

みんなのギャラリー

市民の皆さんの投稿コーナーです。紙面の都合で、掲載できないことがあります。

問い合わせ
福津市中央公民館
☎43・2100
FAX 43・2868

地域婦人会だより

赤十字・健康生活支援
講習会を受けて

山之内 麗子

地域婦人会では高齢者に起こりやすい事故や病気の予防と手当、災害時の備えなどの講義を、日赤講師指導により、実践も交えて九月に行いました。

健康と安全については、日常の生活習慣で食事や運動をバランス良く取り入れ習慣づけること。また、老人の特殊性でもある、身体の水分が少なくなっていることや、細胞そのものが水分減少を起し、感覚も鈍くなっている点をあげられました。脱水になることで膀胱炎や脳梗塞、心筋梗塞になりやすく水分を小まめに取ることを勧められました。事故防止では、足元の段差や明かりなどの転倒防止の工夫をすることや、さらにトイレでは、倒れた場合を考えて鍵は掛けないこと。『治る』という病気はない？……病気をもちながら上手に生きる工夫が必要かな？

災害時の高齢者に与える影響では、阪神淡路大震災で救護班として参加した時のことがよみがえりました。寒い中での避難生活を思い出し、当日実践された、毛布を腰ひも一本で身にもとう方法が役立つのでは、と改めて災害時の対応について考えさせられました。



山之内 麗子
山之内 麗子

【玄鳥俳句会】

門までは迷路となりて秋ざくら
秋夕焼ベンチの母へ走り寄り
散骨を頼ばや木の実ふる辺り
つややかな木の実となりて卓の上
月満ちて心の芥洗いけり
ストローで吸ってみたいの秋の空
新生姜茎の青さを売りにけり
さり気なく知恵の一言唐辛子
海見るは夫みる思ひ秋の雲
大男背中を丸め秋刀魚焼く
隙間なく落書の壁月照らす
飲み干してワイングラスに初月夜
狗尾草豆腐のラッパ近づきぬ

【川柳】

この人を騙し続ける生きるとは
雑念を洗ってくれる海がある
予定日を指折り数え君を待つ
月明り急かされるよう虫が鳴く
子供達既に話題はクリスマス
ダイヤにはとても弱くて仲直り

川柳 【福岡川柳会】

晴雨兼用傘懸命に生きている
吹けば飛ぶ紙一枚にあるドラマ
さしのべる手に全幅の信頼度
手びねりのいびつ大好き十三夜
こぼれ萩いま微睡の手を放す

俳句 【太郎丸俳句会】

御家族は元気ですかと夕端居
ミシン目の真つすぐなる秋の昼
歳月の流るるままに木の実落つ
風抜ける竹の寺なり夜の秋
夕日背にひかり増したる椿の実
遠目にも熟しきつたる烏瓜

【海】

薄 多佳子
廣渡 久和
廣渡 絹代
上妻 松子
原田 令子
原 茂子
岡部ヤエ子

【津屋崎俳句会】

空澄みて未来の主役稚児の列
身の程に生きて行きたし良夜かな
松手入れ親子ゆずりのハサミ音
コスモスの気ままに風に遊ばるる
谷越えていつもの自分秋桜
月今宵昨日の言葉寝返り打つ
熱き麵すすり冷たき意見さく

短歌 【わたつみ短歌会詠草】

悠々と「優先席」に居座りて
メールする女子は脇目も振らず
新聞に色の付きしは何時頃か
色の無き頃今は懐かし

君なればうれしきものを誰ぞ知る
立待月を仰ぎてをれば
よく吠えし真向かいの犬声の絶ゆ
ふと淋しくて犬舎をのぞく
大仰に雷鳴とどろき空冥む
予期せし雨はパラパラのバラ
恋の気の流るる闇か水辺より
また新しき螢火の飛ぶ
亡き夫に肩を抱かれし今朝の夢
なお覚めやらずほのぼとあつ
長き夏終りし畦の辺りには
彼岸花咲き白さぎの舞う
半跏思惟像のやさしさ見せむと
妹を伴ひ来る足萎へわれが
風のよく通る社務所は無人にて
蟬時雨だけを聞いて帰れり

山形 四郎

【一般投稿】 — 短歌 —

葛の花は幼きころのなつかしさ
母手作りのワンピースの色
法師蟬聞こえぬ今年の秋さびし
天空切り裂く飛行雲見上ぐ
頼まれて弾んで家を出たけれど
用が浮かばず散歩ですまし
風鈴の音に女の性を思いしる
静かにゆれる 風のいたずら
上海万博祭人の列
いろんな国が 心に残る
あぜ道を真赤にそめて曼珠沙華
なつかしい唄 思い出す
青春を過ごせし平戸歩き馴れし
宮の町に買ふ彩硝子の皿

山本 夏枝

【一般投稿】 — 俳句 —

地下鉄に席ゆづらるる気配あり
背筋延ばしてあごを引き締む
出水平野に鶴渡り来る頃か
久未ダムにわれは鴨を待つ
緑なすわが故郷の雷山は
りんどう揺れて大楓照る
娘らの素足まぶしさ初夏の朝
背を丸めほめられて蒔く秋野菜
秋桜猫とじゃれいる縁の先
秋冷やバス待つ隙のスクワット
三十五年のしわそれぞれの味を持ち

管田 隆一

囲碁・将棋大会 結果



市実年囲碁会9月例会

今回は、11月2日(火)、11月16日(火)午前10時
受付締切りにより、中央公民館和室で開催します。

	1位	2位	3位
1	牛垣 徹	菊地 猛	今泉 武志
2	岩谷 巖	猪俣 征雄	笈 芳武
3	宮崎 良一	山口 忠男	田中 貞夫
4	村上喜代司	木植 宏	三宅 三郎
5	森 豊	広渡 直	宮川 義信
6	満生 忠雄	杉本 敏	玉井 國雄
7	森 研志	花田 和彦	政所 等
8	堺屋 光男	肥高 勲	田所 巖
9	鶴 千年	徳永 吉三	立野 義之
10	立和田 實	徳部 正美	上野 象三
11	平 輝美	坂井 衛	春藤 哲夫

連 東 輝雄 ☎43・1626

福津市将棋同好会9月例会

	1位	2位	3位
A	春日 久行	赤星 文雄	北原 靖三
B	滝口 純一	本村 弘	久田 直樹
C	川端 政憲	染森 和治	木道 健一
D	渡辺 俊男	出水平 八郎	吉村 友行
E	仲上 徹志	井上 安高	花田 友行
F	大隈 勲	梶木 繁寅	松尾 文雄

連 吉村 友行 ☎43・1308

福津市囲碁会9月例会

今回は、11月14日(日)午前10時受付締切りにより、
午前10時から中央公民館和室で開催します。

	1位	2位	3位
1	菊地 猛⑦	有田勇司⑥	今丸 湊⑤
2	猪俣征雄④	宮崎良一⑤	萩野 力④
3	田中英則④	河野吉幸④	千綿 勝④
4	木植 宏③	崎村忠司③	萩 忠志③
5	中嶋 孚③	小田邦彦③	折目 實③
6	中村 清③	花田和彦③	水上重文③
7	井手美德②	森北新吉②	森 研志②
8	内場和光②	吉田猛虎②	肥高 勲②
9	鶴留 昭①	中嶋 一①	堺屋光男①
10	城野正雄①	立和田實①	坂井 衛④

連 今丸 湊 ☎43・3325

津屋崎囲碁同好会9月例会

今回は、11月28日(日)午前11時から文化会館で開催します。

	1位	2位	3位
A	今丸 湊	今泉 武志	魚住 洋二
B	中嶋 孚	河口 正男	永島 和彦
C	船橋 雄	永島 和美	宮川 義信
D	鶴留 昭	坂井 衛	春藤 哲夫

連 永島 和美 ☎52・5610