

いの流水俳壇

「当季雑詠」

刈谷 志津選

特選

竹の皮落ちそうにして境石

片岡 包女

(評) 筈を包んでいた皮は、6月〜7月ごろに脱落する。隣との境界として置かれた「境石」の上に、落ちそうにして落ちない。どちらに落ちるか興味津々で見ながら、竹の成長のユニークな一齣を作句した。「境石」の効果抜群。

青いシャツ着て六月の若さかな

大川 節弥

(評) 颯爽と青いシャツで行く若人。「青」は「春」を意味する。「青春」の青は「若さ」の象徴。6月は自然も青々として若返る。青色にある涼やかな若さ、夏の暑さを消して、新鮮で爽やかな若さが見える素敵な作品。

七変化揺るる水路の水鏡

國田 貞子

(評) 七変化は紫陽花の別名。水の豊かな水路のほとりに咲いている紫陽花が、揺れながら静かな水面に映っている。影を映した水路は、美しい水鏡となった。情景をうまくとらえ、すがすがしい水路の光景が華やいで見える。

入選

どんな夢みているだろう合歓の花

竹崎たかひろ

(評) 夕方には閉じる花。擬人法で夢は見ているだろうかと詠み、想像と感性の豊かさに、愛らしい花のイメージが広がった。

枇杷の実の揃いて甘き岬穫れ

岡村 嘉夫

(評) 熟した「岬穫れ」の枇杷は終日、海の潮風を受けて育つため、甘くておいしい。海岸沿いの白い袋掛けの景も見えてくる。

花石榴老の心に火を灯す

森岡 照月

(評) 赤い石榴の花が作者の心に火をつけ、元氣と勢いをもらった。この火を大切に、前向きに生きる強さが伝わってくる。

スカーフを肩に卵の花腐しかな

津田 久美

(評) 季語「卵の花腐し」は、五月雨のこと。急な雨にスカーフを肩に走る、長雨の季節の景。

青嵐八坂の杜の梢分け

有安ひで子

(評) 八坂神社の杜に強風が吹き、神木の梢を揺する。早く嵐は去って、平穏な杜にと祈る。優しさを感じる一句。

佳作

明日あると信じ熟睡夏の朝

小野川町子

雲すでに夏となりたる無人駅

川村 博子

親しさの裏庭訪いし額の花

岡村 嘉夫

青梅の整枝甲斐なし落果つぐ

竹崎たかひろ

アメリリス大輪咲かし土の声

津田 久美

梅雨しとど心の奥まで湿らせる

有安ひで子

風薫る少年強くへダル漕ぐ

國田 貞子

風光る八坂の広場白鷺集い

森岡 照月

さみだるる音問ひひがな針仕事

片岡 包女

一斉に夜半の雨告ぐ雨蛙

大川 節弥

螢火の長く尾をひく一人舞ひ

刈谷 志津

かたつむり二匹でレース壁上る

いの町170011

893-1922

野菜足りていますか？

元気でいきいき暮らしたい〜の

No.28

ほけん福祉課 ☎893-3811

野菜不足は栄養が偏り、生活習慣病になりやすくなってしまいます。野菜を食べて生活習慣病予防につなげましょう。

野菜は
1日350g必要

片手にのる
小鉢5つ分



でも現実には小鉢1つ分足らんがよ！
高知県民の平均は、
男性 264.4 g、女性 276.3 g
(平成 23 年高知県県民健康・栄養調査より)

野菜をどれだけ
とったらいいか
分かるよ！

野菜 350 g を
実際に測って
みよう！

試食もあるよ。
是非来てね。

8月31日は
やさしい日
サニーアクセスの店で
イベントを
開催します！

★いの町食生活改善推進協議会

食を通じて、健康づくり活動を地域で推進しているボランティア組織です。ピンクのエプロンをしています！

