

短歌・俳句で綴る

# 御代田の四季

「短歌の会」と「御代田風の道俳句会」から寄せられた代表作品です。

## 短歌

「溺愛よ」娘の言葉背に受けてシャンプー 爪切り 子守歌 犬に

相田 房江

浅間嶺は藍にかすみぬ雪深き故郷魚沼真白にあらむ

桑原アヤ子

夜すがらに吹く風ありて明日あたり木の芽おこしの雨つれくるや

吉田 倉子

## 俳句

当期雑詠

竜天に昇る蛭の滝怒涛

大高 霧海

山百合の芽の逞しき競ひかな

松浦 靖子

龍空港仔龍は昇る点は紺

足立 淳

垂直に落ちて椿は見得を切る

小林阿ぐり

希望込め陸奥に吹け涅槃西風

土屋 春雄

佐渡島ほどに離れし雪のひま

内堀 隆久

# サークル さあ来る。 49

ボランティア  
グループ編

## 若葉会

高齢の方の交流の場(お茶会)をはじめ20年がすぎ、当時高齢者の交流の機会が少ないため、はじめた若葉会です。最近「超高齢化時代をむかえ介護を抱えたり、核家族化が進むなか、孤立し命を落とすケースが各地で起きていたり、周囲に気づかれることなく死後何日も過ぎていた」また「高齢者の寝たきりや認知症の原因の閉じこもり」などの報道がされています。少しでも役に立てたらと、毎月の最終月曜日午前10時から午後3時ごろまでボランティアの方々の方々の運営で、現在約25名が趣向をこらしたゲーム、おしゃべり、地域の応援で人形劇や尺八や琴の演奏、またクリスマスのときは会場を飾りつけ、プレゼントや区長さんと民生委員の方々にも協力していただき、高齢者のためのお話や催しものなど盛大です。毎回の手作りの昼食は、皆さんに喜んで食べてもらえる季節に採れた地元野菜や、地域ならではのメニューを「おいしい」と言われたときのうれしさは、たとえようがありません。毎回笑顔で参加するお年寄りといっしょに楽しみその元気をもらって、ボランティア一同、一生懸命がんばっています。皆さまの参加をお待ちしています。

問い合わせ先 町社会福祉協議会 (32)1100



# Man Watching #143

NOFX大好きです!!

- ◎1 趣味は?  
バイク・音楽
- ◎2 おすすめスポットは?  
雪窓湖
- ◎3 理想の人は?  
中田 英寿
- ◎4 夢・目標は?  
老後にアイルランドへ居住
- ◎5 まちづくりに一言  
世の中が日々変化している中で、  
変わらないものがあってもいい  
と思う。  
いつ戻っても安心できる御  
代田町であってほしい。



# Let's try English!

Message FROM  
**Paul Wellington Harris**  
(中学校AET)  
Vol.162



Facebook has become a very popular social networking site. I started using it in 2005. I have used it for a long time. I like and hate Facebook. I like it because I can stay in contact with my family and very close friends. It allows me to share news and interesting things with them. But I hate how Facebook privacy is handled. In the early days, everything you did on Facebook was posted to a "newsfeed" publicly for everyone to see. This caused many problems. It is better now, but it is still very difficult to control privacy.



フェイスブックはとても人気なSNSになりました。僕はこのサイトを2005年にはじめました。本当に長い間、利用しています。僕はフェイスブック

が好きでもあるし、嫌いでもあります。家族やとても親しい友人たちといつでも連絡をとれるところは好きです。身の回りのできごとや面白かったことなど共有できます。しかし、プライバシーの取り扱い方は嫌いです。初期のころは「ニュースフィード」に書き込んだこと全てが、誰もが閲覧可能でした。これが大きなトラブルを招きました。今日では少しはマシになりましたが、プライバシーを守るのは大変難しいです。

I do recommend people to use Facebook, but after joining, it is very important to learn how to use it and make privacy settings. These days many Japanese people are joining, but they do not know how to use Facebook. So here are some of my personal tips:

- Only add friends you trust. In my case 90% of my friends are my relatives.
- Think about who will see your posts before you post it. (Especially if your parents are on your friends list.)
- Don't post pictures of your friends if you are not sure they will like it. (I always ask my friends first before I post pictures of myself that have other friends in them.)
- Remember, your friends and your friends' friends will be able to see any post made by you or them if you or they are tagged in the post.

フェイスブックを使うのはおススメですが、同時に個人情報の設定も学んでもらいたいと思います。最近では日本の人も大勢フェイスブックを活用されていますので、ここで僕からのちょっとしたアドバイスを…

- 本当に信頼する人だけを友だちに追加すべし。僕の場合は友だちリストの9割が血縁関係です。
- 投稿する前に誰がこの記事を読めるのかよく考えるべし。(特に両親が友だちリストにいる場合には)
- 友だちが気に入るかどうかをよく考えてから、写真をアップロードすべし。(ちなみに僕は友だちにアップしていいかどうか先に聞いています。)
- タグされた写真は友だちや友だちの友だちも見れるのだということを忘れるべからず。

Facebook is very useful and it's fun, but remember to use good judgment when using it, otherwise it could also be a very dangerous.



フェイスブックはとても便利だし、楽しいとは思いますが良い判断力を持って利用してください。さもないと、とても危険なものになりかねませんよ。

Enjoy.



楽しんでね!