

# みやこ新聞

令和5年

11月号

みやこ

寒くなりましたね

室内と外の気温差で血圧が大きく変動するため、体温調節を  
おこないます。

お風呂場はシャワーと同じで温めおく、脱衣所も暖房器具などで暖めて  
おく、かけ湯をしてから入浴など、温差で血圧の急上昇・急降下には  
注意して下さい。

又トイレでもヒートショックは起ります。トイレも暖かくしておきましょう  
これからどんどん寒くなって来ます。温度差で体温調節をおこ  
なすより体を温めてくださいね。

緑から紅へ葉も色づいてまいりますね。散歩を始めたり  
楽しんでくださいね。

知の種

穴埋め漢字

矢印に従って読むと二字熟語になるように□に漢字を入れてください（目標3分）

① 一 每 酎 備 賸 熱 → 年 撃 殿 優 積 超 境 消 黙 配 一 冬 弹 腰 奇 然 風 裸 発 低 説 热 気 騒 称

## 高尾山ビーマウントへ行きました！



もうすっかり秋めいてきました。今年の  
夏の思い出はビーチガーデンならぬ  
ビーマウントへ行った事です。

山の上（標高488メートルの見晴らしい良い場所）のレストランで  
食べ放題、飲み放題。

ハスキー街が一望できる一方、山の景色も楽しめる最高の  
ロケーションでした。

たべ放題メニューの中では子ラーメンを紹介します。  
西子ラーメンは豚骨醤油を使い、ダシにしょうゆ之外とは細い  
中華麺からなるラーメンです。県は一般的のチャーシュー、メンマを基本  
として加えて生の刻み玉ねぎをトッピングとして使用する点  
が特徴で、シャキシャキした食感が楽しめます。

## 還付金詐欺

毎年末が近くなってくると「医療費の過払い分」がもどってま  
るよなど市役所の保健課によると、この電話などをかけて来ま  
ります。「ATMの操作で還付金は絶対に戻らない」  
税金・年金の還付金など電話でお金は出してもどうない  
すべて詐欺です。

それを肝に銘じましょう！



ホームページはこちら！

秋がもと豊かになる美しい言葉  
秋の季語を少し紹介させて頂きます

「秋高し(あきたかし)」秋になると大気が澄んで空が高く  
なったように見えます。すれ雲(星雲)、うちに雲も空の高さを感じ  
させます。

〈秋高し雲より上を鳥かける〉正岡子規

「錦秋(きんしゅう)」木々が紅葉して錦(にしき)の織物のように  
美しい秋です。

〈野の錦、山の錦は繪へ錦〉正岡子規

「秋麗(あきうらう、しゃうれい)」たんに「うらうか」という春の  
季語ですが、「あきうらう」というと秋晴れの心地よい気候  
で済むことがあります。

〈阿蘇の牛道に寝てみて秋うらう〉大久保謙吉

「秋入梅(あきついり)」秋雨前線がやって梅雨のように  
降り続く秋の雨を言います。

〈はてもなく瀬かな音や秋入梅〉史邦

その他にも

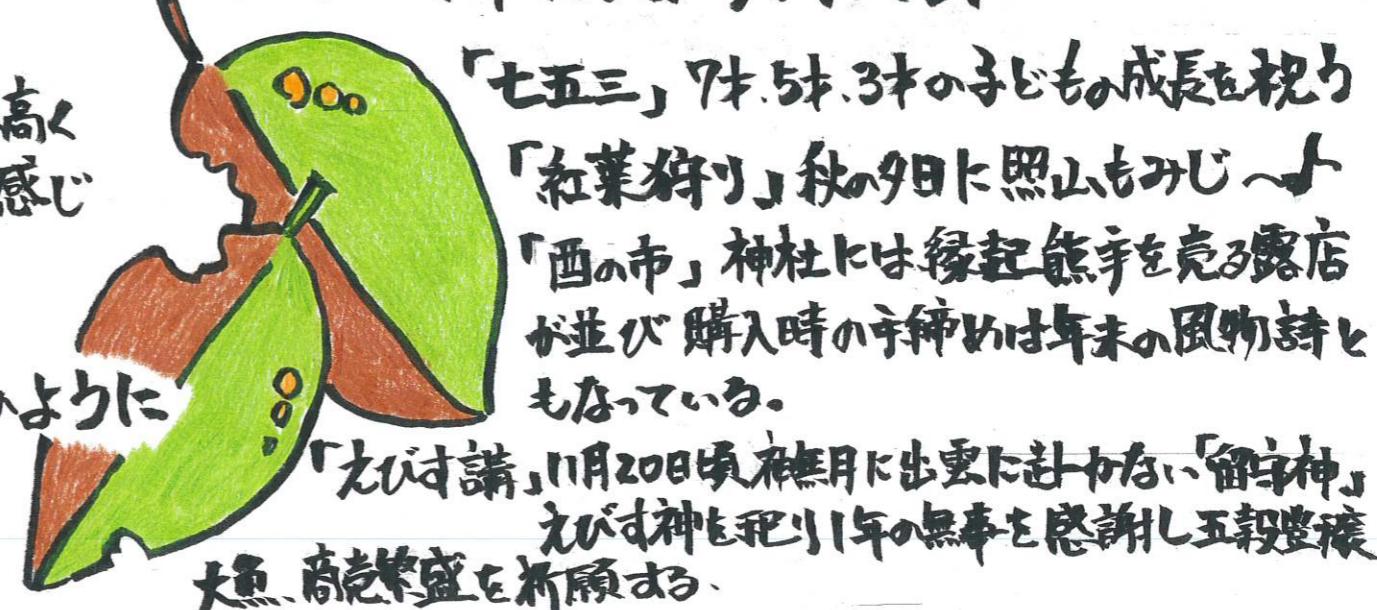
〈釣瓶落とし日は土便の一輪車〉道川虹洋

〈山莊り人も装りおのづから〉山口青邨

〈紅葉かつ散る轟音の如く散る〉金子與太

〈くらがりへ人の消えゆく冬隣〉角川源義

## 11月の行事、お祭り、イベント



「新嘗祭(しんかめい)」11月23日、天皇がその年の収穫に感謝する  
御中春祭、天皇が即位の次の年に初めて  
行う新嘗祭は「第弔感謝の日」ルーツ  
「ボジョレヌーヴォ」フランスの赤ワイン  
二十噸気「立冬(りとう)」秋が極り冬の気配が立ち始めの日  
「文化の日」11月3日/明治天皇の誕生日、1946年に日本国憲法が  
公布された日

