持ちですか？

定期的な運動は、生活習慣病やロコモティブシンドローム(加齢や生活習慣が原因で足腰の機能が低下した状態)の予防などに役立ちます。「一人では運動がなかなか続かない」という人や、「どんなことから始めたら良いのか分からない」といった人も、ぜひ、ヘルストレーニングルーム(総和福祉センター「健康の駅」内)にお越しください。

【問】健康づくり課 ☎ 48-6882



## まずは見学に！

「トレーニングルームってどんなところか分からない」「興味があっても自分にできるか不安」そのような人はぜひ一度、見学にお越しください。スタッフが施設の案内や運動の説明を丁寧にさせていただきます。





## 運動の効果を実感できます

加齢に伴う運動機能の低下が原因で歩くことがつらくなったり、体重が増えてしまったりといった悩みの解消には、機能回復のためのトレーニングが必要になります。

ヘルストレーニングルームでは、専門のトレーナーのもと、科学的で効果的な運動指導がいつでも受けられ、継続するだけで驚くほど効果が実感できます。

## 70歳以上・障がいのある人は無料です

市内在住の70歳以上の人は、住民基本台帳カード(MOMOCA)を提示していただくだけで、利用料金が無料になります。また、身体障害者手帳をお持ちの人も手帳を提示すると無料で利用できます。

トレーニングルーム内は、バリアフリー設計で車いすなどでも利用できます。お気軽にご相談ください。

### ▼ヘルストレーニングルーム(総和福祉センター「健康の駅」内)利用案内

所在地	古河市駒羽根1501
電話番号	92-7085(直通)
利用時間	午前9時～午後5時
初回講習会	毎週日曜日・水曜日の午前10時30分からと毎週金曜日の午後2時30分から開催 ※定員3人まで、要予約。
休館日	毎週月曜日・祝日・年末年始

## 利用者の声



長谷川博子さん  
(73歳・関戸)

私は体が不自由ですが、ここで運動すると帰るときには気持ちも体もすっきりします。できないことを数える生活からできることを楽しむ生活に変わったことも、私には大きなプラスとなりました。スタッフの皆さんも親切で毎週楽しみに通っています。





古河市へ！  
事故ゼロの  
放し飼いゼロ、



## 10月は「飼い主マナー向上推進月間」

茨城県では、10月を「飼い主マナー向上推進月間」とし、さまざまな啓発事業を行っています。飼い主として最低限のマナーを守り、人とペットの調和のとれた住みよい社会を作りましょう。

【問】環境課(三和庁舎) ☎ 76-1511



### ペットに対して責任と愛情を

平成24年度、約7,000匹の犬と猫が茨城県動物指導センターに保護されました。しかし、そのうち約6,000匹の犬猫は、飼い主や譲渡先が見つからず、殺処分されています。不幸な命を増やさないために、不妊・去勢手術によって繁殖を制限するなどして、終生飼養を心掛けましょう。



### 犬の咬傷事故は飼い主の責任です

犬の放し飼いは、県の条例で禁止されています。平成24年度に県内で起こった犬による咬傷事故件数は約100件です。事故の原因の大半が、犬の放し飼いや歩行者の近くで犬をけい留するなど、飼い主の管理ミスから発生しています。

事故を未然に防ぐためにも日ごろからのしつけや散歩中のリードの扱いには十分気をつけましょう。



### あなたの愛犬・愛猫は大丈夫ですか？

～迷惑事例と改善案～

#### ■犬の鳴き声

自宅で飼っている犬が日の出前の早い時間帯から吠え続け、近所に迷惑をかけてしまっている。

【改善案】 飼い主は無駄吠えしないようなしつけや無駄吠え防止グッズの使用を検討してください。ペットは家族の一員です。悪いことをしたらきちんと叱り、良いことをしたらたくさんほめてあげてください。

## ■猫のフン害

放し飼いにしている猫が他人の敷地内や公園でフン尿をし、悪臭等の被害を出してしまっている。

**【改善案】** 飼い主は飼い猫に首輪・名札を付け、室内飼養を徹底してください。

## ■野良犬・野良猫への餌付け

近所で徘徊している野良犬・野良猫に餌付けをしていたら、いつのまにか繁殖し、地域に野良犬・野良猫が増えてしまっている。

**【改善案】** 「かわいい」「かわいそう」という一時的な感情で無責任な餌付けをするのはやめましょう。その行為が結果的に不幸な命を増やすことにつながります。また、餌付けをした時点で飼い主とみなされ、その犬猫が問題を起こした場合、責任を問われることがあります。

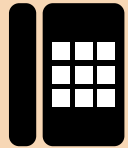


## 迷子のペットが 飼い主のもとに戻れるように…

迷子のペットが早く飼い主のもとに戻れるように、飼い主は、ペットに首輪や迷子札、マイクロチップ等を必ず装着させましょう。また、飼い犬については鑑札と狂犬病予防注射済票も装着させましょう。

ペットが逃走したり、迷子のペットを保護した場合は、次の関係機関へ情報をお寄せください。

- ・市役所環境課 ☎76-1511
- ・茨城県動物指導センター  
☎0296-72-1200
- ・古河警察署 ☎30-0110



▲愛犬カード「WANCA」

## 愛犬カード「WANCA」を交付しています

市では、犬の飼主マナーの啓発および犬の登録と狂犬病予防注射の促進のため、「愛犬へのお約束(5項目の飼育マナー)」を宣言していただいた飼い主に、愛犬の名前や生年月日などの情報が入ったカード「WANCA(ワンカ)」を無料交付しています。申請方法、詳細は環境課にお問い合わせください。

## 全国大会出場

### 【全国高等学校総合体育大会等】

#### ○総和工業高等学校

- ・登山〔白居哲良さん、小平翔矢さん、五十嵐隆仁さん、関口貴仁さん〕

#### ○総和高等学校

- ・陸上競技(棒高跳)〔岩瀬練さん〕
- ・柔道〔赤荻冨さん〕

#### ○境高等学校

- ・陸上競技(400mハードル)〔霜山直哉さん〕
- ・陸上競技(棒高跳)〔内田涼太さん〕

#### ○古河第一高等学校

- ・水泳〔會澤陸さん〕
- ・第60回記念全国高等学校珠算・電卓競技大会  
珠算・電卓〔鈴木康平さん、今井歩さん〕
- ・第48回全国定時制通信制総合体育大会  
陸上〔黒島愛子さん、園田優美さん〕

### 【全国高等学校文化連盟大会】

#### ○古河第三高等学校

- ・美術・工芸部門〔小森谷遥さん〕
- ・第38回全国高等学校総合文化祭長崎大会  
吹奏楽部門〔小倉佑佳子さん、長瀬琴美さん、布施安里紗さん〕



## 全国大会で大活躍！

### 高円宮賜杯第33回全日本学童軟式野球大会 マクドナルド・トーナメント 第3位

#### ダックス野球スポーツ少年団

8月19日に、東京都・明治神宮野球場で行われた高円宮賜杯第33回全日本学童軟式野球大会で、初出場ながら、見事3位に入賞しました。



### 第53回全国中学校水泳競技大会 水泳女子400mリレー 第4位

#### 古河第一中学校

8月21日～23日に、静岡県立水泳場で行われた第53回全国中学校水泳競技大会で、見事4位に入賞しました。



## 第33回全日本ジュニア 空手道選手権大会

8月18日に、東京都足立区総合スポーツセンターで行われた第33回全日本ジュニア空手道選手権大会で、出場した市内在住の6人が、各年代別で見事な成績をおさめました。(順不同)

小2女子部門3位



岩澤奈々さん  
(総和空手道)

小4女子部門3位



せいやま  
清山ひなたさん  
(彰考館)

小6男子部門2位



たいや  
藤田大也さん  
(総和空手道)

小6女子部門3位



あやは  
中山彩羽さん  
(総和空手道)

中1男子部門3位



じん  
石川仁さん  
(彰考館)

中3女子部門3位



けい  
倉本慧さん  
(青雲塾誠空会)

## 災害に備えて 地域防災訓練を実施

9月1日、総和北中学校で地域防災訓練が行われました。市・防災関係機関・地域住民が協力して訓練を行い、防災知識と意識を高めることを目的に毎年実施しています。

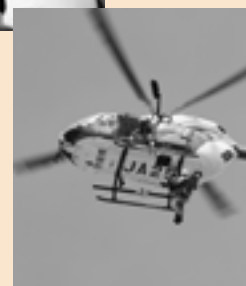
今年は総和北中学区の14行政区から約400人が参加。初期消火訓練や応急手当訓練、救出救助活動などを通して、大規模災害への備えと心構えを新たにしました。



◀ AEDの取り扱いを学ぶ参加者



▲バケツリレーで初期消火



◀ 防災ヘリコプターによる救出訓練

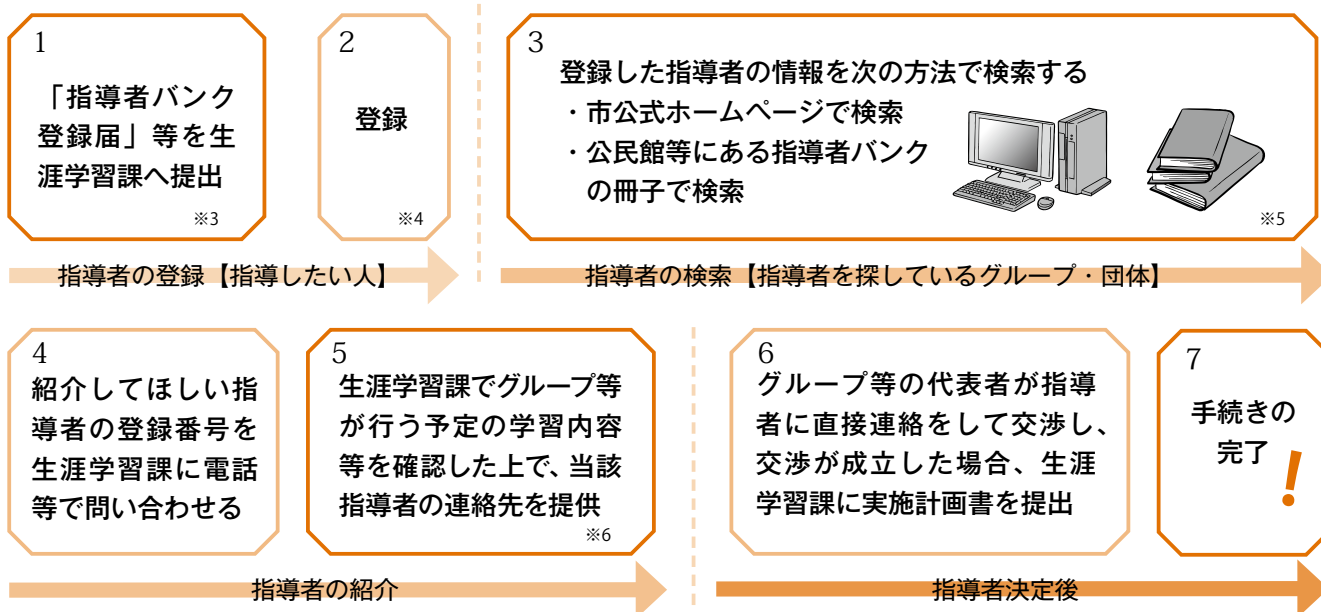
## 生涯学習指導者バンク制度

「自分の持っている知識・技術を、誰かに教えてあげたい」という市民の皆さんに登録をしていただき、生涯学習活動を希望する市内のグループや団体<sup>※2</sup>(個人を除く)で、指導者を探している人に指導者の情報を提供するものです。



【問】生涯学習課(古河庁舎) ☎22-5111

### ▼生涯学習指導者バンク制度利用手続きの流れ



※1 「生涯学習活動」とは、政治、宗教または営利に関する活動を除いた学習活動です。

※2 「グループ・団体」とは、政治、宗教または営利活動を主たる目的としていない市内で活動しているグループ・団体です。

※3 指導者の登録は、生涯学習課で随時行っています。登録の際必要な「生涯学習指導者バンク登録届」と「個人情報提供の同意書」の書類は、市公式ホームページからダウンロードできます(生涯学習課の窓口でも配

布しています)。

※4 指導者の登録は、20歳以上で政治、宗教または営利活動を目的としない人に限ります。

※5 検索できる指導者の登録情報の内容は、登録した指導者に番号を付け、氏名・住所・電話番号を除いた指導内容等の登録情報です。

※6 指導者登録をしても利用者から指導依頼がかからない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

## 先生が足りない

古河市長  
菅谷 憲一郎



突然、先生の一人が絞るような声で話し始めた。

「古河市は年度途中での、障害児介助員の加配を認めてくれません。介助員がいないことから多動性の子に対処できず、平均点数が20%も落ちたクラスがあるんですよ。なんとかできませんか?」。

これが呼び水になったのだろうか、ホンネが堰を切ったように先生方の口をついて次々と飛び出す。

「理科教育支援員がいることで実験や授業がスムーズにでき、子どもたちの目が輝きます。中学校にも支援員がほしい」。

「全教科にT・T(ティーム・ティーチング)授業が必要です。一人ひとりに目が届くので、授業についていけない生徒が少なくなります。いじめや校内暴力の解消につながるかもしれません」。

「学校の現状と課題」について、小中学校(32校)の先生と協議を持たせていただいた。

はじめは誰もが遠慮ぎみに話をされていたのだが、時間の経過とともに協議が沸騰。ついには学校が抱えるさまざまな問題解決の糸口は「T・T先生・理科教育支援員・障害児介助員を増やすことにある」との結論をみたのだ。

古河市は茨城県の最西端に位置している。県庁所在地の水戸市(約90km)より東京(約50km)に近く、都内への電車通勤が便利だ。それゆえに、市民の多くが東京・埼玉方面を向いている。水戸市に行くことはめったにない。

置かれた環境が、教師の就職にも影響を及ぼす。

古河市は県から「特別地域」の指定を受けている。地元出身の先生が極めて少ないからだ。先生が足りない現状に、県は「臨時雇用」で急場を凌ぐ。

先ごろ全国学力テスト結果が公表された。茨城県は8分野中7つが平均以上。先生の努力の成果と感謝している。

一方、古河市の小中学校は、茨城県独自のテストで県平均を下回り、中学校においては県平均より28%(正答率)も低い。県内44市町村中、かなり低いレベルにある。

かつて私が総和町長るとき「楽しい授業づくり」を目標に、全国に先駆けてT・T先生と理科教育支援員を町独自の予算で雇用した。

結果、英語・数学・理科の成績があがったことから視察が絶えず、T・T授業や支援員が全国に広がったのはご周知のとおり。

ところが合併後の古河市は「財政難」を理由に、中学校でのT・T授業や理科教育支援員をの加配を廃止してしまったのだ。今では全国でアタリマエとなった授業を、どうして廃止したのか? 不思議でならない。

「いい指導者から、いい選手が育つ」は、スポーツも教育も同じだ。やる気のある先生が古河市で教鞭をふるいたくなるような、どこよりも先進的な教育環境を整えねばと、決意を新たにさせられた協議だった。



▲学校の現場では、理科への興味を高め、学力向上にもつながる支援員の導入が望まれている

折にふれ、私の思いを書かせていただきます。

# まちの話題

いっしょでもお祝い

市では「敬老の日」を前に、77歳・88歳・100歳以上の人に敬老祝い金を贈りました。今年、市が祝い金を贈った人は1,851人。そのうち、100歳以上の人は52人いらっしゃいました。

今回訪問した下大野の関口はなさんは、8月に100歳を迎えました。好き嫌いなく何でもよく食べて、毎日の散歩が日課。何よりドライブが好きで、息子さんたちの運転で出掛けることを楽しみにしているそうです。

高齢者のみなさん、いつまでも元気にお過ごしください。



▲子・孫・曾孫・玄孫まで親族20人以上が集まり100歳をお祝い(写真前列中央が関口はなさん)

## バレーボールで地域がひとつに



▲白熱した試合が繰り広げられました

8月25日、第4回古河市行政自治会親善バレーボール大会が行われました。当日は、9人制バレーボールの部に44チーム、4人制ソフトバレーボールの部に46チームが参加。ラリーが続き、強烈なスパイクが決まると、観客から大きな歓声があがりました。

## リアルマドリード イン 古河



▲キャンプの最終日にはコーチが市長へ表敬訪問

スペインサッカークラブ「リアルマドリード」が主催する「ファンデーションキャンプ」が、8月24日から4日間にわたり中央運動公園で開催されました。カンテラ(下部組織)コーチが直接日本のサッカー少年に指導をしてサッカーの楽しさを伝えました。





▲約100人が集まったバーベキュー会

古河市国際交流協会は、在住外国人の生活支援、イベントの企画、日本語教室の開催など、活発な活動をしています。8月25日にはネーブルパークで「国際交流バーベキュー会」を開催。ブラジルや中国、ルーマニアなど8カ国以上の外国人が多数参加し、ギターの演奏や太極拳の演技の披露など、在住外国人との楽しい交流会となりました。

今月の料理

豆腐のきのこあんかけ  
＜高血圧予防食＞



- ①キノコ(シイタケ・シメジ・エノキ等)400gを粗く刻んでおく。
- ②フライパンに①を入れ、弱火で蒸し焼きにする。
- ③②に長ネギ1/2本(みじん切り)と、塩小さじ2/3、ごま油大さじ1と1/2、赤とう辛子1/2本(小口切り)を加えて軽くまぜ、1時間程度味をなじませる。
- ④豆腐を4等分に器に盛り、③をかける。

＜4人分＞

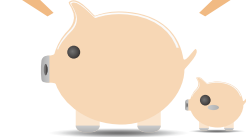
〈1人分〉

エネルギー=118kcal  
タンパク質=9.1g  
脂質=7.3g  
カルシウム=109mg  
食塩相当量=0.7g



(食生活改善推進協議会)

日々奮闘!



子育てアドバイス



0歳児からの読み聞かせ

0歳児から絵本なんて、まだ早いと思っ  
ていませんか？  
0歳児の後期ともなれば、自分の周りの物に手を出して確かめたり、自分の親しい人と知らない人の区別がついたり、認知が始まります。この認知が言葉の発達へとつながり、重要となってきます。絵本も赤ちゃんの興味の対象となり、じつと見たり、ときには手に持ってひっくり返したり、なめてみたりと興味津々。この行動こそが、絵本の読み聞かせを始める合図です。

では、赤ちゃんが喜ぶ絵本とはどんな本でしょう。7カ月の赤ちゃんは、視力も育ってきて、絵本を読む声に誘われ、自然に絵に目が行くようになってきます。そんな赤ちゃんには、絵が大きく、動物や食べ物、身近にある物が描かれている本を選んであげてください。

そして、お子さんの顔を見て、視線をママが指で押さえている絵に誘ってあげてください。

10カ月ごろになると、大人の動作や発する言葉を盛んにまねるようになってきます。これは、言葉の理解が進んできた証しです。このころになると、大人の言っている言葉の意味が分かってくるようになります。「車がブーブーブー」などの擬音語「おひさまピカピカ」などの擬態語など、赤ちゃんにも分かる言葉が出てくる絵本がおすすめです。

1歳になると、少しずつ話せるようになるので、簡単なストーリー性のある内容や動きのある絵が描かれている絵本がおすすめです。

みなさんもお気に入りの一冊を見つけて、秋の夜長に絵本タイムを取り入れてみてはいかがでしょうか。

第二保育所

# キラッ! 輝く人だち

## 「よい品を消費者に届けたい」

久保 真哉さん  
(22歳・尾崎在住)

県の銘柄産地指定を目指すニガウリは、県内の作付面積の4割近くを占め、今や県内一の生産地にまで成長しました。作付面積の拡大には、特に若手の農業者が大きく貢献しています。

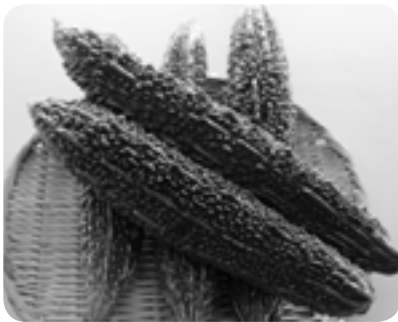
今月紹介するニガウリ生産者の久保真哉さんも、その一人。懸命に農業に取り組む祖父母や両親の背中を見て育ち、その大きな背中を追って、同じ農業の道を歩みはじめました。



### 三世代で農業を営む喜び

今春、大学を卒業し、就農した真哉さん。祖父母と両親、研修生2人で、夏場のニガウリのほか、レタス・ニンジンなど露地野菜を栽培しています。

「家を継ごうと思ったのは高校生のころ。まだ農業をはじめたばかりだけど、やりがいがある。自分が家を守って大きくしていきたい」と話す



▲ニガウリ特有の苦みが少ない「惚ろニガウリ」を栽培

真哉さん。

また、祖父母の光夫さんと千代さんは「孫と一緒に仕事ができる張り合いがある」と話し、三世代で農業を営むことに喜びを感じています。

### つや艶のある濃緑色のニガウリ

最近では、夏の暑さを和らげる「緑のカーテン」として、学校や家庭でも盛んに栽培されるようになったニガウリ。真哉さんの家では、夏場のホウレンソウの代替作物として9年前からニガウリ栽培を始めました。

一連の作業の中で一番気を遣うのは、ツルの手入れ。「ツルに元気がなくなるとメバナがつかず、実がなくなる。6月下旬は、ニンジンの収穫で多忙な時期だけど、

この時期にニガウリのツルや葉の手入れをするかしないかで、収穫量や品質に影響がでる。夏の間の追肥もかかせない」と品質管理にも徹底的にこだわっています。

### 後継者が互いに切磋琢磨

プロを目指す野球少年だった真哉さんが、就農して半年。真哉さんには「緑菜会」という農業後継者の仲間がいます。勉強会や先進地視察、レクリエーションを通して、交流を深めながらも、野菜の出来を競い合い、切磋琢磨している負けられないライバルでもあるといいます。

皆さんも、若手農業者の「よい品を消費者に届けたい」という思いが込められた野菜を、ぜひご賞味ください。

## 図書館のオススメ

### ◇児童書

#### ・ねずみのつきめくり

レオ=レオニ 作  
パーティーの1月、雪の中の2月、冷たい風の吹く3月…。季節感たっぷりに動き回るねずみたちの一年に、谷川俊太郎が詩をつけました。短いけれどゆっくり楽しめる宝物のような絵本。  
出版社…好学社 分類…Eネ

#### ・おばけのクリリン

こさか まさみ 作  
どんぐりえんに住んでいるおばけのクリリンは、毎日みんなといっしょにたいそうやおゆうぎをするけれど、だれにもクリリンのすがたは見えません。あ

る日、ももこ先生がお休みすることを知ったクリリンはももこ先生にばけてすずめ組にいき、みんなとかくれんぼをはじめますが…。

出版社…福音館書店 分類…913オ



### ◇一般書

#### ・鯖猫長屋ふしぎ草紙

田牧 大和 著  
なぜか鯖猫模様の猫が一番いばっている「鯖猫長屋」には、なにやら「わけあり」な住人たちが。そんな長屋で次々と起こるふしぎな事件。謎解きと人情ばなしが楽しめる時代小説。  
出版社…PHP研究所 分類…Fタ

#### ・ママ、ごはんまだ?

一青 妙 著  
ある日、家を片付けていたら小さな手帳が見つかった。そこには、亡くなった母が家族のために、びっしり料理のレシピを書きとめていた…。料理によって深い愛情を娘たちに伝えた母との思い出を綴る。  
出版社…講談社 分類…914ヒ  
古河図書館

## 注目企業人!

～市内の企業を元気に支えるみんなを紹介～  
「古河工場のすべての環境を整備しています!」

日野自動車株式会社古河工場勤務 吉田悟さん

自動車整備士になることを目指して日野自動車株式会社に入社した吉田さん。これまで、車両保全、付帯設備の保全、設備改善などの業務を経験してきました。古河工場(名崎工業団地)の稼働に伴い、日野工場から異動し、現在は工場内全般の保全を担当しています。「彼がいるから古河工場の人安心して働ける」と上司からの期待と信頼が大きい吉田さん。

古河工場はこれから従業員が増えてきます。「他の工場から異動してくる人たちに古河工場に来てよかったと言われる

ように設備だけでなく、人のつながりも含めた働きやすい環境をつくりたい」と考えているそうです。

帰宅後は、昨年生まれ、つかまり立ちができるようになった娘さんと遊ぶことがとても楽しみと笑顔で話してくれました。

#### ■プロフィール

休日は、家族といっしょに市内の公園にでかけて、のんびり過ごしています。  
30歳・桜町在住



# 古河ヒストリー

## ◎「没後100年記念—奥原晴湖展」開催

「維新以来東京にて止め所もない程盛に売れ出した物は、晴湖女史の絵と池の端の寶丹にて(後略)」

これは、明治8(1875)年9月29日の郵便報知新聞に掲載された記事です。寶丹とは、江戸末期から上野池之端で売られ、起死回生の万能薬として評判だった薬のこと。古河出身の南画家・奥原晴湖の描いた絵画の人気ぶりを垣間見ることができるといえる一文でしょう。いまでは、晴湖の名前くらいは知っていても、それほどまでに人気を博した画家であったことをご存じの人は少ないのではないのでしょうか。

天保8(1837)年、古河藩士・池田家に生まれた晴湖は、元治2(1865)年名目上関宿藩士・奥原家の養女となって江戸に行き、南画家としての一歩を踏み出します。そして、明治初年に確立した豪放磊落といわれる晴湖の作風は、維新期の覇気に溢れた気風と合致して、世にもてはやされるようになりました。

そのような、当時の晴湖作品への高い評価を証言する資料が当館に所蔵されています

ので、少し紹介します。晴湖の支援者と推定される人物の書いた晴湖宛の手紙で、文末にこう記されています。

「(前略)先生には最早御承知かわ候得共、先生の偽物書き〇〇〇〇は懲役一ケ年、及び販売之〇〇〇〇は、全じく三ケ月に処せられ候。一寸申上候。敬具」

ある二人の人物が、晴湖の贋作を描き、また販売して逮捕され刑罰に処せられたという内容。つまり、同時代に晴湖作品の偽物が世間に出回り、売られていたということが分かるのです。

この手紙の書かれた年代は不明ですが、宛先住所から、晴湖が明治24年に現在の埼玉県熊谷市に隠棲して以降のものと分かります。明治15年ごろから南画の衰退が著しくなり、晴湖の人気も一時ほどではなくなったとはいえ、いまだ贋作が出回るほどに、晴湖作品が世に求められていたことを示しているといえるでしょう。

隠棲後の晴湖は、東京時代とはうって変わり、緻密に描かれた色彩豊かな画風の作



▲『芦雁図』(明治13年)  
茨城県近代美術館所蔵

品を多く生みだしています。

「女史の熊谷隠棲が種々な方面から世間に知れ渡ってから、再び訪問者が多くなり、驛の車夫などは人柄を見て、客がだまって居ても上川上の女史の處に走り出す有様でありました」(稲村量平編『奥原晴湖』)とあるように、そうした晴湖の作品を求める人は引きも切らず、晩年までその筆をふるい続けたのでした。

晴湖が大正2(1913)年に没してから、本年でちょうど100年。古河歴史博物館では、このことを記念する作品展(10/26～12/8)を開催します。明治期に一世を風靡した晴湖の芸術世界をどうぞご高覧ください。

古河歴史博物館学芸員 倉井直子

## 文化の扉

## 富士山牛王宝印

今年の6月22日、カンボジアで開催された第37回ユネスコ世界遺産委員会において、富士山の世界文化遺産登録が正式に決定されました。登録名称は「富士山—信仰の対象と芸術の源泉」です。今回はこれにちなんで、富士山信仰に関する資料を1点紹介します。

三和資料館の寄託資料の中に木版で刷られた1枚の御札があります。30.5cm×10cmの縦長の紙に「富士山牛王 御師 虎谷 渡邊安房守」とあり、宝珠形の朱印が捺されています。「牛王」とあるので、牛王宝印だとわかります。

牛王宝印とは、諸社寺で厄除けや守護の符として信者に頒布されたものです。牛王(牛黄)とは、牛の胆嚢の中から得られる高貴薬のことで、

一切の病魔を駆除する靈験があるとされ、牛王宝印にはこの牛王(牛黄)を混ぜた朱肉で仏の種子や宝珠形の朱宝印を捺すとされています。よく知られている牛王宝印が熊野三山の鳥の牛王で、鳥点宝珠といって鳥で字の点や画を記すものです。このように神の使者としての動物を文字の中に潜ませる例が多くみられ、また独特な書体で文字が表される場合がみられます。

ここで紹介したのもも独特な書体によって「富士山牛王」と書かれています。三つの峯で表現される富士山の絵が「富」の字の「うかんむり」になっていて、文字の中に富士山を潜ませる意匠になっています。

三和資料館



▲「富士山牛王宝印」

古河市にゆかりのある小説や人物を紹介

## 古河文学・人物館

## 古河の歴史・文学ガイドブック

## 『感情旅行』

先月は古河の文学散歩を紹介しましたが、ここに、古河文学散歩から生まれたともいえる文学作品があります。

南総里見八犬伝や古河公方、熊沢蕃山、静御前、土井利位、鷹見泉石、思案橋、鮭延寺などが描かれ、さながら古河の歴史・文学ガイドブックともいえる小説……。今月は、中村真一郎著『感情旅行』をご紹介します。

著者の中村真一郎(1918-1997)は、古今東西の文学的教養をもとに数多くの小説を手掛け、日本文学大賞や読売文学賞、芸術選奨など数々の文学賞を受賞するなど、戦後派作家の旗手として活躍しました。また、放送劇の脚本なども手掛け、映画『モスラ』の原作者の一人としても知られています。



▲中村真一郎著『感情旅行』(ミリオン・ブックス)

ところで、中村が古河を舞台にした作品を描いたのはなぜか？ ヒントは「♪千年の歴史を映し……」。

そう、実は古河第一中学校の校歌の作詞者が中村真一郎なのです。校歌作詞の依頼を受けた中村は、古河の風土を取材するため、渡良瀬河畔の旅館に宿をとり、毎日、市内の史跡を訪ね歩きました。はからずも、中村は古河の歴史・文学散歩をしたことになります。この時の見聞を中村一流の自在な技法で描出、独特な味わいをもつ小説『感情旅行』が生み出されたのでした。

残念ながら、現在『感情旅行』は絶版ですが、集英社刊『日本文学全集81』(三和図書館蔵)に収録されています。ぜひ、ご一読を。

古河文学館 秋澤正之

病気や寝たきりなどで外に出られないわけではないのに、一日のほとんどを家の中や庭先などで過ごし、週に1回も外出しない状態を「閉じこもり」といいます。

閉じこもりは、身体を動かすことだけでなく、人との交流も減っていくことで、心と体を衰えさせます。そして、寝たきりや認知症など介護が必要な状態につながる大きな原因となるため、注意が必要です。

#### 閉じこもりが招くさまざまな症状

閉じこもりが続くと、活動量が少なくなり、さまざまな症状が現れます。

##### ◆運動機能の低下

運動不足による筋力・柔軟性が低下します。

##### ◆消化機能の低下

食欲低下・消化機能の低下により栄養状態が悪化します。

##### ◆心肺機能の低下

心肺機能の低下や起立性低血圧の原因になります。

##### ◆行動意欲の低下

興味や関心が低下し、精神・知的機能が低下します。

#### 活動的な生活で閉じこもりを防ぎましょう

・積極的に外に出ましょう  
買い物やウォーキングなど、なるべく用事をつくって外に出かけるようにしましょう。

・趣味を楽しみましょう  
趣味をもって楽しむことは仲間との交流が生まれ、充実した毎日につながります。

・できることは自分でしましょう

食事の片付けや布団の上げ下ろしなど家事を行うことで、身体機能の維持とともに、うつ病の予防にもつながります。

・生活リズムを整えましょう  
起床・就寝時間を決めましょう。また、食事は毎日3回とり、生活リズムが乱れないようにしましょう。

・地域の活動に参加しましょう  
地域の活動やボランティア、趣味のサークル等には積極的に参加するように心がけましょう。



#### ご家族や周囲の人へ

高齢期の閉じこもりの要因は、大きく分けると次の三つに分類されます。

「膝が痛い」「歩くのが辛い」などの身体的要因、「転倒が怖い」「行動することに自信がない」などの心理的要因、「外出する場所がない」「交通手段がない」などの環境的要因です。

そのほかにも、家族や周囲の人の強い心配から「危ない! 外出を控えて」といわれるなど、周囲の環境によって外出に消極的になる場合があります。

家族や周囲の人は、本人の健康のために、外出のサポートや生きがいがづくりの協力をしてあげることが大切です。

高齢福祉課

# 憩いのパークの魅力

## ネーブルパーク秋の気配

記録的に暑かった今年の夏、ネーブルパークでも、うだるような暑い日が続きました。そんな暑く、にぎやかな夏も終わり、少しひっそりとした園内を、今では赤とんぼが気持ちよさそうに飛んでいます。

やっと訪れた秋。園内を歩いていると、いろいろな秋の気配を感じることができます。キンモクセイの甘い香り。乾燥し、少しヒンヤリとした気持ちのよい秋風。どこからか漂ってくる田んぼで藁を燃やす匂い。それぞれがネーブルパークに秋の訪れを告げてくれます。また、菖蒲園に目を移せば、その周りを鮮やかに咲いていた彼岸花が花期を終え、季節の移り変わりを教えてくれます。

ちょっと話題が変わりますが、この季節のネーブルパークの風物詩に「菊小屋作り」があります。ネーブルパークでは毎年10月27日から11月23日まで古河菊まつりが開催されますが、その展示小屋の準備が「菊小屋作り」です。準備が終わると古河菊まつりが盛大に始まり、ネーブルパークも一層華やいだ季節を迎えます。

さて、秋といえばもう一つ



▲焼きたてのパンはいかがですか？

「食欲の秋」ですね。ネーブルパークでは、今年の春にそば屋「ねいぶる庵」が開店。夏にはアンテナショップ「花桃館」で、焼きたてのクロワッサンやデニッシュの販売を開始しました。店内では毎日十数種類のパンを焼いて、お店の周りにはパンを焼く香ばしい香りが漂い、より一層「食欲の秋」を演出しています。さわやかな秋風の中、公園のベンチに座ってのんびりと焼きたてのクロワッサンでランチをする。そんな秋のひとつきも、きっと心地よいでしょうね。

秋本番を迎え、季節は瞬く間に冬へと向かっていきます。そんな季節の移ろいを、みなさんそれぞれの楽しみ方で存分に堪能してください。

**【問】 ネーブルパーク管理事務所 ☎ 92-7300**

## 表紙写真



夏休み期間中に行われた「中高生・乳幼児ふれあい交流事業」で撮影した一枚です。

6カ月の赤ちゃんを抱っこしている高校2年生の男子生徒。ずっと泣き止まない赤ちゃんを、あきらめず、優しくあやしているうちに、いつの間にか赤ちゃんは、男子生徒の腕の中で眠ってしまいました。起こさないように抱っこする姿と、見つめる優しい眼差しは、パパのようでした。

## 寄付



茨城県高压ガス保安協会 猿島地方支部より、中央公民館へガスコンロ7台の寄付。

## 古河市データ

### 人口





(9月1日現在) 住民基本台帳から  
総人口… 146,095人 (+ 85)  
男……………73,382人 (+ 66)  
女……………72,713人 (+ 19)  
世帯数…57,444世帯 (+ 74)  
( ) 内は前月比




# わが家のアイドル




 **藤塚 瑠菜ちゃん** (3歳8カ月・三杉町)


 負けず嫌いなる一ちゃん。いろいろなことに興味持って挑戦するし、かしこくなってきたね。みんなに支えられて毎日にこにこる一ちゃん。いつもみんなを楽しませてくれてありがとう。これからも元気いっぱい育ててね。  
(父：恵一郎 母：やす子)


 ひろ君は元気で妹思いで優しいね！れかちゃんは優しいお兄ちゃんたちに囲まれて嬉しそうだね。お兄ちゃんの一弥もときどきケンカするけどいつも楽しいって言うてるよ(\*^^\*)これからも仲良く元気に育ててください！  
(父：智洋 母：佑里)




 **早野 蓮華ちゃん・洋翔くん** (2歳・3歳 水海)




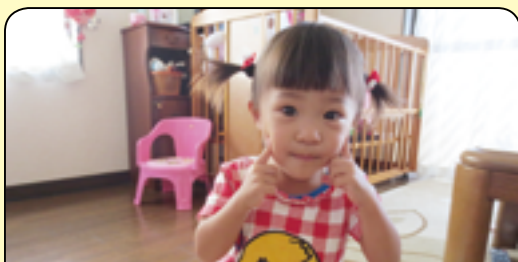
 **上野 敬大くん・姫花ちゃん** (5カ月・1歳10カ月 東間中橋)


 5月に弟の敬大が生まれて、「びっぴ」とあだ名を付けてとても可愛がっている姫花。お外で遊ぶのが大好きで、特にパパと自転車に乗ってお散歩するのが好きです。これからも明るく元気いっぱい育ててね。  
(父：勝久 母：恵梨)


 人見知りもすっかり直り、にこにこ笑顔とおしゃべりで周りを和ませてくれる心と。そんな心とももうすぐお姉ちゃん。どんなお姉ちゃんになるのかな？ これからも元気にすくすく育ててね。  
(父：正行 母：広美)



 **児矢 野心和ちゃん** (2歳・茶屋新田)



 **沼田 奈々ちゃん** (2歳2カ月・南間中橋)

 未熟児で生まれたけど大きく成長してくれました。今では、親子スイミングに通ってプールが大好きになりました。おままごと遊びも大好きです。これからどんなお姉ちゃんに成長していくのか、パパとママの楽しみです☆  
(父：将幸 母：由佳)

「わが家のアイドル」コーナーに、たくさんのお応募ありがとうございます。今月は、元気でかわいい「古河っ子」を大特集。すくすく大きくなあれ。

平成25年10月1日発行

●発行所／〒306-0291 茨城県古河市下大野2248

●編集／広報室 ●ホームページ／<http://www.city.furukawa.jp/>

古河市役所

☎0280-3111

(92)

3111