

はがの文芸

サークルなどで活躍されている皆さんの作品をご紹介します。

短歌

古びたる母の遺くし本を読めば
節くれ指に触れる心地す

藤沢 久夫(稲毛田)

初彼萃コーヒーの香りの線香を
都会に住みし煙が持ち来る

佐山 美代子(下高根沢)

俳句

書初や打つ抜く私ひ父の筆

稲川 清子(与能)

輝ける令和の文字のお年玉

大村 かし子(下高根沢)

川柳

い、顔だ心の中を映し出す

駿河 富夫(稲毛田)

落花生狙う鳥の的になり

大谷津 眞記子(芳志戸)

日めくりのこよみの薄さに急かされて
厨のあたり清掃したり

丸山 芳江(祖母井)

病める夫見守る妻も高齢者
共に歩まん明日を信じて

山本 妙子(上延生)

来客に齡を尋ね初商

北井 茂子(東高橋)

添え書きのありし賀状を読み返す

見目 トキ子(東高橋)

久しぶり友との会話はむす

直井 啓子(下高根沢)

もつれ合う人の心の裏表

石川 保(下高根沢)

芳賀町人発見!



中長距離ランナー

宮下 麗美さん

(芳賀中学校2年生・東水沼)

陸上競技クラブチーム「よろしく真岡」に所属している宮下さん。800mや1500m、駅伝などの中長距離走を専門として、数多くの大会で活躍しています。1月26日(日)に行われた第61回栃木県都市町対抗駅伝競走大会では、区間新記録を打ち出し区間賞に輝きました。小学1年生の時、学校の持久走大会で1位になった際に「もっと早く走りたい」と思ったのをきっかけに陸上競技を始めました。クラブチームに入り練習を始めると右肩上がりでの成績を伸ばし、小学6年生の時には、駅伝の全国大会で優勝しました。個人としても区間賞を獲得し、チームに大きく貢献しました。陸上の好きなところを伺うと「自分のタイムを更新したり、大会記録を更新したりできること、仲間と一緒に走り友情を深め合ったりできること」と陸上への熱い思いを語ってくれました。努力家である宮下さんは、負けず嫌いな性格で、後輩が多いチーム内の練習では、負けたくないという強い気持ちを持って練習に取り組んでいるそうです。

今年最上級生となる宮下さんは「仲間と一緒に全国大会に出場したい」と意気込んでいます。高校や大学に行っても全国大会に出場したいし、陸上を続けるという目標を持っていて宮下さん。強豪校への進学を希望しており「地元を離れるのは寂しいが、強い選手が集まる学校に行きたい」そうです。これからも自分の目標に向かって頑張ってください。



▲ジュニアオリンピック予選会での様子

番外編

野菜ソムリエ NAOMI の
イチオシ! 卵と野菜

卵 (鶏卵)

骨を丈夫にするカルシウムは吸収されにくい栄養素。スムーズな吸収の手助けをしてくれるのがビタミンDです。卵にはビタミンB、C、D、Eをはじめとする、ミネラル群、良質なタンパク質や脂質など豊富な栄養素が含まれています。カルシウムを含む食材に、ビタミンDを含む栄養バランスの良い卵を組み合わせることで、毎日の食生活からカルシウム不足を補っていききたいですね。

コマツナとコウナゴの卵とじ

●材料
 コマツナ……………1株
 コウナゴ……………10g
 卵……………2個
 めんつゆ……………適量
 サラダ油またはごま油……………適量

●作り方
 ①コマツナを軽く洗い水気をとり、2~3cmの食べやすい長さにカットする
 ②ボールに卵を入れ、ときほぐす
 ③フライパンに油をしき、コウナゴを入れ軽く炒める
 ④①を入れ、しんなりするまで炒める
 ⑤めんつゆで好みの味付けをし、2を入れ卵とじにする
 ⑥盛り付けて出来上がり

わが家のオンリーワン!

あなたのかわいいペットを紹介します。

リンちゃん(犬・ミックス・メス・8歳)

飼い主 水沼光洋さん、幸恵さん(下延生)

近くの幼稚園児たちが「リンちゃん!」と呼びかけると、うれしそうに近寄ってきます。園児たちのお散歩を、毎日楽しみに待っているリンちゃんです。

●応募方法 広報広聴係にご連絡ください。
 ●必要事項 動物:名前・動物の種類名(例…柴犬、三毛猫)・性別、飼い主:氏名(フルネーム)・住所(大字のみ掲載)・電話番号(掲載事項に関して確認が必要な場合、係からご連絡します)

あなたの声を聞かせてね!

お便り待ってます!

●身近な出来事や町に関する要望・意見

芳賀町文化協会会長 駿河富夫さん(稲毛田)からの投稿
 いじめをやめさせる方法 一図書館貸し本『生きていくあなたへ 105歳どうしても遺したかった言葉』(日野原重明著)を読んで—
 いじめというのは人の命を粗末に扱う行為です。
 相手のことを自分のごとく思い、自分のことのように大切に、本当の意味で自分の命を大切に扱うようになれば、人の命を傷つけるようなことはなくなるでしょう。
 かけがえのない命を、一つしかない命を、もっともっと理解し合い、話し合い、いじめは絶対にやめるようにと強く強く思います。

小林 操さん(下高根沢)からの投稿
 地球規模で環境問題が叫ばれています。先日、私たちの公民館で出前講座が開かれ、ごみの出し方、分け方などの話がされました。今はいろいろな製品が出回り、分別するのが大変ですが、説明を聞き理解できました。一人一人が環境問題に関心を持ちきれいな地域づくりができればと思います。

高松イクさん(下高根沢)からの投稿
 昨年の暮、突然の行事で東京に出かける日がありました。日常の中では、ほとんどがマイカーの生活ですが、この日は久しぶりに電車の利用でした。以前からでは、駅その周辺の周りがまったく新しくなり、田舎者が一人で乗り継ぎながらの不安いっっぱいの日でした。何人かの若者に聞きながら無事に用件が済み、無事家路に就きました。
 困っている時に親切に教えて助けてくれた若者たちに感謝の気持ちでいっぱいです。どこの誰かも知らない者に親切にしてくれた方に感謝です。
 「迷う時だれかに聞いて不安なし」

