

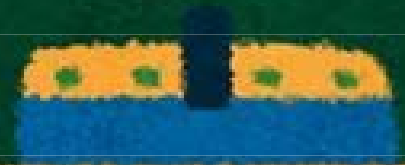
令和2年度 国本生涯学習センター 防災講座事例

1. 講座名 (サブタイトルも含む)	くにもと生き生き教室	担当	増淵
2. 事業の目的 (最終的な到達点)	地域の人が安心して生活が送れるよう、地域防災について学び、災害時の対処法を習得するとともに、受講者同士の交流を通じて地域の絆を深めていく。		
3. 実施主体	国本生涯学習センター、国本地区づくり振興会共催	4. 対象・定員	各種団体長, 各自治会長
5. 期間・時間(回数)	令和2年8月8日(土), 22日(土) 計2回 午前9時～午後0時30分	6. 学習場所	ホール1・2 ※8/8(土)はホール1のみ
7. 学習の目標 (講座における到達点)	災害時、避難の必要性を、どう判断していくか、災害時に起こりえる状況を予測し、避難方法(避難所、自宅待機など)について考える。また、避難所運営ゲームHUGゲームを通じて、避難所を運営する場合の対応を学ぶ。		

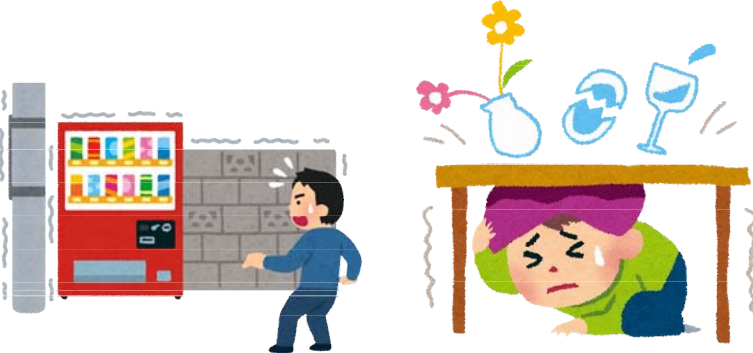
No.	日時	学習テーマ	ねらい (各回における具体的な到達点)	学習方法	学習内容	学習支援者 (講師等)	備考
1	令和2年8月8日 9:00～12:30	宇都宮市の防災、避難所運営について学ぶ	災害時、避難の必要性を、どう判断していくか、災害時に起こりえる状況を予測し、避難方法(避難所、自宅待機など)について考える。また、避難所運営ゲームHUGゲームを通じて、避難所を運営する場合の対応を学ぶ。	講話 実習	・災害時における避難等の講話 ・避難所運営ゲームHUG	・講話: 危機管理課職員 ・実習: NPO法人栃木県防災士会	
2	令和2年8月22日 9:00～12:30	〃	〃	〃	〃	〃	

災害対応に関する 地域との連携

宇都宮市 行政経営部
危機管理課



自然災害の概要

災害種別	地震		風水害		
	洪水		土砂災害		
					
避難行動	<ul style="list-style-type: none"> 揺れが収まるまで安全な場所で待つ 火災の危険がある場合は公園など広い場所へ一時避難（広域避難場所等） 家に被害があり、生活できない場合は避難所へ行く。 自主防災会など地域の方は、備蓄避難所を自主開設するなどにより対応 		<ul style="list-style-type: none"> 危険な場所（洪水浸水想定区域、土砂災害警戒区域など）にいる人は、警戒レベル3で避難開始 避難所、親戚・知人宅など、危険な場所の外へ避難 <p>※風水害は、登録制メールや市ホームページ、テレビのデータ放送、ラジオなどから情報を収集し、あらかじめ災害を予見することが可能</p>		
<p>【注意】すべての避難所が開いているわけではない。登録制メールや市ホームページで開設している避難所をチェック</p>					

1. 災害時の「避難」について（風水害）

- ☞ 「警戒レベル3」「警戒レベル4」が発令されたら
危険な場所※から避難しましょう

※「危険な場所」とは・・・

洪水浸水想定区域や土砂災害警戒区域などの被災のリスクがある場所

- ☞ 市ホームページなどから，洪水ハザードマップや土砂災害ハザードマップなどを確認できます
（宇都宮市役所8階 河川課においても配布しています）
- ☞ ハザードマップにより，ご自分の家が危険な場所（洪水浸水想定区域や土砂災害警戒区域など）にあるかどうか，確認しておきましょう。

2. 「5段階の警戒レベル」を知っておきましょう！

名称：警戒レベル
 発信者：市区町村等
 内容：避難情報

名称：警戒レベル相当情報
 発信者：気象庁・都道府県等
 内容：河川水位や雨の情報

警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報等
5	氾濫発生情報	災害発生情報
4	危険な場所から 全員避難	避難指示（緊急） 避難勧告
3	危険な場所から 高齢者などは避難	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	ハザードマップ等で 避難方法を確認	—
1	最新情報に注意	早期注意情報

防災気象情報（警戒レベル相当情報）		
	浸水の情報（河川）	土砂災害等の情報（雨）
5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報 （土砂災害）
4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報
2相当	氾濫注意情報	大雨注意報 洪水注意報
1相当	—	— 4

3. 知っておくべき5つのポイント

- ① 避難とは[難]を[避]けること。
安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- ② 避難先は、小中学校・公民館だけではありません。
安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。
- ③ マスク・消毒液・体温計が不足しています。
できるだけ自ら携行して下さい。
- ④ 市町村が指定する避難場所、避難所が変更・増設されている可能性があります。災害時には市町村ホームページ等で確認して下さい。
- ⑤ 豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認して下さい。

4. 防災情報収集手段の確保

⚡ 災害から自分や家族を守るために！！

- 必要な情報は待っていても入手できません。

自分で情報を取りに行くことが重要です。

- 確実に情報を入手できるよう、

複数の手段で情報を確認しましょう。

5. 市が発令する避難情報の入手方法 ①

災害に関する情報伝達手段

- 緊急速報メール「エリアメール」
- 宇都宮市登録制防災情報メール
- 宇都宮市ホームページ
- テレビ(データ放送)
- ラジオ(緊急告知機能付防災ラジオ)



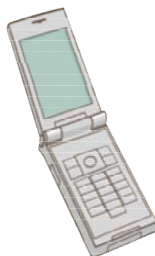
5. 市が発令する避難情報の入手方法 ②

宇都宮市登録制防災情報メール

本市に関わる防災情報を事前に登録した人に配信するサービス

- 配信情報 • 気象警報などの気象情報や避難勧告等
- 登録方法 • 本市携帯サイトから登録

登録は下記QRコードかURLより



<http://utsunomiya.mwjp.jp/mobile/index.cgi?page=642>

5. 市が発令する避難情報の入手方法 ③

宇都宮市 緊急告知機能付防災ラジオ

- 登録制防災情報メールを利用できない方には、「緊急告知機能付 防災ラジオ」がお役に立ちます。
- 避難情報が発令されたときや、大地震（震度5弱以上）発生時、土砂災害が発生するおそれがある時などに、電源をオフにしても、自動・大音量で緊急放送が流れます。
※ コンセントへ接続するか電池を入れておく必要があります。
- 市税に滞納がない市民で、登録制メールを利用できない方を対象に、購入費の補助制度を実施しています。



販売価格14,300円 — 補助金額10,700円 = 自己負担額3,600円

6. 災害時の「避難」について ①

避難行動

危険を感じた場合、避難所に行けばいいの？

「避難所」は
いつも開いているわけではありません！

避難所はいつ開くの？

市が避難情報（避難勧告など）を
発令した場合に開設します。



6. 災害時の「避難」について ②

☞ 避難行動

どの避難所が開設されるの？

宇都宮市は、避難情報と併せて、市民が避難するための避難所の開設情報を発表（どの地域に、どの避難所を開設しているか。）

**全ての「避難所」が
開設されるわけではありません！**

- 平時から、地域内の避難所をいくつか確認しておき、市が開設した避難所に迅速に避難できるようにしましょう。
- 開設する避難所は、登録制防災メール、市ホームページ、宇都宮市防災ラジオ、テレビ（データ放送）などから確認できます。

7. 風水害時に開設する避難所の選定・周知

☞ 台風など風水害発生時において、
優先的に開設する避難所を選定し、周知してまいります。

地 区	開設避難所	
	警戒レベル3・警戒レベル4	状況により開設
〇〇地区	〇〇市民活動センター，〇〇地区市民センター 〇〇中学校，〇〇小学校	■■小学校 □□小学校

☞ 避難所は、危険な場所（洪水浸水想定区域，土砂災害警戒区域）
から避難するために開設します。

8. 自助 > 共助 > 公助

自助

自分や家族の命と財産を守るために備えること

主体：市民

内容：飲料水や食糧の家庭内備蓄
家具の固定，家の耐震化

共助

地域が一丸となり**自発的**に行う防災活動

主体：地域（自主防災会等）

内容：避難所運営（協力）
住民の避難誘導（声かけ）

公助

行政が担う防災対策・災害対応

主体：行政（市，消防，警察等）

内容：人命救助，避難所開設運営
避難情報の発信
食料等の備蓄

9. 自助・共助の大切さ

5つの理由

①大規模災害発生時、公助の活動のみでは対応できない。

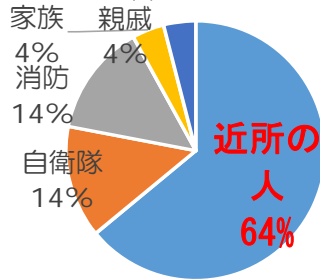
- ・災害発生時、市は全力で災害対応を行うが、特に大規模地震では道路、電気などのライフラインの寸断や火災のため、市の防災活動は制限を受ける。
- ・発災直後の初期段階においては、各家庭（自助）と地域の活動（共助）が多くの命と財産を救う。

②「釜石の奇跡」は防災教育の成果だった。

- ・東日本大震災の津波では、市内小中学生約3,000人はほぼ無事だった。
- ・平時から各学校が避難訓練を徹底しており、児童生徒は訓練どおり高台へ逃げ、難を逃れた。

③阪神淡路大震災では、地域住民が救出の主役だった。

人命救助の主体



※日本建築学会資料から引用

④東日本大震災後「社会の絆」を重視する意識が高まった。 ※内閣府資料から引用

⑤家庭における防災対策は効果が高い

- ・住宅耐震強化の死者現象効果
（現状）約38,000人⇒（対策後）約5,800人
- ・家具等固定の死者現象効果
（現状）約 3,000人⇒（対策後）約 900人

10. 共助（自主防災活動）への期待

共 助

地域が一丸となり自発的に行う防災活動

主体：地域（自主防災会，自治会等）

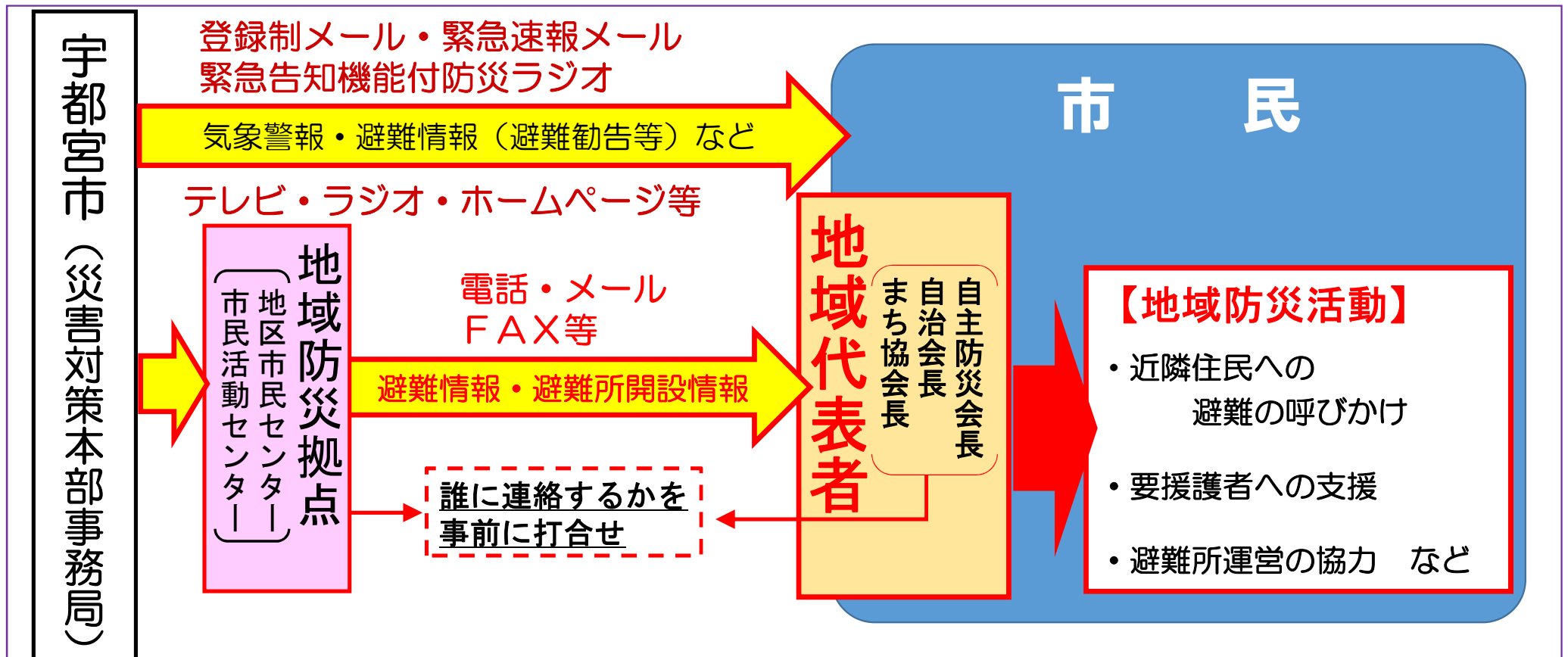
内容：住民の避難誘導，安否確認（声かけ）
避難所運営（協力）

共助の代表例

自主防災組織の活動

「自主防災組織」とは住民の「隣保協同の精神」
に基づく自発的な防災組織（災害対策基本法第2条の2「基本理念」）

11. 災害発生時の連絡体制

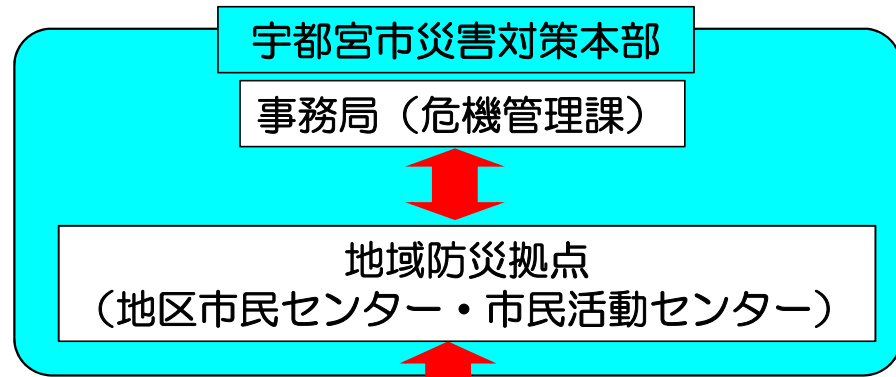


災害発生時に、**災害対策本部事務局（危機管理課）**から地域の方に対して**直接 災害対応の「指示」や「連絡」は行っておりません。**¹⁶

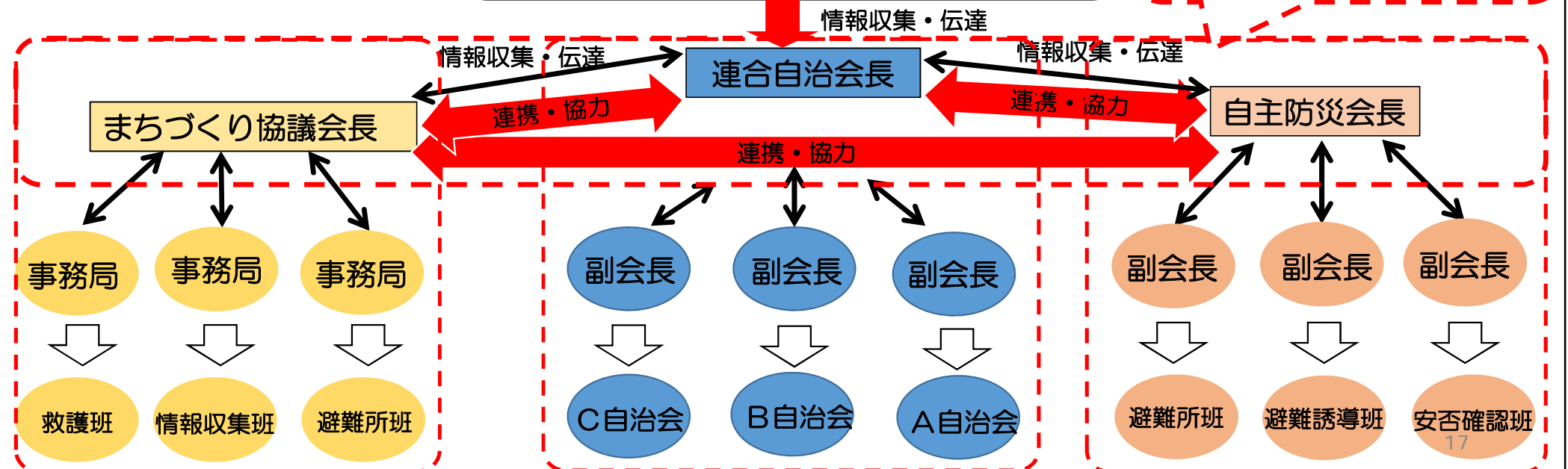
12. 災害時連絡体制イメージ図

<注釈>

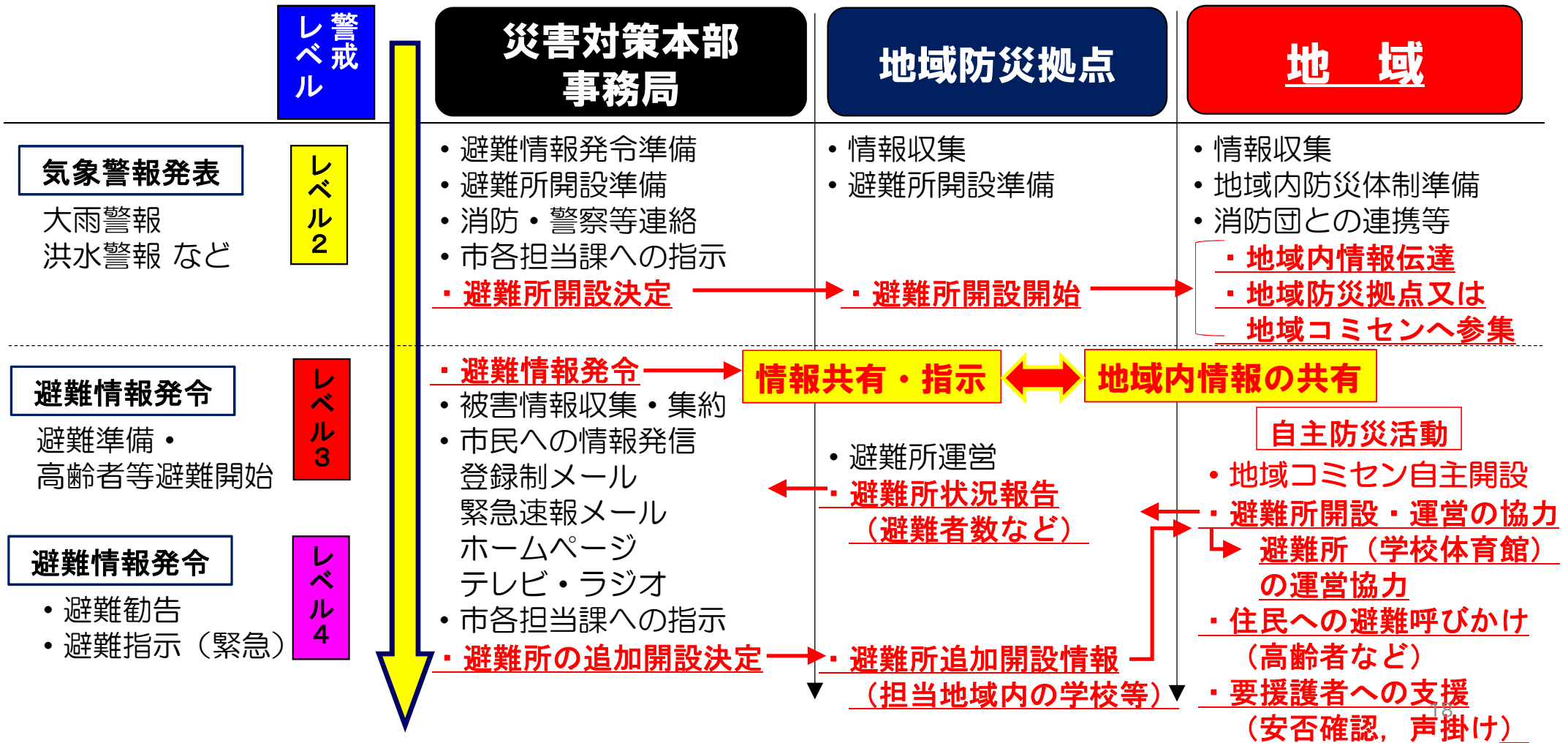
この図は、**連合自治会長**を中心とした例であり、地域によっては「**自主防災会長**」又は「**まちづくり協議会長**」が地域防災拠点との窓口となる。



地域内【縦・横】
連絡体制の整備
が重要



13. 災害発生時の行動フロー



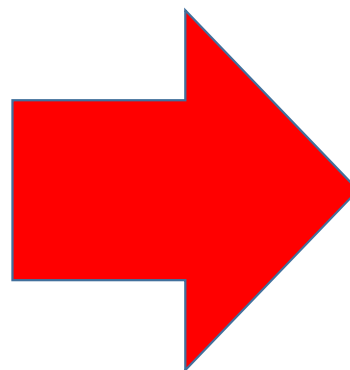
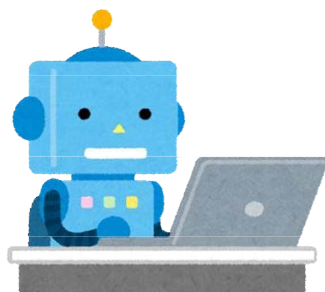
14. 避難所開設・運営の協力（お願い）

避難所の開設・運営には、地域の皆様の協力が必要です。

地 区	開設避難所	
	警戒レベル3・警戒レベル4	状況により開設
〇〇地区	〇〇市民活動センター， 〇〇地区市民センター 〇〇中学校， 〇〇小学校	■ ■ 小学校 □ □ 小学校

地域内の連絡網や，登録制メール，市ホームページなどにより

避難所が開設されることを知った場合



地域内の避難所
開設や運営に
ご協力を
お願いします。



15. 感染症流行時の避難所運営①

新型コロナウイルス感染症が発生している状況においては、通常の避難所運営とは異なり、様々なことに留意が必要です。

※ 必要な準備

- 避難所運営に参加していただく際には、**必ずマスクを着用**してください。
※可能であれば、アルコール除菌シートなども携行してください。
- 宇都宮市の「**避難所開設・運営ガイドライン**」に、感染症に配慮した避難所運営手順などを記載していますので、内容を確認しておいてください。



15. 感染症流行時の避難所運営②

◆ 避難所開設・運営ガイドライン

- 令和2年3月に作成・公表したガイドラインに、「**感染症対策編**」を追加しました。
- 地域の代表者に配布しているほか、**宇都宮市のホームページ**からも確認できます。

避難所ガイドライン 宇都宮

インターネット検索



15. 感染症流行時の避難所運営③

中 開設・運営の留意点

避難所内のレイアウト

体調不良者とそうではない避難者の動線・避難エリアの分けや、避難者同士の距離を保つためのレイアウトを設定する。

体調不良者の振り分け

避難所に入る前の検温や聞き取りにより、体調不良者がいた場合は、一般の避難者とは分離した動線で受け付ける。

避難者の分離

体調不良者とそうではない避難者を分離するため、体調不良者は、専用の動線を通り、体調不良者専用スペースへ避難させることにより対応する。

衛生環境の確保

避難所内は定期的に換気し、手洗い・うがいの励行、手指消毒の徹底やドアノブなどの清掃を実施する。

16. 地域防災力向上のために必要な準備

地区防災計画（地域の防災計画）の作成

地区防災計画とは、自助，共助，公助の連携が必要であることを踏まえて，地域の方々が行う自発的な防災活動について定める計画です。

「地区防災計画」の作成例

(1) 平常時	(2) 発災直前	(3) 災害時	(4) 復旧・復興期
<ul style="list-style-type: none">・防災訓練，避難訓練・活動体制の整備・連絡体制の整備・地域防災マップ作成・避難路の確認・指定避難所等の確認・物資等の備蓄・防災教育等	<ul style="list-style-type: none">・情報収集・共有・伝達・連絡体制の整備・確認・状況確認（見回り等）・気象情報の確認	<ul style="list-style-type: none">・身の安全の確保・出火防止，初期消火・住民間の助け合い・活動体制に基づく対応・救出，救助・避難誘導，避難支援・避難所運営・協力	<ul style="list-style-type: none">・被災者に対する地域コミュニティ全体での支援・災害対応の振り返り⇒計画等に反映・行政との意見交換等

→地域内の**連絡網**を必ず作成してください！

17. 地区防災計画の作成①

① 地区防災計画（地域の防災計画）の作成



② 行政との共有

作成した地区防災計画等は，災害発生時に地域と市が連携し円滑な防災活動を実施するため，市（地区市民センター，市民活動センター）へご提供ください。

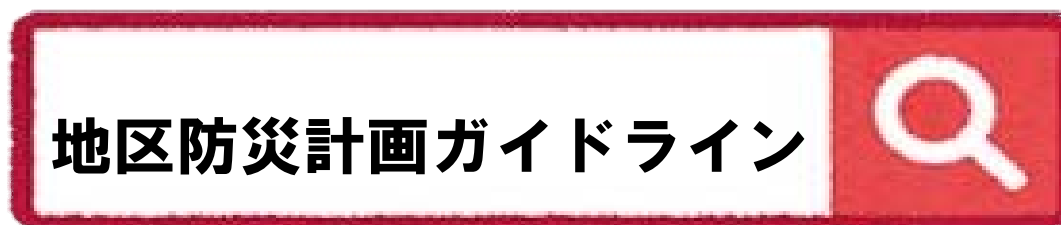


③ 行政との連携

地区防災計画や地域のマニュアルに基づく，災害時の地域の役割について，行政と共有することにより，災害発生時に円滑な自主防災活動が可能となります。

17. 地区防災計画の作成②

- ☞ 「地区防災計画」は、行政に「作らされる」計画ではなく、**地域住民自らが、自発的に実施する防災活動**について定める計画です。
- ☞ **国から、「地区防災計画ガイドライン」**が示されていますので、作成の際の参考としてください。



検索！

- ☞ まずは、**地域の防災活動には「何が必要か」**をみなさんで考え、少しずつ形にしていきましょう。

18. 地区防災計画に必要な3大要素

① 地域内連絡網の整理

地域防災拠点（地区市民センター，市民活動センター）から地域代表者※に災害に関する情報提供があった場合，地域内で情報を共有するために，必ず連絡網の作成が必要です。

※ 「自主防災会長」，「連合自治会長」，「まちづくり協議会長」のいずれか1人を原則とする。

② 役割分担

高齢者等への「避難誘導班」，「避難所運営支援班」，「情報収集班」，（避難所が長期化した場合の）「避難所炊き出し班」など。

③ 地域内の共有

作成した「地区防災計画」は，連絡網とともに周知し，地域内での共有を図りましょう。



19. 今後の取組（宇都宮市）①

① 「災害対応に関する地域との連携」の推進

出前講座などの機会を活用し、災害時の避難や地域における連絡体制の整備、地区防災計画の作成などについて地域の皆様へ説明を行い、市と地域の連携促進を図ります。

② 地区防災計画、マニュアル等作成への支援

地域における自主防災活動に関する計画やマニュアルなどを作成する際には、地域との意見交換や打ち合わせを行い、作成を支援します。

19. 今後の取組（宇都宮市）②

③ 地域との連携

災害時に、地域が円滑に自主防災活動（住民の避難誘導や、避難所の運営協力など）を実施できるように、平時から地域との意見交換や出前講座などにより、連携を図っていきます。

- 「地区防災計画」を作成したいので、情報がほしい。
- 「地区防災計画」をつくってみた。市の職員に内容を確認してほしい。
- 地域の人たち向けに、防災の出前講座を企画したい。



宇都宮市へご相談ください！



宇都宮市 行政経営部
危機管理課
電話:632-2052

ご清聴
ありがとうございました



宇都宮市 行政経営部 危機管理課



講座当日の様子

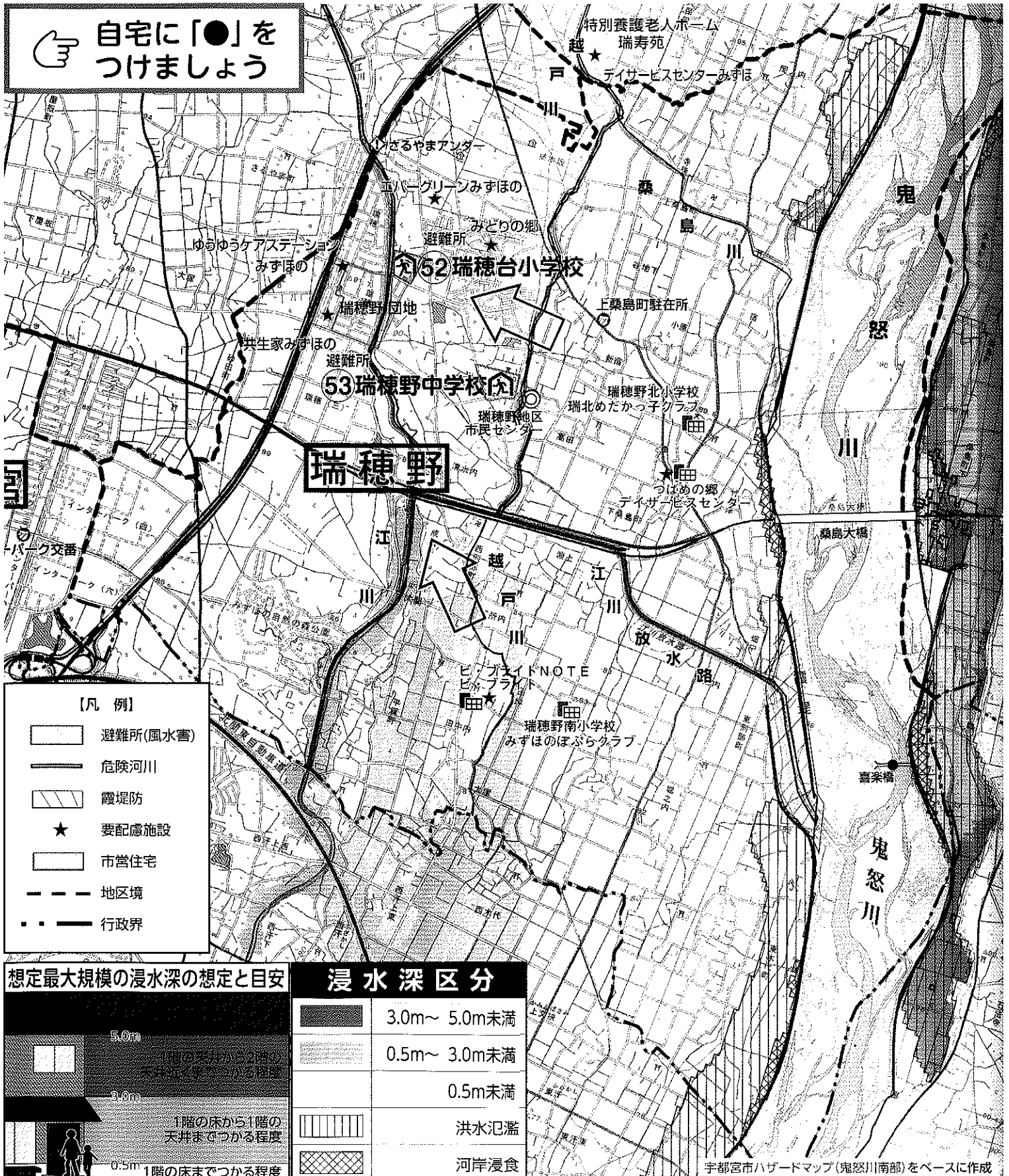




MIZUHONO

わが家の防災

自宅に「●」をつけましょう



- 【凡例】
- 避難所(風水害)
 - 危険河川
 - 霞堤防
 - 要配慮施設
 - 市営住宅
 - 地区境
 - 行政界

想定最大規模の浸水深の想定と目安



浸水深区分

	3.0m～5.0m未満
	0.5m～3.0m未満
	0.5m未満
	洪水氾濫
	河岸浸食

宇都宮市ハザードマップ(鬼怒川南部)をベースに作成

災害が起きる前に取るべき行動は？

★警戒レベルを再確認しましょう

警戒レベル	取るべき行動	避難情報等
レベル5	命の危険！直ちに安全確保！！	緊急安全確保
レベル4	(危険な場所から) 全員避難！！	避難指示
レベル3	(危険な場所から) 高齢者等は避難	高齢者等避難
レベル2	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報
レベル1	災害への心構えを高める	早期注意報

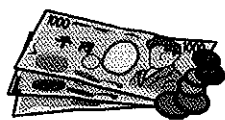
危険！！

★家庭内備蓄・非常持出品の準備

☞ 用意があるものに「○」をつけましょう

□ 貴重品

- ・現金 ・免許証
- ・健康保険証 など



□ 衣類

- ・下着 ・靴下
- ・防寒着 (アルミブランケット)
- ・冬は毛布、ひざ掛け など



□ 照明・情報端末など

- ・懐中電灯 ・ランタン
- ・ラジオ (スマートフォン・携帯用)
- ・モバイルバッテリー など



□ 飲料水・食料品

最低 3 日分、できれば 7 日分の備蓄

●豆知識 1 1週間分の備蓄の目安(1人分)

- ・レトルトのおかず 12袋
- ・飲料水 2ℓ×12本



- ・お菓子 (チョコレート、ビスケット)
- ・缶詰 9個
- ・カップ麺 3個
- ・米 2kg×1袋
- ・乾麺 (うどん・パスタ) 300g×3袋
- ・パックご飯 3個
- ・ドライフーズ (味噌汁・スープ)
- ・日持ちする野菜 (玉ねぎ・じゃがいも)
- ・野菜ジュース、果汁ジュース など

※ 農林水産省「家庭備蓄のすすめ」参照

□ 生活用品

- ・洗面用具 ・化粧品 ・メガネ
- ・歯ブラシ ・マウスウォッシュ
- ・タオル ・マスク
- ・ウエットティッシュ
- ・おむつ ・粉ミルク
- ・生理用品 ・ビニール袋
- ・簡易トイレ
- ・使い捨てカイロ など



□ 応急医薬品

- ・ばんそうこう ・傷薬
- ・常備薬 (鎮痛剤など)
- ・処方薬 (持病のある方)
- ・手指消毒液
- ・体温計 など



□ その他

- ・卓上コンロ (予備のガスボンベ)
- ・ホイッスル など



●豆知識2

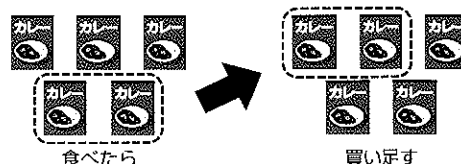
ライフラインが9割程度復旧するまでの日数

	東日本大震災	阪神淡路大震災
電気	6日	2日
水道	24日	37日
ガス	34日	61日

備蓄品ワンポイントアドバイス

●ローリングストック法

日常使う食材や非常食を使いながら備蓄していく方法



普段から災害に備えるには

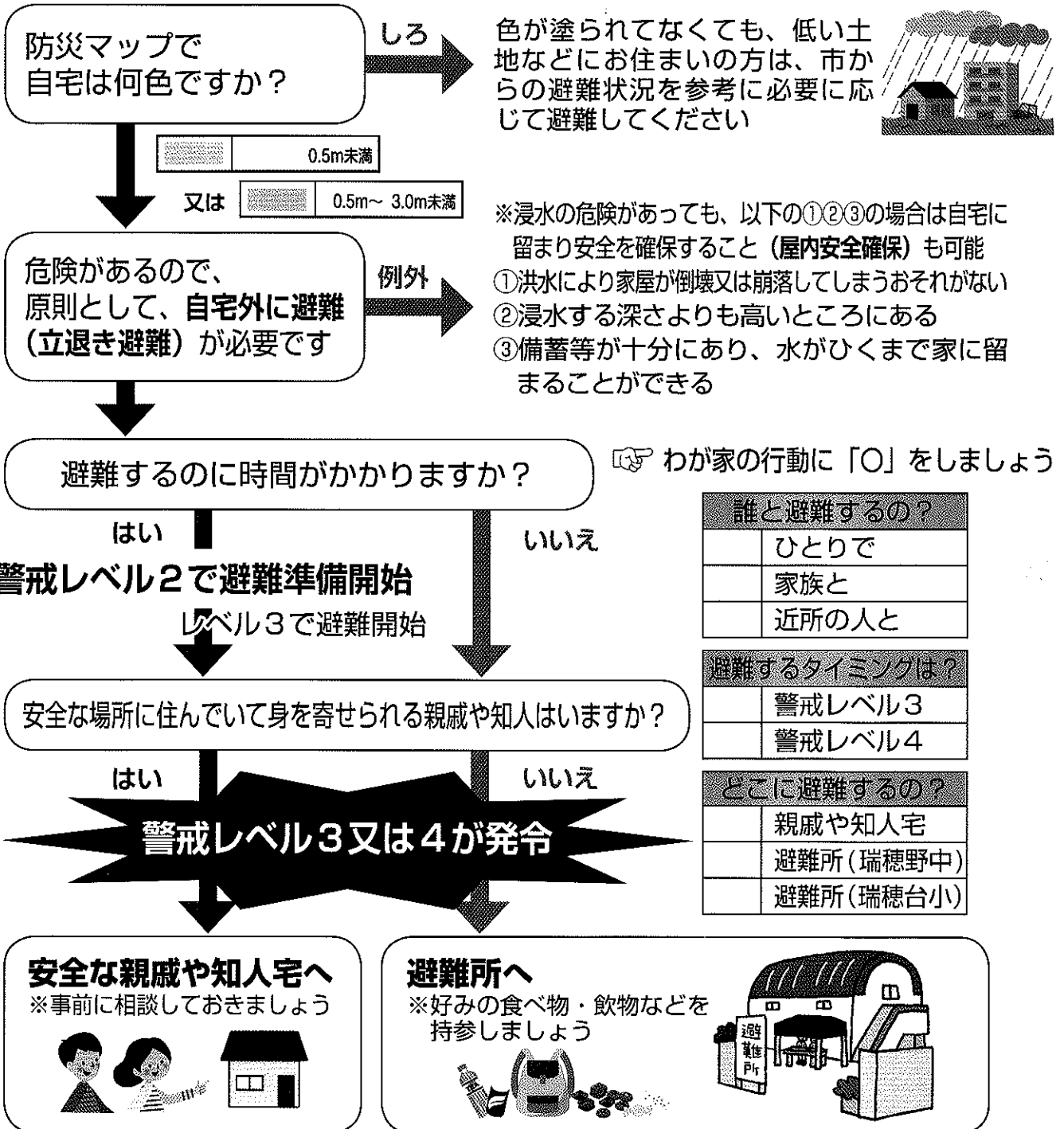


ポイント

適切な行動で命を守る!

- ▲ 避難とは難を避けることです。安全な場所にいる人は避難所に行く必要はありません
- ▲ 安全な親戚・知人宅なども避難先として検討してください
- ▲ 危険な状況になる前（浸水する前、暗くなる前）に安全な場所に移動してください

👉 わが家の行動を、考えてみましょう



※安全な避難経路を普段から確認しておきましょう
※避難する際は、近所の方にも声をかけ、互いに助けあいましょう

わが家の防災ルールを決めましょう

日頃から、防災時の行動について「会議」をしましょう。避難場所や連絡方法などを具体的に決めておきましょう

👉 わが家の防災ルールを決めましょう

家族の集合場所を
あらかじめ確認しておく



「わが家は一体どこに避難するのか」を決めておきましょう。また、避難所に行く時は、家族だけにわかる合図を決めておきましょう

遠隔地に連絡中継地点を作る

被災地から外部には比較的つながりやすいと考えられています、遠隔地の親戚などに中継地点になってもらいましょう。相手に安否のお知らせもできます

災害時伝言ダイヤル「171」を利用する
携帯電話の伝言サービスを利用する

日頃から使い方を確認しましょう

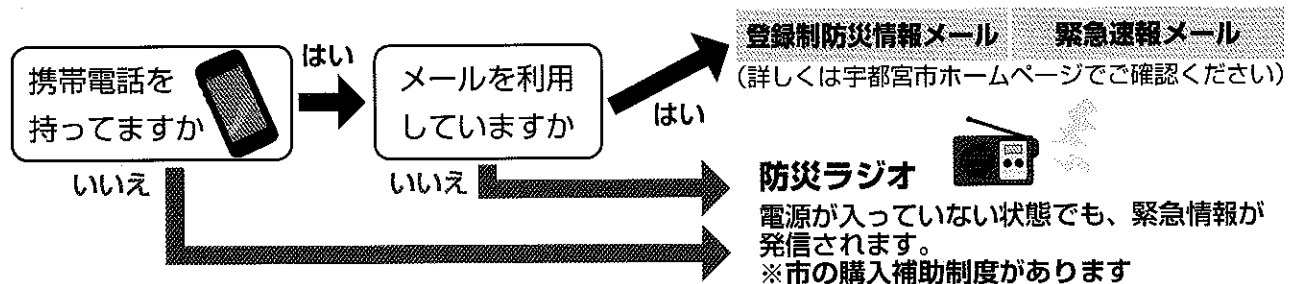
公衆電話を利用する



接続制限を受けない有線電話です。携帯電話を含めた一般電話よりつながりやすくなっています

災害情報を知るには

いざという時にあわてないように、情報収集手段をあらかじめ確認しましょう



災害時には、「共助」の精神が大切です。
普段から、ご近所の方に声をかける習慣をつけましょう。
そして災害時には、お互いに助け合う精神で、災害を乗り切りましょう！



令和2年度 河内生涯学習センター 地域学講座事例



中学生が講師として地域住民に講義

公民館の沿革・年表

- ・平成19年 河内町が廃止され宇都宮市へ編入合併
旧河内町役場を「河内地域自治センター」として業務開始
- ・平成28年 河内地域自治センターと河内生涯学習センターを併合し、河内地域自治センターを新築
- ・平成29年 河内生涯学習センター・河内地区市民センターに改組

左図・写真の説明など（PRポイントなども可）

- いきいき河内発見講座～「中学生がどうしても伝えたい“かわち”の魅力」～の様様
令和3年5月に河内地区の古里中学校3年生の33名が5グループに分かれ、中学生の視点から見た自分たちの住むまちの魅力を調べて、「PRリーフレット」を作成し、寸劇等を交えた地域住民向けの講座を開催
- PRリーフレット
古里中学校の3年生（取材時は2年生）の全生徒が地域へ出向き、調査研究の成果として5テーマを紹介



各種PRリーフレット



1. 取組を進めた要因・背景、地域課題、住民ニーズなど

●本センターでは、地域住民の学習意欲の高揚と生活の向上に資する事業の推進、家庭教育支援の充実と地域連携・協力した教育活動の推進、地域理解を促進する講座と学んだ成果を活動につなげる仕組みの充実を重点項目として講座を企画している。こうした中、学んだ成果を活動につなげる仕組みの充実を図るため、新たな取組の一つとして地区の中学校と連携・協力を図りながら企画した講座を開催した。

2. 取組内容（力を入れている活動、特徴的な活動、地域課題解決の活動、運営の工夫など）

【いきいき河内発見講座（地域資源を活用したまちづくり）】

●地域資源を活用し、若年層をはじめ、幅広い世代の多くの住民が今一度自分の住むまちに“目を向ける”、“関心を高める”さらには“誇りを持つ”郷土愛の醸成を目的とした講座。

●古里中学校で昨年度、新型コロナウイルス感染症によって中止になった社会体験学習「宮っこチャレンジ」（職業体験）の代わりに、地域の良さをPRするリーフレット作成。中学生が自ら関係各所と調整し、精力的な取材で地域への理解を深めた。

●古里中学校での取組が本センター講座の趣旨である“郷土愛の醸成”と重なったことから、中学校や地域団体と連携を図りながら、共同で講座を開催。

●古里中学校でグループ毎に作成したリーフレットを同校関係者で選考し、入選した5グループを講師として招き、内容を発表。

●今後も地区の産業や豊かな自然、人材など地域資源を活用した事業を構築し、地区内にある3中学校の学生交流や仲間づくり、地区の未来を拓くたくましい河内子（かわちっこ）の育成に向け、取り組んでいく。

【河内地区ガイドブック「かわち」発行】

●河内地区まちづくり協議会楽しいプロジェクトガイドブック編集委員が中心となり、河内地区のあゆみや文化財、自然などについてまとめた河内地区住民向け情報紙を発行。



中学生がどうしても伝えたい”かわち”の魅力



河内地区ガイドブック「かわち」

3. 取組による成果や効果

【いきいき河内発見講座(地域資源を活用したまちづくり)】

●地域の歴史や文化、地域の情報等の講座においては、高齢者のみの参加であったが、40代、50代など幅広い年齢層の参加につながり、定員いっぱい約50人の受講者を集めた。

●中学生が直接現場を取材して作成したPRリーフレットを活用し、寸劇やクイズ等を織り込み地域の資源を分かりやすく工夫しながら説明したことで多くの参加者から高評価をいただいた。また、PRリーフレットは、駅や図書館、生涯学習センターなど5カ所に配布した。現在、河内地区に住んでいる方が自分の住むまちの魅力を再発見する機会となるのはもちろんのこと、これから河内地区の住民になる方々へまちの魅力を発信するための有効なアイテムとなる。

【河内地区ガイドブック「かわち」発行(地域資源を活用したまちづくり)】

●「いきいき河内発見講座」に主体的に関わっている地域団体のまちづくり協議会でもガイドブックを発行している。前述の講座を通して、世代を越えた情報交換の場や住民同士の学びの機会を創出することで、それぞれが「自分ごと」として様々な視点から地域を学び、理解を深めていた。



入選したPRリーフレット

4. 取組の検証・改善を行う仕組み・方法

- 参加者にアンケートを実施し、講座自体の評価、多様な意見等を踏まえながら、検証・改善を行っている。
- 協力団体においてもヒアリングを実施し、検証・改善を図っている。

5. 公民館として大切にしていること、大切にしている考え

身近な生涯学習の拠点として様々な学習活動やまちづくり活動を支援するとともに、社会環境が急激に変化する中において、社会の要請に対応する事業や人間力の向上、家庭・地域の教育力の向上に資する事業に取り組んでいる。



サギソウの
鉢植え講座

6. これから公民館をどのようにしていきたいか。次の仕掛けやビジョンなど。

- 地域の魅力を発見できる事業の充実を図る。
- 地域の人材等を活用した講座を実施するとともに、地域で活躍できる人材の育成に努める。
- 仲間づくりや交流の場を提供し、人と人の絆づくりを推進する。
- 人間力の向上や家庭教育力の向上に資する事業を積極的に展開する。



河内地区
地域ビジョン

白沢宿

白沢宿とは

白沢宿は元々『奥州街道白沢宿』という名前でした。奥州街道とは日本の五街道の一つに入っている有名な街道です。白沢宿には、昔ながらの家や寺など、現代ではなかなか見られない貴重な建物が多く点在し、白沢宿の歴史を感じられる場所です。

白沢宿のキングマップ
(七福神めぐり)



8月下旬……白沢宿の地蔵盆（灯ろう祭り）
11月23日……宿場祭（白沢神社例大祭）

奥州街道白沢宿の絵
（北沢）

白沢宿では、「趣のある風景を作るため」に、宿の通り沿いに水車が配置されています。

白沢宿七福神めぐり

宿には多くの神社があります。そこには七福神の「恵比寿」「大黒天」「毘沙門天」「弁財天」「布袋尊」「福祿寿」「寿老人」が奉られています。

運氣UPのために、巡ってみるのはいかがでしょうか？



宇都宮市立古里中学校

〒329-1105
栃木県宇都宮市中岡本町
3130番地
☎028-673-1815

発行・編集

小堀 透依
金野 奏音
小林 心音
斉藤 蓮



るるる

皆さんと
古里地域の
魅力を
見つけに
いきましょう!



(株)井上清吉商店

宇都宮市白沢町1901-1
電話番号(028)-673-2350



創業150年！
歴史ある店日本酒専門

人気！

(株)井上清吉商店では、この地域の地酒を取り扱っています！

取り扱っている地酒は、約30種類！



オススメ
大吟醸

井上清吉商店

益盛岩田

焼肉ダイニング楓喜

近江ぶどう園

ペニーレイン

Longchamp 古里地域

Longchamp



創業45年地元の人に愛され続ける洋菓子店



どれも、おいしそう！

お客様に人気！
ショートケーキ & モンブラン

お店に並んでいるケーキ、スイーツは全て、お店に隣接する工房で作られています。

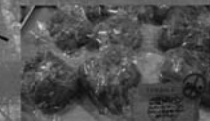


宇都宮市下岡本町4547-20
電話番号(028)673-2205



パンを作るときのこだわりはイースト菌を手で優しく扱い、心を込めてつくること。

ブルーベリープレート



ごぼうパン

パニーニ

パンの種類は約60種類

宇都宮市中岡本町3710-14
電話番号(028)671-1962

創業5年

人気No1メニュー
厚切りタン塩



お子様も食べられる
野菜クッパ



通常の3倍以上の厚さのなかなか見られない一品です。

営業時間

11:30~14:00
17:30~22:00
定休日・月曜

宇都宮市中岡本町3023-8
電話番号(028)666-8986

オススメのメニュー
「ホルモンの天ぷら」
お酒にとっても良く合います。

鬼怒グリーンパーク白沢

スポーツ
散歩
ピクニック
できます！



テニス、野球、サッカー、パークゴルフなど
色々なスポーツができます！



ゴールデンウィーク明けには、ポピーの花が見頃です！

近江ぶどう園

巨峰

ぶどうの販売は
8月中旬~
10月中旬まで

育てている
ぶどうは
18種類！

オススメ



営業時間

9:00~16:00

シャインマスカット

宇都宮市
中岡本町
2977-2

創業15年

市営JR岡本駅西口駐輪場 からSTART!!

①



こちらは、市営JR岡本駅西口駐輪場の写真です。こちらで自転車をレンタルすることができます。

Let's
Go!

～レンタサイクル情報～

利用時間：AM8:00～PM9:00

車種：普通自転車・電動自転車 ※身分証明書必須

利用料金：100円(1日1回) ※レンタサイクルは、その日(普通・電動自転車)のうちに返却してください!

おすすめルート情報

☆魅力がいっぱい！古里周回コース

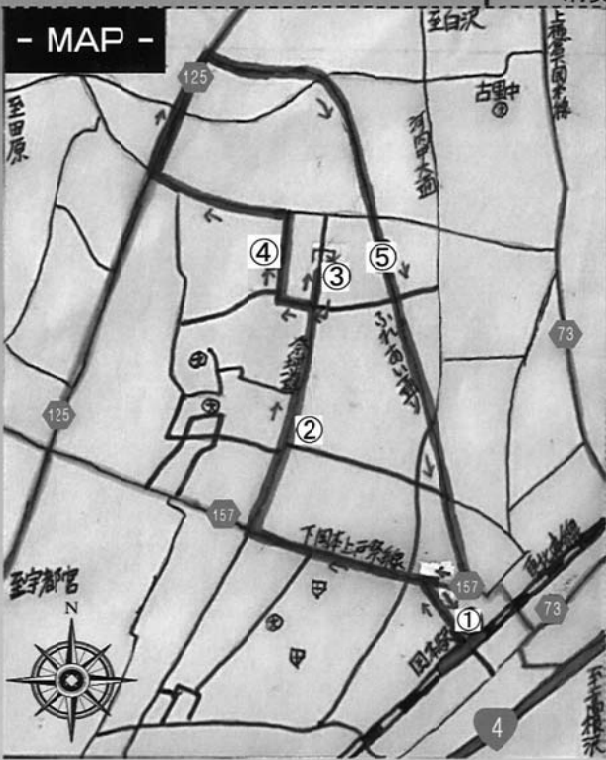
① → ② → ③ → ④ → ①
S ⑤ 経由 G

ルートは
青線

約7.5km

約200kcal

消費



0 250 500 750 1000m 地図上の1cmは300m



宇都宮市立古里中学校

〒329-1105

栃木県宇都宮市中岡本町
3130番地

☎028-673-1815

発行・編集

滝田 玲奈

手塚 優依

野口 広夢

長谷川 心泉

塙 和真

古橋 大虎

吉里地域PRパンフレット

チャリ
自転車でござだせばあなたは
きっとキレイになる。

チャリ 自転車で周れる古里スポット！

パンではじける笑顔！

— ペニーレイン岡本店 — ②



「このパンを食べれば
心も体も健康に！」



ブルーベリー
ブレッド

うずまき状にたっぷり入っている
ブルーベリージャムが
おいしさの決め手！！

ブルーベリーはアントシアニンが多く含まれており、視力の回復につながるといわれています！！

「お土産にいかがですか」



ペニーレインで

1番人気のパニーニ！

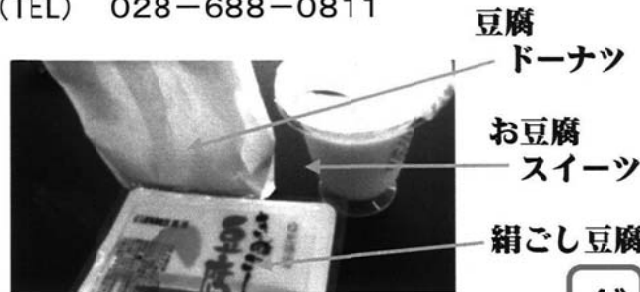
外はサクサク。中はもっちりです。また、冷めてもおいしいので、お土産にも最適です。

〈営業時間〉 AM 8:00 ~ PM 7:00
〈住所〉 宇都宮市中岡本町 3710-14
〈TEL〉 028-671-1962

そろそろお腹も空いてきたのでは？
ヘルシーな商品が揃うお店！！

— 豆水撰 — ③

〈営業時間〉 AM 10:00~PM 6:00
〈住所〉 宇都宮市中岡本町 2919-37
〈TEL〉 028-688-0811



豆水撰では、不定期ですがバナナドーナツも販売していますよ！

運がよかったら出会えるかも！？

○お得なサービス 下記の表示価格は全て
月 ポイント2倍デー 税込み価格です。

※通常300円につきスタンプ1個のところ、
スタンプ2個のサービスです。

火 日光納豆バラ 1個30円 5個100円
お一人様5個まで

水 日光充填豆腐 3丁 100円

木 ソフトクリームの日 通常250円を200円

金 揚物(フライ品) 全品20円引き

土 工場直送できたて豆腐を味わえる日

日 油揚げ5枚入 1袋60円



ダイエット中のあなたに最適！

自然を感じよう

— 奈坪台ゆうすい公園 — ④

奈坪台ゆうすい公園は、川が流れ、沢山の花や木が植えられているとても自然豊かな公園です。休憩できる東屋もありますよ♪



奈坪台ゆうすい公園の奈坪川には鯉やザリガニ、サワガニなどのいきものが生息しています。

歩いてorこいで
自然を眺めよう！

— ふれあい通り — ⑤

ふれあい通りは全長約2.7kmの、美しい風景を感じられる自転車・歩行者専用道路です。

さあ、四季折々の風景を楽しみながら

Let's Walking or Cycling !!

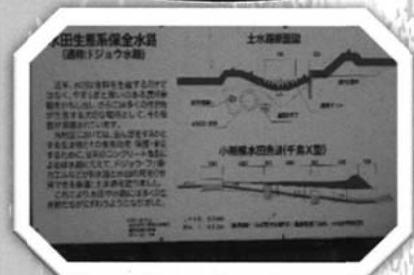


見れば驚き！透き通る水、^{やがわ}谷川



地元の人たちが力を合わせて谷川を守っています。

谷川が流れている地域は、栃木県宇都宮市下ヶ橋町です。下ヶ橋町にある西下ヶ橋集落は、美しい農村の原風景が高く評価され、朝日新聞社が創刊130年記念事業として実施した「にほんの里100選」にも選ばれました。

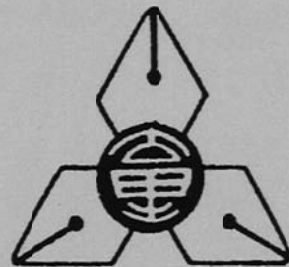


西鬼怒川地区を中心とした自然環境事業を定款(ていかん)で定めているグラウンドワーク西鬼怒が中心になり「生態系保全水路(ドジョウ水路)」(長さ690m)の草刈り、3月にはクリーン作戦を行っています。

クリーン作戦には西鬼怒の会員と宇都宮大学、県立宇都宮白楊高校、白沢小学校、峰小学校のそれぞれの教員、生徒、児童などが参加しています。



この谷川に住んでいる生物は、魚では、ドジョウ、カワムツ、キバチなど。水生昆虫ではガムシ、コオイムシ、タガメなど。植物では、バイカモ(水の中)、タカアザミなど。野鳥では、カワセミ、フクロウなどが生息しています。谷川は基本的に川に入ったり、釣りをするのは禁止となっています。



宇都宮市立 古里中学校

〒329-1105
栃木県宇都宮市中岡本町
3130番地
☎028-673-1815

発行・編集

横山 琉夏
波邊 心菜
山根 聖来
真壁 佑太
山崎 太喜

知ってる?
古里地域の魅力
心落ち着く
自然と文化



みんなでワイワイ!

かわちふるさとまつり

かわちふるさとまつりは、10年ほど前まで「かわち産業まつり」という名前で行われていましたが、現在は「かわちふるさとまつり」と名前が変更されました。毎年11月頃開催され、およそ1万5千人ほどの人が訪れています。しかし残念ながら令和2年度は新型コロナウイルスの影響で中止となりました。これまでは毎年商工会、JA、まちづくり協議会、社会福祉協議会の方々が協力して、「地域をつなぐ楽しいイベントにする」ことをモットーに開催されています。

河内地区市民センター

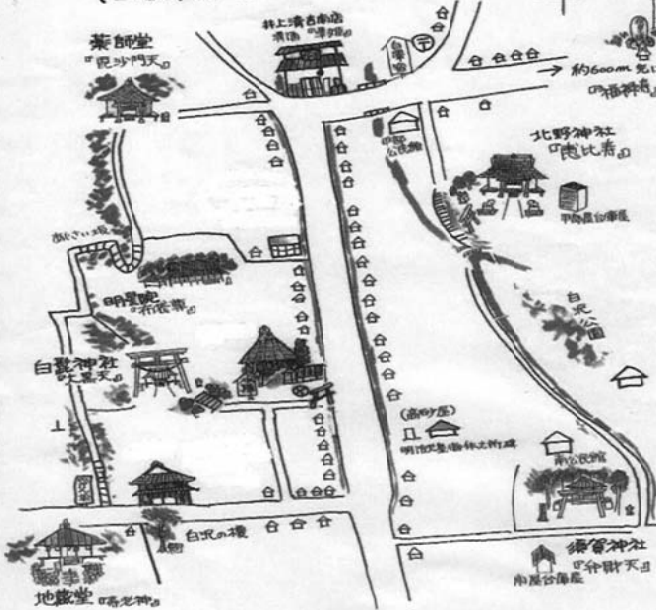
TEL 028-671-3201

〒 329-1105

栃木県宇都宮市中岡本町3221番地4

中学生ボランティアも募集しているので是非参加してみてください!

白澤宿のオーキングマップ
(七福神めぐり)



※ 8月下旬……白澤宿の地藏盆(灯ろう祭り)
11月23日……宿場祭(白鬚神社例大祭)

奥州街道白澤宿の会
TEL.673-1171

歴史ある建物

白澤宿

～白澤宿は1609年に宿として誕生～



大正時代の白澤宿のまちなみ

江戸時代、参勤交代の制度確立とともに奥州街道の第1宿として賑わいました。宿内には主に大名が宿泊する布陣と、脇本陣が設けられた他、大小の旅籠屋が13軒ありました。

白澤宿のシンボルの一つである水車は、昔、白澤宿に趣のある風景を作るため取り付けられたと言われています。



現在は街道の両側に、用水路が流れていますが、かつては一筋の流れが中央にあり、旅人が足を洗う他、防火用水や馬の飲み水に使われていました。



古里中の不思議な植物

ネジバナ



暖かく、湿った所に生息する「ネジバナ」は古里中の校舎寄りの芝生付近に自生しています。ピンク花が茎に渦巻くように付いており、とても可愛らしいです。

ヤナギ科



古里中のバックネット裏に生えているヤナギの木。春頃に種子の中につまった綿が一斉に飛ぶ姿が圧巻です。辺り一面に、真っ白な綿が飛ぶ様子はまるで季節外れの雪のようで、とても美しい景色です。



福祿寿

弁財天

寿老人

大黒天

布袋尊

毘沙門天

恵比寿

七福神は福德をもたらす神として信仰される七体の神。恵比寿(えびす)、大黒天(だいこくてん)、毘沙門天(びしゃもんてん)、弁財天(べんざいてん)、布袋尊(ぼていそん)、福祿寿(ふくろくじゅ)、寿老人(じゅろうじん)です。地図を見ながら七福神のご利益巡りをするのはいかがでしょうか。

白鬚神社の屋台祭り

白澤町の屋台の巡行は五年に一度(直近は平成30年)、11月初旬の土・日曜日に行われます。町内を屋台二台が巡行し、鳥居前ではお囃子が奉納されます。前日は町内を練り歩く「宵祭り」が行われ、祭当日は神社に屋台を奉納する「本祭り」が行われます。

屋台の巡行
宵祭り 午後三時～午後九時頃まで
本祭り 午前九時～午後一時頃まで



宵祭りは午後8時、本祭りは正午頃に「ぶっつけ」という競演が行われ、威勢のよい音が町内に響き渡ります。



※細かな道は省略しています。

- 
 ・岡本城跡
 栃木県宇都宮市中岡本町
- 
 ・白髭神社
 栃木県宇都宮市白沢町1868-2
- 
 ・奈坪台 ゆうすい公園
 栃木県宇都宮市中岡本町
- 
 ・豆水撰
 栃木県宇都宮市中岡本町2919-37
- 
 ・白沢グリーンパーク
 栃木県宇都宮市白沢町1006-6
- 
 ・三和テッキ鉄道広場
 栃木県宇都宮市中岡本町2703



宇都宮市立 古里中学校

〒329-1105

栃木県宇都宮市中岡本町

3130番地

☎ 028-673-1815

発行・編集

手塚 琉斗

田崎 優我

西尾 樹洋

芝野 果歩

石川 友那

古里地域の豆知識



岡本城跡

岡本城は岡本富高という人が築いたと伝えられています。また、玉生信濃守綱重という人が築いたという説もあります。岡本城跡には水堀や空堀、Vの字のような形の薬研堀などいろいろなものがあります。



豆知識

実は…



岡本城跡は城の範囲がとても広く、一番外側の五の堀は岡本北小学校の中にあると考えられています。

奈坪台ゆうすい公園

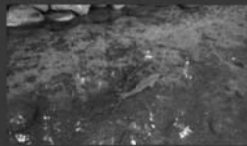


奈坪台ゆうすい公園は、秋の紅葉がオススメです。また、川がとても美しく「ホタル池」と呼ばれる池もあります。ホタル池という名前がついた由来は、ホタルを放流して観測したことがきっかけとなっています。

豆知識

実は…

この公園には、全48種類の樹木が植えてあり、自然豊かです。たくさんの生き物が生息しています。



白沢グリーンパーク

白沢グリーンパークでは様々なスポーツが楽しめます。例えば、テニス、野球、サッカー、パークゴルフなど、広大な敷地で思い切り体を動かせます。また、ゴールデンウィーク明けにはとても綺麗なポピーが満開になります。



豆知識

実は…

この公園の地底でクジラの骨が見つかりました。それを記念して、クジラの遊具が作られました。



白鬚神社



白鬚神社はおよそ1600年頃に創立されたと言われております。この白鬚神社は、町の人の無病息災を祈って創立したと伝えられています。

本殿への階段は約80段もあります。

豆知識

実は…

この神社の近くには江戸時代に使われていたトイレがあり、今でも見学できる建物として、形をとどめています。



豆水撰

豆水撰は工場直送のお店です。このお豆腐屋さん、100~200種類ほどの商品を揃えています。気軽に買えるものばかりです。特に「豆腐ドーナツ」「黒豆からあげ」が人気です。



豆知識

実は…

このお豆腐屋さん、スイーツも並んでいます。ソフトクリームをはじめ、最近ではバナナエイクも販売されています。



三和テツキ祭り



「三和テツキ鉄道広場」では、三和テツキ株式会社 宇都宮事業所の方が管理している場所で、5月の第二土曜日※に「三和テツキ祭り(三和テツキ鉄道広場交流会)」が開催されます。電車見学等、電車に触れ合うことができます。

※年度によって第三土曜日になる可能性もあります。

豆知識

実は…

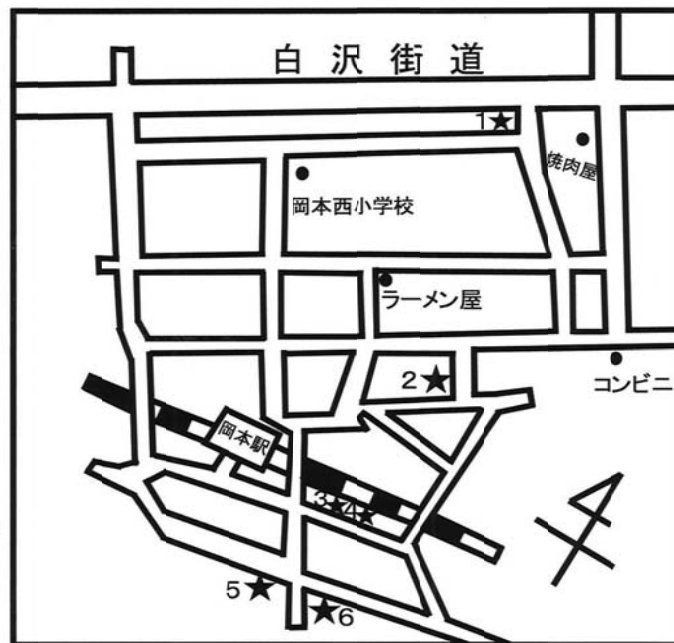
展示物の観覧だけでなく、ミニSLの運行、屋台での飲食、ヨーヨーや射的ゲームなど、とても楽しめる催し物ばかりです。



★1
タムラ食堂

★2
かしわや

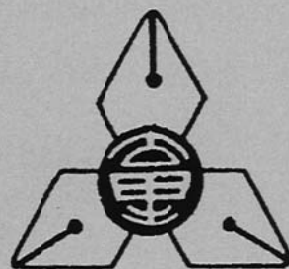
★3
がっ焼きとから揚げの店
情け嶋



★4
そば処大八

★5
リストランテ・チャオ

★6
花みずき



宇都宮市立古里中学校

〒329-1105
栃木県宇都宮市中岡本町
3130番地
☎028-673-1815

発行・編集

郷間 捺来
栗田 心美
落合 輪敷
落合 龍斗
監物 宏亮
金田 涼

みけっ
みけっ!!

もっと知ってほしい!!
古里地域の
美味しい店!!!



「リストランテ・チャオ」



地元の皆様にも
でもご利用いた
だけのお店であ
るようこれからも
頑張っていきます

営業時間
11:30~14:30
17:30~21:00
TEL
028-671-0039
岡本駅から
徒歩6分

- Q1.「おすすめの商品とその理由を教えてください。」
A.「ハンバーグです。新鮮な肉を使い、独自の調味料を使っています。」
Q2.「商品に対するこだわりはありますか？」
A.「仕入れた肉を冷凍ではなく、チルドで保存し、うま味を逃がさないようにして、提供しています。」



気軽にくつろげる「がっ焼きとから揚げの店
居酒屋

「情け嶋」

営業時間
16:00~23:00
定休日 火曜日
TEL
028-673-3755
岡本駅東口から
徒歩2分
※18歳未満は入
れません。

- Q1.「おすすめの商品は何ですか？」
A.「がっ焼きとから揚げです。」
Q2.「おすすめの理由を教えてください。」
A.「丸一日漬けた唐揚げは味は染みこみ柔らかくジューシー！衣はサクサクです。味噌漬けのがっ焼きは、酒にもご飯にもあいます。」

「かしわや」

- Q1.「料理のこだわりはありますか？」
A.「お寿司屋に負けないお刺身の新鮮さです。」
Q2.「決め手となる食材はありますか？」
A.「直接市場で選んだ新鮮な食材を使います。無添加食品にこだわっています。」

営業時間
11:30~14:00
17:30~21:00
TEL
028-673-5182
岡本駅から
徒歩18分



「タムラ食堂」

- Q1.「商品へのこだわりや注目してほしい所はありますか？」
A.「広い年代の人に好まれるようなメニューと、四季に合わせておすすめメニューを作っている所です。」
Q2.「おすすめの商品とその理由を教えてください。」
A.「とりそばです。一番の売りである鶏白湯スープは、シンプルながらも深みのある味わいです。」

営業時間
11:30~14:30
17:30~21:00
TEL
028-666-7509
岡本駅から
徒歩33分



「花みずき」

- Q1.「商品のこだわりはありますか？」
A.「地産地消の和豚もち豚を新鮮な状態でお出ししている所です。」
Q2.「おすすめの商品とその理由を教えてください。」
A.「ロースカツです。きめが細かくさらっとした味わいで肉も柔らかくおすすめです。」

和豚もち豚を
おいしく提供している
ので
是非いらしてください



営業時間
11:30~14:00
17:00~21:00
TEL
028-673-8316
岡本駅から
徒歩5分

うんまあ〜い！！
食べなさいや損々！！
駅近グルメ〜in古里〜

手作りにこだわって
提供しています



お客様の憩いの
場にしたいです。
おいしいものを
食べて癒やされて
ほしいと思っています

「そば処大八」

- Q1.「商品に対するこだわりはありますか？」
A.「お客様に喜んでもらえるよう良質な品物や新鮮なものを仕入れていることです。」
Q2.「おすすめの商品とその理由を教えてください。」
A.「手打ちのせいりそばと自家製の盛りそばやかけそばです。手打ちのそばは香りがありのどごしが良く、自家製そばはのびにくいので出前でも美味しく食べられます。」

また来たくような
お店を目指して
これからも
頑張っていきます



営業時間
11:00~14:30
17:00~21:00
TEL
028-673-3867
岡本駅から
徒歩3分

