



見る  
聞く  
さがす  
夢がある

日立市民の  
生涯学習

# 百年塾ひろば

第141号 発行日/2020.7.20  
発行/ひたち生き生き百年塾推進本部  
編集/広報事業チーム



待ちわびた  
再開



クラブ室で久々のものづくり

嬉しかった  
再会



左子団長から活動の心得を聞く

メディア探検少年団第一回活動

## 「川柳」募集

「ステイホーム」など、最近の社会の様子を詠んだ川柳を募集しています。作品は百年塾ホームページや教育プラザ内に掲示させていただきます。くすっと笑えるような作品をお待ちしています。

応募方法：FAXまたはEメールに、作品・住所・氏名・年齢・職業・電話番号をお書き下さい。募集は随時  
FAX:24-5200 E-mail:iki100j@net1.jway.ne.jp

## 7月歳時記

はんげしょう  
【半夏生】半夏生とは、二十四季節の一つ夏至から数えて11日目の7月2日頃になる。この頃になると、田にドクダミ科の半夏(ハナゲ)が生えるので、それを目安に田植えの終期とされる。



カラスビシャク



## みんなでコロナを乗り越えよう! ～私のステイホーム～

新型コロナウイルス感染症の拡大による休校や自粛生活の中で、何をしたり、どのようなことを思っていたかを尋ねました。

### 小学生

友だちに会えてうれしかった

- \* 学校が再開して友だちに会えてうれしかった。
- \* ステイホームで家の手伝いをして家族の苦労がわかり、もっと手伝いをしようという気持ちになった。
- \* 苺を育て始め、植物が生きているのを感じて感動した。
- \* 習い事の練習ができた。
- \* 毎日勉強したことで成績が少し伸びてうれしかった。
- \* 勉強がたくさんできて苦手だった教科が得意になった。
- \* 一人で留守番ができて楽しかった。
- \* 宿題が多くて大変だった。
- \* おじいちゃんやおばあちゃんに会えなくてさみしかった。



写真のバルーンアート作品は百年塾市民教授大森佑樹さん。ステイホームで腕を磨いたそうです。

### 友だち 家族 日常って大切!

### 中学・高校生

新たな楽しみを見つけた

- \* 学校が再開して友だちと会えたことがうれしい。
- \* 部活がまた再開できてうれしかった。
- \* 家族と一緒にいる時間が増えてよかった。会話も増えた。
- \* 自分の好きなことに没頭する時間ができた。
- \* 料理をする機会が増えて楽しかった。
- \* 好きなアニメをたくさん観ることができた。
- \* 学校で友だちと生活できることに幸せを感じた。
- \* 自分で時間割を作って、勉強や運動の時間を確保するのが難しかった。
- \* 家では勉強に集中できなくて困った。
- \* オンライン授業のチェックが面倒だった。
- \* ピアノを弾き始めるなど、家に居たからこそ楽しさや発見、成長があった。
- \* 当たり前な生活だと思ったことが当たり前ではなかったことに気づかされた。

### シニア

普段できないことをした

- \* 庭仕事 (手入れ、草引き)
- \* 家の手入れ
- \* 家族のアルバム整理
- \* 断捨離
- \* ウォーキング
- \* 居住地区の近況を知るため、散歩をしながら運動不足解消
- \* パソコン (データ整理、ソフトの作成)
- \* 関わっている活動の資料づくり
- \* 勤務先での書籍整理
- \* 書類整理
- \* 映像 (ビデオ、海外ドラマ、映画) 鑑賞
- \* 読書
- \* 料理
- \* MP3 プレーヤーに楽曲入力、鑑賞
- \* 楽器演奏
- \* 孫の両親が共働きなのでサポート
- \* いつもと変わらない生活を心掛けた
- \* ステイホームで何かできるのは幸せなこと。教育や医療現場をはじめ、懸命に働いている方たちに感謝。



## 新型コロナウイルス感染症 ミニ知識

### 感染症予防の先駆者は ナイチンゲール

世界で看護の基礎を作ったイギリスのフローレンス・ナイチンゲール。彼女は1854年、クリミア戦争の戦地に向かい、傷病兵の看護にあたりました。

戦地の病院は極めて不衛生で、必要な物資も不足していました。病院の衛生環境の改善が必要と考

え実行、死亡率を下げることに成功しました。

またこの時、チームの取り組みを軍首脳部に納得させるために、独自の統計グラフを用いて説得にあたりました。

ナイチンゲールは、感染症予防の先駆者でもあり、統計学にも優れた人でした。



### 「うがい」は「鵜飼い」から



「うがい」の語源は、うがいをする様子が鵜に魚を呑み込ませてから吐き出させる様子に似ている

ことから、「鵜飼い」⇒「うがい」と名付けられました。鵜は日立にとって縁のある鳥ですね。



## 常陸国風土記の世界を訪ねてみよう ④

### 助川一帯 (日立市)

今から約1300年前の奈良時代初頭、全国各地で風土記編纂が行われた中で、現存する5か国のうちのひとつが「常陸国風土記」です。「百年塾ひろば」ではシリーズ化して各地を紹介しています。第4回目は「助川の駅家」と助川の地名の由来となった川について紹介します。

#### 「遇鹿」改め「助川」に

「常陸国風土記」では次のような記載があります。

「密筑（ミツキ）の里から北東へ（30里（約16km）のところに助川の駅家（ウマヤ）がある。昔は遇鹿（アウカ）と言った。古老が言うには『倭武天皇がここ（遇鹿）にこられた時に橘皇后とお会いになった。そこで遇鹿と名づけた。その後国司の久米大夫（クメマハツキミ）の時にあって、河で鮭をとったところから、改めて助川と名づけた。』とはなした。地元の言葉では鮭の親（大きい鮭）を『すけ』とよんでいる。」と記されています。（※参考:日立市郷土博物館発行「常陸国風土記にみる日立」）

「助川」は今の宮田川と考えられています。当時助川は久慈郡と多珂郡との境となっていました。



熊野神社付近の宮田川

会瀬村は、もと相賀と呼ばれており、「遇鹿（アウカ）」の名残と思われます。遇鹿という地名は各地にあり、いずれも海浜や川沿いに位置し交通の要衝になっている場所でした。

#### 助川の駅家(うまや)

「駅家」は奈良時代の官道（都と地方の役所を結ぶ情報伝達のための専用道路）に約16km毎に設けられ、利用する役人たちの馬の交換や寝食を賄う休憩所です。助川の駅家の正確な場所は現在分かっていませんが、助川町から幸町辺りの市中心部一帯と想定されています。日立製作所旧海岸工場附近との説もあります。



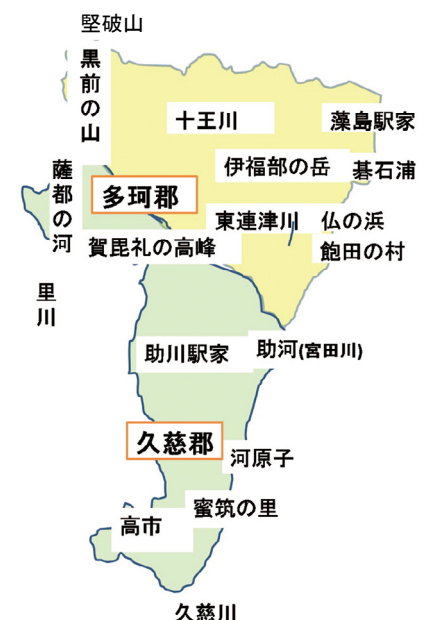
助川の駅家があったと思われる日立製作所旧日立工場

今でこそこの地はビルや工場のひしめく地区ですが、当時は自然豊かで交通の便もよく、人々が行き交い集落が栄えていたことでしょう。また宮田川には昔から豊富な鮭の遡上が見られ、人々に多くの幸をもたらしたことでしょう。現在の街並みから古の自然豊かな姿を想像すると、タイムマシンに乗った気分になります。

※風土記の記載には諸説あります。



宮田川河口



## アマビエってなあに？

アマビエは江戸時代末期に出現したといわれる日本の妖怪。

海中から光を輝かせるなどの現象を起こし、豊作や疫病から人々を守るという伝説があります。

厚生労働省は4月9日、公式のTwitterにアマビエのイラストを



江戸時代刊行の木版画

掲載。政府公認のキャラクターとしています。

茨城県でも「いばらきアマビエちゃん」として活用。県のガイド



ラインに沿って感染防止に取り組んでいる事業者を応援するとともに、感染者が発生した場合に、その感染者と接触した可能性がある方に対して、注意喚起の連絡をすることで、感染拡大の防止を図ることを目的としたシステムです。

参照：茨城県ホームページ他

## すくすくセンターからのお知らせ！

子どもすくすくセンターは、お子さんと一緒に来る所ですが、保護者対象の講座もあります。

お子さんが幼稚園に行っている間に参加してみませんか？

相談事や子育ての情報交換の場としてもぜひご利用ください。



# よろしく 市民教授です!

新型コロナウイルスの拡大防止で、家で過ごす人や時間が多くなりました。ストレス解消や体力維持のために、子どもたちといっしょに、ご家庭で気軽にできることを学んでみませんか。

## 楽しくオリジナルな作品を

### 前田潤子さん (クラフト全般)

日用雑貨にトールペインティング、UV レジンアクセサリ及びデコパージュ、粘土細工、カルトナージュ (布張りの入れ物)、新聞の貼り絵など、わかりやすく指導します。

夏の思い出に、あなただけの楽しい作品を作ってみませんか?



壁掛けと写真立て

百年塾には、あらゆるジャンルに約222名の市民教授が登録しています。(2020年6月末現在)

百年塾では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため4月から7月まで、市民教授による「生き生き講座」の開催を中止していました。8月から開催できることになり、市報7月5日号から再募集しています。

## 私たちは百年塾を応援します 2020.4.27 ~ 7.8. (敬称略)

【個人】柳内呈留摩 神永敏光  
佐藤福次郎 菊池庸子 渡部正敏  
長谷川修平 木村邦男 柴田彪  
内山義雄 龍寛二

## 骨盤の歪みをなおして健康に

### 石川正之さん (健康体操～骨盤調整～)



骨盤の歪みは背骨を歪め、姿勢を悪くしたり神経の働きを悪くするなど、免疫力の低下の原因にもなります。

歪みをチェックして、コロナウイルスに負けない免疫力を身に着けるためにも、骨盤の歪みを整えましょう。

両ひざを立てて左右に30回  
たおします。※なるべくひざが床に近づくまでたおします。

## 市民教授登録 (敬称略) 2020.3月～7月に登録の方

- 片野靖久／常陸太田市  
(コミュニケーションスキル)
- 青木昌隆／高鈴町  
(ノルディックウォーキング)
- 和田はるみ／平和町  
(声で聞く昔話、素話)
- 宮澤孝子／川尻町  
(家庭で楽しむ簡単薬膳料理)
- 深谷政秀／東成沢町  
(趣味、教養、工作)
- 片山三代子／東町  
(優しいヨガ・骨盤エクササイズ)
- 久保裕／西成沢町  
(自分史作成)
- 行木弘真佐／田尻町  
(漢字の話)
- 田村晃徳／高鈴町  
(仏教、人間、心、いのち、学び、  
生き方など、絵本、読み聞かせ、  
対話、読解力)
- 岡部紀久江／大久保町  
(ハーブ・アロマクラフト作り)
- 菊池庸子／西成沢町  
(国際理解)

## マスクケースも美しく

### 大高明子さん (カルトナージュ、 トールペインティング)

カルトナージュはフランス語で「厚紙細工」の意味で、厚紙で作った箱に布や紙を貼って美しく仕上げます。

今の時期に合わせて、クリアファイルでもマスクケースを作ってみました。



カルトナージュのマスクケース ←



クリアファイルで作ったマスクケース →

## ■百年塾サロン(窓口)では 以下の業務を行っています

- 百年塾推進委員登録の受付
- 市民教授の登録、紹介
- 講座・講演の受付
- 生涯学習に関する相談

## ■ひたち生き生き百年塾推進本部

百年塾サロン(日立市教育プラザ1F) 〒317-0064 日立市神峰町1-6-11

☎0294(23)9165 FAX 24-5200

E-mail [iki100j@net1.jway.ne.jp](mailto:iki100j@net1.jway.ne.jp)

ホームページ <http://www.net1.jway.ne.jp/iki100j/>

【事務局】日立市教育委員会 生涯学習課

〒317-8601 日立市助川町1-1-1 ☎050-5528-5126

