

# ボランティアで 海岸清掃

夏の日ざしの照りつける、七月十八日の日曜日、54会（昭和五十四年度の区長さんの集り）会員三十二名は木戸海岸約3kmの清掃を実施してくれました。これは昨年に次いで二度目の海岸清掃で、観光協会、海の家の人とはもとより、観光客の人達も奉仕作業を心より喜んだことで



集められたごみは飼料袋で四十二袋にもなりました。

## 健康な日々

### それはあなたの 努力で ①

最近の日常生活では、自分で何かの運動を心がけない限り、汗を流してからだを動かすような機会が少なくなってきました。運動不足が恐ろし

い成人病と結びつくことが医学的にも明らかにされ、最近はやギングやテニスなどで運動不足を解消しようとしている人たちも非常に増えています。ところが、一定の時間を運動に費すことは、誰でもができるものではないかもしれません。「私は忙しくて、とても運動する時間などない」という人も多いようです。

しかし、そのまま毎日を通すと運動不足による成人病が心配です。どんな忙しい人でも一日の生活の中で、ちよつとした時間を利用して軽く運動することはできるはず。日常生活のちよつとした時間を利用した運動で、あなたは成人病を予防し、健康な毎日をお過ごし下さい。

# 交通安全は家庭から

- \* 飲酒運転追放強化の町
- \* 酒を飲んだら乗らない
- \* 運転するときは酒を飲まない
- \* 運転する人には酒をすすめない
- \* シートベルトを締めてゆつくり走ろう千葉の道
- \* 交通事故はあなたの家族も被害者です

## 台風シーズン!!

台風シーズンが近づいています。  
宅地、道路附近の枯松は危険です。  
事故の起きないうちに処分しましょう。

## 短歌

空梅雨と云ふもうべなり五十里ダム  
湖底現はに岩床見ゆる

大木静波子

招待の客と語らい酔ふほどに  
多弁となりし夫を氣遣ふ

越川 雪枝

朝ごとに牛の世話する八十の

父は笑みつゝ、生き甲斐なりと

土屋 好

### 文芸コーナー

吊り揚ぐるクレーンの動きそのまゝに  
若き棟梁のまなこはきびし

伊藤 鏡子

魂迎ふ手向けはすべて整いぬ

鉢に遺せし花咲き盛る

藤代 敏子

ちちははや夫の眠れる墓浄む

いつかは吾れもここに眠らん

岩沢 芳江

あどけなき仕種にも言ふ幼な孫  
むづかる時の心つかめず

伊藤 定男