

# ありがとう上幌延駅・安牛駅今昔フォトコンテスト

## 「今」を未来へ・安牛駅 準大賞



《惜別の灯り：高橋 瑞紀 様》

令和3年3月に廃止された「上幌延駅」と「安牛駅」のフォトコンテスト応募作品の主なものを連載で紹介する最終回です。

「今」を未来へ・安牛駅」コースで準大賞となった作品は、高橋瑞紀様の「惜別の灯り」です。

前月号の大賞作品と同様に2駅ライトアップイベント「エキアカリ」の様子を収めた作品で、作品タイトルも似ており、この情景を見ると皆同じことを思うのでしょうか。

安牛駅に灯されたランタンと普通列車を見送る参加者が駅の最後の時に別れを告げているかのようです。

## 十一月定例俳句会作品

幌延ほおずき俳句会

鷹の爪悪魔の履きし靴の先  
富樫とも子  
唐辛子しかと食べたたりわれ長寿  
横山 貞雄  
南蛮の種赤小豆ネツクレス  
田中 順子  
唐辛子ひと振り多き我の味  
小玉 利治  
手料理のどこかに隠れ鷹の爪  
田中 徹男

## わが家のエンジェル



菜花 友乃ちゃん

令和3年4月28日生(5条南1)  
お父さん 良平さん  
お母さん 日花里さん  
わが家の第三子の「友乃」です。春生まれです。特技は高速ズリ這い。毎日リビングのパトリールをしています。元氣いっぱい育ててね。



松村 詩由ちゃん

令和3年4月9日生(宮園町)  
お父さん 涉汰さん  
お母さん 由季さん  
わが家の第三子、詩由です。三姉妹の末っ子でお姉ちゃん達は甘々デレデレです。マイペースでおっとりな詩由！いつまでもみんなを癒してください♡



尾内 蒼志くん

令和3年4月8日生(字中間寒)  
お父さん 満希さん  
お母さん 亜紀さん  
わが家待望の第二子、蒼志です。最近はずりバイをするようになり、「頑張ってお兄ちゃんのおモチヤに手を伸ばす姿が愛らしいです。健やかに優しい子に育ててね。

## ほろのべの裏窓

■新年あけましておめでとうございます。2021年は皆さんにとつてどのような1年だったのでしょうか。2020年に引き続き、新型コロナウイルスの影響で新年最初の大きな行事である成人式の延期から始まり、様々な行事が延期、中止となり、役場の広報という点でも、表紙や記事にする行事が少なくなるなどの打撃を受けました。今年は新型コロナウイルスの収束を祈るばかりです。

■さて、本格的に雪も降り始め、雪かきをするのも多くなってきたのではないのでしょうか。2021年2月号の裏窓でもお話ししたように、雪かきで腰を痛める人がとても多いそうです。せつかなので今回は、私がネットで調べた腰を痛めず雪かきをする方法を3つほど紹介しようと思います。

■①背筋を伸ばす！：スコップを持って屈むとき、雪を持ち上げるときは背筋を真っ直ぐにしましょう。すると腰だけでなく、背中や股関節を使って雪を持ち上げることで、腰への負担が軽減されます。

■②体勢を低く！：体の重心を低くし足腰を使って雪かきをします。①と同じく、足腰を使うことで腰への負担が軽減されます。

■③体をひねらない！：雪を捨てるときに体をひねってしまつと腰に大きな負担がかかります。雪を捨てるときは、捨てる方向に体を向けてみましょう。

■他にも腰を痛めない方法はあつたので、皆さんも試してみてください。



広報へのご意見、ご要望をお寄せください

住民生活課生活グループ

電話 5-1112 / 告知端末機 5-8812



広報ほろのべの窓 1月号

令和4年1月 発行／幌延町

企画・編集／住民生活課生活グループ 印刷／株式会社須田製版  
幌延町ホームページアドレス／<https://www.town.horonobe.hokkaido.jp>