



東京2020
オリンピックに
全力で挑む

写真提供：空手道マガジンJKFan



古河市出身

染谷真有美選手 **女子組手 61キロ級**
オリンピック出場が決まりました！

4月30日～5月2日にポルトガルで開催された空手の東京五輪日本代表最終予選となるプレミアリーグ・リ
スボン大会で、古河市出身の染谷真有美選手が五輪出場権を獲得しました。

染谷選手は昨年3月に代表内定を決めていましたが、コロナ禍でオリンピックが延期となり、再選考となっ
ていました。厳しい環境の中でもモチベーションを維持し、地道に練習を積んできた染谷選手の活躍に期待し
ましょう。



オリンピック競技日程

日時 8月6日(金)
10時～14時45分(予選)
17時～21時40分(準決勝・決勝)
種目 女子組手61キロ級

染谷選手のコメント

大会の延期、代表再選考などさまざまな
困難を乗り越えてチャンスをつかむことが
できました。たくさんの人たちが苦しい状
況の中で戦っている今だからこそ、空手道
を通して勇気や感動を与えられるよう、私
も全力で戦い抜きます。



染谷真有美(28歳)

古河第三小学校→古河第三中学校
→花咲徳栄高等学校→帝京大学→
テアトルアカデミーに所属

【主な成績】

- ・第22回世界空手道選手権 3位
- ・KARATEプレミアリーグ 3位
- ・第74回国民体育大会 1位

Contents (目次)

- 3 染谷真有美選手オリンピック出場決定
おめでとうございます！
- 4 - 11 <特集>
大地の恵みに今日も感謝
- 12 ◆古河市の高齢者見守りサポート
- 13 健康百科/私のオススメ!!
- 14 キラリ古河ビト
- 15 今月の古河っ子
- 16 古河歴史見聞録
- 17 図書館の本棚から/わたしの夢
- 18 - 19 まちの話題Report!
- 20 - 21 古河インフォメーション
- 22 - 31 お知らせページ/広告
- 32 いばらきアマビエちゃん/3つの密を避
けましょう/読者アンケート



P4 - 11



P 18



P 19

針谷市長からの
メッセージ



東京2020オリンピック・パラリンピック競技
大会の開催が目前に迫ってきました。古河市から
も染谷真有美選手がオリンピック空手競技の日本
代表として選出されました。

染谷選手が本番で全力を発揮できるよう、市民
全員で応援しましょう。

今月の表紙は
「旬の味覚をガブっ!!」



自分の顔より大きいメロンにかぶりつく女の子。
お口いっぱいメロンの甘みが広がります。
市内ではイチゴやメロン、スイカのほか、ブド
ウや栗など、さまざまな種類の果物が栽培されて
います。ぜひ、地元で採れた果物を味わってみま
しょう。