



ピンボケ会

「阿蘇の山火事」 撮影 / 池田 美佐子

野球子の終わりの礼や大夕焼

顔見せの嬰の欠伸や夏座敷

野生馬に太平洋の大夕焼

潮騒に重なるサックス大夕焼

掛軸は忍の一文字夏座敷

互選

俳句会

(七月例会)

原口 孝子

畑江 秀文

花田ムツ子

野上マチ子

摩治 廣子

短歌会

(八月例会)

キム・英子・ヨンジャ選

疾病の退散ねがひ勢水オイサのかけ声街駆けぬける

三人目の曾孫は生後一ヶ月われには抱かせぬ腰痛なれば

経文を書写せし手なりゆるやかにかなはなくなり筆なつかしむ

黒南風ニアガパンサスがゆれている籠もれる我に元氣を出してと

木原トシ子

原 哲子

神崎 鈴子

井上あつ子

お誕生日おめでとう!

9月



藤松 萌彩ちゃん 2歳

パパが髪の毛を結んでくれたよ! 元気で楽しい2歳になりますように!

誕生日えがおの写真 募集中

- ◎対象…町内の1～3歳
- ◎記入事項…名前(ふりがな)、性別、誕生月、誕生日を迎えての年齢、住所、電話番号、コメント(30字程度・絵文字は使用できません)
- ◎締切…誕生月の前月10日
- ◎提出先…企画財政課
kikakukoho@town.keisen.fukuoka.jp



王塚古墳ロゴ 使用できます

★使用料は無料。商用可。要使用前届出
【問合先】企画財政課 ☎65・1085

編集*後記

▶【サウナと「ととのう」について】

最近、サウナで「ととのう」ことがブームになっていますが、皆さまはお試しになったことがあるでしょうか。私自身、湯船に浸かることはあれど、あまりサウナを利用することはありませんでした。しかし、一度試しに「ととのう」みたところ、中々に気持ちが良いもので、以後疲れた時にはサウナに行くようになりました。さて、この「ととのう」という行為ですが、体への影響については諸説ございます。「サウナで温まる」→「水風呂に入る」→「外気浴をする(休憩する)」を繰り返すことで、血行が促進され、指の先までしびれるような気持ち良さが得られるわけですが、「暑い」→「冷たい」→「通常の気温」を繰り返すことは、少なからず体に負担を強いる行為でもあります。「ととのう」ことの是非について、ここで語るほどの知識は私にはありませんが、色々調べている中で一番心に残った言葉があります。

「あんなに気持ち良いことが、体に良いわけがない」

なるほどなあ、と妙に納得してしまいました(笑) いずれにしても、自身の体と相談の上、無理をしないことが大切ですね。(秋本 祐也)