

文芸

●短冊の幼子の願い重すぎて青竹堪えず
 眺みゆくなり
 中島三千代(桜の郷)

●戦闘機訓練なき日は存分に野鳥の声聴く風の音聴く
 河野 久子(昭 和)

●竜神橋を渡り終つて振り返る恐怖と安堵の胸を撫でつつ
 木野内清太郎(神 宿)

●紫陽花の枝葉を越えた花咲ける雨に撓みて哀れをさそふ
 岡山 一二(上石崎)

●草刈機雉子の背中を刈りとばすそれでも逃げず玉子守りぬ
 海老沢ミユキ(前 谷)

●九十歳の姉逝きませり穏やかな面輪残して眠ることく
 鶴町あい子(常 井)

●見上げれば鱗雲らしひんやりと猛暑続きに一息つきぬ
 二宮不二子(大 戸)

●「わっしょい」と子供神輿の声響き村に元気を撒き散らしゆく
 田口すい子(南川又)

●仕事終え陽のあるうちに湯に浸り蟬の声聞くこれも幸せ
 高田 宗雄(大 戸)

●成人病予防のためにランニング筋肉痛と闘いながら
 浦井 正子(宮ヶ崎第四)

●(評) 中島さん一五色の短冊に願いごとを書いて若竹に下げると、夢がかなえられるという七夕さま
 お詫び 8月1日号の当コーナーに誤りがありました。訂正し改めて掲載いたします。作者及び関係者の皆さまには、大変ご迷惑をおかけいたしました。心よりお詫び申し上げます。
 「難草」長けて数多ゆれる猫じゃらし何時しか眺めたわたすげに似て 二宮 不二子(大 戸)

●ま。幼子は何を書いたのだろうか、童謡を口ずさむような清すがしい発想の作品。河野さん一日もすがる爆音の聞こえない時間はながい、休日には物忘れしたように静かで、「ほととぎす」「ひぐらし」など、のちに静かに聴き入ることがあるのは、基地周辺の住民の実感か。木野内さん一足のすくむような恐怖感をもって渡り終つた竜神橋だが、豊かな万緑の溪谷に包まれた下の句の表現が作品の結末を安堵感として締め括っている。

●(俳句) 蟻の列どこまで続く日暮道
 清水 操馬(渡)

●不器用に生き傘寿超え田を植える
 吐 泉(神 宿)

●思ふこと多くなりたる端居かな
 道川 たい(南川又)

●雨の日も柔の葉摘みし遥かなり
 田口すい子(南川又)

●不意の雨狭庭のトマト輝かす
 中島三千代(桜の郷)

●一日の事など忘れ夕涼み
 鶴町あい子(常 井)

●柿若葉日に日に濃ゆき余生かな
 岡山 一二(上石崎)

●風通る田舎造りの夏座敷
 浦井 正子(宮ヶ崎第四)

●グラウンドを子供ら逃げる大夕立
 高津 敏雄(中石崎)

●好天に色付きし桃試し食む
 萩谷彰一郎(長 岡)

●(評) 清水さん「蟻の列」が長く続いている。この日暮れに、どこまで行くのだろうか。「蟻の列」のことを、俳句では「蟻の道」と言うことが多いが、この句の場合は「日暮道」と重なるので「蟻の列」でよい。吐泉さん「不器用に生きて」とは謙遜だろうが、八十歳を超えても田植を続けているのは喜ばしい。道川さん「高齡に達して、さまざまのことを思いながら、涼しい風を受け、端居(はしい)している。年ごとに思いが多くなるとは、お元氣な証拠。萩谷さん「桃の香りがただよってくるようだ。」

すこやかニュース

健康増進課(保健センター)
 内線 420~423

夏バテならぬ秋バテに注意!

まだ暑い日が続いていますが、9月に入り季節は秋へと変化していきます。身体がだるい、慢性的な疲れ、胃の調子が悪いなど、身体の不調を感じることはありませんか?その症状は夏の疲れによるものかもしれません。快適な秋を過ごすため、夏の疲れを溜めたままにしないようにしましょう。

○秋バテとは?

夏、冷房が効いた部屋に長時間いる。冷たい飲み物やアイスクリームなどをたくさん摂取するなど、体の中が冷えることが原因でおこる秋の疲れのこと。夏から秋に季節が移り、急に涼しくなる初秋に疲れや不調がでてしまいます。

○秋バテの原因は?

前述の体の中が冷えた状態で、日中の気温差や、季節の変わり目に身体が対応しきれないことが原因として挙げられます。

また、夏の生活習慣が抜けきらないと疲れが出やすくなります。

○元気に秋を過ごすポイント

①食事:「一日三食規則正しくバランスよく」を基本に、冷たいものを控え、温かいものを食べましょう。よく噛んで消化をよくすることも大切です。

健康増進課(保健センター) 9月の予定			
日	曜日	事業名	受付時間
6	金	ごっくん教室	9:45~10:00
10	火	1歳6か月児健診	13:00~13:30
11	水	健康相談	9:00~11:30
24	火	3歳児健診	13:00~13:30
12,13,19,29		婦人科がん検診(申込者)	12:00~13:00

- ②入浴:37℃~39℃のお湯での入浴(半身浴)がおすすです。
- ③冷房:まだまだ冷房の出番が多いこの季節、自分の体調に合わせて温度調節ができる服装やひざ掛け、靴下や腹巻きなどを準備しましょう。
- ④運動:朝夕の涼しい時間帯にウォーキングや軽い運動をして、適度に汗をかきましょう。
- ⑤睡眠:朝一番に太陽の光を浴びることが、夜の快眠につながります。夜はゆっくりにお風呂に入ってから心と体をリラックスさせましょう。

新築・増築の家屋調査にご協力ください!

新築・増築された家屋(住宅や物置、車庫など)は、固定資産税が課税されます。税務課では、その税額の基礎となる評価額を算出するために、家屋調査を行っています。

家屋調査を行う場合には、家屋の完成後、所有者からの申告(連絡)もしくは、訪問や電話連絡により調査日時を調整させていただきます。調査にかかる時間は、建物の規模等にもよりますが、約1時間程度です。ご協力をよろしくお願いいたします。



- 調査当日にご用意いただくもの
- 家屋の間取りや寸法がわかる平面図・立面図の写し
 - 長期優良住宅認定通知書の写し(住宅が認定を受けている場合)
 - 建築確認書一式

※家屋(住宅や物置など)を取り壊したときは、税務課までご連絡ください。家屋を取り壊した場合、家屋課税台帳を抹消しないと今後も課税されることとなりますので、取り壊した際には必ずご連絡をお願いします。

【問合せ先】税務課 ☎240-7114

今年に入ってから、振り込め詐欺の被害が後を絶ちません!茨城県では、今年1月~7月の振り込め詐欺の認知件数が105件、被害額が約4億1479万円で前年同期の8515万円より5倍弱の被害が確認されています(茨城県警察振り込め詐欺対策室まとめ)。振り込め詐欺は決して他人事ではありません。今後も様々な手口で皆さんの大切な財産を狙ってきます。被害に遭わないよう日頃からご家族で対策を話し合いましょう!

対策① 留守番電話にする。

日中、高齢者が一人では留守番電話にしておく。犯人は、自分の声を残すのを嫌います。

対策② 合言葉を決める。

家族間で合言葉を決めておき、日頃から電話した際に確認をしましょう。最初は恥ずかしいかもしれませんが、大切な財産を守るためです。

高齢者を狙う振り込め詐欺に注意を!

対策③ 元の電話番号にかける。

おれおれ詐欺の場合、ほとんどが「電話番号が変わった。」と連絡してきます。その後、急にお金が必要と連絡してきても慌てず、元の番号にかけ直して確認をしてください。

最近の振り込め詐欺の手口は、「振り込め型」から「手渡し型」が増えています。もし、「お金が必要。知人が取りに行く。」などの電話があったら、すぐに家族や警察に連絡をしましょう!

【問合せ先】茨城町消費生活センター ☎291-1690