

タブレット端末で  
アサガオ観察日記



こ  
が  
古河

広  
報

No.131

8

AUGUST  
2016





## 子どもたちの「生きる力」を育むチャレンジ 未来をめざす**古河の教育**

無限に広がる  
子どもたちの未来を  
応援します



菅谷憲一郎 市長

佐川康二 教育長

将来、今ある職業の65パーセントがなくなるという話を聞いたことがありますか。技術の進化は、社会環境を劇的に変化させ、子どもたちはその中で生きていかななくてはなりません。

古河市の教育は、この激しい変化に立ち向かう二つのチャレンジを始めました。世界で活躍できる「古河人」を育てていけるよう、常にチャレンジを続けます。

これらのチャレンジは、市教育委員会のフェイスブックで随時紹介するほか、10月と来年2月に開催される「古河市教育ICTフォーラム」で発表します。ぜひご参加ください。

【問】指導課(古河庁舎) ☎22-5111



# チャレンジ 1

## タブレットなど ICT 機器の導入

平成27年9月から、市内全小学校へタブレットを始めとするICT機器を導入し、実際の授業で活用を開始しました。これにより、授業が大きく変わりつつあります。

一番の変化は、子どもたちの出番が増えたこと。手を挙げた子だけが発表する授業形式だけでなく、全員のノートが大型ディスプレイに大きく映されたり、画面に映された自分の考えを前に出で説明したりという光景がよく見られるようになりました。デジタル教科書を使った授業もわかりやすいと好評です。

また、全国に先駆け、プログラミングを使った授業を研究している学校もあります。来年度からは、低学年からの英語の授業にもチャレンジしていきます。

### プログラミングとは…?

ロボットや画面をプログラミング言語という命令で、自分の考えたとおり動かすことです。

論理的な思考力の育成に役立つといわれています。



# チャレンジ 2

## 古河塾による 放課後学習

放課後学習を希望する子どもたちが無料で受講することができる「古河塾」。市内全小中学校で開催されています。

古河塾は、(株)ベネッセコーポレーションや(株)リクルートマーケティングパートナーズと協力し、動画を含む教材を導入することで、子どもたちの理解がより深まっています。

市内小中学生約1万950人のうち、現在、小学生の3割、中学生の1割弱が古河塾に参加しています。さらに多くの子どもたちが参加できるように、内容の充実と体制を整えていきます。



▲「スフィロ」というプログラミングによって制御することのできるボールロボットを使った算数の授業(大和田小学校)



▲注射器に水と空気を入れて圧力をかけたときの変化を確かめる理科の実験では、写真や動画を撮影して実験の様子を記録(上大野小学校)



▲古河塾では、タブレットを活用してインターネットで配信された問題を解いています。学習習慣の定着と学力の向上が期待できます





## 古河市の魅力発信！

# 「茨城マルシェ」で古河市をPR

7月3日、東京・銀座にある茨城県のアンテナショップ「茨城マルシェ」で『古河市の日』が開催されました。

日々丹精込めてつくる生産者の想いとおいしさを届けようと、トウモロコシやニガウリなど採れたて新鮮野菜や「古河ブランド」商品などを、店内にたくさん陳列。菅谷市長自ら野菜の購入者やレストランで食事をした人へ古河市産の「バラ」をプレゼントするなど、古河市の特産品のPR活動を行ってきました。



▲店頭にはポスターやのぼり旗、花火の三尺玉の模型を展示し、古河をPR。茨城放送の取材もあり、その模様は7月28日に放送されました



▲夜明け前の朝4時に収穫したトウモロコシは「甘くておいしい」と大人気商品

▲バラのプレゼントは特に女性のお客様に喜ばれました



◀華むすめも来店者を笑顔でおもてなし

## くまモンと一緒にPR! 第1回ふるさと納税感謝祭



▲市内の生産者も一緒にPR

7月8日・9日に「ふるさと納税感謝祭」が東京都千代田区にあるJR有楽町駅前広場で開催され、ふるさと納税と一緒に花火大会や特産品のPRをしてきました。

4月に発生した「熊本地震」の支援としてふるさと納税の代理寄附を行った全国の12自治体が参加した今回の感謝祭。みんなの温かい支援にお礼を言うため、熊本県の営業部長兼しあわせ部長の「くまモン」も参加し、華むすめと一緒に古河市のPRをしてもらいました。

都市部に集中してしまう税の地域間格差を解消するために、推進されているふるさと納税。昨年度は古河市へ約1億6,000万円の寄附が集まり、子育てや福祉、教育の分野の予算として充当される予定です。



## 災害協定締結 連携して守る

### NPO 法人国際ボランティア学生協会 茨城県高圧ガス保安協会猿島地方支部 災害時の連携協定を締結

7月4日、市とNPO法人(特定非営利活動法人)国際ボランティア学生協会が、災害支援活動に関する協定を締結しました。災害発生時に市の要請により学生ボランティアが支援活動を行います。平常時からの情報交換等により、災害に対して協力・連携して対応します。

また同日、市と茨城県高圧ガス保安協会猿島地方支部は、災害時のLPガス等の供給協力に関する協定を締結。災害発生時に不足するLPガスボンベやガスコンロなどをいち早く被災地の避難所などに設置し、災害時の市民生活の安定を図ります。

今回の締結により、地域防災活動の連携・協力関係がさらに深まることになりました。



災害時における支援活動に関する協定締結式  
古河市・特定非営利活動法人国際ボランティア学生協会  
▲国際学生ボランティア協会と協定を締結(中央は下村代表理事、右は学生代表の砂田和樹さん)



災害時におけるLPガス等の供給に関する協定締結式  
古河市・茨城県高圧ガス保安協会猿島地方支部  
▲茨城県高圧ガス保安協会猿島地方支部と協定を締結(中央は風見支部長、右は館野副支部長)

また、寄附者には古河市が誇る色とりどりの特産品が全国へ返礼品として贈られ、「おいしかった」「きれいだった」などの感謝のメッセージをたくさんいただいています。

全国に誇れる古河市の特産品の魅力を多くの人に伝え、よりよい施策を実現するためにまい進する古河市のふるさと納税にこれからもご期待ください。



▲PR用に作成したポスターに皆さん足を止めて見入っていました



▲JR有楽町駅前は大勢の人が全国の特産品を求め大盛況でした



# 災害に備える

9月1日は「防災の日」、8月30日～9月5日は「防災週間」です。

今回は、災害時の情報伝達手段の一部と、防災対策の事例について紹介します。

この機会に、災害についての認識を深め、備えを充実強化することにより、災害の未然防止と被害の軽減に努めましょう。

【問】防災交通課(総和庁舎) ☎92-3111



▲昨年9月、決壊した西仁連川

## 防災行政無線

市では、市役所各庁舎や小学校、公民館などに屋外スピーカー「防災行政無線」95基を整備しています。また、公園や消防団員詰所などにも増設しています。

河川の氾濫のおそれ・地震などの大規模災害時に、市民の生命に関わる情報を放送します。

### 【放送内容】

- ・河川の氾濫のおそれがある場合の避難情報
- ・大規模災害時の避難所に関する情報
- ・防犯情報



聞き取れ  
なかった

もう一度  
確認したい

### 防災行政無線フリーダイヤル

防災行政無線で放送された内容を確認することができます(放送後24時間以内の情報に限ります)。

☎0120-940-122

※固定電話、携帯電話から利用可能。

## 緊急速報メール (エリアメール)

河川の決壊・越水など大規模災害のおそれや、大規模災害が発生した場合に避難情報(避難指示・避難勧告・避難準備情報)を携帯電話にメールで配信します。  
※利用方法など詳細は、お使いの携帯電話会社に問い合わせください。

### 避難情報の種類

種類	内容
避難指示	【直ちに避難所・避難場所に避難】 人的被害が発生する危険性が非常に高い状態で、強く避難を勧めるために発令します。危険が少ない場所に避難してください。
避難勧告	【あわてずに落ち着いて、避難所へ避難を開始】 災害発生のおそれが高まり、避難を勧めるために発令します。災害や個人の状況に応じて、適切な避難を開始してください。
避難準備情報	【いつでも避難ができるように準備をする】 今後、避難勧告や避難指示の発令が予想される段階です。情報を自ら得て、避難に時間のかかる人は早めに避難してください。

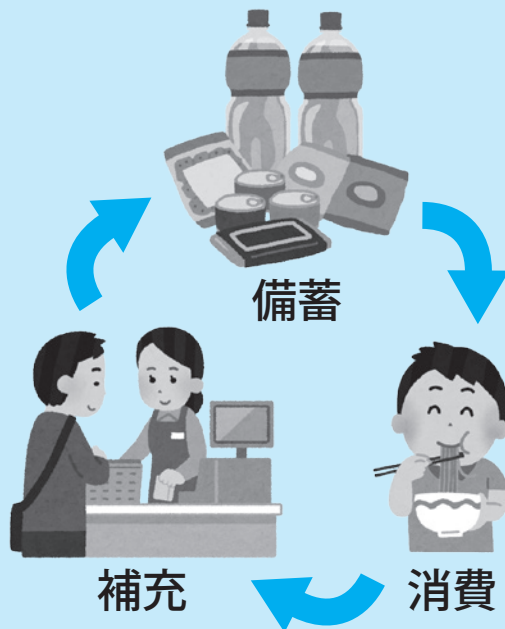


# 自らの命は、自らが守る！ 防災対策を進めましょう！！

## 備蓄も楽々 ランニングストック\*

家庭で、防災用の物資や食料を専用に備蓄することはとても大変です。そこで、日ごろから使用している消耗品・食材・衛生用品などを「無くなる前に少し多めに買っておく」「消費したらすぐに補充する」など、発想を転換して、備蓄をより身近なものにしましょう。

※ランニングストックとは、普段から食べ慣れている食品を多めに確保し、賞味期限の近いものから消費し、消費すると同時に新しいものを補充していく方法です。



## 家庭内の備蓄品として

「常備薬」「粉ミルク」「ベビー用品」「生理用品」「入れ歯」「介護用品」など、個人の事情に大きく左右されるものは、緊急時を日ごろから想像しながら、各家庭で備蓄してください。



## 寝床からすぐに 避難するために

地震で部屋の中に物が散乱している場合、寝床付近に靴やスリッパを用意しておく、切り傷などの足のけがをせずに外に避難することができます。



### 【ワンポイントアドバイス】

卓上コンロは  
災害時に  
役立ちます



今回紹介した事例以外にも、避難所・避難経路の確認や、災害発生時の行動マニュアルを家族で話し合うなど、日ごろからできる取り組みから始め、災害に備えましょう。



# 国民年金＋ 農業者年金で 老後の生活を

農業者の老後の安定した生活のために農業者年金制度があります。農業委員は、地域の担い手となる農業者へ農業者年金の広報活動をしています。

【問】 農業委員会事務局(三和庁舎)  
☎76-1511

農業従事者の年金は主に国民年金です。この国民年金は、20歳から60歳まで40年間積み立てて65歳から年額78万100円が支給されます。月額約6万5,000円ですが、これでは、65歳からの老後は安心と言えないのではないのでしょうか。

農業者年金は、国民年金(基礎年金)に上乗せした公的な年金制度です。

## 農業者年金

国民年金(基礎年金)  
第1号被保険者

### ○農業者年金加入要件

- ・国民年金第1号被保険者
- ・年間60日以上農業に従事
- ・60歳未満の人



◀農業委員の説明に興味を持ち、熱心に質問する若手農業者



▲次代を担う若い農業者の家に訪問し、農業者年金の案内をしています

### ○保険料

- ・自分が必要とする年金額の目標に向けて、月額2万円から6万7,000円の間で保険料を決めることができます
- ・保険料はいつでも見直すことができます

### ○80歳までの保証がついた終身年金

年金は、生涯支給されますが、仮に加入者・受給者が80歳前に亡くなった場合でも、死亡した翌月から80歳までに受け取れるはずだった農業者年金の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

### ○税制面で大きな優遇

- ・支払った保険料は、全額社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税が減額になります
- ・将来受け取る農業者年金は、公的年金等控除の対象となり、65歳以上の人であれば公的年金等の合計額が120万円まで非課税となります

農業者年金の詳しい内容や相談は  
農業委員に問い合わせください



# 農業委員 レポート

## 60歳からのチャレンジ ～荒れ地に稲穂が実る日～

今、増え続ける耕作放棄地が大きな問題になっています。そんな荒れ地を放っておけなくなり、次々と開墾し立派な水田に甦えらせている人を紹介します。

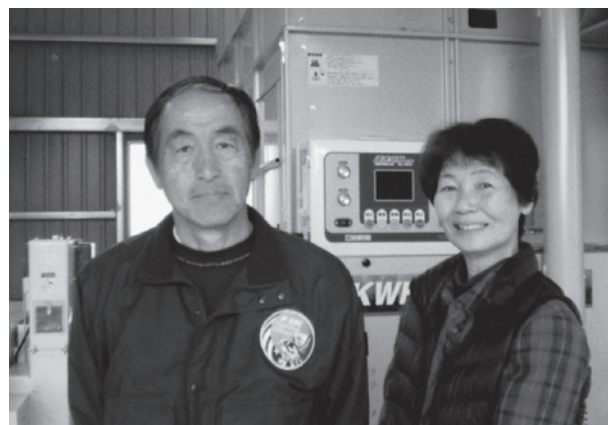
大堤在住の小倉文治さん(63歳)です。元は会社員で、農業委員の経験者でもあります。現在は、妻の弘子さんと二人で7万5,000平方メートルの農地で稲作と、ハウレン草やカボチャなどを栽培しています。



▲荒廃農地を水田に再生します



▲再生した水田の田植えが終わりました。実りの秋が待たれます



▲小倉文治さんご夫妻

小倉さんは農業委員としての活動の中で、こんなにも多くの耕作放棄地があるのかとあらためて危機感を覚えたそうです。そして、60歳の定年を機に、少しでも減らせないものかと本格的に荒れ地の開墾を手がけました。

まず、自分の水田の隣の耕作放棄地から開墾し始め、市役所農政課などと連携しながら少しずつ増やしていき、今の面積になったとのこと。

開墾といっても、そう簡単にできるものではありません。背丈よりも大きく伸びた葦や草を刈り払い、溜まっているゴミを片付ける……。それが最大の難関で、苦勞の末にやっと田植えまでこぎつけたそうです。その後は、どんどん育っていく苗の豊かな緑に心が満たされ、達成感を味わうことができたといいます。

小倉さんは、この先、「後継者を育てながらさらに規模を拡大して、野菜作りも手がけてみたい」と意気込みを語ってくれました。

「耕作放棄地を減らすためには、農業委員会、関係機関、所有者や耕作者が連携を図り、農地の集約と環境改善を推進することが不可欠であると考えています」と耕作放棄地を減らすための計画を練っている小倉さん。60歳からの夢あるライフワークは、明るい未来へと広がっていくようです。

もうすぐ、黄金色の実りの秋がやってきます。大地を耕し作物を育てていくことこそ、農地を守りたくさんの命を育てていくことに繋がっているのだと感じられました。



国際色豊かなまちづくり・人づくりのため、中国河北省三河市と国際友好交流都市協定を締結している古河市。平成7(1995)年の締結以来、相互訪問などを通じて交流事業を行ってきました。

今回、6月23日から26日にかけて菅谷市長を団長とした15人の古河市国際交流訪問団が三河市を訪問。教育文化に関する意見交換や市民交流を行い、相互理解を深めました。今後も両市の友好関係が互いの発展につながるように、さらに幅広い分野で交流することを約束しました。

【問】企画課(総和庁舎) ☎92-3111



▲谷正海三河市長(右)と面会する菅谷市長。訪問を記念して、三河市から古河市へ書道用品が贈られました



▲教育関係者との意見交換会



▲三河市民(上)と古河市民(下)が書道の腕前を披露。互いの心を通わせました



▲小学4～6年生800人による「太極扇」。一糸乱れぬ動きに圧倒されました

# 中国三河市を訪問



▲心温まる歓迎を受けました



▲市内小学校を視察。芸術やスポーツに力を入れて取り組んでいます



▲中国河北省発祥の武術「八極拳」は人気のスポーツです



## 平成27年度 非核平和ポスター・作文大賞

古河市非核平和都市推進委員会では「戦争の無益さ、悲惨さ、平和の尊さを考えてもらいたい」と、さまざまな活動を行っています。

その一環として毎年夏に「非核平和ポスター・作文」を募集。小学6年生、中学1・2年生が、非核平和への想いを絵や作文に表現しています。

戦後70年を迎えた平成27年度は、ポスターの部に371点の応募があり、その中から右の3作品が「非核平和大賞」に選ばれました。また、作文の部には810点の応募がありました。入賞作品はポスター・作文展や作文集の作成など、啓発活動に活用しています。

【問】総務課(総和庁舎) ☎92-3111

平成27年度  
非核平和大賞作品



【小学6年生の部】



【中学1年生の部】



【中学2年生の部】

### 非核平和パネル展を開催中です

戦争の悲劇を二度と繰り返さないために、核兵器の恐ろしさや戦争の悲惨さ、平和の尊さをあらためて考えましょう。

#### 期間・場所

- 燦SUN館(三和図書館資料館)エントランス  
8月3日(水)まで
- ユースセンター総和ロビー  
8月5日(金)～11日(木・祝)
- 古河庁舎市民待合ロビー  
8月15日(月)～19日(金)

### 高齢者叙勲

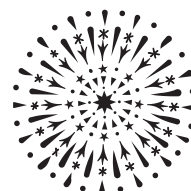
#### 瑞宝双光章

廣瀬 昭江さん  
(88歳、東山田)  
元新宿区立淀橋  
第六小学校長



### 全国大会出場

- 第35回全日本クラブ卓球選手権大会  
一般男子の部：SPC
- 第36回全国少年柔道大会  
津田日菜さん(野木町柔道クラブ)
- 第8回全日本都道府県対抗女子剣道優勝大会  
大将の部：落合弥生さん、船橋里乃さん(古河市剣道連盟)
- 全日本還暦軟式野球選手権大会  
古河わたらせクラブ





▲西南広域消防本部古河消防署「私たちが市民の生命・財産を守ります」

「駅西には文化遺産がたくさんある。高齢者が多いし家も古い。いざというとき、市民や文化財を守るのか？」  
 「朝夕の通勤時間帯は、消防車や救急車の到着が遅い。駅西に消防署がないからだ」

「先の火災で9棟が瞬く間に延焼した。人災だ」「駅西に消防署があれば、駅東も安心。菅谷市長は消防署をつくる気があるのか？」  
 タウンミーティングでの厳しい意見だ。

合併後の古河市は、「事前質問」に対して答弁書を「読むだけ」の行政懇談会を開催していた。会場に入るには役員の「推薦」が必要だったので、参加者があまりいなかったと聞く。当然だ。そんな懇談会が面白いはずがない。

それゆえに私はこれまでの行政懇談会を、役員推薦のいらぬ「だれでも参加OK」、事前に質問内容を通知しない「当日質問OK」のタウンミーティングに改めたのだ。

タウンミーティングには、毎年約1200人の市民参加をいただいている。当日は何が飛び出すかわからない。ときには叱られたりで大変だ。それでも部課長は行政の「プロ」。へたな答弁が許されない。緊張の2時間。夜が長い。

## 熱い声に 背中を押されて

かつて茨城西南地方広域市町村圏事務組合(合併前・構成11市町村)は、消防本部を古河駅西(横山町)に置いていた。ところが旧古河市が古河市合併前に、「駅西に消防署はいらぬ」とし、中田地区(現在の場所)への移転を決めたのだ。

これに当時、総和町長だった私は「古河市の本丸は駅西でないのか？総和町も西部に人口が集中している。駅西から消防署をなくしてはいけない！」と強く反対したのだが、「市議会も同意している。すでに建設地を購



古河市長  
菅谷 憲一郎

入済みだ」と言い切り、移転が強引に進められた経緯がある。  
 いまになって「なぜ駅西に消防署をつくらぬのか？」と迫られるのが、とても辛い。旧古河市を除く他市町村は、消防本部の移転に賛成でなかったのだから。

私は市長に就任して以来、市民の切実な願いに応えるため、西南広域消防を構成する首長や議員たちに、駅西への「消防施設」整備をひたすらお願いしてきた。

そして4年目にしてようやく建設の見通しがたったのだ。西南広域消防の仲間たちに感謝せずにはいられない。

タウンミーティングは市民と行政の「直接の対話」だ。市民のみなさんの熱い声が、私や市幹部職員を真剣にさせ、ときには背中を押してくれる。どうか気軽に参加し、意見してほしい。



# 注目! まちの話題



高濱正伸講演会  
母親だからできること

7月12日、とねミドリ館(生涯学習センター総和)で『子ども未来事業 子育て講演会』が開催されました。講師は花まる学習会代表の高濱正伸さん。

会場は、わが子を思う約500人のお母さんたちの熱気で溢れ、真剣な眼差しで高濱さんの子育て論に聞き入っていました。

「子どもとの接し方を見つめ直すきっかけになった」、「母親としてのあり方を考えさせられた」など、普段から子育てに悩むお母さんにとって共感しきりの講演会となりました。



▲「いじめに負けない子どもに育てるためにはトラブルや失敗は必要。被害ではなく、たくましく育つ試練です」と力強く話す高濱さん



タウンミーティングを開催中  
～一緒に古河市をつくりましょう～



▲よりよい古河市にするため、皆様のご意見を  
お寄せください

『市民が主役のまちづくり』を実現するため、市長をはじめとする市執行部が直接市民と意見交換を行うタウンミーティング。今年7月13日から8月31日まで、市内行政自治会の全20地区で開催しています。

地域の課題や古河市の将来などについて、すでに多くの参加者からご意見・ご質問をいただいています。

一人ひとりの声が古河市をつくります。より魅力的で住みやすいまちにするために、皆さんの参加と貴重なご意見をお待ちしています。



社会を明るくする運動  
～みんなの力で犯罪のない地域を～



▲安全安心な社会をつくるため、一人ひとりに何  
ができるのか考えてみましょう

7月は「社会を明るくする運動」の強化月間です。この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない社会を築くことを目的とした活動です。

66回目を迎えた今年、7月1日に猿島地区保護司会と更生保護女性会古河支部の皆さんが、スーパーやホームセンターなど市内5カ所で街頭啓発活動を実施。うちわやチラシを配りながら、子どもからお年寄りまで誰もが安心して暮らせる社会の実現を呼びかけました。

# キラッ! 輝く人たち

『歌には人を元気にする力がある』とよくいわれています。また、実際に歌を聴いて元気が出たり励まされたりした経験がある人も多いのではないのでしょうか。

市内をはじめ各地でライブ活動をしているルルさんは、明るく優しい歌声で多くの人を癒すシンガーソングライターです。歌手になるきっかけや活動についてうかがいました。

## ふと聴いた歌に涙して

「人に喜んでもらうことが好き」というルルさんが本格的に歌の世界へ飛び込んだのは、高校3年生の夏休み。進路や人間関係で悩んでいたとき、ゆずの『雨と泪』という曲を聴いて励まされました。

「歌を聴いて涙が出たのは、この時が初めてでした」と当時を振り返るルルさん。「自分もいつか、人の心に響くような歌手になりたい」と、歌手になることを志します。

早朝の公園で発声練習を重ねては、ギターと手作りの看板を持ち歩き路上ライブを行う日々。活動当初はまばらだった聴衆は次第に増え、「また聴かせてほしい」「夢を諦めるな、頑張れ」と声をかけてくれる人も増えていきました。



▲6月14日、市議会開会前に行われた「議場コンサート」。満員の聴衆を笑顔にしました

## 「心に寄り添う歌を」

ルルさん（23歳・市内在住）



## 1つの空間をお客さんと作り上げる

高校卒業後は音楽の専門学校へ進学。発声方法や楽器の弾き方などを基礎から勉強し、技術に磨きをかけていきました。先生や仲間には東京で歌手になる道を勧められましたが「私の音楽活動の原点は古河」と、地元で頑張る決意をしました。

現在は、道の駅まくらがの里こがでカフェスタッフとして働きながら、月に1度『ルルライブ』を開催。ルルさんが作り出すアットホームな雰囲気が、子どもからお年寄りまで広く惹き付けます。

特に心がけているのは来場者との距離感を縮めること。「ライブはお客さんと一緒に作り上げるもの。感想を聞きながら色々な話をして、『共感』できることが嬉しい」と一人ひとりとの交流を大切にしています。

## 『ルル』に込められた感謝の思い

活動名の『ルル』の由来は、長年飼っていた愛犬の名前。「楽しいときも辛いときも、いつも私を見守ってくれました。そんな『ルル』に感謝の気持ちを込めて日々活動しています」と教えてくれました。

「音楽を通して誰かの支えになれるよう、心を込めて歌いたい」と目標を話すルルさん。夏の日差しに負けないまぶしい笑顔が印象的でした。さらなる活躍が楽しみです。



## 図書館のオススメ

### 【絵本】

#### ○おしゃれなクララとおばあちゃんのぼうし

エイミー・デ・ラ・ヘイ 文  
エミリー・サットン 絵  
手芸好きのクララが大切にしていた、おばあちゃんのぼうしが壊れてしまいました。すると、お母さんが博物館に連れて行ってきて……。ロンドンのヴィクトリア・アンド・アルバート博物館の出版部門が手がけた、美しい絵本。  
出版社…徳間書店  
分類…Eオ



### 【児童書】

#### ○お金さえあればいい？

浜矩子 著  
お金って何？ 世界と日本経済のカンケイって？ エコノミスト・浜矩子をはじめ子どもたちに語る経済哲学。2014年



12月開催の講演「原発とエネルギーを学ぶ朝の教室」と追加取材を基に書籍化。  
出版社…クレヨンハウス  
分類…330

### 【一般書】

#### ○レジまでの推理

似鳥鶏 著  
力仕事で、アイディア仕事で客商売。書店員は日夜てんでこ舞い。しかも、店長は鮮やかに謎も解きあかし……。書店を舞台に巻き起こる事件に挑む書店員たちの活躍を描いたミステリー。  
出版社…光文社  
分類…F二



#### ○だまし犯罪百科

間川清 著  
振り込め詐欺、悪徳商法の勧誘、金融商品のだまし商法、相続犯罪……。お金が絡む場面では、常にだまされる危険があります。さまざまな場面におけるだましの手口やテクニック、そしてだまされてしまう側の心理を紹介します。  
出版社…さくら舎  
分類…368マ



ユースセンター総和

## いきいき！はつらつ！ シルバーエイジ



### 若い人顔負けのパワフルな高齢者を紹介 「日本最高齢サッカー選手を目指して」

齊藤一也 さん（新久田・86歳）

市内の強豪マスターズサッカーチームである「LAZOS KOGA F.C.」の名誉会長を務める齊藤さん。サッカー一筋の人生かと思いきや、銃剣道の選手として国体に3度も出場している腕前の持ち主です。

53歳の時に始めたサッカーも、銃剣道のために体力をつけようと思ったのがきっかけでした。それが今では関東で最高齢のサッカー選手として活躍するほどです。

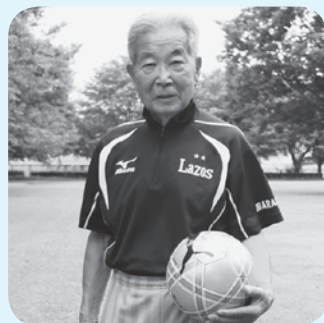
日々の練習は欠かしておらず、86歳になった今でも、東京都世田谷区の駒沢オリンピック公園で行われるシニア練習会に毎週参加しています。そんなサッカーに対する貪欲な向上心が、マスターズサッカー大会で自身が記録している最高齢得点者記録を更新し続ける原動力になっているそうです。

強い気持ちをもっていても、サッカーは体の消耗が激しいスポーツ。「体に負担がかかりすぎないように、しっかり休養を取ることと血圧のチェックは普段から気にかけています」と体のケアを忘れません。

「90歳でも試合で走れる体をつくり、最高齢得点者記録を更新すること」と笑いながら次なる目標を話す姿は、年齢を感じさせない若々しさに満ち溢れていました。

#### ■一言コメント

熊本県上益城郡  
甲佐町出身。熊本地震では実家が被災してしまいました。皆さんの支援活動には頭が下がる思いです。



# 古河文化見聞録

## 天候・作柄をコントロールすることの難しさ ～託宣・共同祈願、科学とのせめぎあい～

### 真室川でオナカマの話聞く

カミやおろしをおろして託宣するオナカマという女性民間宗教者の話を、姉妹都市山形県真室川町で聞いたことがあります。春になると、近隣のムラを訪ねてカミおろしを頼まれるのだという。そのいところにあたるKさんがいうことには、「全部したってわけじゃないけど、カミおろしってって、そこの氏神様とかよ。一日あれで終わらねかったよ。あと、頼まれれば家のカミってのをおろしたり、クヂヨセ(口寄せ)ってんだな」といって、オナカマは、あちら側の世界に存在するものたちの意思をこちら側に伝えようとしていたのである。カミおろしの際には、弓を叩きながらそのムラ総てのカミをおろすのだという。そして、これからおこる一年間の出来事や、作柄などを占ったのであるが、そうしたクヂヨセを書き取ったものをクチトリといって、真室川町周辺に残されているというのです。



▲真室川の町並み

もちろん、わたしたちは程度の差あれ、日常に不安を感じながら生活をしている。下駄の表裏で明日の天気を占ったように、かつては、占いによってその訪れる災厄の兆しを察知し、祈願によってこれを取り除こうとしていました。オナカマのカミおろしもそうした予防策の一つなのでしょう。こうした占いによって来たるべき世界の変化に備える方法は、カミおろしだけではなく、わたしたちの身の回りにもたくさんありました。たとえば、『総和町史 民俗編』に紹介される節分の行事に、大豆を12粒用意し、1粒ずつイロリに落とし、その弾け方で月ごとの天候を占うといったこともその一つです。

### 昭和4年の日照りと雨乞い

天候はその年の作柄を左右することもあり、たいへんな関心事でした。たとえば昭和4(1929)年、当地方は甚だしい日照りが続きます。最初はなんとなく雨が降らない、そういう感じだったのでしょう。意識しはじめたのは7月下旬。猿島郡の一部の水田に亀裂が入り、祭礼期間であるにもかかわらず、各農家では雨乞いをしていると当時の新聞に記されています。この被害が市域に広がり、具体的な行動を起こすのは29日から。新聞記事の見出しには「こゝでも雨乞い／二百名で祈願／大旱魃の桜井村民／雷神池を浚ふ」とあり、下大野では200人もの人々が雷神神社に集合し、池の水を浚って雨乞いを祈願したのだと。8月に入ると、女沼では集まって太鼓を叩くとか、磯部・東牛谷・西牛谷・上辺見から板倉町雷神神社へお参りに行くだとか。





▲雷電神社(群馬県板倉町)

その方法としては「みんな集まる」「水垢離」「お百度参り」「神仏にゆかりある池の水替え」「太鼓を叩く」「雷電神社への参詣」といったことがなされました。とりわけて板倉町雷電神社は、近在から多くの人を集め、「水乞ひ数万／毎日近郷から殺到」「毎日万余」といった状況でした。とにかく危機的状況をなんとか回避したい気持ちで、たくさんの人々を集めておこなったことが、たびたび記録に残っています。こうした共通の願いごとには、多くの力を結集することが大切だったのでしょう。その効あってか(?)、8月9日には大雷雨と豪雨に見舞われます。当時の新聞の見出しには「雨乞利き過ぎて／雷公大暴れ／幸島では火事騒ぎ」と、上片田と東諸川ではそれぞれ物置1棟ずつを落雷で全焼したと。少々、天の神様もやりすぎといったところでしょう。

### 作柄を占い、神意を伝える作物予表

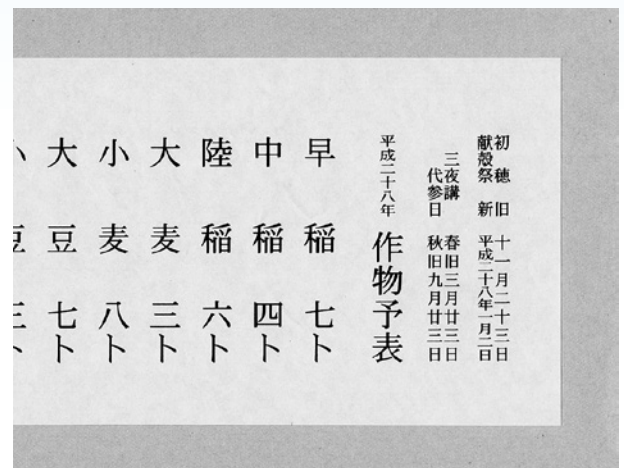
旧猿島郡内では、つくば市の月読神社から「作物予表」を授かってくる家もあるようですが、神社で占った作柄・天候を印刷して分けているもので、神意を文字に記して伝達するという方法としては、オナカマのクチトリのようでもあります。

ところで、この年の雨乞ひのことを調べていたら、こんな見出しの新聞記事に出会いま

した。「雨乞ひは当方へ／必ずふります／三里四方に雷雨起す／応用電気雨」。電力応用の人工降雨法をもちいて、三里四方に大雷雨をもたらすというので、猿島郡農会が採用を考えているのだという。なんだか近年もそんな試みがなされましたが、この記事ではどんな装置だか想像もつきません。科学とのせめぎあいのなかで、結果的に雨を呼んだ神仏たちもがんばったといえましょう。降雨のコントロールとはなんと難しいことか……。

かくいうわたくしも、心の中のコントロールが難しく、空っ風が吹いていることが多いようです。うっかり雨乞ひでもすると土砂降りになりそうなので、ほうっておこうと思います。

生涯学習課学芸員 立石尚之



▲月読神社の作物予表(部分)

お口には「食べる」「話す」「表情をつくる」「呼吸する」などの役割があります。

お口の健康が保たれていると、全身の健康状態も良好に保てます。元気で過ごすために、お口の健康について考えてみましょう。

### 最近、こんなことはありますか？

次の①～⑤の中で一つでも思い当たる人は、お口の健康が保たれていない可能性があります。

- ①半年前に比べて、かたいものが食べにくくなった
- ②お茶や汁物などでむせることがある
- ③口の中の渴きや汚れ、口臭が気になる
- ④虫歯や歯周病がある
- ⑤義歯(入れ歯)の不具合に悩んでいる

### 歯周病は全身に影響があります

「歯周病」とは、歯垢(プラーク)に含まれる歯周病菌が歯と歯ぐきの隙間から入り込み、炎症を引き起こす病気です。

進行すると、歯を失うだけでなく、歯周病菌が血管を介して全身に広がり、動脈硬化や糖尿病、血管性認知症等を引き起こしたり、悪化させたりすることがあります。

### お口のお手入れをしましょう

#### ●食後の歯みがき

歯と歯ぐきの境目や歯と歯の間は磨き残しが多いので、注意して磨きましょう。

#### ●義歯のお手入れをしましょう

1日1回は歯ブラシを使って、歯だけでなく全体を磨きます。就寝時は、はずして水につけるなどして保管しましょう。

#### ●舌も磨きましょう

舌の表面には細菌が住みつきやすく、汚れが付くと口臭のもとになります。歯ブラシなどでやさしくブラッシングしましょう。

#### ●定期的に歯科医を受診しましょう

### 生活の中で心がけること

#### ①しっかり噛んで食べましょう(目安は1口30回)

唾液がよく出て口の中がきれいになり、消化も助けられ

ます。また、噛むことで脳の血流が増え、はたらきが活発になるため認知症の予防になります。

#### ②食事を楽しみましょう

旬の食べ物を味わいたいという意欲が、お口のお手入れをする原動力になります。

#### ③積極的に話しましょう

話すことは、舌、唇、頬、喉の運動になります。

#### ④歌や早口言葉も効果的です

歌うことや早口言葉は、話すこと以上に口やその周りの運動になります。

気を付けていても歯周病等で歯を失う場合があります。残っている歯の本数が多い人の方が長生きといわれています。毎日のお口のお手入れで虫歯や歯周病を予防し、元気に過ごしましょう。

高齢福祉課



### レッツ！脳トレ問題

都道府県別面積です。正しいものを線で結びましょう。

#### 【都道府県名】

- ① 北海道
- ② 茨城県
- ③ 東京都
- ④ 広島県
- ⑤ 京都府

#### 【面積 Km<sup>2</sup> (全国順位)】

- 83,424 (1位)
- 8,479 (11位)
- 6,096 (24位)
- 4,612 (31位)
- 2,190 (45位)

※答えは19ページ(下)にあります。



# 憩いのパークの魅力

## 夏の思い出



◀ネーブルパークとは雰囲気が違う  
古河公方公園も乗馬教室もお散歩  
メンバーも新鮮な気持ちでお散歩

ネーブルパークポニー牧場では毎年夏になると、障がい児・者の乗馬教室「ネーブルの会」の活動を、古河公方公園(古河総合公園)で実施しています。

古河公方公園は、ネーブルパークと並んで、市民に親しまれている公園です。約1,500本の花桃は、全国的にも有名で、毎年3月は多くの人でにぎわっています。そして、7月は美しい大賀ハスが咲き、秋は色とりどりの紅葉が目を楽しませてくれる、自然豊かな公園です。

この素敵な公園で、ネーブルパークから3頭のポニーがお出かけをして、乗馬教室が開かれる予定です。

約25ヘクタールもある広々とした公園の中での乗馬は、富士見塚を出発し、桃林の中を通過、目洗弁天池手前までのコースをのんびりポニーに跨って一緒にお散歩。

青空の下、緑豊かな景色に映し出される乗馬風景は、思わず写真を撮りたくなるような一コマです。

乗馬後は、中山のせせらぎで水遊び。最後にみんなでかき氷を食べて夏の思い出の完成です。

当日の乗馬は教室に入会しているメンバー限定となりますが、ポニーの待機中はどなたでもニンジンのエサあげ体験(1カップ100円)ができます。実施は8月7日(日)・20日(土)の2日間[雨天時は中止]。エサあげ体験の時間は、午前7時30分から1時間程度と、午前10時ごろから1時間程度。孔雀小屋近くの仮設馬房で30人限定で実施します。

素敵な古河公方公園で体験できるポニーとのふれあいイベントに、皆さんもいらっしゃいませんか?

【問】ネーブルパークポニー牧場管理事務所 ☎91-1351



表紙写真



夏休みの宿題といえば「理科の自由研究」。アサガオの観察をした人も多いのではないのでしょうか。

今月の表紙写真は、夏休み目前の古河第五小学校で撮影した1年生のアサガオ観察です。種まきから発芽、双葉・本葉の成長、つるの巻き方、つぼみを付けて花が咲く成長過程を、タブレット端末で丁寧に撮影しています。

子どもたちは、アサガオのお世話を通して、その変化や成長の様子に強く関心を持っていました。自分たちで育てたアサガオが、次々と咲くのが楽しみですね。

### 古河市データ

#### 人口

(7月1日現在) 住民基本台帳から

総人口	144,214人 (-4)
男	72,500人 (-24)
女	71,714人 (+20)
世帯数	59,223世帯 (+58)

( ) 内は前月比

# わが家のアイドル



近藤 蒼大くん (2歳1カ月・水海)

いつも早起きで家族みんなを起こしてくれて、車のおもちゃの操縦はお手のもの。誰にでもお辞儀をして、挨拶ができる人懐っこい蒼大が大好きです。いつまでも優しい蒼大でいてね♥ (父：充 母：博子)

## 今月の料理

### 豚ひき肉とピーマンの卵とじ

<高血圧予防食>



- ①ピーマン3個を5mmの角切りにする。油小さじ1で豚ひき肉150gとピーマンを炒める。
- ②①に砂糖小さじ1、しょうゆ大さじ1と1/2、酒大さじ1、ショウガのすりおろし小さじ1を加えて、味をからませる。
- ③卵2個をほぐし、②に入れる。

<4人分>

(1人分)  
エネルギー=147kcal  
タンパク質=10.7g  
脂質=9.2g  
カルシウム=20mg  
食塩相当量=1.0g



(食生活改善推進協議会)

市内幼稚園・保育園等が交替でこのコーナーを担当しています。



## 子育てアドバイス

### 乳幼児に多い皮膚トラブル —皮膚ケアのポイント—



乳幼児の肌は、とてもデリケート。特に汗をかき夏場は、ちよつとした刺激で、さまざまトラブルが起こりやすい時期です。

●1日1回のチェックで早期発見・早期ケア

皮膚トラブルには、乾燥や汗のケアをしていれば、予防できるものが多い。早期に発見できれば治療も短期間で済みます。

早期発見には1日1回、お風呂のときなどに全身チェックがお勧めです。

子どもの皮膚は、大人に比べて薄く、細菌やウイルス、刺激などから肌を守るバリア機能が弱い状態です。しかも、体表面積は小さいのに汗腺は大人と同じ数があり、基礎体温も高いので汗を大量にかきます。

これらの理由から、乳幼児期は乾燥や汗が原因となる皮膚トラブルが多く起こります。

●気になる皮膚トラブル

- ①乾燥肌
- ②あせも
- ③虫刺され
- ④水いぼ
- ⑤とびひ など

●毎日の習慣で皮膚トラブルを回避

〜お世話のポイント〜

皮膚トラブルが改善しないときは、早めの皮膚科受診をお勧めします。園の先生にも連絡帳で伝えておくといいですね。皮膚のトラブルを悪化させないためにも、毎日のケアを大切にしましょう。

- ①汗をかいたらシャワーでさっと流す。せつけんは1日1回で十分
- ②綿のタオルでやさしく押さえるように水分を拭き取る
- ③汗を流した後は保湿剤を薄く塗る
- ④着替えや室温をこまめに調節する

白梅保育園

平成28年8月1日発行

発行所/〒306-0291 茨城県古河市下大野2248 古河市役所  
編集/秘書広報課 ●ホームページ/ <http://www.city.bharaki-kogae.jp/>

0280(92)3111