



新春の決意 牛久の安全を守ります

令和8年牛久市消防出初式

1月10日、中央生涯学習センターで「牛久市消防出初式」が行われました。第1部では消防団表彰などが行われ、沼田市長は「市民の安全・安心のため、消防・防災機能の充実を図り、市民の皆さまの防災意識の向上、消防団活動に対する理解を深め、消防防災体制の強化に努めていきたい」とあいさつしました。第2部では、恒例となっている車両観閲を実施したほか、新たに牛久消防署特別救助隊によるはしご車からの降下訓練の披露や、牛久市消防団と牛久消防署特別救助隊による放水披露が行われました。



寄附・寄贈

温かい善意ありがとうございます

ガールスカウト茨城県第27団から

牛久市共同募金委員会へ

「歳末たすけあい募金」として10,000円寄附



NPO法人ちゃんみよTV・NPO法人牛久駅前かっぱつ化実行委員会から牛久市社会福祉協議会へ
25,142円寄附



うしくWaiワイまつりでの売上を

牛久市社会福祉協議会へ

◆牛久市商工会工業・建設業部会工業クラブから
7,210円寄附

◆牛久市商工会女性部から30,000円寄附

水戸信用金庫から牛久市へ

車いす2台寄附



牛久ロータリークラブから
牛久市社会福祉協議会へ
救急ボトル500本寄贈





食育推進活動で地域に貢献

牛久市食生活改善推進員協議会が厚生労働大臣賞受賞

牛久市食生活改善推進員協議会が長きにわたり地域の食育推進に大きく貢献してきたことが評価され、厚生労働大臣賞を受賞しました。12月25日、その報告のため同会会長の関島紀子さんが沼田市長を表敬訪問しました。牛久市食生活改善推進員(ヘルスマイト)は市内保育園等での食育紙芝居や市民向けの減塩講座、レシピの提案など、市民の皆さんに食事の大切さを伝える活動を行っています。関島さんは「これからも食を通して健康づくりに貢献していきたい」と話しました。



市の人口と世帯数
(住民基本台帳)

令和7年12月末現在の人口と世帯数をお知らせします。

【人口】83,276人(男40,969人、女42,307人)…前月比+14人

【世帯数】39,113世帯…前月比+4世帯

問 総合窓口課内線1625

2月の
イベント情報

牛久自然観察の森

しぜんっこくらぶ 【定員】15組

～寒い冬を越す虫をみつけよう～

21日(土)午前9時30分～10時30分

自然観察や野遊び、工作を通じて自然と親しみましょう。カブトムシの幼虫、ホソミオツネントンボ、オオカマキリの卵の観察を行います。手遊びや絵本タイムもある楽しい1時間です。(雨天時中止)

□対象: 3歳～5歳の幼児とその保護者
(付き添いの兄弟の参加可)

□参加費: 1家族500円(保険代・材料費込み)

□集合: 牛久自然観察の森第一駐車場

□申込: 下記予約フォームにて事前予約

親子自然教室 【定員】10組

～動物達の痕跡探しとバードコール作り～

28日(土)午前9時30分～11時

冬でも活発に動く動物たち、2月は哺乳類の足跡スタンプを使ってタヌキやノウサギの足跡の特徴を学びます。また小鳥の鳴き声に似た音を出す道具「バードコール」作りにも挑戦してみましょう!

□対象: 5歳～小学生とその保護者
(付き添いの兄弟の参加可)

□参加費: 1500円(保険代・材料費込み)

□集合: 牛久自然観察の森ネイチャーセンター

□申込: 下記予約フォームにて事前予約

『親子ひろばプロジェクト』が
はじまります!!

市では、親子のふれあいや親子で過ごす時間の充実を目的に『親子ひろばプロジェクト』を開始しました。牛久自然観察の森協力のもと、親子で楽しめる2つのメニューをご用意しましたので皆さま奮ってご参加ください!



【開園時間】午前9時～午後4時45分(入園無料)

【休園日】2日(月)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、24日(火)

【問い合わせ】029-874-6600

公式 HP <https://www.city.ushiku.lg.jp/page/dir000055.html>



【上記イベントは1日より受付開始します】

二次元バーコードまたは下記 URL から

予約フォーム受付画面にお進みください



【イベント申し込み URL】<https://reserva.be/ushiku>

強風等の荒天時は臨時休園となる場合がありますのでご来園前に牛久自然観察の森ホームページやお電話にてご確認ください。



大会記録樹立し優勝！

東洋大学附属牛久高等学校が全国大会へ

12月15日、「令和7年度茨城県高等学校駅伝競走大会」において優勝した東洋大学附属牛久高等学校・陸上競技・駅伝部の生徒10人が沼田市長を表敬訪問。今大会の優勝報告を行ったほか、「第76回全国高等学校駅伝競走大会」について、主将の久場育哉選手は、「全国でも良い記録が残せるようがんばりたい」と抱負を語りました。第76回全国高等学校駅伝競走大会は12月21日に開催され、来庁した生徒の皆さんが出場されました。



世界の舞台での活躍を期待！

陸上3000m障害・2000m障害で日本高校最高記録・大会記録樹立

「第41回U20日本陸上競技選手権大会」3000m障害、「第79回国民スポーツ大会2025」2000m障害で日本高校最高記録・大会記録を樹立し優勝した牛久高等学校2年生のシュブルチェック アンナさんが12月9日、優勝報告のため市長を表敬訪問しました。シュブルチェック アンナさんは「大会前のけがで不安があったが、自己ベストを更新できた。今年で一番うれしかった」と話しました。今後は世界を舞台に戦う選手としてのさらなる活躍が期待されます。



スポーツを通じて勇気を与えられる存在に

第24回全国障害者スポーツ大会

10月25日～27日に滋賀県で開催された第24回全国障害者スポーツ大会「わたSHIGA輝く障ス2025」で陸上競技ソフトボール投げで第2位、100mで第5位に入賞した牛久市在住の山崎幸逢さん(やまさきゆきあ)が大会の結果報告のため沼田市長を表敬訪問しました。沼田市長は山崎さんに対し「今後の活躍に期待しています」と激励しました。



おかえり、「万博中央駅」

ひたち野うしく駅につくば科学万博時の「万博中央駅」の看板が40年ぶりに里帰り

牛久市は今年6月1日に市制施行40周年を迎えます。そのプレイベントとして、ひたち野うしく駅西口駅前広場において、40年前の「つくば科学万博」の臨時駅「万博中央駅」の看板設置を記念した除幕式が12月28日に執り行われました。初代市長の大野正雄さん、沼田市長、当時を知る地元の方々を交えたトークショーでは、万博会場への輸送手段となった「スーパーシャトルバス」の運転手との交流や当時の駅のにぎやかな状況などの思い出が語られました。看板設置は令和9年3月31日までの期間限定となっていますので、市民の皆さんも横幅10mの迫力ある看板をぜひこの機会にご覧ください。





牛久市の新しいグルメが誕生！

「うしくグルメソン2025」第5回が開催

市内事業者と市内外の住民、消費者が集まり、ともに“おいしい未来”をつくる新商品開発プログラム「うしくグルメソン」において、3つの新しいグルメが生まれました！今後さまざまなイベント開催時やメディアに向けて、市の新しいグルメとしてPRしていきます。

メニュー等
詳細は[こちら](#)



イベントHP

市HP

シン・いばらきメシ
総選挙2026
スイーツ部門
牛久市代表
決定！

わらびモンブラン【販売中】

伊勢屋牛久／わらび餅をベースに生クリー
ム、栗を練りこんだ栗あんをモンブランのよ
うに盛り付けた和洋折衷な新作スイーツ

UMAブルーベリーヨーグルト酒【販売中】

有松蔵屋／牛久市産ブルーベリーと県内産
ヨーグルトを使用。国内2カ所のみで行われ
ている特別な製法で作られたお酒



ふわふわスフレパンケーキ【販売準備中】

Yobarekka Design Works／牛久市産小麦
「ゆめかおり」を使用したフワフワ食感のパン
ケーキに、大学芋等をトッピングしたスイーツ

牛久市指定文化財が新たに2件指定されました！

「軍陣備之画図」、「山口重政肖像画」

このたび市は、「軍陣備之画図」と「山口重政肖像画」を新たに市指定文化財に指定しました。両資料は江戸時代に牛久藩を約270年の長きにわたって統治した牛久藩主山口家に関する資料です。市で新たな指定文化財が指定されるのは約7年ぶりのことで、市の指定文化財は今回指定のものを含めて29件が指定されています。今回指定された文化財は、3月ごろに展示公開予定です。詳細は市ホームページ等での続報をお待ちください。



▲今回の指定文化財
の詳細は市HPを
ご覧ください

軍陣備之画図 (江戸時代前期～中期) 山口家に伝えられてきた、軍の編成を描いた
絵図。縦102.5cm、横262.5cmの大型の絵図で、鎧や弓、鉄砲を持った兵士や騎馬など、227人が整然と描かれており、当時の牛久藩の軍備を知ることができます。



山口重政肖像画

(江戸時代)
牛久藩主山口家の藩祖とされる山口重政
(永禄7(1564)年～寛永12(1635)年)を
描いた肖像画です。重政は徳川家康などに
仕えた人物です。



みてはいかがでしょうか。
上野のパンダは中国に
帰ってしまいましたが、鳥の
「パンダ」を探しに出かけて

ます。水に潜るのが得意
で、先端の曲がったくちばし
で小魚などを捕食します。警
戒心が強く、人が近づくとす
ぐに潜って逃げてしまいま
すが、じっと動かないでいる
と、まれにすぐ近くまでやっ
てくることがあります。



しぜん
大好き
～牛久の生物～

ミコアイサ
(神子秋沙)
カモ目カモ科



感謝と誓いを胸に 新たな門出 令和8年牛久市二十歳のつどい

1月11日、中央生涯学習センターで「令和8年牛久市二十歳のつどい」が行われました。二十歳を迎えた皆さんにはスーツや華やかな振袖に身を包み懐かしい友人との再会を喜び、思い出話に花を咲かせていました。二十歳の集い実行委員会委員長である渡辺健太郎さんは「これから先、多くの試練や壁が待ち受けていることと思いますが、この一身に受けた愛情を忘れずに一步一歩前向きに力強く生き抜いていこうと思います」と誓いの言葉を述べました。参加者にとって希望に満ちた未来や夢に向かっていく新たな門出の日となり、会場は晴れやかな笑顔で包まれました。



各行政区で冬イベント開催

行政区活動で地域を活性化

12月中旬、緑ヶ丘行政区・東区行政区で餅つき大会が開催されました。年末の餅つきは新年を迎える準備としての意味があり、家族や地域の絆を深める大切な行事のひとつです。各行政区では親子三世代で一緒に餅を堪能する姿が見られ、参加した保護者は「子どもたちが文化を学ぶ貴重な機会になっている」と話しました。

また、上池台行政区では今年度からイルミネーションの点灯を実施。集会所を色鮮やかに彩っており、地域の方々が冬のひとときを楽しめる取り組みになっています。



1 餅つきに挑戦する子どもたち(緑ヶ丘行政区)

2・3 皆でお餅や豚汁を堪能(東区行政区)

4 区民会館を飾るイルミネーション(上池台行政区)

牛久市の
美味しい
給食

問 教育総務課
内線3334



家庭科の授業で生徒が考案した人気メニュー。

しょうがの風味でご飯が進む一品です。

【材料】(中学生4人分)

鶏もも肉切身 …1枚(約300g) おろしにんにく …小さじ1/4
塩 ……ひとつまみ(0.5g) 上白糖 ……大さじ1/2
酒 …… 大さじ1 濃口しょうゆ …… 大さじ1
無塩バター …… 小さじ1 みりん …… 小さじ1
おろししょうが … 小さじ1

★美味しい給食レシピは市HPにも掲載しています▶



ジンジャーチキン



【作り方】

1人分181kcal 塩分0.5g

- 鶏肉は筋をとり、人数分に切り分け、酒と塩を振っておく
- フライパンにバターを入れ、鶏肉を皮目から中火で焼く
- 皮に焼き目がついたらひっくり返し、弱火にし、ふたをして蒸し焼きにする
- 鶏肉に火が通ったらしょうが、にんにく、調味料を加え、絡ませて完成



新春の牛久をランナーが駆け抜ける

第48回牛久シティマラソン

1月12日、「第48回牛久シティマラソン」が開催されました。今年もゲストランナーとして(株)小森コーポレーション陸上競技部、流通経済大学トライアスロン競技部も加わり、2,776人が参加。今年の参加者の最遠隔地は鹿児島県。また最高齢参加者賞は男性が根目沢庄治さん(88歳)、女性が今井珠恵さん(80歳)でした。今年も沼田市長はランナーとして5kmを完走。多くのランナーがひたち野を力走し、牛久の新春を盛り上げました。また、マラソン後のランナーへつくば栄養医療調理製菓専門学校の生徒から豚汁が提供され、冷えた体を癒しました。ランナーたちは心も体も温まるおもてなしに終始笑顔が見られました。



※全参加者の結果は市ホームページのスポーツ推進課ページで公開しています。



各種目優勝者 おめでとうございます

◆10km一般

男 子	29歳以下	田中 波有	東洋大牛久高校	0:30:27
	30歳代	今井 隆生		0:32:18
	40歳代	成田 力	KINS	0:34:13
	50歳代	徳原 健太郎	奏坂RC	0:35:06
	60歳以上	影山 泰人	サウルス湘南	0:38:17
女 子	29歳以下	新明 梨里花	市立柏高校	0:37:21
	30歳代	浅田 真由	牛久走友会	0:40:47
	40歳代	後藤 由	茨城県陸協	0:38:42
	50歳代	原田 美恵	悠久 Family(^_^)	0:42:06
	60歳以上	幸田 昌代	結城RC	0:44:15

◆5km一般

男 子	高校生	櫻井 裕夢	土浦大中等	0:14:52
	29歳以下	飯塚 匠	阿見町役場	0:14:51
	30歳代	若菜 優雅	MAXPROJECT	0:15:32
	40歳代	山本 卓実	牛久走友会	0:16:27
	50歳代	木村 孝男	KDH	0:17:23
	60歳以上	関 和彦	茨城陸協	0:18:35
女 子	高校生	山下 桃愛	水戸女子高等学校	0:18:56
	29歳以下	布袋 美春		0:20:55
	30歳代	三倉 歩耶		0:21:04
	40歳代	朝倉 万里子	東京海上日動	0:20:14
	50歳代	嶋田 朋子	STRIDES	0:20:27
	60歳以上	吉田 道子	牛久走友会	0:22:48

◆3km中学生・2km小学生(4~6年生)

中学生	男子	宮野 恵多	ひたち野うしく中学校	0:09:10
	女子	宮下 舞桜	足利陸上クラブ	0:10:31
小学生	男子	染谷 旺佑	長須小学校	0:06:47
	女子	沼田 実杏	おみたまご	0:07:14

◆10km車イス(15歳以上男女)

佐藤 健	コロンビアスポーツウエア	0:27:26
------	--------------	---------

うしくっ子
アルバム



うらにわ ゆき
裏庭の雪、つめた～い！

ひたち野牛久幼稚園のお友だち

げんき えん す
元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪

はっぴょうかい
発表会、がんばったよ！



はくねつ セんべいころ
白熱のお煎餅転がしゲーム！



とも
おいし～い



だいこん
大根・じゃがいも・スイカなど育てています

とだ
元気いっぱいに芝滑り！



遊びからの学び・
心と心の響育を
大切にしています