

うたごよみ

「短歌」串間短歌会選

久しぶりの
五月晴れなり外歩き
する皆の顔いと楽しいげに
ゆうゆうの森 田中 キヨ子

オリンピック
目指し頑張るレスリング
孫は五月に怪我に断念
ゆうゆうの森 奥村 武子

十葉の至る所にはびこりて
もうすぐ咲きそう 薔ほころぶ
ゆうゆうの森 林 喜美子

入院のつらき日々さえ
過ぎ去れば
上げ膳据え膳 なつかしきかな
都井 日高 正子

妻がゐる
子ら・孫・ひ孫居る日々ゆ
なかなか逝けぬと 冗句健在
古川 野邊 俊子

「俳句」あさひ俳句会選

浜遙か
児等と遊びし西瓜割
春日 水元 栄子

野馬の瞳の
涼しと思ふ山路かな
仲町 木島 幸子

知らぬ名の花をちこちに
仲町 藤原 淑子

風去りて
空見上げたる 満月夜
串間 島田 ミネ子

眠りるる
その夢いくつ 合歓の花
上小路 木島 サイ子

うたごよみに掲載する写真を募集しています。
まちの魅力を再発見できる写真のご応募をお待ちしています。詳しくはこちら▶

総務課秘書広報係 ☎72-45559



市長コラム

夏の思い出

梅雨が明け、いよいよ暑い夏の到来となりました。少し動いただけでも大粒の汗が額から流れます。夏の暑さに負けないように、健康に気を付けながら対策をいろいろと試みますが、なかなか思うようにはいかないところです。冷房に頼りすぎないように、割と涼しいときは自然の風で涼を取ろうと思いますが、つい冷房のスイッチを入れてしまいます。また、バランスのよい食事を心がけようとしても、暑さで食欲が落ちてしまい、食べやすいそうめんやスイカなどの冷たい食べ物に偏りがちになってしまいます。無理のない範囲でできる対策を行い、夏を乗り切りたいと思います。

そんな暑い夏の炎天下の中、外では野球少年たちが夏の甲子園を夢見て練習を重ねています。昨年は新型コロナウィルスの影響で夏の甲子園は交流試合のみでしたが、今年は開催される予定です。先日行われた宮崎県予選大会



では、福島高校野球部は少ない部員数で健闘し、私たちも勇気付けられました。私の夏の忘れられない思い出がまた1つ増えました。

8月はお盆を迎えますが、例年、私は孫たちと一緒に、やぶ蚊に刺されながら、汗びっしょりになって墓を掃除し、先祖を敬い、手を合わせています。このようなお盆で当たり前のように行われていたことが、最近では徐々になくなっているように感じます。昔から引き継がれてきた文化や風習などを、後世に残していくことがさまざまなところで大切に感じられます。子や孫たちと一緒に汗をかくことも、いずればその子たちの夏の思い出となつて、受け継がれていくことでしょう。

暑さが厳しい時期でありますので、市民の皆さまもお体には十分注意をされて、暑い夏を乗り切られてください。

地域おこし協力隊 活動日記



No.52

マインドを変える



うえやま ちえみ 千恵美さん

協力隊になり、住む場所や関わる人など、周りの環境が大きく変わりました。そして、私自身のマインドも。これまで、同じような経験が何度かありますが、いつも、それまでより総合的によくなっています。遠回りしているなあ、と思うこともあります。でも上向きならよし。考え方も変わってきていき、どんどん楽しくなっています。けれどやっぱり、悩んだり迷うこともまだまだ多い。そんなときは、本を読んだりネットを見たり、人と話すことでいろんなヒントが見つかります。

最近、講演家として活動されているユーチューバーの存在を知りました。『話し方』の講演家だとうたわれていますが、私には『生き方』や『考え方』だと映ります。その方の話を聞いて納得したり気付いたり、分かっているけどできていない、やっているけど足りていないなど、感じるものがたくさんあり刺激を受けます。これまでより徐々によくなつてはいますが、まだまだなところもあり、考え方次第でどれだけでも楽しくさせられるし、いい環境が作れると、より強く感じるようになりました。

下向きがちで上を向こうとするとき、前進しようとするときにいつも、身近な方や、本の著者など、キラキラ、いきいきした人に出会います。その方たちは皆、いい影響を与えてくれます。人生を楽しむために、自分自身のマインドコントロールは重要であり、必須であることをひしひしと感じさせられます。すべては自分次第。『喜怒哀楽』や『好き苦手』など、いろいろな感情がありますが、どんな場面でもできる限り『喜・楽・好き』のマインドでいられるよう、またはそちらにすぐシフトできるように、鍛えていきたいものです。そしてこの度、新たな道へ進もうと、7月をもって地域おこし協力隊を退任することとなりました。PR動画の受賞や学校での授業、ユネスコスクール加盟の提案など、貴重な機会をいただきました。観光やまちづくりの視点でSDGsの取り組みを実践、共有したかったのですが至らず、思ったような実績を残せなかったのは残念ですが、応援してくださった方や直接関わってくださった方々には、感謝しております。ありがとうございました。