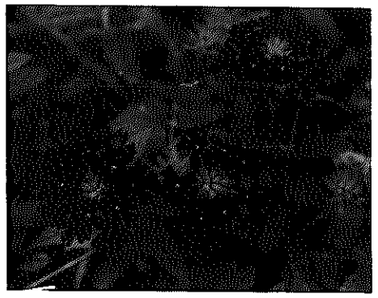


みんなのページ

身の回りの出来事などを500字程度にまとめて投稿してください。紙面の都合上、若干手直しさせていただくこともあります。
あて先は（〒950-1292　白根市大字白根1235　白根市企画財政課秘書広報係）です。

ろうそくを灯す

宮川康代（四十三歳・大通黄金二）

大通黄金団地に住み始めて二年半が過ぎた昨年の秋。「地域の中で、自分の好きな読書を通して、何か活動を始めたい」と考えていたところに、「おはなし講習会」の案内が、広報に掲載されたので、早速申し込んで参加しました。

そこでは、たくさんの絵本や児童文学を読む機会を得たり、実際に「読み聞かせ」を経験したりしたほか、あふれるばかりの情熱を持った講師や志を同じくする市民の皆さんと出会えたことも大きな収穫でした。

おはなし会では、ろうそくを灯すとそこは別世界。子どももちろん、大人もお話の世界に入り込み浸っています。お話が終わって、ろうそくの火が消えても、心の中は温かく幸せな気持ちになります。

団地内の街路樹のケヤキが、今年は心地よい木陰をつくってくれそうなほど、成長しつつあります。図書館も質・量とも充実されました。そんな整いつつある環境の中で、私もお話のろうそくの火を灯したいと考えています。

生きがいは草野球

渡辺芳男（六十一歳・砂押一）

六月に「全日本還暦野球新潟大会」がありました。わが白根クラブは、本間晃監督、阿部恒也主将の下で決勝戦まで勝ち上がりました。

決勝の相手は、昨年の秋の覇者「長岡米百俵」です。三回表に白根クラブはヒットを連ね四点を先取、断然優勢になりました。しかし、野球は筋書きのないドラマです。その裏、四球をきっかけに同点に追い付かれました。

「まれに見る接戦」と県連会長が語った熱戦の末、五対四で敗れました。長岡は滋賀で行われる「全日本大会」に、白根は東京で行われる「全日本選抜大会」に出場となりました。

素人集団でもやればできるのです。十月の東京で、白根の大凧のような旋風を巻き起こしたいと思っています。

還暦野球連盟は、年度内に満六十歳以上になる人で結成されています。興味のある皆さん、一緒にプレーしませんか。われわれ自称万年青年は、古希野球につなげる展望を持って頑張っています。

図書館が新しくなって

笠原美代子（五十歳・道潟）

先日、私は市制施行四十周年と白根学習館の完成を記念して行われたピアノコンサートへ行って来ました。コンサートは素晴らしく、感動しました。

これからもミニコンサートや展示会などを、幅広く行ってほしいと思います。

白根学習館が完成して一番うれしく思うのは、図書館が新しく大きくなったことです。狭く、蔵書数も少なかった前の図書館が、どのように変わったのか楽しみだったので、早速行きました。端末機で検索して、所蔵していない本をリクエストしました。これからも、図書館へ行って、読書するゆとりの時間を過ごしていきたいです。

市民文芸

俳句

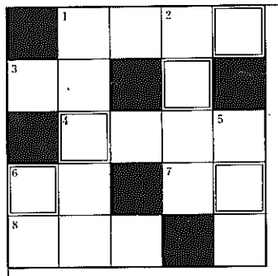
青芦の風颯爽と渡りけり　和泉伸子
いつまでも日の落ちきらぬ薄暑かな　相田照子
影落ちて来てより揚羽舞ひ降り来　安澤飛浪
絡み付く蔓草払ひ菜種刈る　小林スミ
草刈りの村布令出され鎌を研ぐ　池乗北魚
娘に世帯持たせ父の日迎へたる　五十嵐寛吾
金色の蕊のぞかせて白牡丹　細貝溪子
本陣の大八車暮おそし　木村トリ
つややかに雨に濡れゐる花ざくろ　古川綾
日の沈み佐渡の沈みて夜釣の火　笠原里津
短夜の祭り太鼓の余韻かな　山田栄一
短夜を更にみじかく書に耽ける　田中美根子
短夜を夢遊病者が歩き出す　松下聡
艶のある米寿の叔母や石榴咲く　小林なお
短夜や熟睡のなき山の小屋　知野信一郎
子の髪に挿してもみたし花ざくろ　小林理代子
短夜やミルクさまして双児抱く　小林冨沙子
予後良きと見えてふくよか花石榴　真嶋つぎえ
一筋の長押の槍や夏座敷　丸山虚秋
水鏡猿も並ぶ丸木橋　渡辺勤

短歌

鳥賊釣りの漁火白く輝きて海辺の湯宿は暮れなずみたり　関悦子

広報クイズ

図書券が当たる！



□の字を並べてください。
今年も数々のドラマを
見られることでしょう

◆ヨコのカギ
①衣服のしわをのばす器具
③時には木から落ちることだってありますよ
④学校のきまり
⑥アルファベットの最初の文字
⑦髪をとかす道具
⑧イカの内蔵などを除去して乾かした食品

◆タテのカギ
①お酒、ランプ、エチル
②なぞなぞです。頭が赤くなると、背が縮むものなーに
⑤北海道東部の市。人口約19万6千人。湿原国立公園が有名
⑥サイズが普通より小さいことを示す記号

はがきに答え（完成図は不要です）、**住所、氏名、年齢、市や広報紙への意見**を書いて、8月18日㈮必着で白根市企画財政課秘書広報係（〒950―1292　白根市大字白根1235）へお送りください。

正解者の中から抽選で2人に500円の図書券、3人に粗品を差し上げます。正解者の発表は9月1日号で行います。

7月1日号の正解は**フウリン**。正解者は31人でした　▼**図書券**　土田貴子（穂波町）、立野結希（大通南2）　▼**粗品**　谷川勉（五六の町6）、大関則子（桜町2）、坂田沙智（西笠巻2）

家庭でできる 食中毒予防

一九九六年に猛威を振るったO―157（腸管出血性大腸菌）による食中毒は、依然全国において発生しています。

このO―157をはじめとする食中毒が多発する時期は、気温が高くなる五月から十月にかけてです。

また、食中毒は家庭からの発生が約二割にも達しています。一人ひとりが毎日の生活の中で、食中毒から身を守る具体的な方法について知り、実践しましょう。

①生ものは、特に注意
・肉、魚、野菜などの生鮮食品は、新鮮な物を選びましょう。消費期限のあるものは、必ず確認を。

②手や調理器具は、常に清潔に
・こまめにせっけんで手洗いを。
・調理器具は、洗剤、流水、漂白剤等でよく洗う、または熱湯消毒を。

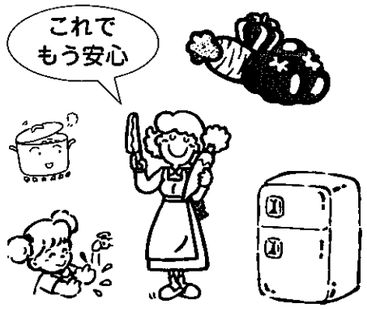
③冷蔵庫の過信は、禁物
・冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに保存しましょう。
・冷蔵庫は十度以下、冷凍庫はマイナス十五度以下で保存を。
・冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意。目安は、七割程度。

④十分に加熱を
・中心部が七十五度で一分間以上の加熱を。

⑤調理後は、すみやかに捨てる
・調理前、調理後の食品を室温で長く放置しない。（O―157は室温だと十五～二十分で二倍に増えます）
・時間がたちすぎたら、思い切って捨てる。

食中毒予防のポイントは、食中毒菌を「つけない、増やさない、殺す」です。

それでも下痢や腹痛が続いたら、早めに医療機関に行きましょう。



広がれ 健康家族

⑮105
保健福祉課
☎㈹237

甘藍がざくつと割れる音がする食べてあげない怒りのように　大簇イツ
沢地さんテレビで訴う「生享けし命泣かすな」いつまで消えず　阪井イクノ
ようやくに芽を出し揃う小松菜の畝に土盛る土竜や潜む　星ハツノ
運動会に沸きしグランド夕づきてタイヤ跳びゆく少年ひとり　木川久子
始めての赤孫に見る挙手の礼チョト其のままとフラッシュ焚く　小出資郎

川柳

休み明け疲れが肩にどっと出る　丸山一郎
父権地に落ちてひ弱い床柱　河内勝哉
骨拾う箸が重たい血の絆　今井七郎
解けぬ謎いっぱい背負い生きている　大谷龍吉
アンコールで終着駅の幕を引く　岡満記子
欲深い鈴に神様もて余す　佐藤ヨキ
藍染めに素足が似合う夏祭り　鈴木テフ
朝顔を絵にする釣瓶が見当らぬ　高橋祐四雄
目に見えぬ恩師の鞭に得た自信　田村恒夫
朝顔の蔓右回り神の国　中村尚治
子育ての打つべきとこに句読点　西条ムラ
五人の子育てる寡婦の束ね髪　山岡フミ
過去を追う風ばかり読む下り坂　吉川彰
幸せを掴みそこねた曇り空　今井八重子
念入りに化粧して待つ年金日　田村トリ
幸せを貯める旅行をたまにする　織田セツ