

いばらき

労働福祉

Vol. 358

2017年9月

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会

目次

中央労金・全労済 総会開催
地域労福協レポート
健康&食 —じゃがいも—
旅のガイド —古河市—

写真◎古河市街と渡良瀬遊水地

中央労働金庫

～第17回通常総会を開催～



和田常務理事



赤澤理事

6月28日に東京中野において中央労働金庫第17回通常総会が開催されました。2017年度事業計画は、「あんしん創造バンク」の

実現に向けて第5期中期経営計画諸課題の完遂を目指すとともに、厳しい事業環境のもと第6期中期経営計画への橋渡しを念頭に、従来の「職域基盤における取引拡大」に加え、新たに「CSR経営の実践」「収支改善の取り組み」の3点を重点課題に据え推進することが確認されました。役員改選では、副理事長・茨城県本部長の山崎正美氏、非常勤理事の山田康裕氏が退任され、和田浩美氏（電機連合茨城地協）が常務理事、赤澤義明氏（新日鐵住金鹿島労組）が非常勤理事に選任されました。

全労済茨城県本部

～第60回通常総代会、第8回代表者会議 茨城労済創立60周年記念レセプションを開催～

7月27日（木）ひたちなか市において開催されました。総代会では各種共済の取り組み・協力団体と連携した取り組み・共済ショップ窓口での取り組み等の事業経過報告を行い、2017年度活動計画について確認をいただきました。また7月18日に茨城労済は60周年を迎えました。日頃の感謝をこめたレセプションをあわせて開催いたしました。これからもより一層多くの組合員および勤労者の方との接点機会を拡大し、協力団体・組合員の皆様から信頼され、期待される全労済を目指していきます。



第60回通常総代会



創立60周年記念レセプション

生協パルシステム

unicef ユニセフ外国コイン募金

～仕分け体験を行いました～

7月8日（土）、パルシステム茨城下妻館に親子5組が参加し、仕分け作業を行いました。アメリカ、中国、韓国、トルコ、モンゴル、アフリカ諸国の初めて見るコインなどがあり、スマホで検索しながら、世界40ヶ国に仕分けすることができました。コインはユニセフに寄贈し、世界中の子どものために使われます。



引き出しに眠っている 外国コイン を子供たちのために役立てよう

～労働福祉事業団体は、ユニセフを応援しています～

労福協 セミナーのご案内

いばらき労働福祉講座（全5回予定）

- 日時：9月20日、27日、10月4日、11日、15日（18時30分～20時）
- 場所：ひたちなか市ワークプラザ勝田
- 内容：これからの労働者自主福祉運動、ワークライフバランス、労働基準法、就業規則、労働協約、労働行政、職場のメンタルヘルス など

勤労者福祉研究集会

- 日程：11月13日（月）午後2時～4時
- 場所：水戸京成ホテル
- 内容：「再生産不可能社会 NO !!」
～奨学金が日本を滅ぼす～
- 講師：奨学金問題対策全国会議共同代表
中京大学教授 大内裕和 氏

お問合せは、茨城県労福協へ ☎ 029 - 231 - 3503

連合茨城

労働問題で困った! そんな時どうするの? No.1

いまや労働組合に入っている人の割合は、僅かに6人に1人です。また、正社員が減る一方で、非正規で働いている人の割合は4割を超えてしまいました。その結果、個別労働紛争が多くなり、厚生労働省所管の労働基準監督署には全国で年間100万件以上(茨城県内では約2万件)の様々な相談が寄せられています。また、労働団体の連合にも年間15,000件(連合茨城には500件)もの相談があります。

学校でも学ばない労働問題に直面した時、どこに相談したら良いか分からないで、そのまま泣き寝入りしてしまう人が非常に多いのです。あとで、「どこかに相談すれば良かった」と思っても遅いケースが結構あるのです。そこで、今回は以下のようなケースに直面した時、「困った!」、「どこに相談したら良いか分からない」という方の参考にしていただきたいと思います。

連合茨城の労働相談は、専門のスタッフが問題解決に向けて適確なアドバイスやサポートをしています。必要に応じて直接面談もできます。また1人でも入れるユニオンもあり、組合作りの手助けもあります。労働問題は1人で悩んでいてもなかなか解決が難しいことが多く、まずは、電話をしてください。

【相談内容の具体例】

- ・ハローワークのパート求人票の時給と入社してから支払われた時給が違う。
- ・毎日残業をさせられているのですが、残業代が出ない。
- ・パートで週5日働いているのですが、有給休暇はないと言われた。
- ・父親の介護をしながら正社員で働いているが、通勤可

- ・ 能な工場へ配転命令が出されたのですが、会社の上司に仕事のことで意見を言ったら解雇されてしまった。
- ・ 仕事中に腕を骨折したのですが、会社は労災扱いをしてくれない。
- ・ 上司から「クズ!」とか「月給ドロボー」などの罵声を浴びている。



次回は、行政、司法の相談窓口をご案内します。

ユニオンの労働相談

相談事例 No.3

Q. 個人病院に勤めて20年の看護師です。正社員は4人います。先生に「2年間も健康診断を受けていない、私たちの有給休暇は何日ですか」と質問しましたが、有給休暇だけ「年15日だ」との回答でした。お給料は2千円上がりましたが、先生は「毎年、大手の春闘を参考にしている」と言っています。本当でしょうか。

A. 病院の先生が法令を理解していないのは困ったものですが、健康診断は労働安全衛生法で「1年に最低1回以上受診させる」ことが義務付けられています。有給休暇は皆さん10年以上勤務ですから、「年20日付与」でそれに1年持越しの未消化分が加わります。先生に法令の根拠書類を見せて、お勤めの4人「全員」でお話すれば拒否はできないでしょう。「労働基準監督署に訴えますよ」の一言も重要です。

給料の話もちよっと違います。給与引上げは、定期昇給とベラスアップの合算です。大手春闘が2千円ということはありません。さらに賞与のアップも同時期に行われていますから、じっくり先生と話し合ってみてはいかがでしょうか。

働くことを軸とする安心社会

安心して働きたい。

職場の悩み、ありませんか?

働くあなたの味方です!

働いていて、悩んでいること、困っていることはありませんか? どんな小さなことでも、一人で悩まずに、ご相談ください。

- 専門のスタッフが労働相談に応じます
- 必要に応じて直接面談も行います
- 労働問題は悩むよりもまず相談
- 組合員でなくても相談できます
- 組合づくりのお手伝いもします
- 連合には686万人の心強い仲間がいます
- 秘密厳守!安心して電話してください
- ひとりでも入れる組合もあります
- 問題解決に向けて一緒に頑張りましょう



連合茨城

TEL 029-231-2020 FAX 029-227-8610 水戸市梅香2-1-39 茨城県労働福祉会館 http://ws1.jtuc-rengo.or.jp/ibaraki/



相談無料



0120-154-052 受付時間/月~金曜日(祝日を除く)午前9時~午後5時30分

中央労働金庫

中央ろうきん友の会

「スポーツ吹矢 県大会、囲碁・将棋大会」が開催されました

～スポーツ吹矢 県大会～

今年で第2回目となる「スポーツ吹矢県大会」が3月22日(水)に開催されました。大会には県内19支部から92名が参加されました。競技は個人戦と団体戦の2種目で行われました。「スポーツ吹矢は、高い運動能力や腕力は必要なく、高齢者の健康増進・老化防止などの効果の他に、会員同士のふれあいや仲間づくりにも有効」であり、茨城地区本部では引き続き各支部への普及発展を進めます。



第2回スポーツ吹矢県大会 (3月22日)



第23回囲碁・将棋大会 (5月16日)

～囲碁・将棋大会～

5月16日に第23回囲碁・将棋大会が開催されました。15支部から代表者61名が参加され熱戦が繰り広げられました。今回より、パソコンによる組合せや成績判定が行われ、スムーズな大会運営が行われました。

旅行・観劇会などのイベントのほか、各種「サークル活動」「セミナー・相談会」等を企画・実施しています。

「中央ろうきん友の会」が主催するさまざまなイベントやカルチャースクールなどの楽しい行事にご参加いただけます。

1. 「サークル活動」

- ①カラオケ ②ゴルフ
- ③ロビー展(書道・絵画・俳句・写真等)
- ④グラウンドゴルフ ⑤囲碁・将棋 等

2. 「セミナー・相談会」等の開催

- ①年金相談会 ②確定申告相談会
- ③各種セミナー
- (退職予定者・健康・金融経済・社会貢献)等

※各地への出張費については、ご負担いただく場合があります。
 ※各種サークル活動、相談会等は、一部の会場を要する場合があります。あらかじめご了承ください。



会員になるには…

中央労働金庫の事業エリアに住んでいる方、またはお勤めしている方であればどなたでも加入できます。〈ろうきん〉とのお取引に応じて「正会員」と「利用会員」に分かれます。なお、特典として正会員が喜寿(77歳)を迎えられた時に、祝金10,000円が支給されます。

- ◆正会員(下記①・②いずれかの条件を満たし、友の会入会申込書をご記入いただいた方)
 - ①公的年金・企業年金の受取口座を中央ろうきんにご指定されている方(注)
 - ②中央ろうきんに定期性預金を100万円以上お預入れの方(注)年金の「ご指定」とは、受取り口座に年金が振り込まれている状態をいいます
- ◆利用会員
友の会に入会された方で、正会員以外の方
※入会金・会費は無料です

Rukuo マネーセミナー

美マネ講座 開催

女性ファイナンシャルプランナーが伝授

〈中央ろうきん〉では、女性のみなさまの声をもって、ライフプランの実現に向けた、お金にまつわるセミナーを開催します。ここから、もっと輝く暮らしが開けていきますように。難しいお金のことを、わかりやすく、楽しくお伝えしていきます。

参加無料
0円

予約制

プチ参加
特典あり

初心者の方
歓迎

2017年11月18日(土)
10:30～12:30

託児所
有り

オークラフロンティアホテルつくば

セミナー詳細 お申込み方法は **Rukuo** 検索 または 〈中央ろうきん〉お客様相談デスク

☎0120-86-6956
受付時間:平日9時～18時(土日祝日・休)

全労済茨城県本部

2017年 地区共済会 加入者のつどいの開催について

全労済では組合員の皆さまからのご意見やご要望をいただく場として、また、組合員の皆さまへの日ごろの感謝の気持ちを込めて、「加入者のつどい」を各地区で開催いたしました。

お子様向けにドラえもん「のび太の南極カチコチ大冒険」を上映し、5会場にて多くのご家族に観覧いただきました。



加入者のつどい

とうかい環境フェスタ 2017 への全労済ブース出展について

東海村主催で開催されました「とうかい環境フェスタ 2017」に全労済ブースを出展し、防災クイズによる子ども達への防災意識の向上やエコ設備を設置し使用している住宅が加入できるエコ住宅専用住まいの共済のアピールを行いました。

当日は150名を超える親子に防災クイズに参加いただきました。多くの方に防災クイズに参加いただき、防災への意識向上をはかりました。



交通安全キャンペーンについて

全労済では、全国交通安全運動にあわせて、交通安全の啓発と交通事故防止に向けた交通安全キャンペーン(2017年9月1日から10月31日まで)を取り組んでまいります。

ご自身で日常点検を行うことで故障などを含めた事故を未然に防ぎ、あわせてご自身の自動車補償が適正かどうかをこの機会に点検しましょう。日常点検・自動車補償チェックシートを記入いただき、マイカー共済のお見積もりをいただきますとピットくんレジャーシートをプレゼント!

保障のことなら
全労済 茨城県本部
(茨城県労働者共済生活協同組合)
 茨城県労働者共済生活協同組合 本部 茨城県水戸市1-1-10

08172008

水戸地域労福協



(通常総会を前倒して開催)

水戸地域労福協では、第23回通常総会を例年の11月開催から前倒して7月31日に開催し、新年度の活動方針および予算を決定しました。冒頭の根矢会長の挨拶では、2016年度の取り組みとして、県労福協が主体となって推進した「給付型奨学金」の導入に向けた各自治体への要請行動などが報告され、今後も県労福協の方針に沿って活動していくことを確認しました。

今年度のイベントとしては、昨年12月12日に14産別・団体より82名の参加のもと、ボウリング大会を盛大に開催することができ、例年通り上位2チームを1月の県労福協の大会へ水戸地域代表として送り出しました。

昨年は雨天中止となった水戸地域メーデーも今年は晴天のもと、4月23日に千波湖・はなみずき広場で開催され、家族を合わせ1,500名の参加をいただきました。メインイベントである「納豆早食い大会」では、各産別の代表者20名が出演、器いっぱいの納豆を豪快に流し込む優勝者のタイムに会場は騒然、メーデーを大いに盛り上げてくれました。

今年度開催を見送ったチャリティゴルフ大会は時期を見直し、9月12日に開催する予定です。



地域労福協レポート

古河猿島地域労福協



セミナー風景

古河猿島地域では、会員向けセミナー、会員交流ボウリング大会、親子工作教室を3本の柱として活動しています。3月26日には恒例となった親子工作教室(今回はスライム・キーホルダー・スノードーム)を開催いたしました。総勢62名。親子で夢中に取り組む姿やお子さんの笑顔を今年も見ることができました。また7月20日「介護保険制度」をテーマにセミナーを開催しました。こちらは総勢

35名の参加で、もしもの時のための知識として、介護サービスの利用手続き、要介護・要支援の状況、どのようなサービスが受けられるのか、年齢と健康保険・介護保険の関連等について講師の方の実体験も交えながら、わかりやすく説明して頂き、参加頂いた方からも活発な質問が飛び交い好評でした。

今後も、会員の皆さんが気軽に参加できる活動を展開したいと思います。



親子工作教室風景 (スノードーム・キーホルダーづくり)



健康&食 (No.128)

じゃがいも

じゃがいもの主成分は炭水化物ですが、カロリーは他のいも類に比べてずっと少なく、脂肪も少ないのが特徴です。フランス語では、「大地のりんご」と言われるほど栄養価が高いといわれています。



●調理のコツ

でんぷんが多くて粉質なのでポテトサラダやコロックにむいています。茹でるときは皮つきのまま湯に入れて茹で、あとで皮を剥くほうがホクホクとしておいしくいただけます。

●選び方と保存のポイントチェック

まずは、選び方のポイントです。①皮が薄くて表面がなめらかなもの。②全体的に形がふっくらして、しっかりとした硬さがあるもの。以上、2点を確認しましょう。

次に保存のポイントです。光があたると、光合成により有毒物質が生成されるので、保存をするときは室内の明るいところは避け、光があたらないようにしましょう。

●はなまる^秘レシピ

「美味しい食材をより美味しく、みなさんに食べてもらいたい。」という想いを込めてご紹介します。ぜひご家庭で実践してみてくださいね！

〈じゃがいもコクまるソース〉(2人分)

・材料

豚ロース…4枚(約90g)
じゃがいも…2個、塩こしょう…少々
小麦粉…適量、バター…5g
油…大さじ2

A {
・ソース…大さじ3
・酒…大さじ2
・ケチャップ…大さじ1
・砂糖・しょうゆ…各小さじ2

- ①じゃがいもはひと口大に切り、耐熱容器に入れ、めらしたペーパータオルをのせてラップをかけ、電子レンジで3～5分加熱する。つぶし、塩こしょうする。
- ②豚肉は軽く塩こしょうして小麦粉をまぶし、余分な粉ははたく。①を2等分して平らにのせ、豚肉を重ねてしっかり押さえる。
- ③フライパンに油を熱し、②の両面をよく焼いて器に盛る。
- ④フライパンをふき、A、バター、塩こしょうを煮立て③にかける。



～茨城町「こだわり米きらり」をご存じですか～

茨城県が推進するエコ農業茨城で平成24年3月「エコ農業優良地区」に認定を受けた、茨城町「こだわり米きらり」。除草剤不使用で農薬にできるだけ頼らない栽培方法で栽培しています。パルシステム茨城では、独自企画の商品として茨城町「こだわり米きらり」の販売とともに、「こだわり米きらり」の栽培体験をおこなっています。栽培体験では、生産者と消費者がともに田植え、草取り、稲刈りを体験します。

6月におこなわれた草とりでは、田んぼの生き物観察もおこなわれ、自然豊かで綺麗な水のあるところに生息するといわれる魚「オイカワ」も発見されました。

パルシステム茨城 地域活動推進部

☎0120-303-169 (月～金 9:00～17:30)



漢字クイズ

クイズコーナー 第277回

○に漢数字を入れ、四文字熟語を完成させて下さい。

(中央労金・雨澤)

- ① ○里霧中 手掛かりがなくどうしていかわからない
- ② 唯一無○ 世界にふたつとないもの
- ③ ○戦錬磨 多くの経験を重ね鍛えられていること
- ④ 七転○起 何度転んでも挫けずに立ち上がること
- ⑤ ○客万来 多くの客が来ること
- ⑥ 千差○別 さまざまな違いのあること
- ⑦ ○目瞭然 ひとめ見てはつきり分かること
- ⑧ 四○時中 一日中いつも

応募方法と条件

1. クイズの答え、住所・氏名・お勤めの方は勤務先を明記
2. 良かった記事、ご意見・ご要望を一言お願いします
3. メール、FAXのご利用も可
4. あて先 〒310-0022 水戸市梅香2-1-39
茨城県労働者福祉協議会 編集委員会あて
メール ib-roufuku@alpha.ocn.ne.jp FAX 029-227-2240
5. 締切り 9月30日(土) 消印有効
6. 正解者 10名に粗品をお送りします。

第276回 クイズ正解

- ① 鯉(こい)
- ② 鮫(さめ)
- ③ 鯖(さば)
- ④ 鯖(さわら)
- ⑤ 鱒(あじ)
- ⑥ 鯨(くじら)
- ⑦ 鮎(あゆ)
- ⑧ 鰯(いわし)
- ⑨ 鱈(きす)
- ⑩ 鮫(このしろ)

◆応募総数 34 通

◆当 選 者 15 名

◆抽選の結果、次の方に賞品をお送りします。(敬称略)

榎本 雅充 | 黒澤久美子 | 永山 誠 | 福井 直子 | 三嶋 一幸
 木村 芽衣 | 佐藤 恵里 | 根本 恵子 | 松本 茂 | 山崎 陽菜
 菊池 里子 | 中津 三郎 | 芳賀 恵司 | 水谷 美貴 | 和田 しめ

(一社)いばらき出会いサポートセンター『ふれあいパーティー』

☆ふれあいパーティーは会員外の方も県外の方も独身であれば申し込みできます。
 ☆詳しい日程やパーティーへの申込みについてはセンターのホームページをご覧ください。
 アドレスはQRコードから <http://www.ibccnet.com> ~出会いの初めの一歩から~
 2017年9月・10月 ふれあいパーティーに参加してみよう!



9/10(日) 土浦	ざ・クッキング ~みんなで美味しいものを作って、楽しくいただきましょう~ 於：ガスタ 東部ガス ライフスタジオ (土浦市大和町 9-1 ウララビル 2F) 11:00 くらい~ 14:00 くらい 男女各 5 名 男性 4,000 円 / 女性 4,000 円	30 代 8/8(火)~ 22(火) 募集開始
9/16(土) 水戸	ざ・飲み会 於：宮戸 (水戸市三の丸 1-4-18) 18:00 ~ 20:30 (受付 17:45 ~) 男女各 6 名 男性 3,500 円 / 女性 3,000 円	40 歳以上 8/18(金)~ 9/1(金) 募集開始
9/27(水) 日立	みんなでしゃべらないと! ~メルマガ会員優先募集~ 於：日立市女性センター らぼーるひたち (会議室) (日立市鮎川町 1-1-10) 19:00 ~ 20:45 (受付 18:30 ~) 男女各 16 名 男性 1,000 円 / 女性 1,000 円	40 歳以下 8/21(月)~ 9/4(月) メルマガ会員優先募集開始
10/20(金) 笠間	みんなでしゃべらないと! 於：TOMOA 笠間市地域交流センターともべ 1F レストラン (笠間市友部駅前 1 番 10 号) 19:00 ~ 21:30 (受付 18:30 ~) 男女各 10 名 男性 4,000 円 / 女性 3,500 円	34~48 歳 9/19(火)~ 10/13(火) 募集開始
10/21(土) 大子	ポス恋 ~手紙から始まる出会い~ 於：奥久慈憩いの森 (久慈郡大子町高柴 4164-3) 13:00 ~ 17:00 くらい (受付 12:30 ~) 男女各 16 名 男性 3,000 円 / 女性 1,500 円	25~40 歳 9/1(金)~ 30(土) 募集開始
10/28(土) 日立 (雨天順延)	ボランティアサークル ~県北地域へ進出!~ 於：伊師浜海岸 (日立市十王町)・鶴の岬 集合場所：伊師浜海岸 主催：日立市社会福祉協議会 ※一般の方と清掃活動、コンサート等後に I.D.S.C 参加者でお茶会 9:30 ~ 13:30 くらいまで (受付 9:00 ~) 男女各 20 名 男性未定 / 女性未定	45 歳以下 9/29(金)~ 10/13(金) 募集開始

※詳細は (一社)いばらき出会いサポートセンターの HP 「ふれあいパーティー」 の欄でご確認ください!!
 ※祝日 (8/11 山の日) とお盆 (8/13 ~ 16) はセンターはお休みです

編集 後記

- 「ユニオンの労働相談」を掲載のところで、相談窓口を知りたいとのご要望が寄せられました。連合茨城の協力をいただきながら、ご紹介していきます。
- 毎年恒例の「救援衣類を送る運動」の衣類受付の日程が決まりました。仕分け作業にご協力いただけるボランティア希望の方は、連合茨城へご連絡ください。また、輸送募金もお願いします。
- 古河市内には、煉瓦を用いた建物(蔵、校門など)が見受けられます。隣接した野木町で煉瓦が製造されていたようです。ぜひ、古河市に足をお運びください。

連合茨城

第34次 救援衣類を送る運動について

〈9月29日(金)～10月2日(月) 9:00～17:00〉

連合茨城では、毎年、アジア連帯委員会(CSA)と連携して、タイ・ラオスの人々に中古の衣類を送る運動を行っています。昨年は、構成組織をはじめ、600人余の一般の方々からの協力もあり、連合茨城全体で段ボール1,709箱(約37t)の衣類ならびに1,048,295円の輸送募金を集約することができました。集約された衣類は、タイの福祉施設やラオスの恵まれない人々に届けられ、大変感謝されています。今年も下記の日程で行いますので、ご協力よろしくお願い致します。



子供たち

募集期間	9月29日(金)～10月2日(月) 9:00～17:00
集約場所	日本通運城南ビル(昨年と同じ場所です) 〒310-0803 水戸市城南1-2-21
集約衣類 (送付可能な衣類)	〈必ず洗濯済みで清潔な下記衣類のみ〉 大変不足しています【男性作業用ズボン(短パン、長ズボン)・ベビー服・子供服・冬用ショートコート】 シャツ類(Tシャツ、ポロシャツ、Yシャツ等)、トレーナー、セーター、カーディガン、ブラウス、ジャンパー、ジーンズ、作業着(つなぎ不可)、ズボン類、エプロン、ニット帽子、マフラー、タオル(大・中・小)、タオルケット、毛布
送付不可 (対象外)	新品、スーツ上着、ブレザー、ワンピース、スカート、ネクタイ、下着、水着、靴下、手袋、冬用ダウン・コート類、スキーウェア、着物類、寝袋、布団類、帽子(ニット以外)、鞆、靴、ベルト、ぬいぐるみ、痛みのひどい衣類 等
注意事項	①中古衣類で構いませんので、必ず洗濯と修繕をして下さい。 ②新品は関税の関係で、タグを外しても送ることができません。 ③衣類はクリーニング袋、ハンガーなどを外して下さい。 ④段ボールまたは袋に梱包された衣類のみ受け取ります。 (衣装ケース等での持込みは可ですが衣装ケース等は返却となります。)
集約方法	日本通運城南ビルの集約場所に直接持込んでいただくか、宅急便・宅配便・郵便小包とします。 (送料は個人負担)
輸送募金の お願い	箱詰めした衣類は、日本通運水戸営業支店から東京(西濃運輸東京物流C)の倉庫へ一旦搬送し、その後船便で現地タイ・ラオスまで輸送します。 水戸から東京まででもダンボール一個あたり約1,000円の輸送費がかかります。 衣類の支援と併せて、 <u>カンパ金の協力[1箱(1袋)につき1,000円]</u> についてもご協力をお願いいたします。 振込先1 中央労働金庫水戸支店 普通預金 NO.6054315 連合茨城カンパ金 事務局長 高木英見(タカギヒデミ) 振込先2 郵便局 口座番号 00370-5-7671 加入者 連合茨城
お問合せは	連合茨城 ☎ 029-231-2020 (平日のみ) 現地 ☎ 080-2006-6439

一 読者の声

- ◆今までと違う表紙だったのですが、今回の方がかた苦しくなく、手に取りやすいイメージでした。城里町も自然豊かで、PRがんばっていますのでぜひよろしくお願い致します。(城里町・K様)
- ◆大子広域公園オートキャンプを以前利用したことを思い出したし、又、行きたいと思いました。花火のときに行きたいです。(水戸市・N様)
- ◆夏と言えばきゅうりです。小学生の夏のおやつはきゅうりでした。たて長に半分切り塩をつけて食べていま

- した。おいしかったです。(筑西市・T様)
- ◆私はきゅうりが大好物なので今回のレシピは即試します。作り方を読んでいただけでも美味しそう楽しみです。(日立市・S様)
- ◆ユニオンの労働相談は、アルバイトだけでなく参考になっているのではないのでしょうか。働く者もそういった自分に関することでの法律は最低限勉強しておいた方が良いと感じました。自分の身を守るためにも。(取手市・W様)
- ◆フードバンクに興味があり、記事をよく読ませていただきました。(東海村・F様)



旅のガイド・茨城紹介

～古河市は関東地方のド・マンナカ！～

©2013古河市文化協会/Name#261295
16歳桃香

古河市は栃木県、埼玉県と隣接しています。平野で3県が隣り合うポイントは大変珍しく、古河市を発着地として群馬県を加えた4県を自転車で巡ることもできます。

渡良瀬遊水地の大自然を楽しもう！

渡良瀬遊水地は、茨城、栃木、埼玉、群馬の4県にまたがる、全国でも最大規模の遊水地です。面積は3,500haあり、広大なヨシ原には、多数の動植物が生息しています。また、秋から冬にかけて谷中湖では1万羽を超えるガンやカモ類を見ることができ、数多くの水鳥が訪れ越冬します。

野木ホフマン館・野木町煉瓦窯 (国指定重要文化財)



～日本で唯一、不思議な形～
ドイツ人技師ホフマンにより考案された「ホフマン式輪窯」のプロトタイプであり、明治23年に作られた16角形の煉瓦窯。平成19年に近代化産業遺産に認定された貴重な文化財です。

※写真提供：野木町教育委員会

野木ホフマン館 検索



歴史と伝統の息づくまち 西口エリア



古河歴史博物館



杉並通り

自転車周遊コース
走行距離：約30km
所要時間：約2時間

野木町レンタルサイクルのご案内
【利用受付】野木町ボランティア支援センター「きらり館」
【定休日】月曜・年末年始(利用時間をご確認願います)
【連絡先】☎0280-23-1231

古河市観光自転車 コガッツのご案内

～チョットのガッツででっかい感動！～

- 【ご利用いただける方】古河市内および渡良瀬遊水地を含む近隣の地域を観光する方で、中学生以上の方
- 【利用箇所】古河駅西口「古河市駅前子育てひろば」
- 【ご利用時間】4月～9月(9時～17時) / 10月～3月(9時～16時)
- 【ご利用料金】無料(野木町「ひまわ輪」で相互返却ができます)
- 【連絡先】古河市駅前子育てひろば ☎0280-23-4120
観光案内所(駅構内) ☎0280-30-3434



古河市 観光ボランティアガイド協会

古河駅西口周辺の案内役を無料でお引き受けします。予約制なので事前にご連絡ください。

- 【利用時間】10:00～15:00(土日祝日 9:00～15:00)
- 【料金】無料
- 【連絡先】観光案内所(駅構内)
☎0280-30-3434

※案内作成にあたり、古河市役所観光物産課より記事・写真をご提供いただきました。

こがナビ 検索