

文芸 コーナー



画/大迫 秀子
(北区上飯田ハイツシニアクラブ)

名古屋市老人クラブ連合会では、こちらに挿絵を募集しています。投稿先は左下「投稿についてのお知らせ」をご参照ください。

短歌の部



里山に春を知ってる小鳥たち
コロナ禍知らず囀り競う
(千種区笑話会 西川 良一)

背伸びしても高所の扉あけられず
こんなことにも老いを感じる
(千種区第7寿クラブ 村元 孝子)

若水で入れる福茶に年重ね
寂と籠りて妻と喫すなれ
(北区五月クラブ 伊佐治 清)

街はみなマスク美人の人ばかり
早く素顔の美人が見たい
(北区アーバンラテラ寿会 山ノ内登志江)

コロナ禍終息願ひ私し事
マスク無しのグラインドゴルフ
(中村区福寿会 太田 鈴江)

若き日の主人の写真よく似合う
新仏壇に合掌す
(中村区豊寿会 櫻井八重子)

光さすやさしき母の横顔に
思わず我も顔がほころび
(中区古渡正友会 仲田美貴恵)

毎年のお伊勢参りがとりやめに
コロナで自粛感染防止
(瑞穂区長寿会 鈴木 教子)

桜葉にこぼれ陽としてあざやかに
冷めたき風に秋は去りゆく
(守山区ふれんど四軒家 川澄 邦子)

「おっそいね」デイサービスの車まつ
母のひとこえ笑顔さかせる
(緑区森の里森友クラブ 石川 一秋)

妻乗せて車椅子押す友がいる
我が家も同じ老々介護
(天白区新自楽会 小池鈴太郎)

北区より天白の地へ
八十路道子等とオハヨー年輪の友
(天白区八事山年輪会 後藤 孝市)

朝寝してコロナ禍なので二度寝して
まだ時間ある老いの贅沢
(天白区寄鸞会 土井なをみ)

俳句の部



初場所の若き力士の活躍に
番組表をつける楽しさ
(天白区新自楽会 喜田 政子)

夫は逝き気持ち癒えずに年迎へ
(千種区百寿クラブ 加藤 淑翠)

初詣マスクの奥の笑顔かな
(北区東志賀寿会 大場美佐子)

恋猫や涙を堪え毛の手入れ
(西区浮野第二クラブ 足田 正英)

初夢に会いたい初孫コロナ憎い
(中村区ことぶきクラブ 佐藤千代子)

往く晩春におしむくらむ初夏をまつ
(中区明友会 三田 節子)

碑の一句蹲ひて読む小春かな
(熱田区青池天寿会 岡田 武利)

登山くつ雪解こいし福寿草
(中川区高寿会 溝口美代子)

令和三年五指跳ねる「春の海」
(港区和風クラブ 渡辺 照子)

秋日和日間賀に集うふぐの味
(南区第一健生会 加藤 京子)

春疾風ころころ走る紙コップ
(守山区風越会 栗田 照子)

返納に愛車の別れ春惜しむ
(守山区志西桔梗クラブ 三谷 俊幸)

雪降るやどこにも行かず猫と居る
(名東区香流第三クラブ 川口 敏子)

ほほえまし長き旅路の果ての老い
(名東区おもとくらぶ 山口 武子)

新成人七夫に手向ける肩広し
(天白区笹山クラブ 池上ゆり子)

川柳の部



したつもりしてないことが多くなり
(千種区千石千寿会 吉田 守松)

マスクしてくもるメガネで先見え
(東区ゆうゆう会 玉井 辰巳)

3000歩楽しい散歩社まで
(東区富士塚老人会 吉橋 広武)

独居の晦日のワインみぞれ降る
(北区六郷北フレンドリークラブ 井上千勢子)

エコごころみんなで守るノウ廃棄
(北区宮前シルバークラブ 高見美智子)

子どもの日吾のいたずら柱キズ
(西区第二新珠クラブ 宮脇 行正)

口紅もコロナマスクで出番なし
(中村区亀島クラブ 伊藤 栄美)

老活に心の財第一なり
(中区第二千寿会 島田 悦子)

負けないよ家で一人のラジオ体操
(昭和区クラブ輝 川上久美子)

鬼よりもコロナ怖いと孫マスク
(熱田区幣懸長生会 奥山 慶子)

人見たら昔ドロボー今コロナ
(中川区長須賀長寿会 黒田 昭男)

1月や手帳真つ更遠出なし
(中川区高寿会 田中 康雅)

「やっとかめ」晴れ着にみとれし孫二十歳
(港区宝友会 大竹 義郎)

三蜜は避けて心の密増やす
(名東区郷クラブ 戸潤 武)

身に渗みる優しい言葉病んだ時
(名東区勢寿クラブ 丹羽 和子)

カレンダー今年のは祝休日は何曜日
(名東区貴船みどり会 三谷 典子)

河野さん少しさびしい脱ハンコ
(天白区若宮クラブ 坂野 利男)

投稿についてのお知らせ

▼題材は本紙の感想やクラブの紹介、随想、文芸などなんでも結構です(字数400字まで)。▼「読者のページ」ではテーマも設けています。▼「文芸コーナー」に投稿いただく際は「短歌」「俳句」「川柳」の別を明記してご投稿ください(未発表の自作に限ります)。▼締切は5月10日、原則として1人1作品。住所、氏名、電話番号、所属クラブ名を明記し、名古屋市老人クラブ連合会「なごやかひろば」投稿係(〒462-0844 名古屋市中区清水四丁目17-1 名古屋総合社会福祉会館6階)まで。ハガキ・封書・市老連ホームページにある応募用メールフォームを使って応募ができます(応募用メールフォームについては5頁に掲載)。
※紙面の都合上、すべての原稿を掲載することができませんのでご了承ください。

作ってみましょう! お手軽手料理 ④

おいしく食べよう! なごやさい

みなさんは「地産地消」という言葉を聞いたことがありますか? 地元でとれたものを地元で消費する、まさに字のとおりのことをする、環境に良いことが多くあると言われ注目されています。輸送距離時間が短く新鮮でおいしいばかりでなく、身近な緑地や伝統文化を守ることもつながっているのが「地産地消」。名古屋市内でもブロッコリー(緑区)、なごやっこねぎ(中川区)、くりあじかぼちゃ(天白区)などが作られており、名古屋の農家さん(生産者)が作ったこのような野菜を「なごやさい」と呼んでいます。

他にも、水耕栽培のみつばやトマト、玉ねぎ、春菊など、種類も豊富です。もし見かけたら、ぜひ食べてみてくださいね!

名古屋市健康福祉局 管理栄養士 磯部 貴恵

なごやさいをたっぷり。いろいろな料理に入れてみましょう!

玉ねぎのまるごとレンジ蒸し

《作り方》

玉ねぎ(1個 150~200g)は上下を切り落とし、皮をむいて玉ねぎの半分くらいの深さに十字に切り込みを入れ、ラップでしっかり包みます。電子レンジ600Wで4~5分加熱したら出来上がり。

《調理アドバイス》

- ハンバーグやカレーに添えると一気に豪華料理に!
- インスタントみそ汁に入れると、具がなくても甘くおいしさアップ。
- お惣菜のポテトサラダに加えると分量が増えてうす味に。

