

ほんゆか 短歌

あつ 中

暑さ故 除<sup>じよひ</sup>の食事は シンプル化 具だくさんの 雑木の目々 (4/6月)

暑くても 外へ行きたい 晩年は 見たい 聞きたい 食べるが 日課 (4/6月)

暑き日は 中はさむい と 上衣着て 入った 店は エアコンが 無し (4/6月)

老いの身に 冷たいものは やや<sup>こ</sup>がて 赤<sup>こ</sup>も抜いた オレンジジュース (4/6月)

いつかだが 野菜のためは 反巻た お腹満足 その上 安価 (4/6月)

蒸いたるか 鳴っているのに わからぬ 体温計の 完了の音 (4/6月)

定食と<sup>まんじゅう</sup>饅頭 食<sup>て</sup> 満足し わづかな 下調 余りにため (4/6月)

男性は 愚智は 言わぬが ためか 吹き出す時は 止めるの 苦勞 (4/6月)

なすべきを やり切った人 寝<sup>ね</sup>死 とはいけれど うまくいかな (4/6月)

お手頃の 手打ちのそばは 絶品だ おかわりしたい 何度でもよし (4/6月)

すし定食は 麩巻<sup>あつめ</sup>だ 長生きして 絶妙<sup>せつめつ</sup>な味 (4/6月)

さば定食は すごくいい み<sup>み</sup>魚<sup>いそ</sup>の (4/6月)

テレビ<sup>みなが</sup>見ながら 御飯をこぼす おかずをこぼす (4/7月)

3 むりもせず あかりを消さず トイレで 自動整<sup>おひき</sup>却の あかりに代える (4/7月)

2 2 脚飯<sup>あしめし</sup>食べつつ 話<sup>はな</sup>す、せき<sup>せき</sup>み<sup>み</sup>ばげし 誤飲<sup>ごく</sup>でせ<sup>せ</sup>る (4/7月)

4 4 歩けないのにむりをして 足腰痛し (ハ)に<sup>ハ</sup>行く (4/7月)  
(ハ)治療

5 5 眼<sup>まなこ</sup>根<sup>ね</sup>が痛いの<sup>に</sup> テレビ見る めぐりめぐりよりひどくなる (4/7月)

6 6 無理<sup>むり</sup>やり<sup>や</sup>食<sup>た</sup>った<sup>た</sup> その後はおなか<sup>なか</sup>が苦しく 気持ち<sup>こころ</sup>おさ<sup>さ</sup>む (4/7月)

7 7 早め<sup>はや</sup>しく<sup>く</sup>せ<sup>せ</sup>が<sup>が</sup>な<sup>な</sup>ら<sup>ら</sup>な<sup>な</sup>、家<sup>いえ</sup>で<sup>で</sup>食<sup>く</sup>ま<sup>ま</sup>ず<sup>ず</sup>に 外<sup>と</sup>食<sup>く</sup>の時<sup>とき</sup> (4/7月)

8 8 食<sup>く</sup>べ<sup>べ</sup>れ<sup>れ</sup>な<sup>な</sup>い<sup>い</sup>の<sup>の</sup>に 刷<sup>は</sup>り<sup>り</sup>過<sup>か</sup>ぎ 残<sup>のこ</sup>す<sup>す</sup>の<sup>の</sup>や<sup>や</sup>、む<sup>む</sup>り<sup>り</sup>や<sup>や</sup>り<sup>り</sup>食<sup>く</sup>や<sup>や</sup>る (4/7月)

9 9 身体<sup>からだ</sup>に<sup>に</sup>い<sup>い</sup>い<sup>い</sup>と 水<sup>みづ</sup>の<sup>の</sup>ん<sup>ん</sup>で 夜<sup>よ</sup>中<sup>ちゆう</sup>に<sup>に</sup>い<sup>い</sup>げ<sup>げ</sup>く トイ<sup>と</sup>レ<sup>れ</sup>に<sup>に</sup>通<sup>と</sup>う (4/7月)

10 10 料理<sup>りょうり</sup>の<sup>の</sup>た<sup>た</sup>め<sup>め</sup>に 食<sup>く</sup>材<sup>ざい</sup>を つ<sup>つ</sup>い<sup>い</sup>買<sup>か</sup>い<sup>い</sup>ず<sup>ず</sup>て 期<sup>き</sup>限<sup>げん</sup>が<sup>が</sup>切<sup>き</sup>れ<sup>れ</sup>る (4/7月)

11 11 賞<sup>しょう</sup>品<sup>ひん</sup>つ<sup>つ</sup>きの パズ<sup>ぱ</sup>ル<sup>る</sup>し<sup>し</sup>て 時<sup>とき</sup>を<sup>を</sup>忘<sup>わ</sup>れ<sup>れ</sup>て 首<sup>くび</sup>の<sup>の</sup>こ<sup>こ</sup>り (4/7月)

ありがとう 12 常に<sup>つねに</sup> 我<sup>われ</sup>身<sup>み</sup>の 身<sup>み</sup>を<sup>を</sup>密<sup>ひそ</sup>に 心<sup>こころ</sup>に<sup>に</sup>こ<sup>こ</sup>わ<sup>わ</sup>た<sup>た</sup>い<sup>い</sup>の 家<sup>いえ</sup>族<sup>ぞく</sup>の<sup>の</sup>こ<sup>こ</sup>は<sup>は</sup> (4/7月)

13 13 いつも<sup>いつも</sup> 我<sup>われ</sup>身<sup>み</sup>に<sup>に</sup>密<sup>ひそ</sup>に<sup>に</sup>添<sup>そ</sup>り<sup>り</sup>添<sup>そ</sup>って 転<sup>ころ</sup>倒<sup>たお</sup>れ<sup>れ</sup>の<sup>の</sup>危<sup>あや</sup>し<sup>し</sup>い 家<sup>いえ</sup>族<sup>ぞく</sup> (4/7月)

14 14 おそ<sup>おそ</sup>き<sup>き</sup>歩<sup>あ</sup>み<sup>み</sup>の 我<sup>われ</sup>に<sup>に</sup>添<sup>そ</sup>い<sup>い</sup>歩<sup>あ</sup>み<sup>み</sup>を<sup>を</sup>合<sup>あ</sup>わ<sup>わ</sup>す 家<sup>いえ</sup>族<sup>ぞく</sup>や<sup>や</sup>さ<sup>さ</sup>し<sup>し</sup>き (4/7月)

15 15 老<sup>おい</sup>い<sup>い</sup>し<sup>し</sup>我<sup>われ</sup>が<sup>が</sup>身<sup>み</sup>の 身<sup>み</sup>を<sup>を</sup>密<sup>ひそ</sup>に いつも<sup>いつも</sup>も<sup>も</sup>呼<sup>よ</sup>べ<sup>べ</sup>と 家<sup>いえ</sup>族<sup>ぞく</sup>の<sup>の</sup>こ<sup>こ</sup>は<sup>は</sup> (4/7月)

16 16 いつも<sup>いつも</sup> 自<sup>じ</sup>動<sup>どう</sup>車<sup>くるま</sup>に<sup>に</sup> 我<sup>われ</sup>の<sup>の</sup>せ 山<sup>やま</sup>河<sup>がわ</sup>の<sup>の</sup>景<sup>けい</sup>色<sup>しき</sup> め<sup>め</sup>ぐ<sup>ぐ</sup>れ<sup>れ</sup>る 家<sup>いえ</sup>族<sup>ぞく</sup> (4/7月)