

文芸コーナー

菊水短歌会

木の眠り草の眠りのところと
もうこんなにも生きたる我が
降る雨も午後はさらりと遠のきて
浄土の道をあかあかと
無為なれば降りつぐ雨に暫し眼を
小さな妖精草生に踊る
急ぎ足雲の走りに追われつつ
避難用品ふくろに入れる
九月と言うにいつまで続くこの暑さ
夜明けの窓にひんやりと秋
久し振りと嬉ぶ姉の迎えうけ
卒寿の姉の姿かわいい

かなしき原俳句会

柿喰へば甘くふるさと恋しかり
爽やかや朝一番のお髪剃
呆然と田に立つ翁枯稲穂
時計屋の秋日を拾ふピンセット

菊水俳句会

黄金の稲穂たらしめて刈るを待つ
縁に座す客へさしだす秋うちわ
秋風の色になりゆく里の山
母の秋戦禍の人ら夢に出て
水引や雨のしずくのキラキラと

肥後狂句

男のくせに 一滴も酒飲まっさん
男のくせに はっきりしてよ好きか嫌
男のくせに 泣くのは親の死にめだけ
犬曰く 銭は無かくせ番させる
犬曰く 骨か肉かてそりゃア肉
犬曰く 恋犬チワワ会えるかな
にこにこ 洪野スマイル見習おか
にこにこ 印象ン良かおもてなし
にこにこ 妻が舵とる家の中

東 左千子

池田たかお

坂口志げ子

阪野 章子

荒木 智子

坂本 竹子

しん子

淑乃

弘子

誠 良 貞 一 明 子

原 かよ子

池田 松子

中山ミサト

宮中 康雄

永田 紘彦

井上りんどう

後藤 撫子

二瀬 桔梗

池田 茜

庄山 道草

瀬上 歌子

高木せいや

石原かわせみ

福永すみれ

人権擁護委員はあなたの相談相手です

人権擁護委員委嘱状交付式

10月1日付けで、法務大臣から次の方々が人権擁護委員に委嘱されました。

委員の任期は3年で、人権相談、人権教育の啓発などで活躍されます。

- 中村 精也(電門) …再任 ○橋本古寿江(上和仁) …再任
- 庄山 慶司(下津原) …再任 ○有働美千代(蜻浦) …新任
- 陶山えつ子(津田) …再任 ○林 君代(日平) …退任



始めてみよう！「お茶の間筋トレ」～vol.17～

前回からボールを使った筋トレを紹介しています。今月号は「腹筋」です。

- ①「みぞおち」にボールを当てて、引き寄せるときにお腹がボールに負けないように力を入れ、筋肉を締めます。
- ②へそ ③右のわき腹 ④左のわき腹 ⑤へその下(下腹)で各々5回ずつ数えながら行ってください。



リサイクルプラザつうしん

11月リサイクル体験受講者募集

申込先：クリーンパークファイブ
住 所：玉名郡長洲町大字名石浜42番地1
☎ 0968・78・4433

日	とき	講座名	講師名	募集人員	募集期間 電話受付	準備するもの
11月25日 (月)	午前9時30分 ～午後3時	古布で作る 「布ぞうり」	土山 千代子氏	10人	1日(金)午前9時 ～18日(月)午後4時	①座布団 ②弁当 ③材料費 500円 ※床に座って作業するため、 ズボンの着用をお願いします。
					希望者多数の場合の抽選日	
					21日(木)午前10時	

受付方法 電話で受け付けを行い、受講希望者が多い場合は抽選となります。
その場合は、電話で連絡しますので必ず受付時、連絡の取れる電話番号をお願いします。
お気軽にお申し込みください。

