

文芸

◎朝夕に稲の顔見て会話をくりて
田回りなきがさみしい
岡山 一二(上石崎)

●寄せ鍋も松前漬も亡妻の味厨を継いだ若嫁の技
木野内清太郎(神 宿)

●青空に大きく描くハートのかたち
復興飛行のブルーインパルス
河野 久子(昭 和)

●両岸に続く穂芒輝やきて夕暮れ時
の那珂川しずか
中島三千代(桜の郷)

●当分は孫の仕草でつながれる老いの会話は寂しきものよ
田口すい子(南川又)

●朝の庭置く初霜に移りゆく季節の早さよ冬の足音
鶴町あい子(常 井)

●娘の留守を幼と遊ぶたつぷりと積木ままごととして散歩も
二宮不二子(大 戸)

●下駄箱の磨きをかけた夫の靴処分
できずに共に暮らせり
秋山 禮子(越 安)

●熟し柿小鳥も味見にやって来て老母と語り日向に遊ぶ
田口 正子(南川又)

●遣る瀬無己の苛立ち携帯の息子に当たり暫し反省
高田 宗雄(大 戸)

何がほしい。」と語りかけ、水の具合をはじめ、肥料等管理一切を配慮するとの作者。稲刈が終ると、田回りがなく家族への思いやりの様な心性が表れている。木野内さん健康を案ずる厨の仕事は、主婦の大切なこと、特に正月料理は家風となっていて、作者も思い出深く噛みしめる味と思う。河野さん今年、航空祭は、台風の到来で前回までの比ではなく、ブルーインパルスも復興飛行として、色は使わなかった。

◎滝の音紅葉を透きて響きくる
鳥羽田早苗(鳥羽田)

●元旦や今年占う鶏の声
岡山 一二(上石崎)

●奥久慈の滝を鎮める蕎麦白し
一陣の風に湖面の木葉雨
中島三千代(桜の郷)

●草もみじ道辺に御座す石仏
鶴町あい子(常 井)

●潮風に甘味をもらう棚の芋
吐 泉(神 宿)

●掛け声をかけて大根引きにけり
田口すい子(南川又)

●取り残せし柿の実一つ美味しそ
海老沢ミユキ(前 谷)

●柿熟れて野鳥にぎやか青い空
高田 宗雄(大 戸)

●塀よりも遙かに高く柚子たわわ
浦井 正子(宮ヶ崎第四)

●(評)鳥羽田さん「秋も深まり、霜が降りる頃になると、紅葉は一段と美しさを増す。その近辺には、小川の音が聞こえるのが印象的。この句の場合、更に高い滝の音が響いている。「紅葉を透きて」という表現に、俳句的な美しさがあ

すこやかニュース

健康増進課(保健センター)
240-7134

冬にはやる感染症を予防しよう!!

冬は家族の健康管理にいつそう気を
使う季節です。子どものいる家庭では、
特に感染症や予防接種の話題など、い
ろいろ気になるのではないのでしょうか?
さて、今月は「冬にはやる子どもの
病気」について症状などの特徴をま
とめました。どんな病気も一番の予防法
は正しい生活習慣です。よく寝て、よ
く食べ、運動もして、元気に楽しくこ
の冬を乗り切りましょう!!

【冬にはやる感染症とその主な症状】

- 風邪
・ 咳、鼻水、くしゃみ、発熱、のどの痛みなど(悪化すると肺炎や中耳炎を起こすこともあります。)
- ノロウイルス・ロタウイルス
・ 発熱、嘔吐、下痢、脱水、痙攣など。(ロタウイルスでは白っぽい便が出ることもあります。)
- インフルエンザ
・ 高熱、頭痛、重症化すると痙攣、意識障害など。(幼児では不機嫌や元気がない等も病気のサインです)
- RSウイルス
・ 発熱、咳、ゼーゼーする呼吸、顔色不良、不機嫌、呼吸困難など。
- マイコプラズマ肺炎
・ 発熱、長く続く咳など

(風邪に似た症状なので、1回の受診では気付かない事もあります。)

健康増進課(保健センター)1月の予定		
日	曜日	事業名
8	水	健康相談
10	金	ごっくん教室
14	火	1歳6か月児健康診査
17	金	乳児健康診査
19	日	胃がん健診(予約者)
24	金	胃がん健診(予約者)
25	土	健康診査
27	月	健康診査
28	火	健康診査

- 【予防のポイント】
・ うがい・手洗い
・ 補給で口の中を潤すことも効果的。
- *タオルの共有を避ける
・ 家族内でもできるだけタオルは別々にして、まめに取り替え清潔にしておきましょう。
- *オムツ処理時也要注意
・ 下痢症状が治まった後も、しばらくは細菌やウイルスが便内に残ります。使用後のオムツはしっかりと密閉して捨て、おむつ替え後の手洗いも忘れずにしましょう。
- *人ごみを避ける
・ 感染症の流行時期には、できるだけ人ごみを避け、家でゆっくり過ごしましょう。

平成25年度パソコン農業簿記講習会開催のご案内

認定農業者や集落営農組織会計担当者等、農業者の方の経営管理能力の向上を支援するため、パソコン農業簿記講習会を開催します。

- ◆ 講習時間 午前10時〜午後4時
- ◆ 講習カリキュラム
第一回…農業簿記の仕組み、パソコンによる基本情報の入力・開始貸借表の作成
第二回…パソコンによる期中取引の伝票処理・決算書の作成
- ◆ 主催 茨城県農業会議
- ◆ 対象者 パソコンの基本操作ができる認定農業者等(配偶者、後継者も含む)、集落営農組織会計担当者等
- ◆ 定員 一会場20名(定員になり次第締切)
- ◆ 講師 ソリマチ株式会社
- ◆ 受講料 無料
- ◆ 受講申込 受講を希望する会場名や氏名、住所、電話番号等連絡先と経営作物を各会場第一回目の開催日の5日前までにFAX又はメール等でご報告ください。

- ◆ 開催場所、期日
場所…那珂市中央公民館2階学習室
期日…平成26年1月22日(水)、1月23日(木)
- ◆ 水戸会場
場所…茨城県市町村会館2階202会議室
期日…平成26年1月9日(木)、1月10日(金)
- ◆ 石岡会場
場所…グリーンパレス石岡2階小会議室
期日…平成26年1月14日(火)、1月15日(水)
- ◆ 下妻会場
場所…ビアパークしもつま1階会議室
期日…平成25年12月18日(水)、12月19日(木)
- ◆ 申込・問合せ先
茨城県農業会議総務部
TEL 029(301)1236
FAX 029(301)1237
メール ohsuki@ibanou.com

奥様レポート No.256

いつまでも元気で!

いつまでも大いに元気で駆けまわりたい。そんな気持ちで生き生きと「元気あつぷ教室」に参加している80歳を過ぎたおかあさんがいます。「出かけるためにはお洒落もしないとね、家に閉じこもってばかりではね。」とにやかに話をしてくれました。「元気で長生きする秘訣」がここにある、と思った私は「元気あつぷ教室」を訪ねてみました。



この教室は、「在宅の高齢者」が生活機能の低下により要介護状態になることを予防し、健康で自立した日常生活が送れるよう支援する事業(茨城県第二次予防通所型介護予防事業)でした。この事業は、町から委託された事業所の理学療法士、作業療法士、その他専門の方などが携わっています。色々話をうかがって、町、茨城町地域包括支援センター、事業所の関係者などの連携が保たれ、よりよい「元気あつぷ教室」にし、元氣な老後を迎えてほしいという意気込みが強く感じられました。



今年も午年。友達の輪を広げ大いに語り、大いに頭と体を使い、元気あつぷでこの一年を乗り切ってください! レポーター 平野 けい子