



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。

祖父母の参観日

小林悦子
(六十二歳・北田中)

楽しみに待っていた根岸保育園の祖父母参観で、いよいよ孫がお遊戯をする番となりました。舞台へ向かって歩いていくときも、孫はジッとこちらに目を向けています。私が手を上げるとニコリ。そして、出し物の太鼓が始まりました。しかし、園児の数より太鼓の数が一つ足りません。そのとき、先生が素早くバチを女の子に渡すと、その女の子は、笑顔で一つの太鼓を二人で一緒に仲良く打っていました。私はその光景に感激しました。

最後に園長先生から「おじいさん、おばあさんの温かい気持ちが一番」と言われ、とても楽しい半日を過ごすことができました。

孫も三年間お世話になった保育園

花の大好きな私

丸山良子
(五十一歳・上野ノ木)

福円寺の住職様に毎月、お経をお願いしています。お経を読み終わった後で、お茶を一杯飲みながら、花談義をします。私は春に花開くクンシランが大好きで育てています。住職様が、「花が好きなのに悪い人はいませんか」と、話してくれてうれしくなりました。

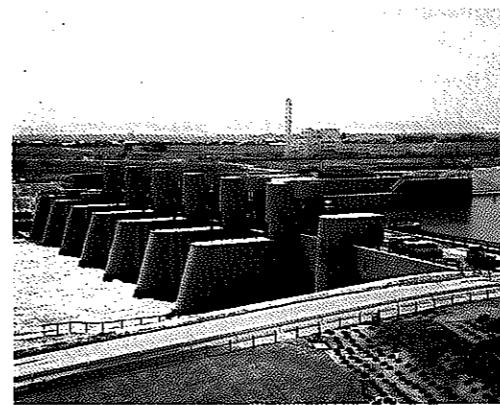
夏にはハイビスカス、バラの花が次々に咲いて私を楽しませてくれます。思わず花の前に立ち止まり、時を忘れてその美しさに魅了されてしまいます。

また、心のストレスをいやしてくれるので落ち着きます。園芸療法が使われていると聞き、本当に良いことだと思います。

大河津分水 洗堰新築工事に思う

荒木宏
(七十八歳・和泉)

私たちの地域が穀倉地帯となつて、終戦前後の食糧増産に貢献し、国の発



展を支えて来たのも、大河津分水のたまものであることを忘れてはなりません。

二百年以上も前から大河津分水の必要性を訴えてきた、数多くの先覚者たちによって成し遂げられてきたことを感謝せざるに任せません。信濃川の本流に設けられたその洗堰が、新築工事でのつぎ完成しました。

私が生まれた大正十一年に通水してから七十七年余り、喜寿を祝うように新しい洗堰が出来上がり、その威容な姿に感動しました。

平成八年から始められた本体工事の完成を喜ぶと同時に、八十年近くの歳月にわたり、豪雨や洪水にも耐えてきた洗堰、本当にご苦労さまでした。

物は造り替えることで新しい機能を発揮することがありますが、人間それができないのが残念。そんなことを思いながら老友会のハイキング大会で見学し、楽しんで来ました。

市民大衆

俳句
日向ほこき 芳語を淡淡と 樋口 トシ
この冬をまた一人越す冬支度 相田 照子
ふっくらと陽のふりそ、く菊畑 公條 雪夫
竹切つて揃へて置ても冬用意 安澤 飛浪
刈り上げの餅揚ぐこともなくなりし 池兼 北魚
菊日和バザー日和の出入り 小林 光子
ざぶざぶと廻し洗へる漬菜桶 五十嵐寛吾
二年越のセーターを編む冬支度 古川 綾
糟田の果てくつきりと山二つ 細貝 漢子
未だ青き残る豆引く小六月 勝山 絢子
あれこれと仕舞ひて出して冬支度 堀内ナナ子
からたちに蜷場の乾ぶ鴨の贊 山田 孝
朝寒の背中丸めて座りけり 小林 すみ
病む窓を流るる秋の雲眺む 五十嵐理恵
熟年の個性抱えて冬籠 山田 栄一
たらちねの川透け流る神無月 小林富沙子
小春日ややる事多き日となりぬ 松下 聡
冬耕や休耕田の粗起し 知野信一郎
神無月商談遅々とすすみかぬ 小林 なお
危ふきがゆえのこの世の穴感ひ 真嶋つぎえ
冬耕の一人が失せし杉林 小林理代子
狛犬の少し退屈小春かな 田中美根子

広報クイズ

図書券が当たる!

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、1月29日(月)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)へお送りください。

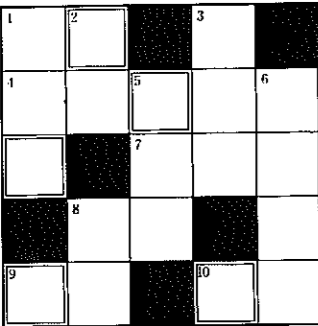
正解者の中から抽選で5人に500円の図書券、10人に粗品を差し上げます。正解者の発表は2月15日号で行います。12月1日号の正解はポウネンカイ。正解者は40人でした。▼図書券 樋口大海(美咲町)、本吉健(高井東2) ▼粗品 山田恵理(古川)、青柳勝人(鯉湯2)、柳瀬陵子(田上町)

◆ヨコのカギ

- ①敵に〇〇を送る
- ④桃太郎が腰に付けているもの
- ⑦7月の誕生石
- ⑧刺身料理についてくる大根の千切りなどをこう呼びます
- ⑨〇〇は金なり
- ⑩これを開けて、換気をしましょう

◆タテのカギ

- ①著名人からサインしてもらおう厚紙
- ②〇〇に短したすきに長し
- ③二人組
- ④雪、ストーブ、落とし
- ⑤Qちゃん、ヤワラちゃんは〇〇〇〇メダリスト
- ⑥剣道の決まり手の一つ



□の字を並べてください。
子どもはニコニコ
大人はガックリ

項目	インフルエンザ	カゼ
発熱の仕方	急 激	ゆる や か
悪寒	強 い	軽 い
発熱の症状	高熱39℃以上	あっても37℃台
症状	頭痛、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、鼻汁	のどの痛み、水様の鼻汁、くしゃみ、せき
合併症	気管支炎、肺炎などを併発し、重症化しやすい	少ない

〈カゼとインフルエンザの違い〉

普通のカゼとインフルエンザを混同していませんか。それぞれ左記のような特徴があります。気になる症状が出たら、早めに治しましょう。

インフルエンザの予防

寒くて空気の乾燥する冬は、インフルエンザウイルスの活躍するシーズンです。平成九年から十年にかけては、過去十年間で最大の流行を記録し、死亡する人も多数いました。今年度も、十二月上旬からインフルエンザの患者が数件発生しています。インフルエンザの特徴と予防法をよく理解して、今年の冬を元気に過ごしましょう。

〈予防法〉

- ① 予防接種を受ける
ワクチンを投与することで、体内に抗体をつくります。これが病気にかかりにくくしたり、かかっても症状を軽くしたりします。特に高齢者や、乳幼児、そのほか慢性の疾患を持っている人は、接種をお勧めします。かかりつけの医師と相談の上、早めの接種が効果的です。
- ② 十分な栄養と休養と
乾燥した冷たい空気は、呼吸器の粘膜の機能を弱め、ウイルスに感染しやすい状態にします。室温十八から二十度、湿度六十から七十パーセントを目安に環境を整えましょう。
- ③ 室温に気を付け、湿度は十分に
乾いた空気は、呼吸器の粘膜の機能を弱め、ウイルスに感染しやすい状態にします。室温十八から二十度、湿度六十から七十パーセントを目安に環境を整えましょう。
- ④ 帰宅時は手洗いとうがいを中心掛ける
カゼのウイルスは接触感染で、インフルエンザウイルスは空気感染で流行します。人込みの多い所への出入りは、両方のウイルスにかかる危険性があります。
- ⑤ 人込みを避ける
カゼのウイルスは接触感染で、インフルエンザウイルスは空気感染で流行します。人込みの多い所への出入りは、両方のウイルスにかかる危険性があります。
- ⑥ 外出時は、マスクをする
ウイルスの侵入を防ぐ、フィルター付きのマスクもあります。



保健福祉課
☎237



出雲へと神旅立ちの雲連し
一筋の煙育てて冬耕す 登石 詩子
雲晴れし若水くみて日の出待ち 丸山 虚秋
浪辺 勤

短歌
前の香のみちあふれたる神社境内を行く
人くるひと皆が老い人 田中 恭子
障害のあると思えぬ激戦をくりひろげた
リパラリンピック 阪井イクノ
敬愛の恩師のことを語らんとわが背の君
は姿勢を正す 出来島ミサホ
黄緑のカリンは熟れて一つ落ちしぐるる
庭の木下にまろぶ 星 ハツノ
秋の野に黄色に咲けるキリン草空の青さに
映えて鮮やか 河内 勝哉

川柳
テレビでは見せたがり屋の顔ばかり 丸山 一郎
日銭追う暮しに花のあるゆとり 吉川 彰
プライドが選ぶ一番遠い的 織田 セツ
二十一世紀の扉を開ける新生児 今井 七郎
無神者も嗽している初詣で 大谷 龍吉
茶髪の娘見直す席を譲られて 高橋祐四雄
年賀欠礼詫びて四方へ手を合わす 中村 尚治
葉を落し冬木つぶやく孤高の詩 西条 ムラ
ひと筋の思いで彫った阿弥陀仏 山岡 フミ
長続きしない二世の七光り 今井八重子
財布から年金すぐに逃げたがる 田村 トリ
返還に幽魂ゆする風の音 田村 恒夫
出来過ぎた文に照れてるベン 佐藤 ヨキ