

文芸コーナー

短歌の部

詩吟会小柄婦人の冴える声
空気凛凛キリツと拳

(北区 大杉第一長寿クラブ 相原 和子)

ボツチャして友と笑み交わし良き日なり
仲間と語らふ夕暮れ早し

(北区 シニアクラブへいあん 小林 康信)

早朝のからすの鳴く音忙しげ
子育て中の餌を求めるや

(西区 宝クラブ 村田 靖子)



俳句の部

空狭め藤房揺れて風早の里

(千種区 百寿クラブ 加藤 淑翠)

光芒の草の匂いや虫の声

(西区 永寿会 浦野成志郎)

体温越え残暑見舞いも今ひとつ

(中川区 佐古三交友会 西塚 肇)

彼岸花黄金稲穂に花添えし

(中川区 高寿会 溝口美代子)

川柳の部

渋柿はしわになるのかそれも良し

(北区 六郷フレンドリークラブ 井上千勢子)

人生のチャンネル回し知恵うかぶ

(北区 友楽会 高見美智子)

ドラゴンズ優勝セール楽しみだ

(中川区 旭寿会 尾国 麗子)

オレオレサギ中村警察演歌ボリス

(中川区 豊臣森西豊寿会 後藤 康之)

コロナから歩く感覚宇宙かな

(中区 平和第八寿会 浅野 元子)

米値上げ茶わんのサイズ小さめに

(熱田区 みのり会 鈴木 清)

虫歯ゼロそれもそれはず総入れ歯

(中川区 五反田第五楽々クラブ 永田 康弘)

病床の妻の下着を洗うとき快方せよと力を込めて

(緑区 白山クラブ 並河 芳彦)

今年こそサンマ食べようおろしを添えて

(名東区 みどり会 三谷 典子)

栄一さん日本の空気どうですか

(天白区 若宮クラブ 坂野 利男)



読者のページ

私が推す

笑いヨガ

天白区 御前場むつみ会

渡辺 順子

「一日どれくらい笑っていますか」との問いから始まった笑いヨガの体験会。「うーん」意識しないとなかなか笑いがなくことに気付く。

「れだ」と思い、リーダーの資格をとり、現在、自分も笑顔、周りも笑顔、前向きの日々を過ごしている。

ならば、心と身体にいい笑いを積極的にできる方法としての「笑いヨガ」に納得。作り笑いでもいつでも、どこでも副作用もなく、お金もかからない。「こ

生きるエネルギーをさらにもらって、地域の方と様々な機会を通して笑っている。大きく深呼吸して、「ワッハッハー」「ヤッターヤッターイーイー」。

新コーナーのお知らせ

私が推すクラブ活動

— 提案募集 —

このコーナーでは、会員の皆さんが「クラブでやってみたい」「こんな活動を広めたい」と思う、「推し」の活動を募集します。

実際に取り組んでいる活動でも、これからやってみたい提案でもかまいません。自由な発想や意欲がクラブに新しい風を吹き込みます。(字数300字まで)

