



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。

捨てないで、良心を

横山直子
(四十八歳・上茨)

あなた、もしくはあなたの家族がかわいがっていたコを、あなたは良心とともに捨てました。

そのコは、人家の見当たらない田んぼや道で、きつとかわいがってくれた飼主主に会いたい、精いっぱい鳴いたことでしょうか。

トンボやイナゴを食べて飢えをしのいだのでしよう。車にはねられて死んだそのコの口元には、イナゴの骸がありました。はねたその車も、見かけた車もきつと何台も何台も通り過ぎたのでしようね。

五十歳に近い、いい大人が、そのコを前にして涙を抑えることができませんでした。捨てた人の良心とともに、土に埋めました。

早春の一日

佐藤 芽瑠子
(六十三歳・葵町)

節分も終わり、ひな人形を飾りながら、二人の娘が保育園のころに踊ったかわいいうさぎや、楽しい話をしながらお手伝いをしてくれたことなど、昔のこと思い出します。

ひな人形を飾り終え、外に出て少し風に当たってみます。沈丁花のつぼみの色付きや、亡き母が株分けしてくれた鉢の甘い香りに春を感じます。春まだ浅い昼下がりに、ひな人形を飾りながらの一日でした。

感謝

小柴 美和
(六十五歳・三の町)

昨年、母を送りました。享年九十四歳。先生に脈を取ってもらいながら、静かに旅立ちました。

ヘルパーさんやデイサービスの方々の明るい笑顔は、沈みがちな母を励まし、ダウンしそうな私の心に火を灯してくれました。また、昼夜を問わず駆け付けてくれた先生には、なんとお礼を申し上げればよいのか分かりません。

皆さんの優しさに守られて、家族一同、親孝行のまねごとができたこと感謝しております。ありがとうございます。

明るい家族

大橋 スミ
(六十一歳・能登)

今年で六十二歳になる私は、二人の息子と六人の孫に恵まれ、毎日を過ごしています。六十二歳といえどももう定年ですが、わが家は自営業ですので、まだまだ現役で仕事をしています。

毎日、仕事場と自宅の往復で終わってしまいそうな私の生活に、潤いと刺激を与えてくれるのが趣味の習い事です。その一つに三味線があります。

習い始めたころは、音をとるのに一杯で音色を楽しみ余裕など全くありませんでした。それでも、正座をして背筋を伸ばし三味線を持つその緊張感はとても新鮮で、心地よいものでした。

最近では、音色の美しさや唄の意味をも楽しむ余裕ができ、三味線という伝統音楽に魅力を感じています。

自宅で練習していると「おばあちゃん上手だね」と孫が褒めてくれます。いくつになっても褒められるとうれしいものです。上手下手が分からない孫の「おだて」に乗せられ、練習時間はあつという間に過ぎてしまいます。

私が十年の間、三味線を習い続けてこれたのは、家族が協力し続けてくれたからです。口に出すのは照れるけど、私の本音、この場を借りて家族に「ありがとう」と伝えたいと思います。

広報クイズ

図書券が当たる!

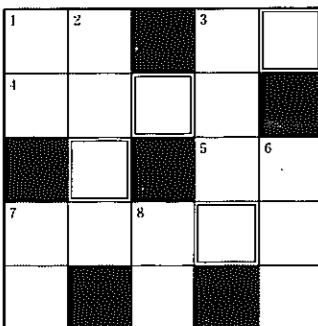
はがきに答え(完成図は不要です)、住所、氏名、年齢、市や広報紙への意見を書いて、4月18日(木)必着で白根市企画財政課秘書広報係(〒950-1292 白根市大字白根)へお送りください。※EメールでもOK。

◆ヨコのカギ

- ①絵を描くことを職業とする人
- ②出す、巻く、打つ、二枚
- ③月と〇〇〇〇
- ④ワカシ→イナダ→ワラサ→?
- ⑤畑を耕す機械

◆タテのカギ

- ①気体
- ②日本料理屋のことをこう言います
- ③社会の出来事、報道などを広く伝えるための定期発行物
- ④お相撲さん
- ⑤日本の主食
- ⑥今年の干支



□の字を並べてください。黄色がかわいらしい

健康なときこそ

年一回の検診を

基本健康診査結果から

平成十三年度の基本健康診査では、四十歳から五十歳代で、高脂血症・高血圧の異常が多く、六十歳代になると、これに加えて心臓の異常が浮上ってきます。

これは、若いころからの良くない生活習慣が、高脂血症や高血圧等を引き起こし、長い年月をかけて心臓に負担をかけた結果だと考えられます。また、寝たきりの主な原因である脳卒中や、死亡原因第一位のがんにも大きく関係してくるものです。



サインは見逃しやう

心臓病や脳卒中・がんになると、生活が制限され、手術が必要になる場合もあります。病気になるのが一番だということは、だれもが納得できる考えですが、原因である高脂血症や高血圧等は、体内からの異常サインを見逃しやうしない特徴があり、検査をしないと発見しにくいものなのです。



将来の夢はなんですか

検査を受けることで異常が発見でき、また、生活習慣がどうだったかという指標を得ることが出来ます。これを活用し、生活習慣を見直すことで、がんや脳卒中・心臓病を防げるのです。つまり、診断を受けることは、自分や家族の将来・夢を守ることにつながります。ぜひ一度、将来の健康と夢について考えてみてください。



奇天犬

俳句

寒菊の一輪の黄の明るさよ 細貝 淡子
亡き妻の部屋の目録はせまに 五十嵐寛吾
尖り出し一寸ほどの芽水仙 本間しげ子
日に力戻り深田の雪解急 安澤 飛浪
凍空に朝月淡くかかりをり 木村 トリ
初便り嬉し連絡ごととなりし 小林 すみ
茹で上げてあまき緑の冬菜かな 堀内ナナ子
一からの再出発や春隣 五十嵐理恵
ゆらゆらと水に影置く冬木立 古川 綾
勢子二人寒菊追ひの竿担ぎ 池兼 北魚
真っ白なバレンタインでふち ユーリッブ
独楽を打つ発止々々と二少年 小林 光子
待ちわびる運動場の雪解かな 公條 雪夫
強霜の絵なぎされし草薺 和泉 伸子
嘘と嘘ぶつかる春の水輪かな 樋口 トシ
どっこいしよ新年号の重さかな 山田 栄一
読み耽る桐壺の章春の夕 真嶋つぎえ
雛飾り表情豊かな資料館 小林 なお
幸せの足音きこゆ春日和 小林富沙子
川音へ屈み芹摘む若菜の日 小林里代子
伝統の華麗な技や出初式 知野信一郎
いじけてる身の置きどころ鳥瓜 丸山 虚秋
嘘なども少しまじりて年の市 登石 詩子
かみなりが活を入れたる年の市 丸山 虚秋

短歌

武骨な掌胡瓜接がせば淡みなし 川村まさし
出直しの娘に赤く桜咲き 渡辺 勤
短歌
十代の娘の描きたる自画像は清らかな瞳も 村山 和江
てわれを見つめる 和江 村山
老師より今年も賜う年賀状幼弱ころの我 河内 公夫
を忘れずに 河内 公夫
晩秋の田園ゆきぬいづこにもたわわにみ 出来島ミサホ
のる柿の輝く 出来島ミサホ
何処より集いきたりし椋鳥かおびただし 関 悦子
くも電線に群る 関 悦子
金髪が金髪ゆえに使うなるクレインはい 田中 恭子
まの若き力ぞ 田中 恭子
我が裾に気持ち良さそうに眠る三毛太い 小出熊四郎
オナラに眼こバチクリ 小出熊四郎
幼な友病院通いにふと見るにぼけてか語 小出よしの
らず吾が前を行く 小出よしの
川柳
列姓で義理人情が遠くなる 吉川 彰
カルテを抱えて光陰矢の如し 今井 七郎
新世紀女の株がまたあがる 大谷 龍吉
焦点をずらすと見えてくる自分 織田 セツ
春風に花の便りが乗ってくる 河内 勝哉
春眠に寝過ごし鳥に起こされる 田中 弘子
追憶の夢かけめぐる古日記 田村 恒夫
乗り心地良いが虚しい車椅子 高橋祐四雄
歯が治り至福の味を噛み締める 中村 尚治
尺取虫一歩いっばでめざすもの 西条 ムラ
桜咲く心うきうき老いの髪 山岡 フミ
運がもう底をついてる負け戦 今井八重子
食卓の傷に女の乱闘 佐藤 ヨキ