

“美波町ヘルスマイト” 健康づくり大作戦

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに自分達が学習してきたことを、身近な人に伝えていくというボランティア活動をしているヘルスマイト。今回は由岐少年野球部の子ども達とその保護者の方を対象に食育を展開。ヘルスマイトさん達は野菜入りの蒸しパンを作り、試食をしてもらいながら、おやつの話、朝食の話、ジュースに含まれる砂糖の話等を聞いてもらいました。いろんな食べ物の中から、体のことも考えながらおやつを選んで食べてもらえたらというヘルスマイトさん達の熱い呼びかけで、少しでも子ども達や若い世代の保護者の人たちに健康への関心をもってもらえたらと思っています。



2月 まちの相談カレンダー

1日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター 行政相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
6日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
8日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
13日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター 人権相談 (13:00~15:00) 由岐老人福祉センター
14日	水	行政相談 (13:00~15:00) 由岐老人福祉センター
15日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター 人権相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
20日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
22日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
27日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター

町民文芸

由岐句会

北海の数の子噛んで傘寿かな
口ずさむ青葉の笛や母夜なべ
底たたく灯油の残り余寒かな
電線に来て揃いけり初雀
黒潮の帯くつきりと日脚伸び
大漁旗海士安らいで寝正月
冬木の芽明日への力もらいけり
寒紅の残りしままの厨ごと
昔日の餅搗く音やなつかしき
児の声が路地にひびきて三ヶ日
手庇の大円上や冬の航
酒好は歩いて来いと初電話
百寿越す母守る友へ賀状書く
潮風の江に黎明の鐘牙ゆる
ちよつとした事嬉しくて初日記
犬小舎の中まで届き初明り
つがい鳥遊ぶ入江や年新

寺口 春魚
住谷 喜舟
米山 玉子
泉 清
由岐 亮子
松内 きぬ
戎谷 久代
下町 昭
戎谷 利公
森 浄子
中川 秀司
三谷 静枝
海部 夫志子
青山 文夫
中崎 小夜子
浜名 文字
森 延子

日和佐句会

放たれし犬ひた駆くる冬の浜
昨夜の雪雑木に花を咲かせけり
初雪の目覚めにうつる山真白
鉢いだき金の成る木の冬囲い
漁はじめ勇みて手繰る定置網
息災を捨わればこそ初詣
冬入日我が影捨てて山おりる

初日の出わが揺籃の海染めて
赤子居て皆よく笑うお正月
蘭色の紙に真向い筆始
太鼓一打杜つつ抜けて年新た
伊勢海老の触角うごきいる活け作り
陽の照りて振袖まぶし初詣
恒例の川柳一行年始状

投稿(俳句)

山茶花の憎し可愛しかなわぬ花よ
年の暮れ俳句に賞をもらいけり

志尾多磨子
青山 幸子
谷 嘉市
坂井 舟人
湊 とおる
岡本 夫佐子
森本 富美子
寺島 水穂
田川 幸枝
本庄 潮乃
中川 美鈴
白河 輝女
遠野 歌菜
岡本 真砂
小林 申治
名田 祥人

日和佐短歌会

咲き揃う山茶花既に散りそむをおしむ花の命のみじかからせば
老いるほど素直に生きんと何事も良きよきに心静める
若き日に共に学びし古都の友電話の声を知る時の流れを
動物の声色混じえユーモアなムツゴロウさんの話術にひかざる
家なべに軒に干されし大根を日光にさらし峡の年の瀬
ウオーキングあゆむ川辺に鴨たちの三三五五の家族づれ嬉し
薄日射す杉の木立のその中に真赤に実をつけ千両繁る
結界の外にも落葉のこぼれつつなお金色に大公孫樹立つ

谷崎 吉加
鈴木 テルエ
豊崎 マツエ
福井 郁子
栗林 和子
中野 瑛子
小延 恭弘
本庄 たえ子

投稿(短歌)

めいめいに気がかり一つあるもよし七草粥の湯気に座れば

下町 昭



町民文芸のコーナーに掲載を希望される場合は、総務課 ☎77 - 3611 まで連絡をお願いします。