

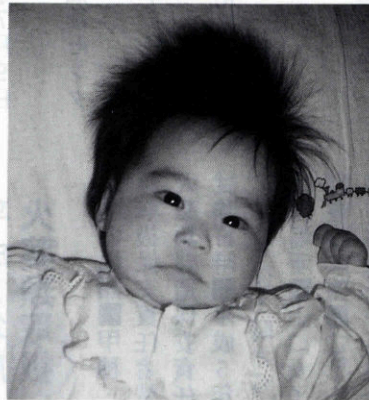
ちよび... ひといき!



保健婦タイム

わが家のアイドル

いつも、お兄ちゃんのおもちゃ
 になっている美佳です。
 元気でやさしい娘になってね。
 (母・佳子)



山本 美佳ちゃん (大和)
 (平成5年2月14日生)

保健ミニ知識

健康診断が健康を証明してくれます

健康をチェックするのに、病院で人間ドック形式の健康診断、職場の集団検診、町の健康診査を受けたりと各人それぞれ利用されていることでしょう。

健康をチェクするのには、病院内で人間ドック形式の健康診断、職場の集団検診、町の健康診査を受けたりと各人それぞれ利用されていることでしょう。

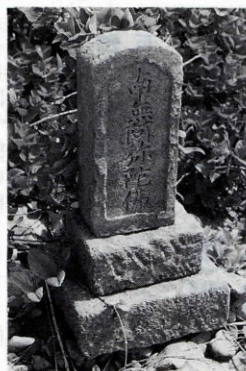
健康診断を受けることは、病気を発見するだけでなく、健康に対する自覚と認識が生まれ、生活態度を改めるきっかけにもなります。健康なくしては、どんな素晴らしいプランも実現しません。積極的な健康管理の第一歩である健康診査(受ける前日は過労、寝不足、飲酒はさける)を受けましょう。

健康をチェクするのには、病院内で人間ドック形式の健康診断、職場の集団検診、町の健康診査を受けたりと各人それぞれ利用されていることでしょう。

健康をチェクするのには、病院内で人間ドック形式の健康診断、職場の集団検診、町の健康診査を受けたりと各人それぞれ利用されていることでしょう。

健康をチェクするのには、病院内で人間ドック形式の健康診断、職場の集団検診、町の健康診査を受けたりと各人それぞれ利用されていることでしょう。

ふるさとの海岸線



京円 (青村)

昔京都の青村というところに住んでいた、京円というお公家さんが、罪で隠岐へ流される途中でこの海岸へ漂着し、この地で生涯を終えたことから、京円の故郷にちなんで青村という地名がついたそうです。海岸へ降りてみると、名もない墓がたっていました。今では、ここはサーファーたちの格好の波乗り場となっています。

油谷俳壇

一叢の浜豌豆や鯨塚

はかどらぬ孫の歩みや浜豌豆

風にもある男波女波や鯉のぼり

稀に立つ峡の幟に風遊ぶ

梅雨霧に昏なほ暗き屋久秘境

吉村 節子

藤岡 石灯子

久永 多喜也

榑崎 和牛

飯田 孤涯

油谷短歌会

風荒るる夜の港の船だまり休漁船の軋み合
 う音 藤岡 豊

五月雨の音なく降れる龍蔵寺牡丹苑へどわ
 が歩を運ぶ 岡村ツ子

破る孫の居らぬ障子を四年越し開けしめを
 して過ごしてきたり 上永 政雄

荒畑を打ち終えし今息づきて眩しき日輪し
 ばし仰げり 町田 敏夫

薄青き河原に出でて海苔採りの人まばらに
 て小舟も見ゆる 村田ヒサ子

縁側にぬくとき日差し浴みおればわれのな
 ぐさに小鳥さえずる 市村 融子

文 藝