



ひまわりとなんじゅ園とオレンジと

水上小学校 三年 大久保 忠相

みんなの幸せ願って

人けんの花「ひまわり」の種をもらいました。花だんにまいて育てました。水やり、草取り、支柱立てをしました。元氣よくさきました。花はかれたけれど、みなで種を数えることになりました。二百五十個ぐらいいきました。結果は、千五百五十八個でびっくりしました。一個の種から千個以上になったからです。人もひまわりと同じように大切にしなければいけないよというお話も心にのこりました。

ちでやってみたいことなどを書いて、広い紙にはっていききました。にんちしようの人は悲しい気持ちやさみしい気持ちになってあることがわかりました。おじいちゃんやおばあちゃんには、ぼくが出来ることをやさしくサポートしていきたいなと思いました。

三年生で体験したことをいくつも思い出しました。これからも、いろんな人たちとかかわってたくさん学びたいです。

人権相談(無料)
 ～ひとりで悩んでいませんか～

【人権何でも相談所】

- 日時 2月15日(水)午後1時～4時
- 場所 あたご苑
- 相談内容 いじめ、体罰、部落差別・男女差別・外国人差別などの差別問題、家庭内(夫婦、親子、結婚、離婚、扶養、相続など)・借地借家・相隣間のもめごと、悩みごとなど

【女性相談所】

- 日時 2月9日(木)午前10時～午後3時
- 場所 福岡法務局柳川支局
- 相談内容 原則として女性からの相談

※女性の人権擁護委員が相談に応じます

【常設相談】

- 時間 午前8時30分～午後5時15分 (土、日、祝日を除く)
- 場所 福岡法務局柳川支局
- 相談担当者 法務局職員または人権擁護委員
- 相談電話番号 (TEL)0570-003-110
- 福岡法務局柳川支局 (TEL)72-2640)



みやまに生きる人 vol.142

ゆるけんごはん 竹下 亜矢さん

「ゆるーつと健康のご飯」、略して「ゆるけんごはん」として活動する竹下さん。病院などで管理栄養士を20年以上務めた経験を生かし、オンラインでのごはん講座や、ルフランを利用してカフェの営業、料理の宅配を行う。

「管理栄養士の経験から、食生活を変え、その難しさを痛感しました。だからこそ、甘酒などの発酵食品を使って普段の食事をヘルシーにして提供できれば、美味しいものを我慢せずに今より少し健康になれるんじゃないかと思っています。講座では、ヘルシーな料理に加えて、誰でも繰り返し作れるような簡単な料理を



たけした あや
 ゆるけんごはんの人気メニューは、バターチキンカレーとヤンニョムチキン。
【座右の銘】
 必死に生きる。目の前に集中。
【将来の夢】
 みやま市で、旦那と一緒にカフェ兼居酒屋をやりたいです。

みやま文芸

真清水俳句会

エメラルド婚三の集まるこの三月
 生きることまだ楽しい老いの春
 立春やくぐもる鳥の声太し
 露の臺「もういいかい」と出番待つ
 雪柳青空の下天天と
 熱燗で一人で酔ひたき時もあり

清水句会

新しき会場をもて初句会
 西は海ひらく峡空鷹舞へる
 坊庭の静寂深めし寒の入り
 良き仲間心許して初句会
 朝靄に山日うるみし初詣
 閑かさや淑気満ち満つ山の寺
 結ばれし今年数多の初みくじ

綿貫 惇
 田尻カツ子
 綿貫 淑子
 古賀 麗子
 岩屋 清美
 壇 篤子
 猿渡 洋子

紙田 幻草
 樺島美代子
 平井 和子
 宮地 末子
 森田 蓉子
 梅野 博山