

常北保健福祉センター  
トレーニング室をご存じですか？



ランニングマシンやエアロバイク、ウエイトトレーニングなど、本格的なトレーニング機器を無料で利用できます。健康増進のためぜひお役立てください！



利用方法

初回は、初心者講習の受講が必要となります。毎週、月曜・木曜日の午後1時30分と午後6時30分から行う講習会に参加してください。

★町内在住の18歳以上(高校生を除く※)の方、または町内勤務の方が対象となります。

確認できるものをお持ちください。

※高校卒業後の3月31日までは利用できません。

★室内用シューズをお持ちください。

場所 常北保健福祉センター 2階  
健康福祉課 健康増進グループ  
(常北保健福祉センター内)

☎029-240-6550



文芸しろさと

俳句

無防備な老の歩行に金糸桃  
田口 勝元  
代掻きや首までつかる終ひ風呂  
綿引 英子  
田植後の田のさざ波のさらさらす  
岩澤 とし江  
天道虫少年の目の無邪気なり  
園部 洋一  
投げやりに返す言葉や遠き雷  
飯田 勇一  
春潮のたゆたふ真昼アメフラシ  
竹内 幸子

川柳

洗濯物見れば解るよ家族の構成  
「は」いたいのが元氣ないな  
草刈り機  
車田 綾子  
飯村 孝一



短歌

馬鈴薯の花白々と咲く畑に梅  
雨のひと日の暮れ泥みをり  
渡辺 千紗子  
胸裡の一隅にあるふるさとの  
風に紡げるたった一言  
西郷 英治  
様々な木々の緑が目染みる  
車窓の景色デイへ行く道  
信田 育子  
いたずらに時は過ぎゆき寝  
ねられず真夜に覚めては残  
る日思う  
富田 佐智子  
明け初めの藍より桃に変わ  
りゆく空に見惚れし遠き日  
の尾瀬  
萩谷 登喜子

しろさとまち通信  
地域おこし  
—城里町地域おこし協力隊— Vol.99

城里町地域おこし協力隊の連載、7月号は  
高浦千明が担当します！



問合せ

農業政策課

☎029-288-3111(内線253)

こんにちは、農業政策課所属地域おこし協力隊の高浦です。活動最終年となる今年は、昨年よりも田んぼや畑を少しずつ広げながら、来年の就農準備を進めていきます。

昨年、環境保全活動などをしている町内3団体による取り組みで、環境保全の指標となるホタルが町の虫として制定されました。今年も町内でホタル観賞会が行われ、夜の河川に舞う幻想的なゲンジボタルを見ることができました。

農業でも、農薬や化学肥料の使用を抑え、より栽培作物にも環境にも優しい農業を目指す、いわゆる「環境保全型農業」が注目を集めています。文字にすると何か難しいように感じますが、堆肥やぼかし肥料を使った栽培方法もその一つであり、皆さんが昔からやられている身近な農業として、改めて注目をされています。

城里町の近隣市町村でも、JA常陸やJA水戸と連携して「環境保全型農業」を推進し、学校給食などにも活用しながら、子供たちの食育に活かす取り組みが増えているそうです。

我が家の田んぼでも、微力ながら種籾の消毒液を使わない温湯消毒、米糠や屑大豆や堆肥などを活用した栽培を行っています。雑草対策、害虫や稲のイモチ病予防など心配な部分もありますが、田んぼの中でトンボやカエルやゲンゴロウにクモ、ゲンジボタルの幼虫が元気に捕食している姿も見られて、子どもと一緒に楽しみながら田んぼの見回りをしています。

7月は、雨と高温で湿度が高く、曇っていても熱中症になる事があるそうです。日中の作業は十分に気をつけて、無理せず乗り切ってください。