

文芸 入選作品

短歌 小宮山 久子 選

初春の蕎麦を切る音小気味よく客に饗さんゆでたての蕎麦
 行きたいなテレビに映る世界の名所紙ヒコーキに夢を託さむ
 孫つれて年末年始の旅を行く寒椿咲く海辺の町へ
 クリスマス正月賑やかに去りに去りて広い座敷は静かに暮るる
 鳴きやみて百舌は枯木を離れゆき残る静けさ吾ひとりじめ
 大声にわれを励ましくれし叔母耳にのこれるあの声聞きたし

山崎 さと子
 永井 とよ子
 金子 友晴
 松井 律子
 菊池 三治子
 羽生田めぐ美

〈選者評・一首目〉蕎麦を育て、打つたのも作者自身なのでしよう。それをゆでて正月の来客をもてなすという誇りげな気持ちが表れています。「饗さん」という硬い言葉にも新春の威厳正しさが感じられます。

俳句 島田 洋子 選

伏す母を窓辺によせる冬銀河
 値下げ札ついた鉢花買う五日
 人生の残りの重き冬銀河
 夜歌舞伎の謡和す客息白し
 逆光の枯蓮池に俄か雨
 かんじきの後を付け行く雀かな
 ジングルベル巷に溢る追われ感
 悟らるるサンタ誰だか知ってるもん
 残月や仕事始めを寿ぎぬ

滝澤まさ子
 大井 敬子
 出澤 悦子
 山野井隆司
 神田 愛子
 松沢 昭一
 菅原 規吉
 君山 洋子
 小林さよ子

〈選者評・一句目〉窓から見える美しい星を、伏しているお母様に見せよとついで心の優しさに感動しました。逆しその時のお母様の気持ちも伝わってきます。

川柳 齊藤 俊酔 選

非通知は年寄りねらう詐欺電話
 やんわりと諭され棘も丸くなる
 去年逝きし人らを偲ぶ星月夜
 暇はありチラシチェックに小半日
 ごめんねが言えてあしたが弾み出す
 年一度生死確認年賀状
 席譲り青年温くする車両
 そろそろと梅の香誘う春の園
 躍動の春待つ冬芽じつと耐え

甲田 隆登
 丸山 卓雄
 小林さよ子
 窪田 吉治
 大森乃里子
 竹内 栄
 下村 正枝
 中牧 和子
 黒澤 嘉武

〈選者評・一句目〉最近非通知の電話が来ると、詐欺電話かなと思う人が意外と多いよ。私も一瞬躊躇する。電話一本でこんなことまで考えられるとは、やな時代と思つ。

4月16日(木)必着



投稿フォーム

6月号の投稿方法

- 投稿は、上田市にお住まいの方の未発表作品に限ります。
- インターネットでの投稿は、二次元コードを読み取り、投稿フォームに入力してください。
- はがきでの投稿の場合、種類ごと別々のはがきで裏面に住所、氏名(フリガナ)、短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ、罫へ
- 添削を希望する場合は、往復はがきにご自分のあて先を記載のうえ、投稿してください(短歌は2首、俳句は3句、川柳は2句まで)。
- 個人情報、作品の表彰および添削以外には使用せず、選者以外の第三者に提供することはありません。
- 掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。

罫 文化政策課 ☎75・2005 〒386-8601(住所不要)

ひとりで抱えこまずに 相談してみませんか

健康推進課 ☎23・8244

春は進学や就職・転職など、生活環境の変化によりストレスを受けやすい時期で、例年自殺者が多くなる傾向があります。そこで国は3月を「自殺対策強化月間」と定め、自殺防止に向けた啓発をしています。
 自殺は、その多くが追い込まれた末の死とされています。ストレスや心身の不調を感じたら、どうかひとりで抱えこまずに、悩みや気持ちを話してみてください。

● 生きるのがつらい・消えてしまいたい時に話してください(電話相談)

相談先	電話番号	受付時間
こころの健康相談 統一ダイヤル*	☎0570・064・556	月～金曜日(祝日・年末年始除く) 9:30～16:00、18:30～22:30(受付は 22:00まで)
いのちの電話	☎026・223・4343(長野)	年中無休 11:00～22:00
	☎0263・88・8776(松本)	
	☎0120・783・556(無料)	年中無休 16:00～21:00、毎月10日は 8:00～翌日 8:00
#いのちSOS	☎0120・061・338(無料)	年中無休 24時間

*「消えてしまいたい」「家族や知人に死にたいと訴える人がいる」「身近な人が自死してつらくてどうしようもない」などの自殺に関する相談をお受けしています。

● こころの健康について相談したい

相談先	電話番号	受付時間
健康推進課	☎23・8244	
丸子保健センター	☎42・1117	月～金曜日 (祝日・年末年始除く) 8:30～17:15
真田保健センター	☎72・9007	
武石健康センター	☎85・2067	
上田保健福祉事務所	☎25・7149	月～金曜日 (祝日・年末年始除く) 9:00～16:30
長野県精神保健福祉センター	☎026・266・0280	

● どこに相談したらいいかわからない

よりそいホットライン

どんな悩みにも寄り添います

☎0120・279・338(無料) 年中無休・24時間

● 県が運営する“こころの相談・情報ポータルサイト”ができました

こころのまど信州

こころの相談などに関する窓口や、こころの健康チェック・セルフケアの方法を掲載しています。



県ホームページ