

住みよいまちづくり情報誌

Vol.46

平成30年9月1日

発行 住みよいまちづくり新莊会
 (水戸市新莊市民センター内)
 (〒310-0036) 水戸市新莊2-11-2
 Tel.029-221-7851

責任者 住みよいまちづくり新莊会
 会長 川又 一郎

編集 新莊会広報部
 印刷 常磐総合印刷株式会社
 題字・坂 俊治

新莊学区の常住人口	世帯数 3,060	年齢別人口	0～14才 539 (9.0%)	15～64才 3,382 (56.5%)
男 2,857 女 3,129 合計 5,986	(平成30年7月1日現在)	【参考値】	65才以上 2,065 (34.5%)	(平成30年7月1日現在)



新莊地区心一つに!



一年生紹介



新莊小管楽合奏部



新莊夏まつり会場



水商チア・ダンス

7月29日(日)、新莊小学校校庭において新莊夏まつりが15:30～19:30の間開催されました。異例の台風接近により天候が危ぶまれましたが、朝方には雨が上がり、夏まつり日和となりました。

開会式、一年生紹介に続き、各テントでは14からなる恒例の模擬店・ゲームコーナーが開き、ステージでは国体ダンス、管楽合奏、チア・ダンス、サッカーミニゲーム、大神楽、劇団寸劇、民舞及びベリーダンスが行われました。約2,500人の参加者が、汗をかきながら和気あいあいと夏まつりを楽しみました。



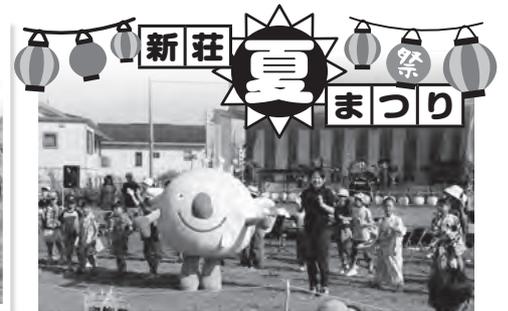
主催者及び来賓の皆様



大神楽



水商サッカー部による指導



国体ダンス



ベリーダンス



はまゆう会の民舞



劇団きぼうきょう



かき氷店



ホットドック店



焼きそば店



射的コーナー



ポップコーンと綿アメコーナー



オセロゲームコーナー会場

結果

- 優勝…保坂・鈴木・大内チーム
- 2位…龍崎・細谷・原口チーム
- 3位…伯耆田・袴塚Ⓢ・高木チーム



ユニカール大会投球

5月20日(日)午前、今年度1回目のユニカール大会が市民センターホールにおいて実施されました。47名が参加し、16チームにより1チーム2〜5試合の和気あいあいゲームを楽しみました。

今回の参加者数は過去最多で、大変賑やかな大会でした。

新莊スポレク部主催 ユニカール大会で和気あいあい

- 来る10月28日(日)、新莊会はマラソン応援を前2回同様実施します。町内会等、多くの参加をお願いします。
1. 応援場所 大工町旧フクダヤ前
神応寺前・雷神宮前
 2. 応援時間 (南町2丁目スタート+2分)
フルマラソン 9時2分頃
3km 9時27分頃
5km 9時37分頃
(県中央理容美容専門学校付近折り返し)
(借楽園下過ぎ折り返し)

第3回水戸黄門漫遊マラソンを応援しよう!!

平成三十年度 合同総会

5月12日

新莊市民センターにおいて、住みよいまちづくり新莊会と社会福祉協議会新莊支部の合同総会が開催されました。



高橋市長あいさつ

新莊地区69町内会のうち58町内会長の出席をいただき、29年度の事業報告と決算報告及び30年度の事業計画と予算が承認されました。役員は住みよいまちづくり新莊会の改選がありました。

開会のあと、市民憲章唱和、水戸市歌斉唱、川又会長主催者あいさつに続き、来賓として高橋市長などよりごあいさつをいただきました。

また、合同総会後及び5月21日の2回にわたり、茨城大学大学院教授 教育学博士 日下裕弘氏に『シニアはつらつ講演会「生きがいと温泉と健康」と題して温泉と健康に関わる講演をしていただきました。

住みよいまちづくり新莊会の
新役員は次のとおりです。

- 顧問 奥田 俊亮
- 会長 川又 一郎
- 総務自治部長(事務局長) 田口 允彦
- 広報部長 川又 健志
- スポーツ・レクリエーション部長 山部 正彦
- 生活環境部長 飛田美江子
- 福祉厚生部長 青木 實
- 防災委員会委員長 森本 久夫
- 監事 川上 利通
- 監事 湊 弘一郎

【来賓】

- 水戸市長 高橋 靖様
- 水戸市議会議員 袴塚 孝雄様
- 水戸市社会福祉協議会会長 保立 武憲様
- 新莊市民センター所長 細谷 潤様
- 末広老人福祉センター所長 石堀 和雄様



住みよいまちづくり新莊会総会審議の様子



女性の会 支部長紹介

今年度の主な行事

- 新莊夏まつり 7月29日
- 敬老会 9月17日
- 市民運動会 10月7日
- 歩く会 11月18日
- ユニカール大会(2) 2月10日
- 新莊ふれあいまつり 3月3日

生きがいと 温泉と健康と

ああ、いい湯だな～



温泉に入る猿の無心の境地

日本の温泉は世界一であり、この恵まれた温泉国で、「温泉の知識」を生かし、楽しみを倍増しましょう。

温泉は、生活・体内リズムの「自然治癒力」に優れ、血行・代謝・免疫などの「変調作用」、すっきりさわやかな「清潔、洗浄」、自然とのふれあい、リラクゼーション効果やといった「こころの健康」に効果があります。

温泉地とその効能は様々であり、これから自分にあつた温泉を探し、自分の入浴法を工夫しましょう。また、温泉に行くことは、毎日のお風呂を大切にしましょう。

様々な温泉の良さを味わいましょう。温泉では、一緒に行く「身近な人」を大切にしましょう。

●健康な温泉入浴法(一部紹介)

○「熱い湯(42度以上)」と「ぬるい湯(38・40度)」を使い分けて入浴しましょう。
熱い湯は交感神経(活動・緊張)を高め、ぬるい湯は、鎮静、リラックス効果、血液さらさらなどの効果があります。朝起きた時は短時間で熱い湯、寝る(一時間)前はぬるい湯でゆっくり入るのが良い入浴法です。

風邪を引いたときは、せいぜい足湯で止めましょう。
○半身浴のすすめ
ストレッチ解消には約20分程度の「ぬるめ」の持続湯が効果があり、血量は安眠時の状態となります。みぞおちまで湯につかり、上半身は乾いた状態で、腰掛けを利用し窓を少し開けます。額に汗が流れ、肩・腕・首に汗がにじむ程度が良い半身浴です。

○高血圧ぎみの人に
寒い脱衣場から熱い湯にいきなり入るのは避けましょう。
●健康に良い温泉
○山の温泉が最良で、自然豊かな露天風呂のような森林浴はマイナスイオンが高く体に最良です。この際、猿の入浴のように無心の境地になることが大切です。
○理想は話をする仲間と行くことで、これが生きがいにもなります。

●温泉友の会

同会は、人々の健康と生きがい、仲間づくりを目的とする温泉愛好会です。希望者に対し手軽な日帰り宿泊を伴う温泉めぐりを計画・展開します。細部は、同事務局(日下事務局長 TEL0291-2251458)にお問い合わせください。(講話資料参照)



日下裕弘教授による温泉講演

新莊散策

旧茂木家住宅(県指定文化財)

緑町の県立歴史館にある旧茂木家住宅を紹介いたします。この建造物は、歴史館本館の裏(西側)に位置しており、銀杏並木西端から茶室手前の路地に入り、石道を歩くと奥の広い敷地に建っております。約三〇〇年前の建築と推定される農家で、行方郡牛堀町(現潮来市)島須にありましたが、昭和48年に現在地に移設復元されました。移築前の昭和45年には、茨城県の代表的民家として県から文化財の指定を受けております。



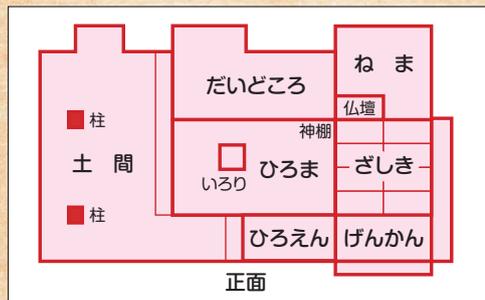
旧茂木家住宅正面

●家の形
古い家の形には、平面が長方形の直屋(すこや)型、後世になってこれに馬屋などを組みこんだL字型の曲屋や分棟

型などがあり、直屋型は、民家最古の基本形で、県南及び県西に広く分布しております。旧茂木家住宅は、直屋型の農家で、水戸で唯一、直屋型の農家として保存されている貴重な文化財です。なお、県内で保存されている他の直屋型の農家には、新治郡八郷町の羽生家住宅や稲敷郡出島村の椎名家があります。

●家の特徴

家の平面構成は、正面に向かって左側が土間、中央が板敷きの広間と背面に台所、右側に玄関・座敷、寢間が配置されています。板張りになる中央の広間面積が広く、それに対して土間面積が比較的狭いなどの特徴をもっており、行方地方の特色を残した民家となっております。



旧茂木家住宅 間取り図



住宅内部(土間から撮影、中央が広間)

また、土間と広間の境に立つ柱は、その表面にカンナではなく手斧で削られたハマグリ型の跡がはつきり残り、外壁には竹を破れ格子に組み入れた「しし窓」があり、このことから江戸時代元禄年間(1688~1704)の建築と推定されております。

●最近の取り組み

歴史館では、雨漏りによりかやぶき屋根など屋根の状況が悪化していたため一昨年度から公開を中止し、昨年初夏ふき替え作業を実施し、昨年の見学会では黄金色のかやぶきを見ることができました。また、歴史館では科学的手法で材木のサンプル調査を行っており、最近、大学の研究結果を得ることができ、前記の建築推定年がほぼ正しいことが判明しております。

●見学時間等

この建造物は歴史館開館に合わせて開館しており、内部を見学することができます。どうぞ足を運んでみてください。

花壇コンクール

水戸市住みよいまちづくり推進協議会が主催する花だんコンクール審査が7月11日・12日の2日間実施されました。新莊地区からは町内会の部で馬口労町1丁目町内会、職域の部で(株)吉田石油水戸SSがともに優良賞を獲得しました。表彰式は8月23日、青少年会館で実施されました。

新莊地区花壇コンクール審査会(6/29)



- 審査対象花壇
・砂久保花の会
・馬口労町1丁目町内会
・緑町会
・(株)吉田石油水戸SS
・栄町1丁目
・新莊小学校



馬口労町1丁目町内会



(株)吉田石油水戸SS

●新任あいさつ



所長 細谷 潤

今年四月に赤塚市民センターより異動してまいりました。

地域コミュニケーションの拠点及び生涯学習の拠点として、地域の皆さまに親しまれる市民センターを目指してまいりますのでよろしくお願いたします。



小野瀬きよみ

今年四月から新規採用となりました。地域の皆様のお役に立てるよう努力してまいります。よろしくお願いたします。

編集部委員

- 川又 健志・塩井 雅子
神尾 和子