

らんどときわ

令和8年2月1日

第65号

発行 ランド常磐の会
責任者 会長 石岡 靖夫
事務局 水戸市常磐市民センター
TEL 029-233-7005
印刷 (株)高野高速印刷
ロゴタイプ:加藤木洋一

スポーツ広場

10月12日
[日]

夏まつり

8月24日
[日]

いっぱい入れるぞ!!

紅白玉入れ

子ども会の
模擬店



かき氷2つですね!!

元気に走ろう!!
徒競走

空手演武



ゴールを目指して頑張るぞ!!

エイ!ヤー!!

ビンゴゲーム



くつ飛ばし

遠くへ飛んでけ!!

はい!ビンゴです!!

新スポーツ ユニカール

体験会

新スポーツ「ユニカール」の体験会が、10月30日(木)常磐市民センターで開催されました。ユニカールは、1979年にスウェーデンで考案されました。だれでも楽しめるという「ユニバーサル」と、水上でストーンを投げ合う「カーリング」を加え、略して「ユニカール」と名付けられました。2チームに分かれて、専用のカーペットの上で取手のついた合成樹脂製のストーンを交互に投げ合い、サークルの中心に近づけることを競います。

今回初めての体験会で20名の方が、約20分の講習を受け、すぐにうまく投げられるようになります。ゲームを楽しみました。



青と黄の間、中心をねらって

野外研修

建物の前で記念写真



内部は撮影不可です

今年度は、35名の方が参加され、11月10日(月)に国宝「迎賓館赤坂離宮」を訪れました。

建物は、日本で唯一のネオ・バロック様式の西洋宮殿。中に足を踏み入れると、天井を飾る朝日を背にした女神の絵画や四季の草花の中で戯れる鳥を表現した七宝焼、フランスから創建時に輸入されたシャンデリなどその装飾に圧倒されます。また、研修の前月に来日されたアメリカ合衆国トランプ大統領など、各国の要人をお迎えしたときの写真が展示されていました。

見学を終えた参加者は、「世界各国からの賓客との外交の舞台を、目の当たりにすることができて感激しました。」と、感想を述べていました。

健康づくり

体力測定

昨年度に引き続き、65歳以上の方を対象に体力測定が9月24日(水)に開催され、40名を越す方が参加されました。

測定項目は、昨年同様の握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行の5種目。測定結果は点数化され、年齢に応じてA～Eの総合評価がでます。さらに今年は健康相談のコーナーも設けられました。

昨年度も参加された方には、受付で前回の測定結果表が渡されます。2回目の方は「昨年より合計点数が1点下がっていました。」と、普段の運動を心がけます。「また初めてのの方は、自分の体力が点数で評価され、参考になります。来年も参加したい。」と語っていました。

30秒間での回数を測定します



上体起こし

高齢者クラブ連合会の活動を紹介いたします

高齢者クラブ連合会は、常磐地区にある高齢者クラブの4団体(愛宕、松が丘、自由が丘、中部東)の連合会です。会員は合わせて約80名で、会員同士の交流を図り、親睦を深めながら活動しています。主な活動は次のとおりです。

●小学生とのふれあい活動

常磐小学校に赴き、1年生に竹とんぼ・おはじき・あやとりなどの昔あそびを、3年生おにぎりづくりを、5年生には、白や杵など昔の道具の使い方を説明し、七厘で実際にお餅を焼く体験をしようという活動です。

子供たちの笑顔に囲まれ、たいへん楽しい時間を過ごしています。

●研修活動

市の福祉バスを利用し、年4回実施しています。今年度は、井頭公園(真岡市)、天心記念五浦美術館(北茨城市)、ひたちなか海浜鉄道湊線(ひたちなか市)、香取神社(香取市)を研修先として計画し、実施しております。

気軽に参加して、見分を広めることができる活動です。



竹とんぼはこのような飛ばすんだよ

●地域の行事への協力

常磐地区の夏まつり、スポーツ広場(市民運動会)、春まつりでは、輪投げのコーナーを設け、多くの子供たちが体験しています。

■入会者を募集しています

常磐地区にお住いの60歳以上の方であれば、4団体ある高齢者クラブのいずれかに、どなたでも入会できます。各団体はそれぞれ独自の活動を行っており、それに加えて連合会の活動にも参加できます。一緒に活動して交流を深めてみませんか。

問合せは、常磐市民センター(TEL 2333-7005)へ。

※この記事は、小高礼子会長に取材しまとめたものです。

みと町内会・自治会カード

常磐地区の協力店をピックアップ

町内会、自治会に加入されている世帯に各1枚配布されている「みと町内会・自治会カード」。その協力店は約350店舗あり、このカードを提示すると優待サービスが受けられます。

水戸市のホームページでは、地区（小学校区）ごとに協力店をご覧になれます。常磐地区には、下表のとおり16店舗ありました。住みよいまちづくり推進協議会に問い合わせたところ、「協力店になってほしいお店等がありましたら、常磐市民センターにご連絡ください。同事務局で要請してみます」とのことです。



水戸市のホームページへは
こちらからアクセスできます→



協力店一覧

No.	協力店名	住所	電話番号	特典内容
5	フードスクエアカスミ水戸西原店	西原1-14-58	257-2081	毎週水曜日5%割引
160	To Mecca (トゥ・メッカ)	西原1-13-45	297-3274	お会計から10%割引
172	Patisserie Chou Chou	上水戸2-4-2	210-1338	ポイントカード 2ポイントプレゼント (現金払い限定)
174	常陸牛 きくすい	西原2-16-5	255-1710	ミニデザートサービス (ランチタイムは除く)
182	漫画喫茶 ミトミ	西原2-2-35	251-2119	お食事ご注文のお客様に SETドリンクサービス
219	スマイルカーズ水戸	袴塚1-6-46-104	090-9779-5118	ボックスティッシュプレゼント
223	バイクの中央オート	西原2-12-7	253-5353	粗品プレゼント、または スクーター購入の場合 ヘルメット5,000円値引き
261	ランド・アライブ宅建工房	緑町3-7-28	231-4564	土地・建物ご売却依頼物件調査・ 価格査定2か所まで無料
272	富士祭典セレモニア富士水戸西原館	西原3-4-6	254-8881	葬儀費用から20,000円割引
275	茨城県信用組合 上水戸支店	上水戸3-3-28	231-3246	「リフォームローンワイド」、 「カーライフローン」金利0.1%引下げ
287	Access Moon Shine 上水戸店	上水戸3-7-3	297-1990	新規の方に限りヘアメニュー20%割引、 オゾントリートメント無料
288	あづま薬局	大工町3-11-30	221-6085	毛穴エステ (1,000円) 10%割引
301	hair club plat	西原2-1-18	070-8535-5956	10%割引
316	木の家ゲストハウス	上水戸4-1-63	080-2380-9705	アメニティ (レンタルバスタオル、歯ブラシ) 無料
323	(株)川島紙店 水戸営業所	西原3-3-27	252-5335	紙製品プレゼント
340	三越家具	愛宕町2255	226-6866	5%割引 (現金お支払いのみ)

[注] ・表の番号は、10月に配布されたパンフレットの店舗ごとの番号です。
・特典内容は、各店舗に直接ご確認ください。

常磐俳句 ……受講生代表

毎月第3金曜日の午後1時～4時、俳誌「ひたち野」主宰矢須恵由先生ご指導のもと、男女10名が活動しています。令和6年度からの講座で、初めての方も楽しく俳句をつくり、皆で意見交換します。五・七・五の形式と季語による、有季定型を基本としています。俳句は、五感で得たことを言葉にします。たくさんの季語を外で見つける喜びは、毎日の生活を新鮮で好奇心に満ちたものにしてくれます。「俳句は楽しい。」「句会はますます楽しい。」見学・入会大歓迎。あなたの日常を、十七音で詠んでみませんか。



和気あいあいの雰囲気の中で

常磐市民センター定期講座を紹介
4月に受講生を募集します。
問合せ 常磐市民センター(番)029-233-7005

ソフトエアロ&ストレッチ ……受講生代表

毎月第1・2・3月曜日の午前中、吉村先生のご指導のもと、14名で活動しています。前半は軽快な音楽にのって、全身をくまなく動かします。先生の動きを見てまねをするのですが、普段やらない動きの連続で、ちょっとした脳トレ気分。後半は、マットの上でストレッチと軽い筋トレ。自分のできる範囲で行うので、疲れれば休憩もあり。この2つの全身運動で酸素が体中をめぐり、心地よいスッキリ感があります。先生の明るい声と全員の集中力が、継続する力となっています



心も体もスッキリしますよ!

「常磐地区の歴史」

常磐歴史研究会
会長 小林 富雄

旧制水戸高等学校(二)

学生が管理運営した寮

水高は全寮制で、後年には下宿も認められましたが、木造2階建ての寄宿舎が7棟あり、そこに寝起きして3年間勉学に励みました。

旧制の中学(17歳前後)を卒業した彼らが、寮を管理運営し、寮規約の作成、運動部校友会の創立、寮基金の設立、食堂の運営、文房具・菓子などを販売するホールの建設運営などにかかわり、自由自治の精神を培い、友情を深め独自の校風を生み出します。

水高の校風 バンカラ

校風は、入寮時の歓迎ストーム、市内を練り歩く街頭ストーム、高下駄・マント等に象徴されるバンカラ(外見を捨てて学問や精神を磨くことを象徴する学生文化)なものをお好みで、眉をひそめる市民もいました。

暁鐘精神

また、寮の自治発展を目的に「暁鐘(きょうしょう)会」が学生により組織されました。その名が後に寮名「暁鐘寮」になり、「暁鐘」の名の鐘が鋳造され、この暁鐘がまた校風とされました。この暁鐘精神とは、鐘楼完成式典の式辞に、「時世ノ進展ハ一瞬トシテ息ムノ期ナシ、眠レル者ハ自ら滅シ然リ吾等ノ心眼ハ常ニ明ラカナラザルベカラス。コノ緑ヶ丘ニ自治ノ理想ヲ掲ゲ自由ト希望ニ生ク吾等ニ付与セラレタルコノ暁鐘精神ヲ心トシテ3年ノ暁鐘寮ノ生活ヲ意義アラシメン」とあります。

水戸学と水高

水戸学が水高の教学に影響したところがあつたかと言えば、特に見当たりません。満州事変の頃の校長が、校内図書館に水戸学関係の図書を集めたくらいで、「旧時代的な水戸の半面と、新時代的な水高とが恰(あたか)も互いにその異質を誇り合うか

茨城大学に統合

1945年の水戸の空襲で校舎などが焼失し、翌年に友部旧海軍航空隊跡に移転しました。1949年には新制茨城大学が創設され、水高も併設存在しましたが、翌年3月31日には学籍簿、蔵書など財産を茨大が引き継ぎ、廃校になりました。

5737人が学ぶ

1920年の開校から30年間の歴史を閉じるまで5737人が入学し、5123人が卒業しました。うち女子学生は1948年に受験が認められて2人が合格、入学したのは県立水戸高等学校の堀江さん1人だけでした。

卒業生

卒業生は東大等に入学しますが、著名な人では、内閣官房長官後藤田正晴、三井不動産社長江戸英雄、映画監督今井正、作家舟橋聖一、俳人金子兜太、茨城県知事岩上二郎、同竹内藤男等がいます。

後記

ユニカール体験会には、広報部員4名も参加。慣れてくると、相手チームのストーンをサークルの外に弾き飛ばそうなどと、一丁前のことを考えるようになります。

りました。誰でも楽しめるスポーツだと実感しました。体力測定では、4名の部員が測定係を務めました。参加者の皆さんの健康志向を肌で感じる

機会となりました。

地域の皆さんの健康に役立つ情報を、これからもお伝えしていきたいと思えます。

(三宅・小松・磯畑・池田・秋葉・石井)