

ちよと... ひといき!

保健婦タイム



わが家のアイドル

いつも元気でおしゃまな沙有理ちゃんです。やんちゃなお兄ちゃん達と毎日どろんこになって遊んでいます。これからも元気で、そして心のやさしい子になってほしいと思います。(母・京子)



村岡沙有理ちゃん(駅通り)

昭和62年 8月30日生

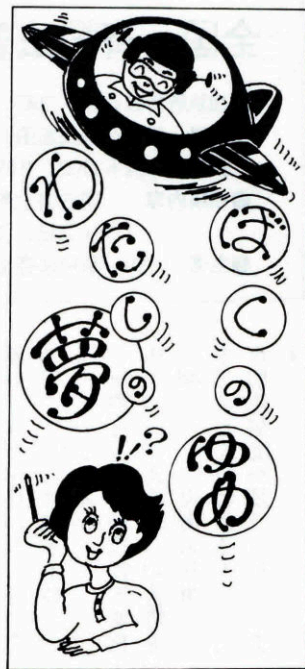
保健ミニ知識

太るとは

運動によって使うエネルギーよりも、食べて体に入るエネルギーの方が多い場合、使いきれないエネルギーは、中性脂肪になり、脂肪組織に吸収されます。このようにして脂肪組織のひとつ、ひとつがふくらんでいきます。

ります。成人になると、その数の増えた脂肪のひとつ、ひとつが大きくなっていくので、成人になって肥満になった人にくらべると、極端な肥満になってしまいます。そして、減量効果もなかなかあがらず、成人病になる人が多いといわれています。子供の食事は、バランス良く、おやつはスナック菓子や甘いものなどはさけて、ダラダラ食いをさけるようにしましょう。

文 芸



文洋小学校

三年 谷村 洋平

ぼくのゆめは、大人になったら、パイロットになることです。

それは、いつも空をとんでいるからです。人間は空がと

しなればいけないと思いません。だから、がんばってべん強やスポーツをどんどんやっていこうと思います。

大人になったら、お父さんたちといろいろな国をりよ行しているんな所を見せてあげたいです。

体の不自由な人たちは、なかなかりよ行へいけないといつもさみしそうでかわいそうだなと思います。そのためにも、ぼくは、パイロットになつていろんなところにつれていってあげたいです。いつもだれにでもしんせつにして人のためにになりたいと思います。

油谷川柳会

ゴルパチョフ四島餌に何を釣る

岡崎 伝

閑僚族油難人難の夏の陣

小浜 政一

油谷俳壇

廻廊の朱にひたひたと秋の潮

久永多喜也

よき旅を重ねし車窓秋の汐

藤永千鶴子

小魚をつれて満ちくる秋の汐

藤永 錦風

鴟の贅悲しみの口開けしま、

古川 帆可

かなかなや佐渡金山の山深く

飯田 孤涯

油谷短歌会

水揚げのふるわぬ日なれど明日ありと
望みを持ちて船をば洗う 藤岡 豊
葉煙草は大島特産緑なす畑に老婆は脇
芽摘みゆく 岡村ツユ子
宇部商の投手の姿アッパにて写れば汗
の玉落つる見ゆ 三村ヒサエ
鋸を手にこの柱まだ生きてゐるヤニが
出てると孫はためらふ 市村 融子
夏の夜の寝苦しくふと目覚むれば孫の
部屋にかす虫の鳴く 光村 五枝
音もなく降る雨やさしこの朝を咲きた
る芙蓉の花を潤す 岡林 恂子