



目指すは「自転車を楽しむまち いしおか」



▲7月20日に石岡市が行った自転車のイベントには市民60人が参加し、恋瀬川サイクリングコースを走りました。写真右の自転車は、電動アシスト付き自転車で坂道も楽々走れます。石岡駅観光案内所とまち蔵に2台ずつ置かれていて、1日300円でレンタルできます。

石岡市民サイクリングクラブへ登録してみませんか

石岡市は、県内初の自転車活用推進計画「石岡市りんりんタウン構想」を策定しました。自転車は、暮らしに身近な乗り物で、通勤・通学や買い物、観光などで市民に身近な移動手段であり、有酸素運動による健康維持にも効果があるとされています。

そうした自転車の効用をみんなで体感しながら交流につなげようと、この度「石岡市民サイクリングクラブ」を創設します。生涯スポーツとして楽しみたい人、自転車に興味はあるけど始めるきっかけが欲しかった人、自転車で共に走る仲間が欲しかった人など、クラブに入会して新たなサイクリングライフを始めてみませんか。

一般会員 15歳（高校生）以上の市民、市内に在勤する人

ファミリー会員 15歳未満の児童・生徒とその保護者

活動内容 会員の年齢、自転車利用の頻度等によってグループを組めるので安心して活動できます。

登録方法

市ホームページから申し込みできます。詳しくは二次元コードから。

問 政策企画課 Tel 23-7277



主な情報

- ・石岡の地域医療のこれから …P2~3
- ・令和2年度学童保育受付開始 …P5
- ・石岡特別支援学校
学校公開……………P6
- ・中央公民館にも新たに開設
シル・リハ体験教室…P8
- ・イルミ×ゲーム DE 縁結び …P12

これって何の数字？

【今月の数字 vol.19】

10,883 人

9月11日に行った石岡市シェイクアウト訓練に参加した人数です。この訓練は、地震発生を想定し、防災無線での訓練開始に合わせて、各自その場で一分間「まず低く、頭を守り、動かない」の三つの安全確保を行うというもの。

11月24日回（午前9時～11時30分）には、石岡市役所本庁舎で総合防災訓練を行います。地震の揺れを体感できる起震車や火災現場の煙を体験できるブース、防災の知識が学べる小学生向けのクイズラリーなど盛りだくさんの内容です。詳しくは11月1日号の折り込みチラシで。

本市では福祉から産業まで石岡の暮らしに関わる統計情報を「統計いしおか」としてまとめ、ホームページで公開しています。

