

## 暑い!暑い!!

(ぎんまいは、5月以来4ヶ月ぶりのお届けです)

6月下旬の大雨の後の27日、突然の『梅雨明け』。以降猛烈な暑さが続いています。そして遂に7月30日、兵庫県丹波市で国内観測史上最高気温の41.2度を記録。地球温暖化と気候変動は、本州の四季を二季化して『日本が亜熱帯化している』とか、世界のあちこちで50度越えの高温を計測して『地球沸騰の時代』とも言われ、気温の上昇は年々とどまる気配がありません。

体内水分の少ない高齢者が急に暑い戸外に出ると、急激に水分が奪われ変調をきたします。筋肉は体内水分の貯蔵庫、炎天下で体の空焚き状態にしないよう気をつけましょう!! (広報部)

## 第34回公サ連まつりの2日目 「芸能発表」に出演!

市丸賀秀知

5/25(日)に、長岡京吟詠会も25分間の舞台発表を致しました。この催しは、公民館を拠点にサークル活動されている人たちの発表や交流の場、また市民の方に見て頂いて会員を増やそうとの願いも込められています。

構成とナレーションは横山賀秀邦先生にして頂き、一人でも会員が増えることを願って発表しました。静まりかえる会場で厳かに吟じた25分間は、観客皆を漢詩の世界にいざない、時が止まったような感動を生んだと、好評を頂きました。演目は、漢詩【元二の安西に使いするを送る】尻枝賀秀道と横山賀秀邦。構成詩【静御前】福島堂秀伶と市丸賀秀知。和歌【たはむれに】橋本賀秀司。漢詩【楓橋夜泊】市丸賀秀知。



～ほっと一息、休憩タイム～

## 「社会参加で健康長寿！」

いつまでも健康でいたい。その為にはバランスのとれた食事・継続的な運動・良い睡眠と言われます。それにもまして重要なのが社会との強いつながりを持つこと、健康寿命を延ばすためには地域の活動やクラブの世話をするなど社会に踏み出し孤立しないこと。「推し活」も幸福寿命に有益だそう。心がワクワク動き、刺激のある生活を求めて元気に過ごしましょう! (賀香)

## 拓来君おめでとう!!

前号(73号)でもお知らせしたように、4月13日開催された全国吟詠コンクール京都府大会の幼年の部で優勝された高橋拓来君は、8月11日の近畿大会でも優勝、9月15日の全国大会出場の快挙となりました。

## 喜びの声!!

高橋拓来

「応援ありがとうございました。今年も優勝して全国大会に出場できることがうれしいです。

あと1ヶ月、運動会の練習で声帯をこわさないように、ていねいに練習して、頑張ってきます。」

## 「公民館サークル連絡協議会」 4/24令和7年度の総会開催!

長岡京吟詠会にも令和7・8年度「幹事」の役員が回ってきました。各事業推進参加など、何かと皆様のご協力をお願いします。(9/25には、会員親睦交流会が催され、3名参加します。)

## 西田賀公亮先生による 「一般研修会」開催!

6月22日(日)13:30~16:40公民館講座室於て  
内容・範吟3題に基づいて、「熟語と助詞」「息継ぎ」「文節(区切り点)」などについて。9名に対する実技指導。

## 参加者の声!

「一般研修会に参加して」

高橋 翠子

入会したばかりの私が恐れ多くも西田賀公亮先生にご指導いただき、学んだことが4つあります。

- ①熟語と助詞が一体化しないように、「てにをは」の前にタメを持つこと。
- ②絶句では起承句、転結句でそれぞれ3回だけ息継ぎをしてよい「二句三息」というルールがあること。
- ③区切点で息を繋ぎ、それ以外の箇所は盗息で息を継ぐこと。
- ④叙景詩のような柔吟であっても、強声を入れると诗情が深まるため、強弱や遅速が大事であること。

素読を重ね、腹式呼吸で声を練り、技術を磨いて詩文の魅力が伝えられるよう精進してまいります。

有難うございました。



## 前号以降～今後の予定

5/24・25日	第34回「公サ連まつり」	中央公民館
6月 8日	府連京都府大会	ラポール京都
6月22日	令和7年度一般研修会	(公)講座室
7月13日	府連二部指導者級コンクール	ラポール京都
7月27日	燦々優勝者決定詩吟大会(ジュニア・シニア)	尼崎アルカイックホール
8月11日	全国吟詠コンクール近畿大会	大東市民会館
9月10日	長岡天満宮「余香祭」	長岡天満宮
9月15日	全国吟詠コンクール決勝大会	日本教育会館東京
9月21日	吟道賀堂流第33回吟士権者決定大会	姫路花の北市民広場大ホール
9月25日	公サ連「会員親睦会」	(公)市民ホール
9月28日	後期資格認定会	(公)レクリエーション室
10月～12月	詩吟体験教室(6回)	舞塚会館
10月12日	第2回定期発表会	中央公民館
11月 6日	令和7年度「歴史探訪」	京都市内
日程未定	吟剣詩舞大会	場所未定 <small>彦文</small>
11月16日	京都府詩舞道祭	八幡市文化センター
	構成吟に拓未君、男子合吟に7名出場	
12月20日	公サ連「ガーデニング教室」	(公)講座室
12月25日	長岡天満宮「終い天神」	長岡天満宮

## 令和7年度

## 「歴史探訪」は、11月6日 !!

28人乗りのマイクロバスで京都市内を訪ねる予定です。大勢の参加で有意義な「吟詠野外研修」ができますようご理解とご協力をお願いします。(担当)

## 「吟道賀堂流第33回吟士権者決定大会」に向けて!!

9月21日(日)姫路市“花の北市民広場大ホール”に於いて開催されます。

長岡京吟詠会からは、一部(奥伝まで)2名、二部(4段から修士まで及び80歳以上)1名、

三部(師範代以上の有資格者)4名、五部(和歌・俳句)1名の申し込みがあり、7月から月2回の希望者への特別研修(横山先生と高橋先生による)が始められています。(四部の合吟は、残念ながら今年は見送りとなりました。)出場される皆様方のご健闘をお祈りいたします。(研修部)

## 新入会員ご紹介



伊藤範子(いとうのりこ)さん

住所 西京区

入会 令和7年2月1日(秀邦詩吟クラブ)

所属 4月1日から道峰会詩吟クラブへ

よろしく  
お願いします

日常生活において人と話をする以外に大きな声を出すことがない毎日の生活です。声も出ず、音程もはずれ、歌を唄う事など自分には無縁の世界だと思っていました。ましてや詩吟の知識など全くなく、唯大きな声で歌うという印象だけでした。

そんなおり、親しくして頂いている友人から、度々詩吟の楽しさの話を聞いており、音程は自分の声に合わせて良いとの事、段々と自分も体験したいという気持ちになっていきました。誘って頂き、その友人の練習会に連れてもらったのが始まりでした。

年をとると、喉を鍛えることが大切で、直接的な効果として誤嚥防止があるらしいです。間接的には認知症にも良いと聞きました。お腹も少しは引っ込むかも?(笑)

声も決して満足に出ませんし、暗唱力も衰えています。先生方の親身になって丁寧に教え導いて下さる温かいご指導に感謝し、これからも続けていこうと思っております。皆様、宜しくお願い致します。

## 6/8府連大会終る

## おめでとうございます!

### ジュニアの部

優勝 高橋拓来  
(7/27燦々優勝者決定詩吟大会出場第4位)

7位 都竹莉乃  
(7/27燦々優勝者決定詩吟大会出場)

### シニアの部

上位入賞 橋本賀秀司  
(7/27燦々優勝者決定詩吟大会出場)

### 第一部吟士権者決定大会

一般入賞 市丸賀秀知

### 7/13 府連二部指導者級吟士権者決定大会

一般入賞 辛嶋賀秀感

## シルバー川柳

思い出が 身辺整理の 邪魔をする  
妻の日傘 猛暑に日陰を 持ち歩く  
「ついて来い」と言った家内に ついて行く  
ピンポン やっと出たのに 不在票  
コンビニに入る天国 出る地獄



『ぎんまい長岡京』 編集室  
編集委員長 後藤賀秀香  
編集委員 宮小路、櫻澤、本庄(庄)  
※連絡・問合せ先 後藤賀秀香 Tel: 075-331-0241