

読者の
ひろば今月のテーマ
「スマホ」

読者のひろばは皆さんから寄せられたハガキなどでつくるページです。

親切な学生さんのスマホ

青森行きの新幹線に乗ったつもりが間違っていた。すでに発車していた困惑している私を助けてくれたのは、隣席の女の子のスマホ。彼女は事情を察知し、スマホを操り「終点〇〇で降りて〇〇行きに乗り、〇〇

で降りて新青森行きに乗る」とノートを裂き、各列車の発車時間も添えてきれいな字できちっと書いてくれた。スマホの威力がまざまざと。でも、彼女の気配りと好意があつての事。彼女は大学生で実家へ帰る途中。運良く隣に座った私。無事到着のお礼はガラケーで！（森岡淳子さん）

スマホに左右される私

いつでもどこでもスマホが手放せなく、外出中に充電が残りわずかになったり、家に忘れた日なんかは、どうしようかとそのことばかり気になって、肝心の楽しい行事に集中できないなんてこともしばしば。生活の中に「溶け込みすぎた」スマホ。確かに便利だけど、たまにはそれなしでの生活を試してみるのも楽しいかも！（P.N. 青い薔薇さん）

ここからは、皆さんから寄せられたテーマ以外のお便りを紹介します。

油 断

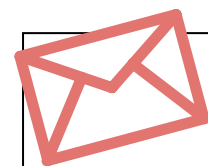
食糧難で貧しい時代に生まれましたが、いちばん良き時代を過ごして来たと思います。「親貧乏子金持ち孫乞食」という言葉がありますが、一時期栄えた家でも次々に倒産したり、傾くところが多い。やはり油断という恐ろしい心の緩みがあって、少しばかりの財産がたまると、そこにあぐらをかき、努力することを忘れてしまうからです。

今の時代に節約した生活をすれば、あぐらをかけそうな財産が残りますが、よくしたもので、時に応じて楽しく生活をしたいのが人間かもしれません。（岡田喜光さん）

教えて！たか丸くん
クイズの答え

答えは、②の32.4%だよ！市内の40～60歳代男性の肥満者の割合は全国平均より高い状態が続いているんだ。健康で長生きするために、健康に意識した生活を心掛けよう！例えば、ラーメンのスープを飲み干すのをやめて塩分を抑えたり、お菓子やジュースなどをちょっと我慢して糖を抑えるのも体のためにいい取り組みだね！

※質問は14ページに掲載。数値は「弘前市特定健診結果」より



2月1日号の投稿募集

どしどし
応募を！

◎読者のひろばお便りテーマ

「ダイエット」

…劇的に痩せたダイエット方法や、ダイエットに失敗した経験など、「ダイエット」にまつわるエピソードをお寄せください。身近で起きた出来事など、テーマ以外でも構いません。

◎川柳のお題「前」

…お題から自由に発想して、一句ひねってみてください。

▼応募方法 次の事項を記入し、1月8日（必着）までに、郵送、持参、ファクスまたはEメールで応募を。

①住所・氏名・ペンネーム（希望者

のみ）・電話番号

②お便りタイトル・エピソードなど（200字程度）または川柳（1人一句まで）

※なお、応募多数の場合は、採用されない場合もあります。

■問い合わせ・応募先 広聴広報課（〒036・8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35・1194、ファクス35・0080、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）

Smile
通信

1 月生まれ



いかわ りょうた
岩瀧 亮太くん
H27.1.1 生 (大町 3)



いちのへ ら
一戸 羅来ちゃん
H27.1.21 生 (野田 1)



はしもと いっさ
橋本 一颯くん
H27.1.9 生 (青山 2)



みやかわ こうた
宮川 巧大くん
H27.1.22 生 (城西 1)



なりた りお
成田 莉央ちゃん
H27.1.11 生 (早稲田 1)



くつざわ きょうすけ
沓澤 恭佑くん
H27.1.24 生 (桶屋町)



なりた ゆめあ
成田 夢彩ちゃん
H27.1.6 生 (富士見台 1)



みかみ ぎんじ
三上 銀士くん
H27.1.8 生 (清水森)



さいとう りお
齋藤 莉恩ちゃん
H27.1.26 生 (石渡 2)



くろたき えいと
黒瀧 瑛人くん
H27.1.10 生 (城東中央 2)



いがらし
五十嵐 みあちゃん
H27.1.9 生 (貫田 1)



なりた とわ
成田 叶羽くん
H27.1.9 生 (一町田)



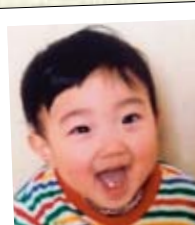
わたなべ じゅり
渡部 寿梨ちゃん
H27.1.4 生 (泉野 4)



たなか あおい
田中 葵依ちゃん
H27.1.10 生 (桜ヶ丘 4)



やまがた りあ
山形 莉愛ちゃん
H27.1.31 生 (小沢)



たかき ゆうせい
高木 優成くん
H27.1.22 生 (取上 1)



さくらだ まどか
櫻田 円花ちゃん
H27.1.2 生 (泉野 3)



たまだ こうめい
玉田 煌明くん
H27.1.20 生 (新法師)



ふじた はると
藤田 悠人くん
H27.1.22 生 (門外 2)



みかみ
三上 ひなちゃん
H27.1.1 生 (城西 4)



くどう るい
工藤 瑠生くん
H27.1.30 生 (紺屋町)



にがわら れい
二川原 嶺生くん
H27.1.15 生 (茂森新町 1)



さいとう はつね
齊藤 初音ちゃん
H27.1.20 生 (一野渡)



いとう ゆうき
伊藤 悠貴くん
H27.1.21 生 (松原西 2)



しもむら まほろ
下村 真幌くん (左)・律歩くん (右)
H27.1.8 生 (大清水 4)

2 月生まれ写真募集中！

1 歳の記念に写真を掲載してみませんか。

★対象 平成 28 年 2 月に 1 歳の誕生日を迎える市内在住の子

★掲載内容 子どもの写真・氏名（ふりがな）・生年月日・住所（町名まで）

★応募方法 ①子どもの写真 1 枚（プリント・データのどちらか）に、②子どもの氏名（ふりがな）・生年月日・性別、住所、保護者氏名、電話番号を記入したものを添えて、1 月 8 日（必着）までに、郵送、持参または E メールでご応募ください。

★問い合わせ・応募先 広聴広報課（〒036・8551、上白銀町 1 の 1、市役所 3 階、窓口 308、☎ 35・1194、E メール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）