



### 香川緑を守る会

香川緑を守る会は、1年を通して香川駅ロータリーの除草・花植え・装飾・清掃活動を行っているボランティア団体です。

5月11日汗ばむ陽気の中、メンバー他ボランティア総勢6名で駅前ロータリー花壇の草取りをしました。新型コロナ禍で世の中自粛ムードではありますが、雑草は自粛してはくれませんが、毎年違う雑草がはびこりますが、今年はずる科の植物に悪戦苦闘しました。それでも2時間かけてやっと満足いく状態になりました。

駅前ロータリーの緑で皆様の心がほっとなればいいなあ。  
(香川緑を守る会 田中)



### 市役所が便利に!

4月1日「ローソンS茅ヶ崎市役所店」が分庁舎1階で営業を開始

市役所周辺のコンビニがいつの間にか無くなり、市役所の利用者から要望の多かった切手や印紙の取り扱い、ATM設置のほか、住民票の写しや印鑑登録証明書のコンビニ交付が行える機器も設置されました。

その他の取扱商品は茅ヶ崎市内の他のローソンと同様となっています。

市役所のほか、市民文化会館や体育館を利用する人も気軽に利用でき、便利になりました。



### フレイルチェック!

フレイルとは、高齢になって筋力や心身の活力が低下した状態のことをいいます。

- ・おいしく物が食べられない
- ・活動的ではなくなった
- ・外出の機会が以前より減った
- ・こんな方はフレイルの赤信号!!

フレイルの最も大きな原因のひとつが筋肉の衰えです。

- ①両手の親指と人差し指で輪を作ります。
- ②利き足ではない方のふくらはぎの一番太い部分を力を入れずに軽く囲んでみましょう。

茅ヶ崎市は東京大学で開発された「プログラム・フレイルチェック」講座を企画していましたが、コロナウイルスのため中止され、再開に向けて検討をしているとのことですが、時期は未定のようです。

この講座では、具体的にどこが低下しているのかを、栄養・運動・社会参加の3つの視点から自分の

### 紙漉きの村に寄り道余花の雨

初夏になつても咲く桜を余花と言つ。北国に多く見られる。小さな旅に立寄つた紙漉きの村が思われる。雨が又旅情をさそつ。

なほ春の季語に残花がある。  
山崎 喜代治

南天の花の盛りや退院日  
南天は吉の花。待ちに待った退院の日に目にした花南天がまぶしくさえ見える。たぶんご自宅の庭であるう。ご退院を共に喜びたい一句である。



少年の恋カラカラとラムネ玉  
カタカナを旨く使ってリズム感も良く軽やかな作品。  
塩崎 琴

山藤の肩に触るるよ切通し  
小旅行か近くの山野での作か。切通しと山藤との距離感が程よく感じられる。  
田辺 美津枝

ラムネ玉 (季語) も少年の恋も  
こわれ易く亦儂ない。作者の若き日を思つても面白い。  
奥村 夏こ

赤き薔薇白きばらよと猫の数  
ペンキ屋のだぶだぶズボン春の雲  
目黒 啓子

麦の秋しばらく聖書繙きて  
若葉風リハビリがてらポストまで  
小山田 美夫

母恋ふる詩は詠まねど豆御飯  
選者吟

連絡先 碓百合子 (51)7396

香川小学校区子ども安全見守り隊は、地域の大人たち30名弱のボランティアで構成されており、小学校近くの読売新聞社辺りで、登校日の朝7時45分～8時20分まで、メンバー1・2名が横断歩道を渡る小学生の誘導をしています。  
新型コロナウイルスにより、小学校も4月から休校のため、活動を休止していましたが、6月1日より分散登校が始まり、見守り活動を再開しました。  
初日はあいにくの雨でしたが、子どもたちの明るく元気な挨拶は変わらず、2か月も休校していたのがつそのようでした。  
6月22日より通常授業となつて給食も始まりました。このまま通常授業が継続されることを心より願います。(見守り隊 田中)

## 香川小学校区 子ども安全見守り隊



鈴木 康子様	97歳	5月8日
坂田 光子様	97歳	5月9日
第三町内会		
河合 信子様	77歳	5月11日
第三町内会		
待合 正悦様	82歳	5月14日
第二町内会		
橋爪 榮治様	94歳	5月18日
第二町内会		
福井 睦子様	82歳	6月22日
第四町内会		
		26・1組

心よりご冥福をお祈り申し上げます。



### 指輪っかテスト

低 ← 筋肉量が少ない可能性 → 高

困めない    ちょうど困める    隙間ができる

健康状態を確認できます。各公民館が主な会場となります。

### ナンバープレース (数独) クイズ

3ページで解法の解説?をした「数独」のクイズです。このクイズには易しい問題から難解な問題までありますが、今回の問題は易しい部類に属します。

ヒント  
まず5の場所を見つけてみましょう。これは比較的簡単に見つかりますね。すると、6・7・9がわかり、1枠が完成します。

答えは、ホームページの広報7月号に載せてありますので確認できます。

答

	8	7		6	5			1
		9			4	5		3
5			9			8		
7	6		3	4		1	9	
	5			8	1		2	7
	4	1			9			8
8		2	5		6	3		
4			1	2		7	8	
1	3			7			5	