

文芸

『短歌』

○ 古いゆく身日白変わりゆく佛に
花咲かせたり九十六初夏
田口 正子(南川又)
● 庭先に孫の靴二足が乾きいて今
にも駆け出しそうな小春日
佐久間 勲(前田)
● 襟白き少女のごとく六月のどく
だみの花狭庭にひしと
中島三千代(桜の郷)
● 海底ゆ命の重さも吊り上げて姿
現わず遊覧船が
河野 久子(綱掛)
● 年金は下がる一方上がるもの食
の値段とエンゲル係数
内田 理(長岡)
● 仰ぎ見る空の青さよ田圃にはト
ラクターの後燕飛び交う
田口すい子(南川又)
● 白妙の泰山木の花匂う高みに咲
いて天に微笑む
小堤美智子(小堤)
● 清き花カサブランカよ早く咲け
よごれた心あらつておくれ
平本 裕男(小幡)
● 久し振り実家の掃除風を入れ父
母の遺影は今も仲良し
大場 邦男(長岡)
● ふるさとに艦砲射撃夏の夜幾多
の命奪い去りけり
片岡 忠彦(長岡)

『俳句』

○ ポケットに塩飴一つ朝の道
浦井 正子(宮ヶ崎)
● きつい句いづくだみ生き残る武器に
小堤美智子(小堤)
● 残鶯の唄いつくして語りかな
横田 康治(長岡)
● 食育を受けし白靴よく遊ぶ
中島三千代(桜の郷)
● 全身に風を走らせ夏きたる
佐久間 勲(前田)
● むらさきの雨をこぼして花菖蒲
鳥羽田早苗(鳥羽田)
● でむしや雨降る晩は遠出して
野口 秋夫(上石崎)
● 日々変わる古い面愛す九十六
田口 正子(南川又)
● 空の青大地黄金我が在所
田口すい子(南川又)
● ホーケキョとテップンカケタカ鳴き交す
内田 理(長岡)

【評】田口さん一いつも勢いのある人生讃歌が
届く九十六歳！この初夏、良き事があつたの
だろう。「佛に花咲かせたり」が秀逸。老いたな
お味わい深い歌となる。佐久間さん一干してあ
る孫の靴を見ての一首。「今にも駆けだしそう
な」がいい。靴を履き嬉々として歩く孫の笑顔
までもが浮かぶ。比喩は歌のいちだ。中島さ
ん一どくだみの花を「襟白き少女のごとく」と
たとえた。新鮮、的確な比喩で、成功している。
詩情ゆたかな歌で、くぐりも満足だ。

【作品の送付先】
ハガキ等に3首、3句以内を書いて、住所
氏名明記の上、月末までにお送りください。
郵便：〒311-3192
茨城町小堤1080
茨城町秘書広聴課 宛
FAX：029(292)6748
【問合せ先】秘書広聴課
☎029(240)7126(直通)

すこやかニュース

熱中症は予防が大事！

「3密」を避けながら、十分な対策が必要です

熱中症は命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。熱中症を防ぐためには、「暑さを避ける」「こまめな水分補給」が大切です。一方で、「新型コロナウイルス」の感染を防ぐために、「身体的距離の確保」「マスクの着用」を実践することも求められています。熱中症を予防するために、次のようなことに気をつけましょう。

- 暑さを避ける**
 - ・ 感染予防のため、換気をしつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。熱中症は家の中でも起きています。温湿度計などを利用し、注意しましょう。
 - ・ 外出は暑い日、暑い時間帯を避け、無理のない範囲で活動しましょう。
 - ・ 涼しい服装を心がけ、外に出る際は日傘や帽子を活用しましょう。
 - ・ 少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所へ移動し、水分を補給しましょう。
- 適宜マスクをはずす**
 - ・ 気温や湿度が高い中でマスクをすると、熱中症のリスクが高くなるため注意が必要です。屋外で人と人の十分な距離(2m以上)が確保できる場合はマスクをはずしましょう。
 - ・ マスクを着用しているときは、体に負担のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとつたうえで、適宜マスクをはずして休憩をしましょう。
- こまめに水分をとる**
 - ・ のどがかわく前に、こまめに水分を補給しましょう。(目安は1日あたり1.2リットル)。たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクなどで、水分とともに塩分も補給しましょう。

熱中症の発生には、その日の体調が影響します。前の晩に深酒をしたり、朝食を抜いたりした状態で暑い場所に行くことは避けましょう。風邪などで発熱している人や下痢などで脱水症状のある人、小児や高齢者、肥満の人、心肺機能や腎機能が低下している人などは熱中症を起こしやすいです。暑い場所での運動や作業を行うときは、時間帯や運動の強さを変えたり、休憩を取ったりするなど工夫しましょう。

健康増進課 (保健センター) 8月のお知らせ

日曜日	事業名	受付時間
4 木	5歳児健診 (時間指定制)	13:00~
17 水	健康相談	9:00~11:30
	3~4か月児育児相談	9:45~11:00
18 木	2歳児歯科検診 (時間指定制)	13:00~
25 木	1歳6か月児健診 (時間指定制)	13:00~
26 金	ごっくん教室 (申込制)	9:45~10:00 10:15~10:30
	女性の検診 (完全予約制)	10:00~
28 日	(29日、30日も同時刻実施)	12:30~

※予定が変更になる場合があります。

消費生活センター

「おかしいな？」不安な時はまず相談
「大丈夫、自分だけは」が落とし穴
「いりません！」はつきり伝えて詐欺撃退

消費生活センターをご利用ですか？

消費生活に関する困りごとの相談窓口です。例えば、「メールやハガキで身に覚えのない請求がきた」「通販で注文した商品が届かない」など、消費者と事業者間のトラブル解決のための助言やあつせんを行っています。「おかしいな？」と思ったら、小さなことでも構いませので、一人で悩まず、茨城町消費生活センターに相談してください。

出前講座を開催しています

近年、高齢者を狙ったオレオレ詐欺や、還付金詐欺などのトラブルが増えています！高齢者の消費者被害を未然に防ぐためのポイントや、詐欺の手法を「語り寸劇」により分かりやすくお伝えします(所要時間約45分、料金無料)。皆さんの地区に出向いて行いますので、ご希望の際は消費生活センターまでご連絡ください。



相談・問合せ先

茨城町消費生活センター ☎029(291)1690(直通)
相談受付時間 午前9時~正午 午後1時~4時(土・日・祝日を除く)
※相談は無料です。相談内容は厳守されますので、安心してご相談ください。

土・日・祝日の相談は消費者ホットライン

☎188(局番なし)

消費生活センターは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面は来庁による相談をお控えいただき、可能な限り、電話での相談をご利用いただけますようお願いいたします。

まちかどレポート

38年の歴史にありがとう「ふれあい号」

レポーター 小鶴南町常会

小鶴区の南町常会では、昭和59年に、当時としては珍しい、廃バスを改装した集会所を作りました。元は廃バスではありますが、座席を外して一面に畳を敷き、電気を通し、水道を引くことで、地域に根ざした立派な集会所として生まれ変わりました。「ふれあい号」と名付けられたその場所は、新年会や子ども会の行事、有志のカラオケ会など、南町常会に関わるさまざまな場面で活躍しながら、地域住民のかけがえない時間を乗せて走り続けてきたのです。このほど、老朽化に伴い、令和4年5月をもって「ふれあい号」は惜しまれながらその役目を終えました。しかし、38年にわたって地域住民の拠りどころとなり、楽しい時間を過ごしてきた思い出は、南町常会の団結力を強めてくれました。コロナ禍のため、皆が集まるイベントは難しい時勢ですが、今後もふれあいの場を絶やすことなく、皆の顔が見える地域づくりを続けたいと思っています。



昔の集合写真



身近な出来事を「広報いばらき」に掲載しませんか？

- ▶ 対象 町内に在住・在勤されている方
- ▶ 原稿 文字数400字~600字程度、写真1~2枚
- ▶ 応募方法 住所、氏名、連絡先(電話・FAX番号)を明記の上、下記までお申し込みください。 ※スペースによって、掲載できない場合もあります。

【応募・問合せ先】秘書広聴課 ☎029-240-7126(直通)
FAX: 029-292-6748 Mail: i_kouho@town.ibaraki.lg.jp
〒311-3192 茨城町小堤1080 茨城町秘書広聴課 宛