

# 歌壇

◆選者・椎名恒治  
●投稿先・森田貞子（〒1市水子4-8  
831-1・☎26815370）

※投稿者は電話番号を明記

旗桜ありとし聞いて尋ねゆき迷ひし道に花びらが舞ふ。  
香川日出子

此ひつわが足運べば九歳の孫が手を取りホームへ急ぐ  
泉 郁子

石南花の見事に咲ける内庭は心浮きたつ庭師の腕前  
森田 貞子

夜來の雨あがりて若葉の木洩れ日に滴のダイヤ万両の葉に  
井上 悦子

聖堂のフレスコ画の空いつぱいこへ流れゆく羊雲  
吉田 和代

舞ひ下りし天女とも見ゆ白妙の牡丹一夜の雨に崩れぬ  
内藤 歌野

春愁のわが胸軽くノックする子に誘はれて花びらを浴ぶ  
鈴木 繁子

円天といふ名の会社の詐欺行為俺おれ詐欺よりもペテンは上手  
山田 五郎

夕暮にはの白く咲く山桜仰ぐたまゆら花の静謐  
西尾 慶子

満開の桜に会へる幸せよ歳経ることに思ひ深まる  
山口みさ子

【選評】旗桜（はたぎく）とていつ珍しい桜を教わった。花を見る  
心も入るさま。春爛漫だが花に酔ってばかりはいられない世相  
の苦い歌もある。多彩な春の特集となった。  
（椎名恒治）

# みんなのひろば



←藤久保在住  
瀧上律斗ちゃん  
平成19年11月22日生  
（父・智也）  
（母・晴佳）

仲良しの従兄とツーショット！  
やんちゃ息子の律斗です。ヨチヨチ探検隊のボクはいつも傷だらけ。今日も、おでこに傷2つ作っちゃった。みなさん、よろしくね！



## ドライ



←北永井在住  
妙園園快晴ちゃん  
平成20年2月18日生  
（父・修司）  
（母・葉月）

「いただきます」が大好きで、「ごちそうさま」が嫌い。たくさん食べて大きくなるぞ！

◎原稿募集中... ●アイドル●こんにちは！サークル等  
あて先〒354-8565三芳町大字藤久保1-100番地 三芳町役場

# 俳苑

●投稿先・林 保

〒258-4179

※投稿は官製はがきに楷書にて、電話番号を明記し25日までにお願いします

これれそう手を添えたくてバラの花  
眼鏡のずれ落ちんとす昼寝哉  
ダム底になるひと村や若葉冷え  
やんちゃな子遊び相手の爺ひの寝  
舌咬まぬ様に啼きやれホトトギス  
いそいそと夏めく句座に歩を運ぶ  
富士川の急流掠め夏つばめ

小林 漣  
綿引 李知  
重田 照子  
大崎 栄子  
小泉 かね  
池上ひでお  
窪田 如春

新茶入れ郷里の友の香にしたる  
吹き入る窓辺の風や若葉冷え  
友垣とありし日徳ぶ薄暮かな  
注ぐ陽の脈はひにあり薔薇の垣  
照れもなく夫に捧げる薔薇の花  
紫陽花を横目に走る登山バス  
畑仕事シャワーを浴びて冷奴  
若竹の生気を享けて八十路行く  
バラ一輪香りて蝶の舞い舞いて  
水たまり我が影ゆらす水曜  
永き日や介護に笑顔貫えつつ  
座禅草履月を経てならび咲き  
春風歩道の埃宙に舞う

沖野 澄江  
川口 南子  
金谷 武  
沼波そめ子  
佃 浩子  
坂田ふみ子  
前田 益夫  
窪田 秀雄  
登坂 喜子  
針田 晃  
清水 長吉  
三島 哲子  
荒谷 和己

## こんにちは！サークル

ななつき 七月の朗読会



七月の朗読会では、毎週土曜  
日、竹園公民館でレッスンを  
行っています。講師はNHK  
本語セター専門委員の手田道  
雄氏です。練習成果を発表した  
り、ボランティア活動もつて  
います。  
《七月の朗読発表会、開催》  
日時、7月5日(日)、開場午後  
1時30分、開演午後2時  
場所、竹園沢公民館ホール  
文芸作品から書話まで幅広い  
作品を読みます。お楽しみ  
ください。入場無料です。大  
勢の方のご来場をお待ちいた  
します。なお、朗読や読み聞  
かせに興味のある方、入会は  
随時出来ます。  
連絡先  
秋野 259-0500

## 春・夏・秋・冬



ドラセナ  
リュウゼツラン科 別名、幸福の木。  
熱帯アフリカを中心に約40種分布し、多  
くの姿種がある観葉植物。深夜に花が咲  
き誇り、朝になると花弁が閉じる。夜行  
性の花が藤久保の浜砂豊子さんのお宅で、  
開花しました。

## 健康百科

### こきげんいかがですか？

現在急速に高齢化が進み、  
国の調査によると、65歳以上  
の40人に1人、85歳以上で  
は10人に1人は認知症の症状  
があると言われ、20年後は  
倍増すると予測され、認知症  
予防についての取り組みが急  
務となっています。  
認知症は、著しい性格変化や  
時間・場所がわからなくなる、  
理解・判断力の低下など、脳  
や身体の病気などによって脳  
の機能が著しく低下して、日  
常生活に支障をきたした状態  
のことを言います。  
認知症を引き起こしている  
脳の代表的な病気には、脳の  
神経細胞がゆつくりと死んで  
萎縮してしまうアルツハイ  
マー病と、脳梗塞や脳出血な  
どにより、脳の血流が一部途  
絶えることで脳の神経細胞が  
死んでしまう脳血管疾患によ  
るものがあります。残念なが  
らアルツハイマー型の認知症  
については、現在原因がよく  
わかっていませんが、運動や  
食事などの生活習慣に気を配  
ることで、発症や進行を遅ら  
せることに期待が持たれてい  
ます。  
また、脳血管性の認知症は、  
高血圧や高脂血症、肥満など  
の生活習慣病の対策によって

### 脳を活性化する

#### 日常生活のポイント

- 1 散歩やウォーキングなど  
適度な運動をする。
  - 2 買い物や調理・洗濯など、  
自分に出来る役割をもつ。
  - 3 読書や園芸・囲碁将棋な  
ど、趣味をもつ。
  - 4 親しい仲間や知人との外  
出の機会をつくり、人と交  
流する。
  - 5 規則正しい生活と日頃の  
健康管理を行う。
- 脳の活性化で大切なことは、  
楽しく行うことです。さあ今  
日からさっそく始めてみま  
せんか。

問い合わせ  
高齢者地域支援課 包括支援セ  
ンター（内線188・189）

〒274-1054

**コピスみよし**  
催し物案内

## 第6回 のどじまん

公演日 平成21年10月12日(祝)  
開演 午後2時、開場 午後1時30分

会場 三芳町文化会館（コピスみよし）  
入場料 好評発売中！！ 全席自由 1,000円



※三芳町文化会館の窓口  
のみの販売になります。  
※ご予約は原則7日以  
前に当館の窓口にてお  
引き換えください。

## 予選オーディション

歌が好きの方、中学生以上「ならせびっ！！  
目時」平成21年9月23日(祝) 午後1時、  
会場 三芳町文化会館（コピスみよし）  
申込み方法 所定の用紙に申込みください。



※申込み用紙は本事業のチラシの裏  
面、町のホームページに掲載して  
いますので必要事項を記入して、  
当館窓口までお持ちください。  
※電話での申込みはできません。  
※オーディションは先着40組で、カ  
ラオケ（用意ください）での審  
査となります。20組の方が出場で  
きます。  
※申込み期限は8月30日(日)までで  
させていただきます。

※詳細については、7月15日号広報みよしに本事業チラシ  
を折込みいたします。三芳町のホームページにも掲載い  
たします。  
問い合わせ先：三芳町文化会館（コピスみよし） 259-3211