



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。

わが家の生活

谷川コト (七十一歳・戸頭)

わたしの家は兼業農家です。家族構成はわたしと夫婦と息子夫婦、そして孫三人の、七人家族です。息子は春と秋の農繁期に会社から休みをもらい、農作業をします。農繁期が終わるとすぐに出社しますが、朝と晩だけは田んぼに走ります。お母さんは朝三時に起き、弁当を作り、四時半に出社します。

食事と一緒に出来ないし、体を壊しはしないかと心配のあまり「だから一人会社をやめても食べていけるんじゃないの?」と言うと「ばあちゃん、俺たち二人が働かなくなると今の生活はできないんだよ」と答えます。確かに今の農政の在り方では後継者も育つはずはないと思います。わたし

広報クイズ

図書券が当たる!

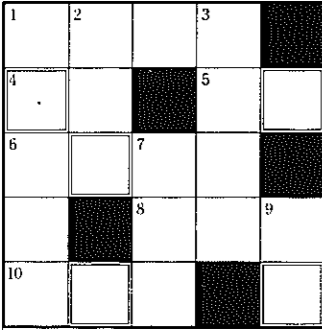
はがきに答え(完成図は不要です)、住所、氏名、年齢、市や広報紙への意見(市から回答が必要な場合は、その旨)を書いて、9月17日(火)必着で白根市企画財政課秘書広報係(〒950-1292 白根市大字白根1235)へお送りください。※EメールでもOK。正解者の中から抽選で3人に500円の図書券、5人に粗品を差し上げます。正解者の発表は10月1日号で行います。8月1日号の正解はカプトムシ。正解者は25人でした。▼図書券 坂井トシ子(白井)、樋口フサ(高井興野)、高井勇輝(庄瀬2) ▼粗品 佐藤秀憲(高井東2)、滝沢岳史(館)、渡辺薫(大通南2)、大竹紀子(鰐沼2)、鈴木キイ(五六の町4) ※敬称略

◆ヨコのカギ

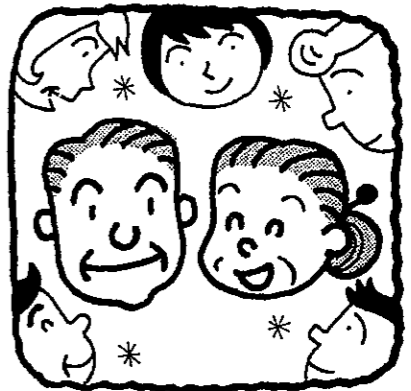
- ①朝咲く花
④大和朝廷の宮殿が置かれた地
⑤豚〇〇
⑥海上から鳴り響いてくる音
⑧そろそろ稲刈りです
⑩「尾花」と称し、秋の七草の一つ

◆タテのカギ

- ①人の集まる場所で、放送により知らせる
②イタリア風のソーセージ
③粘土または陶器製の気鳴楽器
⑦内々のきまり
⑨老海鼠



□の字を並べてください。あー楽しかった



柿に赤い花咲く?

宮川道夫 (五十五歳・大通黄金2)

仕事の都合で、人工都市つくばから十一年前新潟市に引っ越してきました。そして五年前、砂丘上の官舎に襲い掛かる冬の日本海の高鳴りに音を上げ「可能な限り海から遠く」との思いから、この何番目かの故郷、白根市に引っ越してきました。

ただかか一千円にも満たない苗木や、子どもたちの食べ残した果実の種から育てたモモ・クリ・ピワ・リンゴ・イチゴ・ラズベリー、いずれも豊かに実を付け、これまでの生活では想像もできなかった産地直結の豊かな食生活を提供してくれました。誠に幸せな気分

たち老夫婦もいつまで続けられるか分からないけれど、ボケ防止・寝たきり防止に、留守番と野菜作りを頑張っています。

柿の花は赤いんですよ。知っていますか?。都会とは言えない土地にもかかわらず、ほとんどの人がこの冗談をそのまま「真実」と受け取ってしまっている。現実を誠に残念に思います。ちょっと願いをすれば、新潟ではまだまだ自然と一体化した豊かな生活ができることを、どのように理解してもらったらいいのでしょうか。ドイツやイタリアから友人たちを招いたこともありますが、あまりの狭さにびびりたただけかも知れません。それなら官舎の狭さを共有する、つくばの友人たちをこのあばらやに誘ってみよう。きっと白根に住みたいと思う友人も出てくるに違いありません。注文明あります。人生十三回の引越を経験しましたが、交通マナーだけは残念ながら白根は最悪。豊かな土地に、豊かな気持ちで住みたいものだと思います。



高齢者の呼吸器疾患

高齢者の肺炎

高齢者は、肺の機能が低下し抵抗力も衰えがちなため、肺炎にかかりやすくなり、時にそれが急に悪化することもあります。高齢者の肺炎で意外に多いのが嚥下性肺炎です。年を取ると物を飲み込む運動(嚥下運動)がうまくいかず、むせて食べ物などが気管に入ることが多くなります。それが原因で起こるのが嚥下性肺炎です。予防対策として、「食事はゆっくりよくかんで食べる」「口の中に食べかすが残らないよう気を付ける」ことが大切です。

細菌やウイルス感染による肺炎は、風邪の諸症状に加え、体の節々の痛みやだるさを感じます。感染を防ぐため、日ごろから栄養のある食事を取り、抵抗力を付けておきましょう。

たん・せきで疑う呼吸器疾患

たん・せきがひどく、呼吸困難が起る病気に気管支ぜんそくや慢性気管支炎があります。これは長期間喫煙してきた人に多い病気で、気管支ぜんそくは、のどがゼイゼイと苦しむ

鳴る呼吸困難な発作を起こします。慢性気管支炎は、たんが多く、せきが数カ月以上も続きます。せき・たんがある場合、このほか急性の気管支炎や結核などの可能性も考えられます。いずれも早期治療が大切です。ので、早めに医師の診察を受けましょう。

広がり 健康家族

130 保健福祉課 235

市民文芸

俳句 梅の実の色づく頃はいつも雨 池東 北魚
南瓜の手三段四段と縄を張る 木村 トリ
遠くより竿売りの声梅雨時 堀内ナナ子
青葉の身丈を隠すほど繁り 古川 綾
青梅の尻丸々とかはいらし 小林 光子
誰がくれた玄関先の茄子胡瓜 笠原 里津
コップ酒呷る茄子漬手でつまみ 公條 雪夫
まっすぐに雨のしたる、今年竹 相田 照子
記念樹の梅の一キロ漬け終へる 本間しげ子
豆を植える水をたっぶりこれでよし 小林 すみ
川中の広くなりゆく梅雨出水 五十嵐寛吾
車椅子での院内散歩梅雨深し 五十嵐理恵
梅雨空に朝のチャイムの明るさよ 細川 漢子
どこへゆくにも気に入り夏帽子 和泉 伸子
休日ゆとりこれから半ズボン 山田 栄一
台風曲りたる唐黍腰伸す 小林 なお
青竹の風の音なき大暑かな 田中美根子
噴水の折りたまたまて日暮れけり 小林富沙子
水しぶき真夏を誘ふイルカ 野信 一郎
七夕や此の鈴にて夢を書く 真嶋つぎえ
消防署朝の点検夏つばめ 丸山 虚秋
露天湯の湯気立つあたり夕河鹿 小林里代子
十華の花の盛りをなぜ歩く 登石 詩子

山菜を並べて旨し岳ビール 松下 聡
松虫や月の雫の青きかな 渡辺 勤
茄子の牛品よく坐り婆帰れ 川村まさし

短歌 病みてお生さねばならぬ野良猫のあふるるよだれに為すすべもなし 村山 和江
早苗月待たず農夫の逝きにたり田の畦崩れ夏草が伸び 星 ハツノ
晩春の九十九里浜夕暮れて海を背にして落日録し 出来島ミサホ
携帯電話の着信音を愛えてみる操作に少し我は馴れ来て 田中 恭子
空映すビルのガラスは群青に染みて一塊の海となりたり 関 悦子
何時の間に獲得せしや孫どちは下士官写真我に持ち来る 小出熊四郎
帰省しき長男一家墓に合す手孫のしぐさに祖母合す 品田 三郎

川柳 車椅子妻に押されて睦まじく 山岡 フミ
一位にはなれない指定席が好き 今井 七郎
名月に背を向け恋をする少女 織田 セツ
首筋をそっと撫でて不況風 大谷 龍吉
手を握り母は笑顔で黄泉の旅 河内 勝哉
残暑見舞ポストが暑い熱帯夜 佐藤 ヨキ
今日生きて明日が見えてきた眼 田村 恒夫
コスモスの花倒れても咲く強さ 田中 弘子
眠れぬ夜立正安国論を読む 中村 尚治
充電で心の泉満たさねば 西条 ムラ
じたばたはしない水火も辞さぬ 吉川 彰
きりとり嫁袂んで呪み合う夫婦 今井八重子