

広報

No.140

が

古河

え
せんせい

5

MAY
2017



第41回古河桃まつり

～日本一の花桃の里～



春の訪れを告げる「第41回古河桃まつり」が3月18日から4月5日まで古河公方公園(古河総合公園)で開催されました。「矢口」や「源平」など約1,500本のハナモモが咲き誇り、濃く染まったピンク色が約20万人の来園者の春気を盛り上げました。

今年は、2月24日に例年より早い開花宣言を行いましたが、3月に気温の低い日が続いたので、最終日まで満開のハナモモを満喫。桃まつり開催期間中は、ステージイベントや特産品の販売のほか、園内の御所沼で揚舟による「御所沼めぐり」が行われました。船頭が竹ざおを使い、木製の「揚舟」を操舟しながら約15分かけてゆったりと周遊。大勢の花見客が舟めぐりを楽しみました。

フジテレビ・木村アナも来園

3月23日には、古河市出身のフジテレビアナウンサー・木村拓也さんが、お天気コーナー「上を向いて歩こう！」の生中継を会場から行いました。

急きょ決定した口ケにもかかわらず、延べ1,000人が応援に駆け付け、大声援を送りました。

木村さん、これからも応援していますよ！



江戸時代初期、古河藩主土井利勝が、江戸で家臣の子どもたちに桃の種を拾い集めさせ、古河に送って育てさせたのが始まりじゃ！
領地では、燃料となる薪が乏しかったので、成長が早く、果実が食料になる桃が選ばれたのじゃ！



ゆきとのくん

ぼんだゆう

昭和50年の古河総合公園の開園を機に、ハナモモ(花を觀賞するための桃)を植えて江戸時代をしのぶ桃林を復活させたのよ！
約1,500本のハナモモが咲き誇る景色は桃源郷のようだわ！



こがのつぼね

ゆきひめ



全国高校招待 サッカーフェスティバル

3月18日から20日まで古河市サッカー場等で「第37回古河市全国高校招待サッカーフェスティバル」が開催されました。

首都圏のほか、秋田県や山形県、新潟県など幅広い地域から13校、市内から3校が参加。毎試合激しいボールの競り合いが見られ、熱戦が繰り広げられました。

優勝は浦和東高等学校、準優勝は小山南高等学校、第3位は日本体育大学柏高等学校と習志野高等学校でした。

古河第一高等学校はベスト8。古河第三高等学校と、今年が初参加の総和工業高等学校は力及ばず上位トーナメントへの進出を逃しました。

古河中等教育学校も、高校一年生と中学三年生の混合チームでフレンドリーマッチに挑みました。来年以降の活躍に期待です。



古河中等教育学校



古河第三高等学校



古河第一高等学校



総和工業高等学校

古河まくらがの里 花桃ウオーク

「第18回古河まくらがの里 花桃ウオーク」が3月25日・26日の2日間行われ、北は北海道旭川市から、南は九州・大分県別府市まで、全国から1,391人が参加しました。

1日目は渡良瀬遊水地の豊かな自然を歩くコース。桃まつり会場である古河公方公園(古河総合公園)から、満開のハナモモに見送られスタートした参加者は、穏やかな陽気の中、春の息吹を感じながら笑顔に満ちていました。

2日目は市内の歴史ある街並みを歩くコース。雨が降ったりやんだりの一日でしたが、雨に濡れて潤いをもった歴史の散歩道を散策しながら、博物館や史跡などに立ち寄り、思い思いのペースでウオーキングを楽しみました。





稲刈の舞



磐戸開きの舞



ひるこ
蛭子の舞

大和田磐戸神楽

4月2日、^{わしじんじや}鷲神社(大和田)で茨城県指定無形民俗文化財の^{いわと かくら}磐戸神楽が奉納されました。

磐戸神楽は、五穀豊穡と家内安全を願い、^{わしのみやじんじや}近隣の神官たちが中心となり鷲宮神社(埼玉県久喜市)で神楽を習得し、地域の神前で奉納されたことだと伝えられています。

その後、神官での継承が難しくなり大和田に住む人たちによって、約260年もの間伝承されてきた神事です。

日本神話に基づく国づくりから^{あまてらすおおみかみ}天照大神の復活までの12座で表現されています。^{ひやっこ}白狐による種蒔きや五穀を司る神による^ま稲刈りなど地域の繁栄を祈願する舞も含まれ、約4時間の演舞となります。

伝統を絶やすことなく継承する地域の人たちの思いと情熱を感じることができました。

さくらまつり

3月25日から4月2日まで、ネーブルパークふれあい広場で「第4回古河さくらまつり」が開催されました。土曜日・日曜日にはキャラクターショーやダンスショーなどのステージイベントが催され、まつり期間中は約3万人が来園。

今年の開花は例年より少し遅れ、期間中には満開の桜は見られませんでした。キャラクターと一緒に記念撮影したり、家族でお弁当を食べたりと、さくらまつりを満喫する来園者などで盛り上がりしました。

桜が満開になった4月7日・8日には多くの花見客が訪れ、園内に植樹された約500本のソメイヨシノなどを写真撮影する人でにぎわいました。





地域で見守る「つなぎ役」 民生委員・児童委員を知っていますか？

身近な相談相手であり、専門機関へのつなぎ役である民生委員・児童委員。高齢者などの見守り支援や子どもたちへの声かけ支援など、地域のためにいつも近くで見守り、誰よりも地域のことを心配しています。

どのような人がどんな活動をしているのか、みんなで学んでみませんか。

【問】福祉総務課(総和福祉センター「健康の駅」) ☎92-5771

民生委員・児童委員ってどんな人？

担当地域で高齢者などの見守り支援、子どもたちへの声かけなどを行っています。

地域の実情をよく知り、人格識見があり、社会福祉活動に関心があるなどの要件を満たし地域の推薦を受けた人が、厚生労働大臣から委嘱される非常勤の地方公務員です。



教えて！民生委員・児童委員さん

市には何人の委員さんがいますか？
報酬はもらえますか？

225人が委嘱されていて、無償のボランティアですよ。

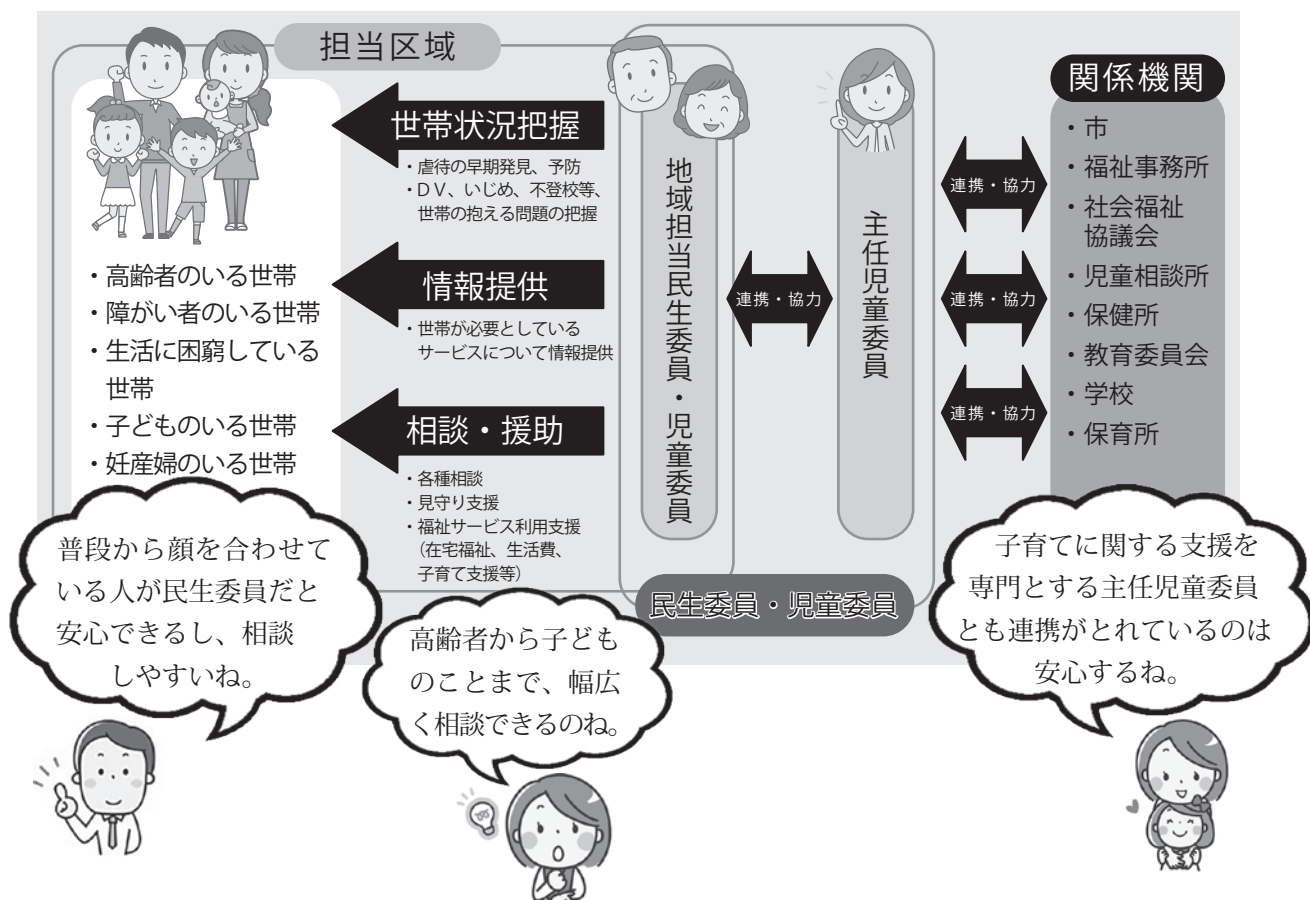
主にどんな活動をしていますか？

高齢者などの状況把握や、支援が必要な人からの相談対応ですね。

主任児童委員というのも聞けど？

市には児童問題を扱う専門委員が12人いますよ。

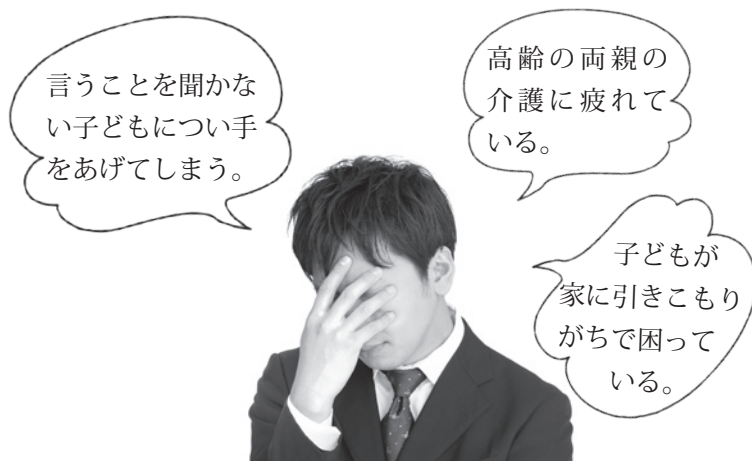
民生委員・児童委員、主任児童委員の活動は？



一人で無理をしていませんか？一人で悩まず相談を。

高齢者や障がいのある人への支援のほか、子育てや介護など慣れないことが多く悩んでいませんか。民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があり、秘密は守られます。ささいなことでも構いませんので、生活の中で気になることがありましたらご相談ください。

近所の担当が皆さんの良き相談役・つなぎ役になります。分からないことがありましたら、福祉総務課(総和福祉センター「健康の駅」)までご連絡ください。



民生委員制度は今年で100周年を迎えました。

皆さんの近所にいる委員については市公式ホームページ、または右のQRコードからご覧ください。

行動しよう 消費者の未来へ

古河市消費生活センターをご存じですか？

古河市消費生活センターでは、悪質商法や不当請求などの契約トラブル、消費生活に関する相談を受け付けています。平成28年度の相談件数は、699件でした。

商品やサービスを購入するときは、周りの人に話を聞くなど、よく考えてから契約しましょう。

【問】古河市消費生活センター(古河庁舎)

☎23-1718



センターへ寄せられた相談事例

インターネットで、初回お試し価格500円のサプリメントを購入した。体に合わないので解約を申し出ると、「定期購入契約なので止められない」と、断られた。販売店のホームページを確認すると、「最低3カ月間は購入すること」が条件になっていた。

結果

インターネットでの契約は「通信販売」になります。通信販売での契約申し込みの解除(返品制度)については、表示することになっています。

表示されていない場合は、8日間は送料を自己負担して返品できますが、表示されている場合はその内容を守らなくてはなりません。

アドバイス

インターネット契約では、画面に表示される内容を最後までよく確認しましょう。

「定期購入である」「解約できない」などは表示が分かりにくい場合があります、思わぬ不利益を被ることがあります。契約内容や解約条件をよく確認しましょう。



ここに
注意！

初回限定お試し価格
通常価格 6,000円 のところ

↓
500円！

さらに送料無料！！

※3カ月以上の購入が条件です。

申し込む

古河市消費生活センターでは、出前講座を開催しています暮らしに役立つ情報を伝授します。ぜひ申し込みください



古河市消費生活センター

場所 古河庁舎2階商工政策課内
相談日 月曜日～金曜日
※祝日・年末年始を除く。
時間 午前9時～正午
午後1時～4時
申込・問 ☎23-1718

いちようプラザの竣工式典が行われました

3月22日、いちようプラザ(駅西地域交流センター)の竣工式典が行われ、市教育委員会や国・県・市議会議員、地元の人たちなど約60人が出席しました。

式典では、施設の愛称「いちようプラザ」を発案した岡田清子さんに表彰状が授与されました。

その後、市内在住の音楽家によるマリンバの演奏で、こけら落としが行われ、文化活動・地域交流の新たな拠点の誕生を祝いました。



◀市民に愛される施設になることを願って行われたテープカット

▶マリンバの音色が式典に華を添えました



(仮称)三和地域交流センターの建設が始まりました

長年、地域の文化活動の場として親しまれてきた三和公民館の跡地に、(仮称)三和地域交流センターの建設が始まりました。

昭和45年に開館した三和公民館は、施設の老朽化に伴い、平成26年6月に閉館。現在は、市役所三和庁舎の3階に機能を移して市民の皆さんに利用いただいておりますが、大ホールや調理室など、不足している機能を整備して利用者のニーズに添えていきます。

完成予定は平成30年9月。生涯学習の拠点や市民交流の場となることを目指します。

【問】生涯学習課(古河庁舎) ☎22-5111



旧三和公民館(平成26年5月撮影)

新たな拠点に！

～施設概要～

所在地	仁連2065番地
主要構造	鉄筋コンクリート造2階建て
敷地面積	21,124.38㎡
延床面積	1,006.10㎡
施設構成	観覧席(約400席) 大ホール、会議室、調理室



完成予想図

第5回 サンスポ 古河はなもも マラソン



今年で5回目を迎えた「サンスポ古河はなももマラソン」が、3月12日に開催されました。エントリー数は日本全国から約1万3,000人、過去5回で一番多い人数となりました。

とても走りやすいコンディションの中、午前10時からスタート、大勢のランナーが市内を駆け抜けました。ランナーにとっては、好タイムを狙える平らなコースでもあるので、「自己記録を更新できた!」と喜びの声もたくさん聞こえてきました。

【問】スポーツ振興課(古河庁舎) ☎22-5111



マラソンSTART!

ヨーイ、
ドンッ!

GOAL!



～ファミリーペア低学年の部～



自己ベスト
狙えるぞ!



針谷市長





古河はなもコレクション



ボランティア・スタッフの皆さん 応援してくれた市民の皆さん ご協力ありがとうございました

警察署・消防署・医療機関、そして3,000人を超えるボランティア・スタッフの皆さんのご協力をいただき、大きな事故もなく大会を終えることができました。ご協力ありがとうございました。



▲ランナーの手当てを行う救護班の皆さん



▲ランナーポリスも活躍



▲コースを盛り上げる「おはやし会」の皆さん



▲多くのボランティアが支えた給水所

注目! まちの話題

市内の中学校で4月6日、小学校で4月7日に、それぞれ入学式が行われました。今春の新生は中学校1,217人、小学校1,155人。期待と不安が入り混じる中、新生活をスタートさせました。

古河第一小学校では、53人の1年生が入学。校長先生の「人の話をよく聞いて何ごとも頑張ってください」との話を、真剣な表情で聞いていました。

皆さん、友だちをたくさん作って、勉強も遊びも精いっぱい頑張ってください。実りある学校生活になるといいですね。



▲少し緊張した様子の新1年生たち。楽しく過ごして、充実した未来を切り開いていきましょう

高齢者等見守り活動に関する協定を締結



▲市と協定を結んだワタミ株式会社東北・北関東支社の太幡竜一支社長(右)

市は3月24日、ワタミ株式会社古河営業所(東山田)と「高齢者等見守り活動に関する協定」を結びました。協定は、日常業務で市内の高齢者等のいる世帯を訪れた際、何らかの異変に気付いた場合、市に連絡するなどの内容になっています。

古河市における高齢者のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯は、約1万800世帯(平成27年度国勢調査)にのぼり、年々増加傾向です。今後も民間企業・団体等と協定を結び、誰もが住み慣れた地域で安心して、暮らし続けられるまちづくりを目指します。

会社の未来を担う社員のご活躍を期待しています



▲不安と期待を胸に、社会人への第一歩を踏み出しました

4月11日、とねミドリ館(生涯学習センター 総和)で「平成29年度新規学卒者合同受入歓迎会および優良従業員表彰式」が行われました。

この式典は、市内の事業所に入社した新規学卒者を激励するとともに、職場の模範となっている永年勤続者を表彰し、雇用の安定と従業員の士気の高揚を図ることを目的に行われています。

新規学卒者252人(46事業所)には記念品、126人(57事業所)の優良従業員には表彰状と記念品が贈呈されました。

交通マナー向上で無事故を目指そう 春の交通安全運動街頭キャンペーン



▲今日も安全運転でいってらっしゃい

「春の全国交通安全運動」が4月6日から15日まで行われました。

4月6日には、市や古河警察署、交通安全関係団体などが古河第三小学校前交差点で街頭キャンペーンを実施。「慌てず気持ちにゆとりをもって運転してください」「特に子どもたちの登下校時は注意してください」とドライバーに呼び掛けながら、交通安全運動のチラシとアップルパン(交通マナーアップ)を配りました。

今年度のスローガンは「一人でも ちゃんと守るよ 交通ルール」。人も車も、互いに思いやりのある交通マナーを心掛けましょう。

地道な活動、大きな一歩 「渡良瀬遊水地クリーン作戦」



▲子どもから大人まで多くの人の参加があり、自然に触れながら、環境美化への理解を深めました

4月15日、古河市を含む4市2町で「渡良瀬遊水地クリーン作戦」が行われました。

この活動は、ラムサール条約に登録されている渡良瀬遊水地の近隣自治体で毎年行われています。古河市では行政自治会や各種団体、企業、学校など総勢2,100人のボランティアが参加しました。

今年は3.8トンのごみ回収量となり、昨年の5.5トンに比べて減少。地道な活動の効果もあり、不法投棄が減っているようです。これからも行政と市民が一体となり環境美化活動を行っていきます。



市長コラム

子どもの笑顔があふれるまちに

こんにちは。古河市長の針谷力です。

昨年12月の古河市長選挙におきまして多くの皆様のご支援をいただき、古河市長に就任し、はや5カ月が経とうとしています。

私は、市長として古河市を可能性と魅力に満ちた関東の中核都市に成長させたい、そして、胸を張って次の世代に引き継ぎたいとの想いを、日々強くしております。皆様のご協力を得ながら、この想いを形にしていけることが、私の最大の仕事であると思

えております。

ところで、5月5日は「こどもの日」です。先日、古河桃まつりやさくらまつりに伺ったとき、子どもたちの笑顔がたくさんありました。子どもの笑顔は、周りの人たちを和ませてくれる力を持っています。子どもの笑った顔を見ていると、自然と自分も笑顔になっています。私は、このような力を持っている子どもたちが、「古河で育ってよかった」「古河が大好き」と思ってもらえるような古河市にしたいと思います。



★キラリ!★ 輝く人たち

「この食べ物はどうやってできているのかな」「食べたら体にどんないいことがあるのかな」。食の安全という言葉をよく耳にする現在。

常田さんは、誰にでも分かりやすく楽しい食育講座を開催し、「食事の大切さ」「食品選びの大切さ」を伝えています。活動のきっかけや今後の展望などを伺いました。

栄養士としての食育

都内の公立保育所や認定こども園で非常勤職員の栄養士として勤務していました。

園長先生から「食の大切さ」を子どもたちに教えてほしいと言われ、園庭で種から野菜を育て、採れた食材を料理して食べる授業を企画。苦手だった野菜も、自分が育てたことで食べられるようになった子どもたちを見て、幼少期からの食育の大切さを感じたと言います。それ以来、食育の担当もするようになり、栄養素や行事食(節分やひな祭りなどの伝統行事の料理)などの講話をしていました。

授業の後の給食で、「先生、このかぼちゃは緑色の(栄養群の)仲間だね」と早速話す子どもたち。理解の早さにますます食育への意欲が高まっていったそうです。

古河市へのUターン

非常勤職員の雇用期間満了になるころ、地元古河市に住む両親から「家を改築して、みんなが集まって楽しめるスペースを作りたい」と連絡がありました。実家に戻り、そのスペースで子ども向けの「親子食育クッキング」などを始めました。

現在は、フェイスストレッチの先生と「よく噛むおやつ作りでフェイスストレッチ」を企画したり、お茶農家の皆さんと「一日カフェ」を企画して地元食材を通した「食べる

「体にやさしく誠実に」

とき だ じゅん こ
常田 純子さん (久能)



食育」をしたりと、多角的な食育活動をしています。

すべて地場産品を使った料理を

「古河に戻ってから、たくさんの魅力に気付きました。古河を盛り上げようと頑張っている人たちとの出会いも多く、私も一緒に古河を良くしていきたいと思いました」と熱く語ってくれました。

「みやこかぼちゃ」「さしま茶」のスコーン作りや「ここ惚れにんじん」を使った料理教室の開催など、地元食材にこだわった食育活動で、地域の仲間とのつながりを広げ、強くしています。

「これからも地元の食材をテーマにした食育をしていきたいし、扱う種類も増やしていきたい」と優しい笑顔で話す常田さん。今後も目が離せません。



図書館のススメ

【一般書】

○吹部ノート2

オザワ部長 著

部活ノートや練習ノート、メッセージカード、寄せ書き、手紙、日記……。『吹部ノート』に書き込まれた言葉を手掛かりに、吹奏楽の強豪として知られる7つの高校の、コンクールに挑む吹奏楽部員たちの青春を追う。出版社…ベストセラーズ
分類…764オ



【文庫】

○99のなみだ・愛

リンダパブリッシャーズ
編集部 編

世界中が娘の誕生を祝っているように感じていた。色に満ちたこの世界を、娘にも早く見せてあげたかった。だけど、娘は生まれつき目が見えなくて……。シリーズ全300作品



の中から最高に胸を打つ15作品を厳選収録する。
出版社…リンダパブリッシャーズ
分類…BFキ

【児童書】

○ルルとララのアロハ！ パンケーキ

あんびるやすこ 作・絵

今日は、シュガーおばさんがハワイ旅行から帰って来る日です。ルルとララがシュガーおばさんを待っていると、森の子ねずみたちがやって来て……。パンケーキの簡単レシピがもりだくさんの楽しいお話。
出版社…岩崎書店
分類…913ル



【絵本】

○コケッコーさんとこいぬのトミー

かるくこうぼう 作

コケッコーさんたちのところにやってきたこいぬのトミー。ところがトミーが逃げてしまい……。コケッコーさんとひよこたちのにぎやかな日常を立体制作物で再現した、写真絵本シリーズ第9弾。アニメ版3話を収録したDVD付き。
出版社…フレーベル館
分類…Eコ



中央公民館

いきいき! はつらつ! シルバーエイジ

古河シルバーリハビリ体操指導士の会の会長を務める石丸さん。会員96人(平成29年3月31日現在)の大きな組織の統率役のほか、公民館等での体操教室、社会福祉協議会のサロンや老人会への出前講座などでシルバーリハビリ体操の指導士として第一線で活動しています。

「古河シルバーリハビリ体操指導士の会は今年で10周年を迎えます。今まで以上にみんな張り切っています」と石丸さん。すべてボランティアながらも、やりがいをもって活動しています。

「シルバーリハビリ体操が地域の交流の場になってほしい。初めて受講した人には積極的に声をかけ、隣の人にも話を振ります。すると2人で話すようになり、一緒に来ていた仲間とも話すようになる。そうし

若い人顔負けのパワフルな高齢者を紹介

「体操教室を地域の交流の場に」

石丸幸子 さん(北間中橋・67歳)

て仲間の輪を広げていきます」と、体操を楽しむだけではなく仲間作りの場となるように力を入れています。

今後の目標を伺うと、「指導士同士の交流も深めたい」「他市町村との交流もしたい」「会場をもっと増やしたい」とやりたいことが盛りだくさんでした。

高齢者が集い、元気の源になるシルバーリハビリ体操をさらに広めたいと、柔和な表情ながら熱く語る姿が印象的でした。

■プロフィール

シルバーリハビリ体操指導士2級、介護サポーターの資格を持つ。

和服の着付けの先生でもあります



古河文化見聞録

東日本最大級！？ 古河の製鉄・鑄造遺跡 ～川戸台遺跡～

「遺跡」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。有名なところだと、インカ帝国時代のマチュ・ピチュや、キトラ古墳の壁画などを思い浮かべる人も多いかと思います。それらは、目的や用途は違えど「昔の人々のさまざまな営みの痕跡」と言うことができるでしょう。

実は、私たちが住む古河市にも、これらの痕跡が残されている場所「遺跡」があり、市内で400カ所ほど確認されています。とはいえ、今は土の中に埋まっていて、ほとんど目で見えることはできませんが……。

ところで、先日行われた「古河桃まつり」はご覧になりましたか。古河公方公園(古河総合公園)で毎年行われ、今年で第41回を迎えました。

今回ご紹介するのは、その公園の近く、北西方向に数百メートルほど進んだところにある「川戸台遺跡」と呼ばれる遺跡です。

発掘調査

土の中に埋もれている痕跡は、土木工事などで壊されてしまうと、再び元に戻すことはできません。年代や当時の様子を知るためには、昔から堆積してきた土の層や、そこから見つかる土器などの遺物が、その当時のままに残されている必要があります。

逆に言えば、そういったものが残されていれば、昔の様子がある程度わかってきます。やむを得ず遺跡が破壊されてしまう場合は、発掘調査を行い、その場所の土を上から少しずつ掘り、土の様子やそこから見つかったものを調べていきます。そして、どんな痕跡が見つかったのか、その痕跡がどういう意味をもつのかを、発掘調査報告書に記録します。川戸台遺跡の場合は、道路をつくる計画ができたことで、発掘調査を行うことになりました。



▲古河公方公園(古河総合公園)北西に位置する川戸台遺跡(平成29年1月撮影)



▲平成21年11月～平成22年6月に発掘調査が行われました



▲製鉄作業のイメージ図(福島県文化財センター白河館まほろん提供)

どんなものが見つかったの？

発掘調査の結果、川戸台遺跡は、9世紀ごろに、鉄づくりなどが行われていたことがわかりました。しかも、鉄づくりからその加工・製品化までを行っており、規模としても相当大的な製鉄・^{ちゅうぞう}鑄造遺跡であることが明らかとなりました。

発掘調査が行われた面積は、約400㎡という限られた範囲でしたが、鉄滓(鉄をつくったときなどに出る鉄クズ)を含めた遺物の総量は、4.5トン。一般的な車の重さで換算すると、実に3～4台分もの重さです。

また、見つかった工房の跡は、時期ごとに何層にも重なって見つかりました。工房が使い古されると、新しくその上に工房を作り直すということが行われていたようです。そのことから、この川戸台遺跡は、一時的な生産場所ではなく、ある程度長い期間、しかも計

画的に、操業されていた場所であると考えられています。

川戸台遺跡は、その重要性から平成28年に古河市指定の史跡となりました。また、今年の1月には、古河歴史シンポジウムとして「古河川戸台遺跡をめぐる諸問題～平将門の乱・対蝦夷戦争・天台教団～^{たいらのまさかど}」が開催されました。近年の研究成果の発表や、討論会が行われ、市内外から約300人もの参加者がありました。

今回ご紹介した川戸台遺跡は、近隣でも類を見ないほど、大規模な製鉄・鑄造遺跡であると考えられています。いまだ明らかになっていないこともあります。今後の研究や調査によって解明されていくことでしょう。本遺跡は、知名度でいえば、先に述べた「マチュ・ピチュ」などの遺跡とは比べようもありませんが、私たちの身近にも、確かに人々の営みがあった。その痕跡である遺跡は、懸命にそのことを、私たちに伝えようとしています。皆さんが立っているその足元にも、先人たちの歴史が眠っているかもしれません。

蛇足になりますが、シンポジウムのレジュメについては、誰でもご購入いただけます。在庫数に限りがありますので、お求めの人は市役所生涯学習課までお問い合わせください。



▲発掘調査での出土品。「勒(?)」の字が刻まれた^{いがた}鑄型(左：画像を反転したもの)と^{じゅうきゃく}獸脚鑄型(右)

古河歴史博物館学芸員 谷中溪



人生80年、90年時代。 いつまでも はつらつと若々しく！

5月に入って暖かな日が多くなり、爽やかな新緑が、すがすがしく感じられる季節となりました。いきいきと自分らしく過ごすために、何か新しいことを始めてみませんか。

古河市の最近のデータ

平成29年1月1日現在、古河市の総人口は14万4,406人。そのうち3万7,523人は65歳以上です。総人口に占める65歳以上の割合(高齢化率)は25.98%で、約4人に1人が65歳以上となっています。

また、介護保険認定者は平成28年12月末現在で5,242人、認定率は13.97%となっています。

茨城県・国との比較

平成28年12月末現在、茨城県における65歳以上の介護保険認定者の割合は14.98%、全国平均は18.02%です。茨城県は、全国で3番目の低さとなっています。

60歳代、70歳代が分岐点

上記の数値からも分かるように、65歳を過ぎても80%以上の人は自立した生活を送っています。「年だからしょうがない」と諦めてしまうのではなく、多少の病気を抱えていても、積極的に体を動かして健康的に過ごすことができれば、80歳代以降も

体力や気力は衰えにくくなります。

健康で自分らしく 過ごすために

はつらつと過ごすために、できる限り自分でできることは自分で行いましょう。日々の暮らしに役割や目標、日課を持つことが必要です。

ちょっとしたことで十分です。思い立ったら今から始めてみましょう。

介護予防に大切なこと

市では、いつまでも自分らしく過ごしていただくために「運動・栄養・お口の健康・社会参加」をテーマに、介護予防教室や、出前講座を行っています。皆さんも、日々の生活の中で楽しみながら取り組めることを始めてみましょう。

●興味のある講座に申し込む

思い切って新しいことに挑戦すると、脳が刺激され活性

化されます。新しい仲間が増えたり、新しい経験が待っているかもしれません。

●今より10分多く歩く

短時間でも毎日続けていけば、運動の効果があります。意識して少し早めに歩くと、筋肉がついて、転倒が少なくなる可能性が増えます。

●地域での活動を始める

子どもたちの登下校の見守りや交通パトロールなど、自分のできる範囲で地域での活動に参加してみましょう。コミュニケーションを増やすことにもつながります。

●旅行を計画してみる

ツアーで旅行に参加することも多いと思いますが、あえて自分たちで目的地までの日程や移動手段、観光先などを調べて予定を組んでみましょう。下調べを頑張った分、旅行がさらに充実します。

高齢福祉課

脳トレにチャレンジ！

●部首を組み合わせると、漢字1文字ができます。

【例】 白 + 一 → 百

- ① 竹 + 夭 →
- ② 田 + 心 →
- ③ 未 + 口 →
- ④ 女 + ム + 口 →
- ⑤ 又 + 土 + 糸 →



※答えは19ページ(下)にあります。

憩いのパークの魅力

公園に生きる2棟の古民家



公園に入り南に向かうと、すぐに2棟の茅葺き屋根が見えてきます。古民家の旧飛田家と旧中山家です。茶畑、古河公方館跡、御所沼、桃林等とあいまって、懐かしい情景がよみがえってきます。

●旧飛田家

常陸太田市金砂郷地区からの移築で、国の指定重要文化財です。建築年代は18世紀前半(推定)。曲屋と呼ばれる形式で、馬屋と住居が一体となり、上から見るとL字型となっているのが特徴です。

●旧中山家

坂東市からの移築で、茨城県指定文化財です。建築年

代は不明ですが、床板裏面に延宝2(1674)年と墨で書かれています。直屋と呼ばれる形式で、上から見ると長方形となっています。

2棟とも普段は見学のみとなっていますが、5月14日に開催される「新茶まつり」では、茶摘みのほか、古民家にあがって茶席を体験することができます。外から見ただけでなく、中に入ってこそ味わえる魅力がありますよ。

「ミシッ」「ミシッ」という懐かしい床の音を聴きながら、昔にタイムトリップしませんか。

【ふるさと古河新茶まつり】

日時 5月14日(日)午前10時～午後2時30分

内容 茶摘み体験、野点茶会、お茶関連商品の販売など

【問】古河公方公園(古河総合公園)管理棟 ☎47-1129



表紙写真



4月7日に行われた小学校の入学式。真新しい洋服にピカピカのランドセルでみんないい笑顔。

同じ幼稚園を卒園して、大和田小学校に入学した仲良し3人組。

これからは自分で歩いて通学し、勉強しなければならいけれど、これもお兄さん・お姉さんになる第一歩ですよ。

たくさん友達を作って、みんなで仲良く楽しい学校生活を過ごしてくださいね。友達100人できるといいね！

寄付

平沢保治さん(東京都)より15万円の寄付。

セメダイン(株)茨城工場より、市内小学校新入学児童へ接着剤(木工用速乾50ml)1,280個の寄付。

常陽銀行古河支店より、市内小学校新入学児童へ防犯ブザー1,205個の寄付。

古河市データ

人口

(4月1日現在) 住民基本台帳から
総人口 144,186人 (-72)
男 72,587人 (-23)
女 71,599人 (-49)
世帯数 59,838世帯(+204)
() 内は前月比



古河で暮らし
こが暮らし こが育ち。

わが家のアイドル



滝本 朔斗くん (1歳2カ月・北町)

朔斗が生まれてくれたおかげで、たくさんの笑顔が増えました。これからも周りの人を笑顔にさせてください。いつもニコニコで優しい朔斗が大好きです♥朔斗のペースで大きくなってね！
(父：幸平 母：榛香)

Kogastagram



古河市 citykoga-official



ID:hiro_r_y DATE:2017.4.7 #入学式#兄妹#ランドセル姿

古河市の公式インスタグラムに掲載された写真から、ベストショットを毎月1枚選出し掲載します。「#こが暮らし」「#こが育ち」のハッシュタグを付けて、ぜひ投稿してください。

※投稿にはスマートフォン等に専用アプリのインストールが必要。
※古河市プロモーションサイトもぜひご覧ください。



子育てアドバイス

童謡のすばらしさを次世代に



子どもの大腦は、8歳くらいで大人の90%にまで育ちます。昔から、「つ」のつくうち(二つ、二つ：九つ)に、特に情緒の部分が成長すると言われています。

この幼児期は感受性が豊かで、見たもの、聞いたものを丸ごと吸収する時期です。優しい心、人に対する思いやりの心、その人の身になって考えてあげられる心など、情緒を育む刺激が「言葉」であり、「童謡」を歌うことが大切なのです。

童謡は、赤ちゃんからおじいちゃん・おばあちゃんまで、幅広い世代に通用する歌です。童謡には、優しい心を育てる力がいっぱい、日本の文化・風情と心を伝えてきた日本の文化遺産です。

童謡を耳にし、それを歌うことで言葉を覚え、それが情操を伴う豊かな経験として、しっかりと子どもの柔らかな脳に届き、

心として育まれていきます。

歌い継がれてきた童謡には、美しい風景や暮らし、昔の人の思いや願いといったように、現代では失われつつある日本の心が散りばめられています。歌詞を通して、日本の風習や故郷を愛する心を育むことができます。行事や四季に応じて、大人になっても口ずさむだけで、懐かしさや家族への愛情で胸がいっぱいになる、そんな幸せを子どもたちに伝えましょう。

「人は 人によって

人間になる」

認定こども園 なさき



●今年度から市内幼稚園・保育園等が交替でこのコーナーを担当しています。

平成29年5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.kogakogastagram.jp/>

☎0280(92)3111