

悠々と青空高く舞う 1,000 匹の鯉のぼり



鯉のぼり祭り実行委員会（瀬尾潤 委員長）主催により、4月28日から5月5日まで、宮山ふるさとふれあい公園で、「鯉のぼり祭り」が開催されました。メイン日の5月4日は、清々しい晴天に恵まれ、会場では市内の小学生が描いた鯉のぼりなど、大小色とりどりの1,000匹の鯉のぼりが青空を泳ぎました。

広場では、和太鼓やヒップホップ

宮山ふるさとふれあい公園

ダンス、よさこい、輪投げなどが鯉のぼりの泳ぐ下で行われ、訪れた多くの家族連れを楽しませました。



輪投げの様子

勇壮な早駆け 小栗内外大神宮春祭



4月21日小栗内外大神宮で、五穀豊穡、家内安全などを願う春祭が行われ、太々神楽保存会（小栗堆司 会長）のみなさんによる神楽の披露、内宮本殿と外宮本殿、御遷殿の御門の開放が行われました。

雨模様にもかかわらず神楽殿前にはたくさんの方が訪れ神楽を堪能、神楽の合間に行われるまき餅では子どもたちが一斉に餅やお菓子を拾い集めていました。

神楽上演後には、参道で白馬による早駆けが行われました。

熱戦を繰り広げました 柔道・剣道大会



5月3日「第54回こどもの日中学校剣道大会」、4日「第54回こどもの日中学校柔道大会」が下館総合体育館で開催されました。

それぞれの大会には県内外から、柔道で男女合わせて42校が参加、剣道では131校の参加があり熱戦を繰り広げました。

柔道女子の部で、下館中学校が優勝、下館南中学校Aが敢闘賞。剣道男子の部で、明野中学校Aが優勝、下館西中学校Aが第3位、下館南中学校Aが敢闘賞を獲得しました。

心の通う地域作りを ～浦島草まつり



4月21日、「竹林に浦島草が生ずる地で、心のつながった地域作りを」と、関本肥土まつり実行委員会（岩崎浩幸 委員長）が「第1回浦島草まつり」を本郷農村集落センターで開催しました。

悪天候のため室内開催となりましたが、地元のみなさん約100人が参加、竹細工教室や琵琶演奏、ニラそばのサービスなどで交流を深めました。浦島草は、浦島太郎が持っている釣り竿の糸のように見えるので名付けられたそうです。

筑西市の皆様が主役です!!

地上デジタル 111ch
コミュニティチャンネル!



「コミュニティチャンネル」とは地域のイベントやお店情報、行政からのお知らせ、防災等の緊急情報など地域に密着した話題をお届けするチャンネルです。

筑西ケーブルテレビ

〒308-0041 筑西市乙37武蔵屋ビル1F

※筑西市が出資する第3セクターの会社です。 ☎ 0120-09-1311 携帯電話からもおかけ頂きます。

特別番組「筑西市議会生中継」のお知らせ

筑西ケーブルテレビでは平成25年6月から筑西市議会の模様を生中継いたします。

コミュニティチャンネル 112チャンネル

ケーブルテレビのリモコンで地デジ111chを選局しチャンネル上ボタンを押すとご覧頂けます。

放送内容：開会日・一般質問・議案質疑・閉会日の模様を生中継

※議会日程については筑西市ホームページなどでご確認ください。



みんなでつくろう安心の街 ～防犯キャンペーン



市民一人ひとりの防犯意識を高めようと、4月19日、筑西警察署前で、筑西地区防犯連絡協議会（野田富夫^{の だ とみ お}会長）と筑西警察署（吉村毅^{よ し む ら た け し}署長）が合同で、「平成25年春の地域安全運動」を実施しました。

「みんなでつくろう安心の街」をメインスローガンに、赤信号で停車したドライバーに、車上ねらい等の被害防止を呼びかけました。

吉村署長は、「地域と警察が一体となって被害を未然に防ぐことが大切」と話しました。

盤を挟んで真剣勝負！ オセロキャラバン開催



茨城発祥といわれるゲーム「オセロ」で郷土愛と地域の交流を深めてもらおうと、5月12日、「いばらきちびっ子オセロキャラバン筑西・桜川大会」が開催されました。

同大会は、（社）下館青年会議所（水柿貴之^{み づ が き た か ゆ き}理事長）主催で今年で8回目。会場のピアしらとりには筑西市・桜川市から86人の小学生が集まり、真剣勝負を楽しみました。

試合はトーナメント方式で行われ、上位5人は7月に行われる県大会に出場します。

筑西市を大きく PR NHK 公開生放送



5月13日、しもだて地域交流センターアルテリオで、NHK水戸放送局による公開生放送が行われました。

放送はNHK県域放送の筑西中継局開局記念のイベントで、会場にはたくさんの人が集まりました。

番組は女方正三郎^{お づ か た た ま さ ぶ ろ う}一座による「筑西小唄」でスタート。文化勲章受章者の板谷波山^{い た や は ざ ん}先生や森田茂^{もり た し げ る}先生の紹介、人間国宝大西勲^{お お に し い さ お}さんへのインタビュー、下駄によるタップダンスや下館ラーメンなどが紹介され大盛り上がりとなりました。

鉄道の魅力を感じて—

鉄道の魅力を再認識し、下館駅周辺のにぎわいを創出しようと「下館駅なか・駅まえフェスティバル」が、5月3日に開催されました。

4月に引き続き2回目となる今回。「駅なか」では、S L 2両が客



下館駅なか・駅まえフェスティバル

車を挟んで連結するサンドイッチ S L 乗車体験や、S L に直接触れる体験・見学など、貴重な機会が設けられ親子連れを楽しませました。

「駅まえ」では、北口広場で各種団体の発表や筑西きむちなどの販売、お楽しみ抽選会などが行われ、駅まえをにぎやかに演出しました。

スピカ1階では、前回も人気を集めた鉄道ジオラマや写真が展示され、鉄道の魅力を存分に伝えていました。



S L 機関士制服撮影会

えび・たいフェア

海老ざんまい天重セット 1,480円 [税込1,554円]

鯛茶漬け風海鮮ひつまぶし 1,780円 [税込1,869円]

ごほう下館本店

【住 所】筑西市一本松482
【営業時間】11:00～21:30
お問い合わせ・ご予約は
0296-22-7878

至小山 ●カワチ 30 至水戸
天照船 ●294
マクドナルド ●日本ハム

筑西Peopleクーポン
200円割引券
ランチメニューは100円引
※お一人様一枚限り有効※他サービスの併用不可
有効期限 平成25年6月30日

筑西Peopleクーポン
200円割引券
ランチメニューは100円引
※お一人様一枚限り有効※他サービスの併用不可
有効期限 平成25年6月30日

市民記者のページ



竹内 啓子 さん(舟生)

市の特産物でもある梨の魅力を知っていただき、少しでも興味をもっていただければと思います。市民記者として始めて記事を書かせていただきました。

わがまちの特産物、栄養満点の「梨」で、暑い夏を乗り切りましょう！

今、梨農家が減少している実態を考えてみませんか

他県に誇れる「梨」にかかる手間

筑西市には、他県に誇れる特産物がたくさんありますが、その中の一つ、「梨」を取り上げたいと思います。

筑西市の梨の生産量は、県内1位となっています。ただ、残念なことに毎年梨農家は減少しています。みなさんの中にも、何気なく車を走らせていて、「梨の木が切られている！」と感じた人がいるかと思えます。

ここ数年、様々な被害や問題が後を絶ちません。例えば、冷夏、長雨、降雹、カメムシ、黒星病、そして何より後継者不足があります。梨栽培は1年を通して畑に入らない時期がありません。4月に花合わせ、5月に摘果、6月にジベレリン処理、7月に大玉生産のための整理、

8月～10月に収穫、11月～3月に剪定と路地梨の大きな作業。梨栽培に注ぐ力は半端なものではありません。

栄養満点の「梨」

今、若い人の中には、皮を剥くのが苦手で、剥いてあれば食べるという人が多く聞きます。リンゴの様にそのまま食べられないのが残念です。しかし、梨の栄養には、疲労回復、便秘解消、夏バテ回復、咳止め、解熱効果、消化促進等たくさん効能があります。これから迎える暑い夏に、これらを思い浮かべて梨を食べてみてください。この地域の特産物が無くならないために、そして若い人たちが夢を持つて梨農家の後継者となるように、梨に対する愛着を切に願います。

簡単調理！梨のデザート

最後に梨ジャムと梨の赤ワイン煮のレシピを紹介いたします。梨ジャムは、水分が多く酸味のある豊水がおすすです。水は使わず皮を剥いて煮詰めてできあがりです。砂糖はお好みで。焼肉な



どで、梨ジャムを入れるとお肉が柔らかくまろやかになります。カレーに入れて煮込んでもおいしいです。梨の赤ワイン煮は、安価なワインでも大丈夫です。そのまま食べても十分おいしいですが、ヨーグルトやアイスクリームに添えてもおいしいスイーツになり、冷凍保存も可能です。みなさん、ぜひチャレンジしてみてください！

梨の赤ワイン煮の作り方

- 梨 3～4個
- 水 100cc
- 赤ワイン ... 500cc
- 砂糖 80～100g
- レモン汁 ... お好みで

- 梨を4つ切りにして、皮と芯を取り、お鍋に赤ワイン・砂糖・水を入れ火にかけて梨を入れます。
- 沸騰するまで強火で、沸騰したら弱火にし、ときどきくずれないようにかき混ぜてあくを取ります。
- 梨に透明感が出てくるまで煮ます。時間にして20分くらいです。

★梨の硬さはお好みで。

関城地区の梨について(詳しくは関城町史) 関城地区は、日本で最も古い梨の産地の一つです。安政4年(1857年)に西村七郎兵衛が梨園を開いたのが始まりで、当時から関本梨と呼ばれ、名声を博していました。その伝統の栽培技術が美味しい梨を育てています。



花合わせの様子

働くお母さんを応援




筑西市小川 1391-549
電話 0296-28-5425

「知育 体育 徳育」それぞれをバランスよく育みます
少人数制 キッズハウス保育園

さあ!! 今しかないぞ! 思いっきり全力体験!!

こころもからだも強くなれ!!

6/16(日)・6/29(土) スイミング無料体験会

| | |
|-------------|-----------|
| 10:00～10:30 | ベビー |
| 10:30～11:30 | 幼児(年少～年長) |
| 13:00～14:00 | 学童(小学生以上) |

入会キャンペーン実施中 お問い合わせください!!

コスモスポーツクラブ
☎0296-22-3800

体験随時募集中



探訪 筑西市の文化財

おぐりないげだいいじんぐうだいだいかぐら
小粟内外大神宮太々神楽

県指定文化財（無形民俗）
昭和41年3月7日指定
江戸時代中期ころ
所在地：小粟地内

かんえん 寛延4年（1751年）やましろのくににおたぎ
ぐんみしまじんぐう 郡三嶋神宮宮司らにより内外大神宮
宮司に伝授されました。

その後、伊勢神楽師の指導を受け、
おぐりさんき 小粟三喜が舞に工夫を凝らすなどして
12神楽36座を成立させたといわれています。
12神楽とは12の場面のことで、36座とはこの12の場面に登場する36柱の神々のことであり、番外に八岐大蛇退治の無言劇があります。

勇壮な舞と融和的な舞とで構成され、内容は神々の功績をたたえ、平穏な自然と作物の豊穰を祈り、悪を払い幸福を祈願する神楽です。



▲太々神楽保存会による神楽

問 生涯学習課 ☎22-0183

むし歯とは？
歯に付着したプラーク（歯垢）の中のみし歯菌が糖から酸を作り、歯を溶かしてしまつておこる病気です。



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

むし歯を予防しよう！



健康 いきいき

むし歯の原因は？

- ① 細菌（ミュータンス菌）
- ② 糖質（特に砂糖）
- ③ 歯の質（抵抗性）

この3つの原因と時間の経過がむし歯を発生させます。



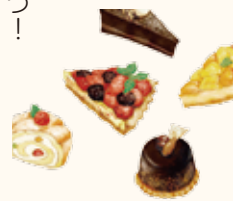
また、むし歯菌は唾液を介して移るので、大人が噛んだものを子どもにあげたり、同じ食器を使ったりしている人は、要注意です。

むし歯や歯周病は、全身の病気を引き起こす原因にもなります。

症状が進行すると歯を失うこともあり、定期的な歯の検診が必要が必要です。

むし歯予防のポイント

- プラーク（歯垢）を歯磨きで除去しよう！
- 歯と歯の間、奥歯の溝、歯茎との境目を丁寧に磨く。
- 歯の質が弱いお子さんには、抵抗力を高めるフッ素を利用しよう！
- 歯医者で塗ってもらおうか、フッ素配合の歯磨き剤を使用する。
- 糖質（特に砂糖）のとり過ぎやお菓子のだらだら食べに注意しよう！
- 寝る1時間前の飲食はしない。



虫歯や歯周病の予防に心がけ、食事や会話などを楽しみ健康で豊かな生活を目指しましょう



「8020」は80歳で20本以上自分の歯を、「6424」は64歳で24本以上自分の歯を保とうという、茨城県独自の運動です。

● 食べた後はもちろん、寝る前の歯磨きも忘れずに！
定期的に歯の検診を受け、丈夫な歯をより多く残し健康な体を作っていきましょう。

介護

介護付有料老人ホーム
ヒューマンサポート筑西

ご入居者様募集

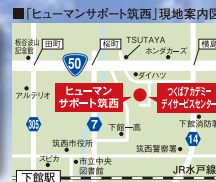
全80室
すべて個室

入居金0円

介護がついて管理費・食費・家賃すべて込み

月額利用料 13万5千円(税込)均一

2012年11月 新築オープン!



ご入居に関するお問い合わせ資料請求はこちらまで 受付9:00~18:00

入居専用ダイヤル

0120-17-4565

介護付有料老人ホーム 介護保険事業所番号 0872700687

ヒューマンサポート筑西

〒308-0803 茨城県筑西市大字溝井360-2

TEL.0296-20-0511 FAX.0296-20-0512

HP <http://n-h-s.jp/chikusei> Mail info-chikusei@n-h-s.jp

携帯版HPアドレス <http://n-h-s.jp/chikusei/m>