

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 ☎432100 FAX432868



地域婦人会だより

男女共同参画出前講座

健やかに生きるための

漢方的アドバイス

国際中医師の宇津原知世美さんを講師にお招きして、平成22年度最後の自主学習会を、2月17日に福岡会館にて行い、「漢方の話」を伺いました。

人の一生には男女それぞれ体のリズムがあり、自然や食べ物、環境などの影響を受けるのですが、中国医学から生まれた漢方は、体の中に起きている変化や不都合を知るすべを知って対処されてきました。例えば、目がかすんだり疲れた時には、レバーや干しブドウ、酢などを食事に取り入れます。

人の体をつくっているものに、「気・血」があります。気は体を温めたり、血液を巡らせたり、健康でいるために常に必要で、その最たるものは穀類です。血の働きは見たり、聞いたり、運動したりですが、中医学では血が充分あることで、精神的なことも安定すると考えられています。また「七情」という思・怒・悲・喜・怖・憂・驚の感情が、それぞれ対応した臓器の働きに影響を与えると考えています。

4千年も前からストレスと病気の関係に注目していたとは驚きです。漢方的アドバイスとして「気と血」の関わりの深さを認識し、生活習慣の見直し、特に食品の取り方として地産地消が最も有効であることを学びました。

問い合わせ 岩佐礼子 ☎426025

【川柳】

パレットの中いっぱいにチューリップ 千々岩洋子
新聞の折込殖ゆる梅日和 畑迫 義文
春光や青く藻の透く船溜り 畑迫みさを
ハングルの絵馬に込められ梅真白 目代タカ子
下萌や人の定め運不運 木村 克子
雛飾り平安の世の人になる 田中二史子
一輪の水仙で待つ良き日かな 吉田 照子
新調の地蔵の帽子春きたる 薄 多佳子

【海】

一輪のころろほぐるる福寿草 凡 夫
競い合うツララ父へのたむけ水 田中 照子
春炬燵内緒話の飛び出して 上妻 松子
冬うらら車で埋まる道の駅 岡部ヤエ子
飛驒牛にはじける笑い三月来 原田 令子

川柳 【福岡川柳会】

まだまだと生命線をあたためる 神谷 幸恵
春の夜の小舟のような鎖骨あり 西村かおる
穏やかな民話の里の雪明り 西 和子
抜け道があるから明日も生さられる 中原 恵子
戦いの前夜一筆したためる 藤本久美子

俳句 【太郎丸俳句会】

後輩の穴を埋めたる咳一つ 木下 正治
大根の一本買ふを考へる 坂上 俊恵
ボール蹴る子等の観声山笑ふ 山田 章
先のこと先々のこと梅白し 薄 美津子
イスラムの春は来にけり民の聲 松崎 佐
ほどかれて寝ぼけ貌なる内裏雛 高見 英夫
捨てるもの思ひ切れずや二月尽 石田フサ子

【玄鳥俳句会】

梅白し巖頂の客に大石忌 幣 ふじの
絮とぼすたんぽぽ契約社員かな つるみつお
蠶や定年なしのクラス会 小野むつ子
自動ドア軽くタッチの雛の市 小松富佐子

短歌 【わたつみ短歌会詠草】

腰痛でリタイアしたる忍者をり 佐々木和彦
古文書に知れたのしくなりぬ 立野ゆかり
『娘がね一緒に住もうって…でもいまは…ひとりがいいのしばらくは…』 北富れい子
角砂糖ぱとりおとしてコーヒーの 春はそこまで

【一般投稿】 — 短歌 —

沿線で駅が輝く五つ星 島崎 渚
宮地参りに福岡が話題 野部フクヨ
車椅子叶ふ右手でレバーひく 小林 陽子
窓辺の春風ほほえみ、なでゆく 瓜生 千秋
如月の蒼天を飛ぶヘリコプター 冬海の波間に消えしサーファーを 小松富佐子
おたまじゃくしのごとく小さく 亡き母と同じ小言を言っている 我に気づけり古稀を迎えて 萱田 生子
八百長と石もて力士を打つ資格 故障テレビの画面の如き雪となり 床屋の傘を借りて帰れり 山形 四郎
吾にありやとニュース聞きつつ 一言を添え書きされし年賀状 心なごみて繰り返し読む 浜崎 敏江
外科手術終えて帰れば夫生けし 中秋の新薬師寺を辞するとき 観月会として椅子並べをり 徳田 敏子
……啓翁桜……

【一般投稿】 — 俳句 —

プランターの中は春がいっぱい チューリップは何色 山崎あつ子
ペルーの春ケイコフジモリ白系一割 シルスタニ(聖地四千m)砂塵奮戦当選を祈る 阿部 英子
野草茶の宴なつかし 銀色の髪に似合ふ小さき母さん 宗像 治子
桃の花手のひらに鍵握りしむ 枯芝の庭に青芽の頑き出て 寺嶋 幸子
卒業の目に学校がなつかしい 冬枯れや蠟梅咲きて香り来る 香月 常彦
紅梅や家族で享くる子安石 徳永タミ子
藤吉 綾子

囲碁・将棋大会 結果



市実年囲碁会2月例会

次回は、4月5日(火)、4月19日(火)午前10時 受付締切により、市中央公民館和室で開催します。

	1位	2位	3位
1	今丸 湊	猪俣 征雄	菊地 猛
2	松尾 文雄	魚住 洋二	佐藤 弘
3	東 治夫	宮崎 良一	中嶋 孚
4	山崎 和夫	山口 忠男	森 豊
5	河野 吉幸	東 輝雄	今和泉敏之
6	加村 光義	宮原 竹夫	船橋 雄
7	萩 忠志	森 研志	永島 和美
8	中村 清	鶴留 昭	肥高 勲
9	泉 規美子	花田 章	堺屋 光男
10	徳永 吉三	武田 隆幸	高木 正信
11	堺 高之	上野 象三	立和田 實
12	竹石 和徳	春藤 哲夫	内田 義徳

連 東 輝雄 ☎43・1626

福津市将棋同好会2月例会

	1位	2位	3位
A	春日 久行	北原 靖三	石松 大明
B	滝口 純一	椎名 淳	川端 政憲
C	安波 寛	久田 直樹	本村 弘
D	阿部 博文	諫山 嘉刀	仲上 徹志
E	岡部 正敏	羽倉 恵嗣	梶木 繁實
F	高田 治夫	吉田 弘	松尾 俊雄

連 吉村 友行 ☎43・1308

福津市囲碁会2月例会

次回は、4月10日(日)午前10時受付締切により、 囲碁会を市中央公民館和室で開催します。

	1位	2位	3位
1	菊地 猛⑦	松尾文雄⑤	有田勇司⑥
2	宮崎良一⑤	秦 利喜④	田中英則④
3	千綿 勝④	荻野 力④	菅原勝弘④
4	三原敏男④	木植 宏③	加村光義③
5	中村 清③	山口忠男③	折目 實③
6	井手美德③	佐藤辰夫③	崎村忠司③
7	須貝健一③	今和泉敏之③	中山隆視③
8	宮原竹夫③	村上喜代司③	林田健介③
9	内場和光③	中嶋 一③	森 研志③
10	満生忠雄①	森北新吉①	杉本 徹①
11	徳部正美①	高島正憲①	堺 高之①
12	坂井 衛④	塚崎国茂①	柳田正尚①

連 今丸 湊 ☎43・3325

津屋崎囲碁同好会2月例会

次回は、4月24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	石松良治⑤	今泉武志⑥	魚住洋二⑤
B	中島 孚④	船橋 雄④	伊藤重信③
C	藤井義孝①	鶴留 昭③	河野正廣③
D	西住弘久①	坂井 衛④	春藤哲夫②

連 永島 和美 ☎52・5610