

# 文芸コーナー

## 短歌の部

年とりて高い所が届かない

四苦八苦して難儀するのみ

(昭和区 村雲寿楽会 岩田 和子)

団地かどの八分に咲いた白梅は

隣の紅梅咲くを待ちおり

(天白区 寄鷲会 土井 なをみ)

別小江の神社に詣で御朱印帳

色彩やかに春の七草

(天白区 八事山年輪会 後藤 孝市)

## 俳句の部

更科の白さをめでて走り蕎麦

(東区 古出来恵比寿の会 加藤 みち子)

梅の花明かり眩しき富士の峰

(西区 永寿会 浦野 成志郎)

初蝶のなかなか行けぬ天守かな

(中区 第六寿会 溝口 洋子)

水鉄砲追ふ子逃げる子泣き出す子

(瑞穂区 姫宮シテアクラブ 足立 忠昭)

母惚び漬ける大根味遠し

(中川区 さわやかクラブ 犬飼 諒子)

春浅しアイリス探す誕生日

(守山区 芙蓉会 小林 貞子)

## 川柳の部

寒さより楽しき勝る集いの場

(東区 新五長寿会 伊藤 静香)

金メダルくりくりゆうペア宇宙一

(東区 富士塚長寿クラブ 吉橋 広武)

川柳はクスつと笑って元氣倍增

(北区 西部カトレアクラブ 小野寺 陽子)

見守りで挨拶返さぬ親や子の

無事を祈りて愛さんざん

(北区 フレンドリークラブ第5部会 森 日出夫)

列島に幸の風舞う桜ふぶき

(中区 千寿会 島田 悦子)

定年後趣味ボラ増えて日々多忙

(中区 第三きらく会 堀田 友三郎)

冬の月春は来るよと囁かれ

(中川区 ポツボ会 伊藤 壽巳江)

介護して疲労骨折情けない

(名東区 みどり会 関 有)



## 読者のページ

### 私が推す

### 楽しい朗読塾

5名から30名まで対応



緑区高見親睦会

堀田 志保

声に出して読むことは黙読に比べ脳が活性化。舌や口輪筋表情筋を鍛え直し、豊かな声を取り戻す。老化はのどからと言われます。フレイル予防、嚥下障害予防にもなります。

①発声↓アイウエ↓パタカラ↓早口ことば

②表現いろいろ (例いろいろな「ありがとう」にトライ)

③詩、エッセイ、新聞切り抜き、小説の一部など、みんなで各自朗読、講師の助言、参考に講

師の朗読も、大声でストレス発散!

### ボランティア劇団オレンジリング

①認知症啓発のための寸劇 (各20〜25分)

②朗読劇 金子みすゞ 最後の一日、大つごもり 樋口一葉、与謝野晶子の青春 (30〜40分)

マンネリを変えたい、行事に新たな風を、行事の前座になど各クラブのオフアをお待ちしております。(劇団員7名。男性募集中)



## 私が推すクラブ活動

あなたの「やってみたい!」教えてください

### — 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)

