

石井だより

# 清流

2020.2  
第23号

編集発行

石井地区まちづくり推進協議会

事務局

石井地域コミュニティセンター内  
〒321-0912 宇都宮市石井町1213

電話 028-662-6833



石井地区福祉健康まつり

清流ながれるふるさと石井に  
あふれる笑顔と歓声と

石井地区まちづくり推進協議会では、表紙の写真及び各单位自治会・育成会からの情報ならびにシリーズ「私の趣味」の投稿を募集しています。自薦他薦を問いません。事務局までお知らせください。



# 地元企業に支えられる石井小学校



令和元年12月12日(休) (株)ベルモール 鈴木副社長(右から3人目)と(株)栃木銀行 黒本頭取(左から2人目)が来校され、寄贈サービス付私募債「とちぎん SDGs 私募債(未来へのこころ)」により①木製両面雑誌スタンド、②逆上がり練習器を寄贈いただきました。未来を担う子どもたちへの温かい心に感謝です。



## 感謝の会



令和元年11月27日(休) 石井小体育館にて、日頃から児童を支えてくださる皆様をお迎えしての『感謝の会』が開かれました。お手紙と合唱のプレゼントで、感謝の気持ちを伝えました。

## ねんりんピック出場!!



東峰南ペタンクチームの月岡さん・野澤さん・萩原さんご夫妻の4名が、栃木県代表として『ねんりんピック和歌山大会』に出場しました。さすがペタンクのまち石井ですね。



## 敬老の日



東峰南敬老会  
佐々木さんの伴奏で楽しく合唱しました。



下川岸敬老会 笑顔あふれる時間でした。

## ナイターバレー大会



今年も晩夏に『ナイターバレー大会』が開かれました。石井地区の元気なご婦人が躍動しました。

石井地区ではバレー好きの仲間を募集しています。ご興味のある方はコミセンまでお問い合わせください。





## 西組サロン



西組のサロンは、地域の身体と健康にとって、大切な役割を担っています。

## 西組 老人会と育成会の交流イベント



令和元年8月24日(土) 西組公民館において、老人会と育成会(子どもたち)の交流会が開催されました。敬老会の柳田さんが「これからの人生にとって大切なこと」を子どもたちにもわかりやすくお話しされました。世代を超えた交流は地域づくりの基礎ですね。



## 市民体育祭 選手募集

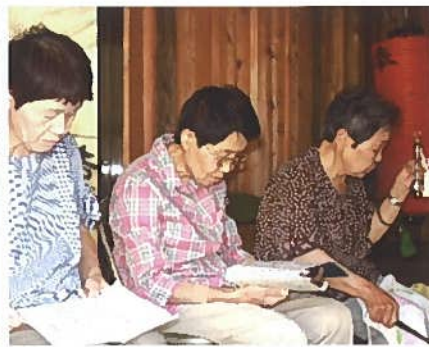
今秋も宇都宮市民体育祭が、市内各所において開催されました。我が町石井地区チームはどの競技も、「楽しく元気に!!!」がモットーです。皆さんもぜひご参加ください。







## 西組 阿弥陀如来のお祭り



令和元年8月1日(木) 西組において、「阿弥陀如来のお祭り」が開催されました。年に一度、地区の皆さんが集まり、公民館の隣に祀られている阿弥陀如来に手を合わせます。女性の皆さんがお堂の中で読経。男衆はお互いに親交を深めます。地域の伝統、歴史を感じるお祭りでした。



## 大島の夏祭り



令和元年8月4日(日) 大島地区の夏祭りが開催されました。子どもが主役!の笑顔あふれる時間でした。



お祓い



かき氷最高!!



大人が総出で準備します。



## 下川岸『ぼうじぼ』



下川岸自治会の子どもたち



親子でわら鉄砲作り。



庭先でわら鉄砲で地面をたたき、お菓子を頂きます。



実りの秋を祝う伝統の「ぼうじぼ」。『わら鉄砲』片手に、地区の未来を担う子どもたちが町内を練り歩きました。



## 下川岸『水辺の生き物を探そう』



大人も子どもも、夢中になって、生き物を追いかけてました。

令和元年8月18日(日) 下川岸自治会において、『水辺の生き物を探そう』が開催されました。網を片手に用水路に入り、親子で生き物を捕まえて観察しました。子どもたちにとって、楽しい夏休みの思い出になったことでしょう。



# ジュニアペタンク大会



お赤ちゃんをおんぶしながら



お孫さんと。



校長先生も挑戦!



親子のハイタッチ!



笑顔がステキです



真剣なパパさん



地域の重鎮との対決



なかなか良いフォームです



子育て最高!!



大好きなお父さんと



狙いを定めて



令和元年9月28日(土) 石井小校庭において、「石井地区ジュニアペタンク大会」が開催されました。100名以上の参加者の笑顔と歓声が響く、楽しい大会になりました。『ペタンクのまち石井』は子どもたち(ジュニアペタンカー)の育成を目指し、今後も盛り上げていきます。



ペタンク協会の皆さんが、準備、運営をしてくださいました。





# 石井地区 健康づくりマップ

健康（ヘルシイ）

地域包括支援センター石井・陽東  
センター長 景山 真由美

「人生100年時代」を見据え、住民が健康でいきいきと充実した毎日を過ごしていくためには、一人ひとりが健康への関心を高め、年齢に関係なく主体的に健康づくりを継続していくことが重要です。運動は、生活習慣病やこころの健康等生活の質の改善に効果があります。健康づくりに取り組むことに併せて、地域のつながりを活かし住民が相互に健康を支えることが求められています。是非、健康づくりと向き合い、周りの方と声掛け合って、いきいきと楽しい日々を送りましょう。

身近な健康づくりの情報として、次ページに掲載しました「健康づくりマップ」をご活用ください。



## 地域でこんな活動をしています

### 【サロン】

体操や茶話会、レクリエーションなどの活動を通して、同じ地域の住民どうしが、仲間づくりや生きがいづくりの輪を広げる交流の場です。

#### 【お問い合わせ】

石井地区社会福祉協議会  
地域包括支援センター 石井・陽東  
028-660-1414



### 【サークル】石井コミセン登録文化団体

石井コミュニティセンターでは、曜日ごとにたくさんの団体が活動しており、随時会員を募集しています。

#### 【お問い合わせ】

石井地域コミュニティセンター  
028-662-6833

### 【老人クラブ】

健康づくり（ペタンク、輪投げなど）、仲間づくり（旅行、誕生会など）、地域づくり（地域内清掃など）、生きがいづくり（趣味や文化のサークルなど）など、生活や地域を豊かにする活動に取り組んでいます。

#### 【お問い合わせ】

各自治会の老人クラブ  
老人クラブ連合会 佐藤様  
028-667-1087



### 【サンクススポーツクラブ陽東】

いつまでも健康でいられるよう、子供から高齢者まで、だれでも参加でき、気軽にスポーツを楽しめる自主運営・受益者負担の総合型地域スポーツクラブです。小中学校などを主な活動場所として、いろいろな教室が開催されています。

#### 【お問い合わせ】

クラブマネージャー 野澤様  
090-4722-8053



### 【老人福祉センター ふれあい荘】

高齢者が健康で明るい生活を営むための各種の相談や、健康づくり、教養の向上及びレクリエーションの場の提供などを行っています。また、ふれあい荘主催の教養講座を終了した講座生による自主講座団体も、様々な内容で活動しています。利用条件等ありますので、詳細はお問い合わせください。

#### 【お問い合わせ】

住所：陽東2-3-1  
電話：028-663-3156



### 【婦人会】

地域の行事活動や石井小校内パトロール、ふれあい会食のお料理づくりなど、地域づくりに貢献するとともに、会員相互の親睦をはかる楽しい活動を行っています。

#### 【お問い合わせ】

各自治会の婦人会  
石井地域コミュニティセンター  
028-662-6833



# 石井地区健康づくりマップ



**ラジオ体操 石井団地児童公園**  
 毎日 6:30 ~ (雨天中止)  
 ※連絡不要。どなたでも参加できます。

自主グループ

No.	グループ名	実施日	時間
①	たのしみ会	毎月 15 日	11:00 ~ 14:00



# ～子どもから大人までだれでもウェルカム～

新4号バイパス

岡公民館

大島おたのしみ会

大島公民館 ①

郵便局

藤田医院

福島眼科医院



平石分署

豊幸の郷石井

サークル

No.	石井コミセン登録文化団体(内容)	⑧	石井スタンドグラスサークル
①	石井四つ竹会 (健康おどり・雅流)	⑨	コールいしい (コーラス)
②	太極拳 (サンクススポーツ会員)	⑩	石井オカリナサークル
③	新舞踊 (三喜流)	⑪	石井パンフラワーサークル
④	フラハズ石井 (フラダンス)	⑫	石井陶芸サークル
⑤	石井パッチワーククラブ	⑬	琴峰会 (大正琴・菊乃会)
⑥	石井ストレッチクラブ	⑭	石井着付けサークル
⑦	朗読サークル「ひだまり」	⑮	ディンプルアート・えくぼ

⑤ 新谷あおぞら会

新谷公民館

鬼怒川

ウォーキングコース  
詳細は9ページ



久部高架橋

吉澤整骨院

下川岸さくらクラブ

サロン

久部公民館

⑧ 西組健康クラブひまわり

③ 下川岸公民館

西組公民館

乾林堂医院

久保田公民館

根本公民館

No.	サロン名	実施日	時間
①	大島おたのしみ会	第1・3金	10:00~12:00
②	南西原サロンひまわり	第1・3水	9:30~11:30
③	下川岸さくらクラブ	第2・4火	13:30~15:30
④	東峰南ゆうゆうサロン	第2・4火	10:00~15:00
⑤	新谷あおぞら会	第2・4金	10:00~12:00
⑥	石井団地自治会 サロンナデシコ会	第2日	10:00~14:00
		第4月	10:00~12:30
⑦	岡台一区 すこやかサロン	第1日	14:00~16:00
		第3火	10:00~12:00
⑧	西組健康クラブひまわり	第2・4木	10:00~14:00
⑨	西台南サロン くりの実	第1・3水	10:00~12:00
		第4火	13:30~15:30

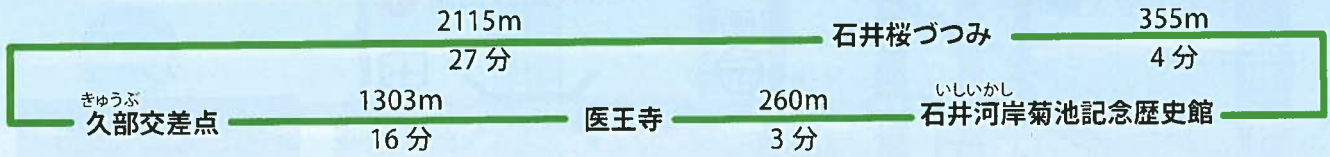
※福島自治会、岡地区も開催予定



# 石井地区 ウォーキングマップ

コース距離 4.03km 所要時間 50分

旧水戸街道、江戸への舟運の要所として栄えたこの地は、四季折々の自然を楽しめるコースです。



注) コース上に街灯が少ない箇所もありますので、夜間ご注意ください。  
注) 日差しを避ける場所が少ないので、暑い日のウォーキングは十分、ご注意ください。

## 石井桜つつみ

石井桜つつみでは、春は桜、夏は爽やかな緑、秋は紅葉、冬は朝霧と四季折々の風情を楽しめます。  
この通りは、ウォーキングやサイクリングの際に、野鳥のさえずりを聞きながらベンチで休憩するのもおすすめです。



## くどうはんがわ 九郷半川

江戸時代に河内郡の九つの村と石井村の半分の田畑を潤すために掘られた用水です。

忍者 食丸くん



## すいせい 石井の水制 (かけし)

地元では「かけし」と呼ばれ、戦国武将の武田信玄が考案した「信玄堤のかたち」を現在に伝えています。



## 医王寺

本尊は、薬師如来坐像で、宇都宮市指定文化財になっています。  
秘仏のため、公開は33年ごとになっており、次に公開になるのは平成30年です。

## 石井河岸菊池記念歴史館

宇都宮城外港河岸として成立した「石井河岸」と「鬼怒川の舟運」をテーマとして平成22年に設立された宇都宮唯一の地域歴史館です。  
土、日、祝日の午前9時より午後4時30分まで開館しており、多くの歴史ファンにご来館いただいています。



AED設置場所

WC トイレ設置場所

### 【消費エネルギー計算式】

3.3 (運動強度) × 体重  kg ×  時間 × 1.05 =  kcal

発行：宇都宮市 保健所 健康増進課

体重 60 kg の場合

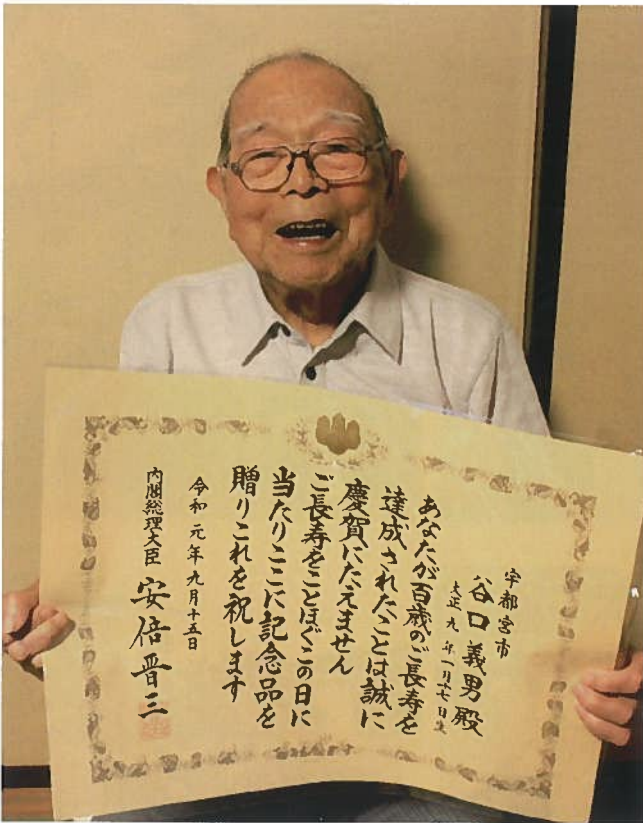
このコース消費カロリーは

187 kcal ≒ バナナ(中) 2本相当です。





# 100歳おめでとうございます！！



【谷口 義男さん】

笑顔がとても素敵な紳士です。



【岡村 サクさん】

「百人一首」と「絵画」が趣味。女学生の頃は、走高跳の選手だったとのこと。



【深澤 静さん】

「テレビでスポーツ観戦」が趣味。お気に入り、テニスの大阪なおみ選手とのこと。



今年度の敬老会、石井地区では新たに4人の方（谷口義男さん・岡村サクさん・深澤静さん・黒崎チヨさん）が100歳を迎え、内閣総理大臣から表彰状と銀杯が授与され、全国民から祝福されました。これからも楽しい毎日をお過ごしください。

また、そのご長寿を支えるご家族の皆様にも、心より敬意を表します。

尚、黒崎チヨさんにつきましては、体調を考慮し、写真撮影を控えていただきました。



100歳記念の銀杯➡





## 第38回石井地区福祉健康まつり



令和元年10月27日(日) 石井小校庭において、「第38回石井地区福祉健康まつり」が開催されました。婦人会の皆さんはじめ、関係者各位に心より敬意を表します。また、中学生ボランティアの皆さんも大活躍！楽しい時間を過ごしました。

### 『活力ある村づくり』



今年も「活力ある村づくり」が開催されました。バザーでは地元の新鮮な野菜が人気。提供くださった、下川岸・根本・久部・西組・久保田の生産者の皆様、ありがとうございました。また、日用品を提供くださった皆様にも心より感謝。

### 『久部公民館落成記念式典』



令和元年11月8日(日) 「久部公民館の落成記念式典」が挙行されました。吉澤自治会長はじめ、建設に携わった皆様に心より敬意を表します。