



第40回市老連「通常総会」

議案承認・可決

第40回通常総会を平成25年5月21日（火）福岡市民会館で開催しました。来賓として貞刈厚仁副市長と中島淳一郎保健福祉局長をお迎えし、式典で老人クラブ育成成功労者79名と優良単位老人クラブ25クラブを表彰しました。続いて、貞刈副市長が「福岡市においては、人口の20%が60歳以上であり、老人クラブが唯一の老人組織であるので、クラブの役割に期待したい」旨、市長挨拶を代読されました。引き続き議案審議に入り、「平成24年度事業報告・収支決算」、「役員選任」、「名誉会員の推薦」について審議を行いました。

会場から①高齢者農園事業の内容②収支計算書の記載③指定旅館について質問があり、説明を行った後、いずれの議案も承認されました。次に、「平成25年度事業計画・収支予算」について報告を行い、通常総会を終了しました。

会長あいさつ



会員拡大運動に向けて

このたび福岡市老人クラブ連合会の会長に再任されました竹之内でございます。

福岡市老人クラブ連合会の運営につきまして、会員の皆様方の平素からの尽力と協力に対し、深く感謝申し上げます。

昨年度は、市老連創立50周年記念事業や九州ブロック老人クラブリーダー研修会の福岡市開催におきまして皆様方から多大なるご協力を賜り、盛会のうちに終えることができました。

あらためて厚くお礼申し上げます。

さて、我が国では急速な少子高齢化が進む中

公益社団法人
福岡市老人クラブ連合会会長
竹之内 徳盛

で、高齢者のひとり暮らしや高齢世帯の増加が年々進みつつあります。

このような社会状況の中で、地域に活動の基盤を持った老人クラブは、会員相互の親睦のみならず、友愛訪問、地域の清掃・美化活動、登下校時の子どもの見守り活動など、地域を支える大きな力となっております。

しかしながら老人クラブの実情は、全国的にも年を追うごとに会員の高齢化が進んでおり、会長等リーダーの後継者がいないなどの理由から、年々会員の減少が続いている状況でございます。

このような状況を打破するために、市老連の新年度事業計画の中で特に重点目標として「会員拡大運動の推進」を掲げ、1校区1クラブの増、1クラブあたり会員3人純増入会の促進を掲げております。

破するために、市老連の新年度事業計画の中で特に重点目標として「会員拡大運動の推進」を掲げ、1校区1クラブの増、1クラブあたり会員3人純増入会の促進を掲げております。

これを実りあるものにするには、単位老人クラブ等地域老人クラブが率先して頑張っていたく事が重要であると考えております。

市老連といたしましても、入会促進パンフレット・ポスターの作成や市老連ホームページの開設計等を、全力で会員拡大事業に取り組んで参る所存でございますので、皆様方のご協力をお願いいたします。

副市長を表敬訪問



5月28日、竹之内会長と山崎、木内両副会長が通常総会出席のお礼と就任挨拶を兼ねて、貞刈厚仁副市長を表敬訪問しました。

会長から老人クラブへの支援について謝意を述べたあと、老人クラブの課題等について説明しました。和やかな雰囲気の中、熱心に聞いていただきました。

紙面のご案内

- | | | | |
|--------------------|--------|----------------------|----------|
| 平成25年度事業計画・予算のあらまし |2 | 高齢者向けレシビ |7 |
| 平成25度主要行事・役員紹介 |3 | 特集「元気の泉」 |8・9 |
| ニュースポーツ・ラダーゲッター紹介 |4 | 指定旅館のご利用を! |10 |
| 詰碁・詰将棋問題 |4 | 第43回福岡市高齢者美術展 作品募集 |11 |
| 新規加入クラブ紹介 |5 | 第51回高齢者保健福祉大会 参観者の募集 |11 |
| 強引な健康食品の送りつけ、交通安全 |6 | 文芸欄「みんなの広場」 |12 |



平成25年度 予算のあらまし

(平成25年4月1日～平成26年3月31日)

収入の部

(単位：千円)

科 目	金 額	説 明
基本財産運用益	63	
特定資産運用益	2	
会費	1,798	899クラブ×2,000円
収益事業等	3,940	指定旅館指定料、広告料
福岡市補助金	72,838	
社協補助金	3,100	友愛訪問事業補助
共同募金助成金	810	機関紙発行助成
雑収入	1,455	傷害保険広告料、会員章抛金等
合 計	84,006	

支出の部

(単位：千円)

事業別区分	金 額	説 明
公益事業		
高齢者の健康づくり、介護予防、生きがいづくり事業		
各種事業費(市)	1,131	囲碁将棋、美術展、ゲートボール大会等
各区老連 事業費	5,447	7区老連の各種大会事業費
グラウンド・ゴルフ大会	1,293	市・区大会経費
農園事業	1,297	高齢者農園の運営経費
負担金	50	保健福祉大会負担金
小計	9,218	
高齢者の相互支え合い・社会奉仕事業		
伝承社会奉仕部会	28	
友愛訪問事業	6,653	861班の活動費、管理費
小計	6,681	
老人クラブの活動強化、育成、支援事業		
全国大会・各種研修費等	2,378	全国老人クラブ大会、九州ブロックリーダー研修会、各種セミナー等に参加
各区老連 運営費	4,092	7区老連の運営費
広報費(機関紙発行)	1,021	年2回機関紙を発行
小計	7,491	
公益事業 計	23,390	人件費・共通事務費を除く
収益事業等		
指定旅館冊子印刷等	470	指定旅館冊子印刷等
法人会計		
会議費	1,693	総会、理事会、全老連、九州ブロック等の会議費、慶弔交際費
負担金	516	全老連負担金他3件
計	2,209	人件費・共通事務費を除く
人件費・事務費		
人件費・共通事務費	58,472	
支出合計	84,541	

※① 分かりやすくするため、科目別の予算書を事業別に整理しました。

平成25年度

事業計画

【運営方針】

現在、わが国では、急速な少子高齢化が進行しており、人の絆がますます希薄化している状況の中で高齢者自らがいきがいを持って安心して生活できる環境づくりや、さらには支え合いなど、地域活動の必要性が一層高まっています。

このような中で、「健康・友愛・奉仕」の三大目標を基本活動とし、高齢者の自主的な組織として地域に活動

基盤をおく老人クラブの存在意義は、ますます大きいものがあります。平成24年度は、皆様のご支援、ご協力により、新公益法人への移行、市老連創立50周年記念大会の開催、市老連の50年のあゆみの発行、市老連愛称の決定、九州ブロック老人クラブリーダー研修会の開催を行うことが出来ました。この熱意を活かし、会員の拡大及び老人クラブの活性化をより進めるとともに、「開かれた魅力ある老人クラブ」を目指します。

事業実施計画

1. 高齢者の健康づくり・介護予防・生きがいづくり事業

- (1) 健康づくり・介護予防の推進
- (2) 生きがいづくりの推進
- (教養文化事業)
- ① 高齢者美術展の開催
- ② 高齢者囲碁将棋大会の開催
- ③ 高齢者保健福祉大会の開催
- ④ 全国健康福祉祭(高知)への参加(保健体育等事業)
- ① 高齢者ゲートボール大会の開催
- ② 高齢者グラウンド・ゴルフ大会の開催
- ③ 高齢者ソフトダーツ大会の開催
- ④ 高齢者健康スポーツ大会(ウォーキング・ダーツ等)の開催
- ⑤ 全国健康福祉祭(高知)への参加
- ⑥ 高齢者農園事業の実施

2. 高齢者の相互支え合い・社会奉仕事業

- (1) 友愛訪問活動の充実推進
- (2) 伝承活動及び社会奉仕活動による社会参加
- (3) 地域活動促進事業の実施

3. 老人クラブの活動強化・育成・普及啓発事業

- (1) 会の運営及び関係団体との連携の強化
- (2) リーダー研修の充実
- (3) 単位クラブの増強
- (4) 会員拡大運動の展開
- 1校区1クラブの増(新規)
- 1クラブあたり会員3人純増入会の促進
- 入会パンフレット及びポスターの作成・配布(新規)
- (5) 機関紙「ふくふくクラブ福岡」の発行
- (6) ホームページの作成(新規)
- (7) 会員厚生福利事業等の推進

名誉会員推薦

これまで本会の運営・発展にご尽力いただきました平林前副会長ほか3名の方々が、第40回総会で名誉会員に推薦されました。今後とも名誉会員として引き続き本会のご指導・ご支援をお願いします。

退任時役職名	氏 名	退任年月日
副会長	平林 孝一	平成25年5月21日
副会長	辻 芳子	平成25年5月21日
理 事 (5期)	野中 咲子	平成25年5月21日
理 事 (2期)	江口 信雄	平成25年5月21日

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

くまもとクリニック

耳鼻咽喉科・形成外科

院長 熊本 芳彦／副院長 熊本 真優子

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前10:00～13:30	○	○	○	○	○	○
午後15:30～18:30	○	○	☆	☆	○	○

休診/日曜・祝日・土曜午後 ☆・・・医師1人

☎092-737-5117 天神1-11-17 福岡ビル7階

 林眼科病院
天神診療所

院長 林 和恵

完全予約制

西中洲 6-20
占部ビル 2F TEL 716-3030

内科一般・甲状腺疾患・生活習慣病

林眼科病院 林内科クリニック

診療時間

月～金 9:00～18:00 (昼休 12:30～14:00)
水・土 9:00～12:30 (第2・4土曜日休診)

博多駅前 4-7-13 (林眼科病院前)
TEL 092-431-3680

医療法人 社団研英会

林眼科病院

院長 林 研

博多区博多駅前 4 丁目23-35
TEL 092-431-1680

平成25年度 役員の紹介 (敬称略)			平成25年度 主要行事				
役職名	氏 名	選任区老ク連・充職	月	日	行 事 名	摘 要	
会 長・理 事 総務部会長	竹之内 徳盛	早良区老ク連会長	4月	12日(金)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
副会長・理 事 総務部会副部会長	山崎 巍	南区シニアク連会長		22日(月)	新旧理事協議会	新旧理事・監事	ふくふくプラザ
副会長・理 事 女性部会長、健康部会	木内 潤子	中央区老ク連副会長	5月	21日(火)	第40回通常総会 理事会	役員・会員 理事・監事	福岡市民会館
理 事 教養文化部会長	矢嶋 崇	東区ねんりんク連会長		23日(木)	全老連女性委員会総会	女性部長	東京都
*理 事 体育部会副部会長	堀 靖之	東区ねんりんク連副会長	6月	3日(月)～4日(火)	全老連中央セミナー	指定区代表	東京都
*理 事・女性部会	梶谷 勝子	東区ねんりんク連副会長		12日(水)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
理 事 伝承社会奉仕部会長	田中 寛	博多区老ク連会長		20日(木)	全老連評議員会	会長	東京都
*理 事 広報部会副部会長	野上 義治	博多区老ク連副会長	7月	11日(木)～12日(金)	九州ブロック 老人クラブリーダー研修会	理事・監事	大分県
*理 事・女性部会	松本 富須子	博多区老ク連副会長		26(金)	第42回高齢者囲碁・将棋大会	市民	ふくふくプラザ
理 事・広報部会長	石橋 次郎	中央区老ク連会長	8月	19日(月)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
理 事	佐藤 光	中央区老ク連副会長	9月	4日(水)	第51回高齢者保健福祉大会	市民	福岡市民会館
*理 事 教養文化部会副部会長	西村 大戸志	南区シニアク連副会長		6日(金)	健康づくりリーダー研修会	会員	ふくふくプラザ
*理 事・女性部会	久光 春枝	南区シニアク連副会長		20日(金)	全国一斉「社会奉仕の日」	会員	
理 事・健康部会長	猪口志 武	城南区シニアク連会長		26日(木)予備27日	第35回高齢者ゲートボール大会	区代表者	中比恵公園
*理 事・健康部会	山本 巖	城南区シニアク連副会長	10月	1日(火)～2日(水)	第42回全国老人クラブ大会	会長・副会長	岩手県
理 事・女性部会	富田 美津子	城南区シニアク連副会長		7日(月)～14日(月)	第43回高齢者美術展	市民	福岡市美術館
理 事 伝承社会奉仕部会副部会長	稲吉 順	早良区老ク連副会長		26日(土)～29日(火)	ねんりんピック よさこい高知2013	福岡市選手団	高知県
理 事 女性部会副部会長	藤本 昌代	早良区老ク連副会長	11月	6日(水)予備7日	第12回高齢者 グラウンド・ゴルフ大会	区代表者	舞鶴公園
*理 事 体育部会部会長	岡田 光生	西区老ク連会長		14日(木)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
理 事 健康部会副部会長	生田 猷二	西区老ク連副会長		20日(水)～22日(金)	全老連健康づくり中央セミナー	指定区代表	神奈川県
理 事・女性部会	大森 節子	西区老ク連副会長		25日(月)～26日(火)	全老連女性リーダーセミナー	女性部長・区代表	東京都
理 事	松田 潤嗣	福岡市社会福祉協議会 常務理事	12月	26日(火)	全老連女性委員会総会	女性部長	東京都
*理 事	中村 卓也	福岡市保健福祉局 高齢社会部長		3日(火)～4日(水)	全老連県・指定都市市長会議	会長	東京都
*常務理事	乙丸 次男	福岡市老人クラブ連合会 常務理事	1月	16日(木)～17日(金)	全老連在宅福祉を支える 友愛セミナー	指定区代表	東京都
監 事	野中 咲子	東区ねんりんク連		28日(火)	老人クラブリーダー養成研修会	会員	ふくふくプラザ
*監 事	三浦 久到	西区老ク連	2月	13日(木)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
				20日(木)～21日(金)	九州各県・指定都市老連連絡協議会	会長・事務局長	沖縄県
			3月	26日(水)	第3回高齢者ソフトダーツ大会	区代表	九電体育館
				4日(火)	女性リーダー研修会（女性部会）	単位女性リーダー	ふくふくプラザ
				7日(金)	全老連評議員会	会長	東京都
				18日(火)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ

*は新任役員 ○ 任 期 平成25年5月21日～平成27年5月20日

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

今、ウィッグは「着こなす」時代へ

アップスタイルや
ふんわりスタイルも
思いのまま

お気軽にご相談ください。
価格：34,650円（税込）～

FONTAINE

■岩田屋本店 ☎092-711-7608

■大丸福岡天神店 ☎092-711-7748

■博多阪急店 ☎092-419-5715

■フォンテーヌ 福岡天神 ☎092-712-4413

■福岡三越店 ☎092-726-6187 (五十音順)

認知症患者デイケア施設「アンダンテ」
精神科・老年精神科・内科
特定医療法人 社団相和会

中村病院

理事長 中村 桂
福岡市南区老司3丁目33-1
☎ 092(565)5331(代)
FAX 092(566)5566
URL: <http://www.sowa-nakamura.or.jp>

桜坂中央外科
院長 高原 清彦

中央区桜坂2丁目1-41
TEL751-5914

病院・施設給食の総合コーディネーター

九州医療食株式会社
Kyusyu Iryo Shoku

福岡市博多区博多駅東2丁目10-16
☎092-483-8885
<http://www.kis-inc.co.jp>

しみず動物クリニック

休診日 火曜日・祝日
福岡市南区清水2-9-28 正徳ビル1F
TEL.092-557-8001

あらたな夢を創る

レグルス株式会社
一級建築士設計事務所

中央区渡辺通2-4-20 パール福岡703号
☎092-737-8876

(住宅型) 有料老人ホーム

あすなろ

自然に囲まれた、緑豊かな心地よい環境
お気軽にお問合せください

☎092-803-2100
福岡市早良区重留5丁目12-8（重留中央公園横）

王貞治 ベースボール ミュージアムを観る

写真は
89スタジオ



野球観戦の前に王貞治ベースボールミュージアムに立ち寄りました。【歴史館】は路地の駄菓子など昭和のレトロな雰囲気の中、王さんの生い立ちから現在まで写真等で紹介してあります。また、野球の好きな人にとって記憶に残る記念すべき場面の数々がビデオで流されており、子どもの頃を懐かしく思い起こしました。

次の【記録館】では王さんのホームランなど、数々の記録がパネルやトロフィーの展示と一緒に紹介されていました。王さんの選手として監督としての偉大さを再認識しました。

最後の野球体験ゾーンの【89スタジオ】は、王さんが記録を作った時のプロ野球投手が投げたボールの再現など、実際に野球に役に立つトレーニングに挑戦できるコーナーです。私も動体視力のテストに挑戦しましたが成績はさんざんでした。久しぶりに野球にふれる楽しい体験でした。

《情報提供》

この「広報紙」をご持参いただくと、ミュージアム入場料は大人（高校生以上）900円が700円に、子ども（中学生以下）400円が300円になります。（6名まで優待）※保護者同伴の小3以下無料。

有効期限：2013年12月末まで。

お問い合わせ：TEL 092-847-1699
(9:30~17:00)

ニュースポーツ 「ラダーゲッター」の紹介



平成24年11月15日、東体育館で第7回東区高齢者健康スポーツ大会として、ニュースポーツ「ラダーゲッター大会」を、108名が参加し開催しました。

ラダーゲッターは、高齢者から子どもまでが楽しめるスポーツで、ルールは、1、2、3点とポイントが表示されている横3本のラダー（はしご）に向かって、ひもでつながっている2個のボールの1個を片手に持ち、アンダーハンドで投げ、ラダーに引っ掛かるとポイントになるという簡単な競技です。

ボールが床にバウンドして、どこかのラダーに引っ掛かったら5点のポイント。

東区連合会では初めての競技で、市レクリエーション協会の指導のもと、全選手で練習から開始。

試合になると高得点をねらい、床にバウンドさせ、勢い余ってラダーを越えたり、大歓声の連続でした。

得点発表では、最高得点は10点でしたが、中には0点の人もちろほら。

参加者の多くから「楽しく競技でき今後も実施して欲しい」と好評で、25年度も11月26日（火）に東体育館で開催します。観戦もどうぞ。

詰将棋問題

出題 佐賀晴幸(将棋六段 詰棋三段)
持駒 銀 銀 桂



【ヒント】 最後まで竜が主役です。敵陣内で攻め駒を成らないこともあります。

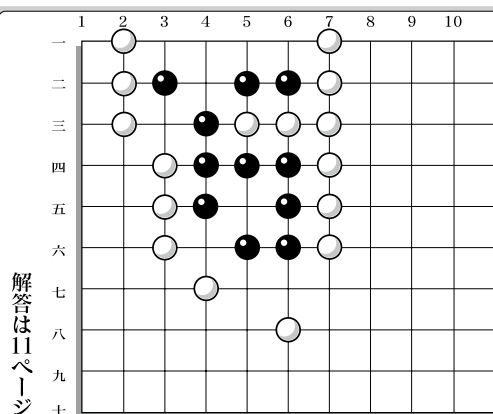
脳の活性化には、詰棋が最適です。脳に沢山の汗をかくて、百歳まで長生きしましょう！

詰碁問題

【黒先】

黒イキるには

どう打てばよいでしょうか。



解答は11ページ

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

(財)日本医療機能評価機構認定病院

福岡整形外科病院

院長 王寺 享弘

南区柳河内2丁目10-50 FAX 553-1038 **512-1581**

医療法人 光竹会 **大橋クリニック** 脳神経外科 神経内科

【診療科】脳神経外科・神経内科・リハビリテーション科

診療時間	午前 9:30~1:00
	午後 3:00~7:00
休診	日曜・祝日

●午前は12:30受付終了●

福岡市南区大橋1-9-16 **511-5219**

福岡通信病院

- 院長 津田 泰夫
- 副院長(外科) 和田 寛也

〒810-8798 福岡市中央区薬院2丁目6-11

092(741)0300

<http://www.hospital.japanpost.jp/fukuoka/>

山本診療所

YAMAMOTO CLINIC

内科・糖尿病内科・漢方内科

博多駅前3-9-1 **414-7063**

博多 山本診療所

検索

俳句 短歌 川柳 など

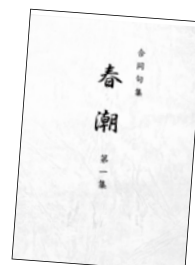
大切な作品をまとめてみませんか？

◆ 自分の作品をご家族に残したい…

【少部数から承ります】

製作費用 50,000 円～（要相談）

● 印刷物のことなら ● **【お見積り無料】**
株式会社 ニチコミ **TEL 092-292-6538**



新規加入老人クラブ (H24.8.17以降)

区 名	地区名	単位老人クラブ名	会長名	会員数	入会申込日
東 区	香椎浜	ベイパークシニアクラブ	稲富 義弘	41名	H25.4.1
	舞松原	松崎すずらん会	縄田 慶子	33名	H25.4.1
博多区	御供所	長寿会	畠中 満	86名	H25.4.1
博多区	弥 生	老人スマイルクラブ	山田 優基	32名	H24.4.1
博多区	板付北	ドリームクラブ8	伊藤日出夫	46名	H24.4.1
博多区	三 筑	ことぶき会	中村 修三	42名	H24.4.1
南 区	筑紫丘	シニアクラブ大橋	永留 聖紀	30名	H25.4.1
南 区	若 久	若四笑顔の会	原 勝興	34名	H25.4.1
南 区	花 畑	花畑第1シニアクラブ	野中 敏雄	54名	H24.10.1
南 区	東花畑	宮ヶ丘会	田淵 清一	45名	H25.4.7
南 区	宮 竹	平原シニアクラブ	明永 義輝	58名	H24.10.1
早良区	四箇田	四箇田団地分譲住宅四つ葉会	加来 昭隆	47名	H25.4.1
早良区	内 野	早良ニュータウン老人会「馬立会」	永松 顯義	34名	H24.9.1
早良区	野 芥	野芥三寿会	井手 博之	40名	H25.4.1
西 区	壱岐東	いきいきクラブ	坂本 隆男	30名	H24.6.1
西 区	内 浜	小戸4丁目2区さわやかシルバー会	内山 征子	31名	H25.4.1

※ 平成24年8月17日～平成25年5月21日までの理事会で入会を決定された新規の老人クラブです。

新規加入クラブ紹介

新規に加入された16クラブをご紹介します。

○設立の動機

会員数は30名から86名となっています。各クラブに「設立の動機」や「特に力を入れている事」などをお尋ねしました。

・ 会員相互の親睦や健康で明るく楽しいクラブづくり、社会貢献。
・ 大橋1丁目は集合住宅が多く、高齢者の繋がりが希薄だったので、交流の場として立ち上げた。

・ 東日本大震災もあり、老人が誇りを持ち、笑顔で楽しく暮らせる「ふるさとづくり」が町内すべての人に幸せをもたらす絆になることを実感したこと。
・ 四箇田分譲団地ができて30年にもなるのに、単位老人クラブがなかったので今回設立。

○特に力を

入れている事等

・ あいさつ運動や校内の二斉清掃、防犯パトロールなど、地域貢献、地域住民のふれあい。
・ お花見、花壇やフラインボットの手入れなど。会員の笑顔が増え、元気になっていくのを実感。
・ 自分の地域奉仕活動だけでなく、早良区、福岡市全体に影響を与えるような奉仕活動を目指している。
・ グラウンド・ゴルフによる健康づくり、カラオケによる友好活動、小学校の登・下校見守りに力を入れている。
・ 会員同士が互いの近況を常時交換し、安

・ 地域の老人クラブがなくなっていたので、高齢者の地域友好のため再立ち上げた。
・ 私たち高齢者が仲間を大切にし、声かけを行うなど絆を大切にしたい。
・ 隣接校区の会長から熱心なお誘いがあり、再結成した。

ケガの老人クラブ傷害保険のご案内

クラブ活動型

クラブの行事や活動によく出かけるという方におすすめ

年間掛金500円

年間掛金	クラブ活動型 500円	
ケガをしたときの状況	活動中のケガの場合	活動中以外のケガの場合
死亡保険金	50万円	補償なし
後遺障害保険金	50万円	
入院保険金日額(注)	1,000円	
通院保険金日額(注)	650円	

さらに充実補償の1,000円、2,000円もあります。

総合型

24時間いつでも、どこでもケガが心配という方におすすめ

年間掛金3,500円

年間掛金	総合型 3,500円	
ケガをしたときの状況	クラブ活動型	24時間型
	活動中のケガの場合	活動中以外のケガの場合
死亡保険金	50万円	115万円
	165万円	
後遺障害保険金	50万円	—
	50万円	
入院保険金日額(注)	1,000円	750円
	1,750円	
通院保険金日額(注)	650円	500円
	1,150円	

さらに充実補償の5,000円、10,000円もあります。

(注)手術保険金のお支払い額は、手術の種類に応じて入院保険金日額の10倍、20倍または40倍となります。

☑️総合型のクラブ活動中のケガの場合は、白地+薄いグレーの合計黒色の補償額が支払われます。
☑️総合型のクラブ活動中以外のケガの場合は、薄いグレーのみの補償額が支払われます。

全国老人クラブ連合会 保険係

03-3597-8770

受付時間 9:30~17:30
(土、日、祝祭日休)

〈取扱代理店〉 有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768
FAX番号 03-3597-8767
〈引受幹事保険会社〉 東京海上日動火災保険株式会社
(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 電話番号 03-3515-4144

●この広告は老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯普通傷害保険・普通傷害保険)の概要についてご紹介したものです。詳細は、「募集チラシ(平成24年7月1日始期以降用)」「重要事項説明書」「ご加入の際の注意事項」をお読みください。ご不明な点等がありましたら、取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。全老連保険係ホームページ(<http://www.senior-ltd.com/>)でもご確認ください。

否を確認し絆を深めた。い。
・ 大声で元気に童謡や歌謡曲等を楽しみ、健康管理に努め、地域の事業にも積極的に参加、町内活性化に貢献する。
・ 有名なお寺を抱える歴史あるエリアであり、地域に貢献しながら、会員が仲良く、楽しく活動できるよう頑張りたい。

頼んでいないのに！ 強引な健康食品の 送りつけ

福岡市消費生活センター



突然知らない業者から「健康食品を送る」といった電話がかかってきて、断つたにもかかわらず商品が送られてきたという相談が高齢者を中心に多く寄せられています。

＜事例＞「先月ご注文された健康食品を代金引換で送りますので3万円をご用意ください」と電話があった。「注文した覚えはない」と断ると、「確かに注文を受けた。そのときの録音もある。支払わなければ訴える」と脅された。会社名を尋ねても「教えることはできない」など不審な態度だったの、「いいから」と言いつて電話を切ったが、後日本当に商品が送られてきた。

- 【アドバイス】
- 必要なければ、きっぱり断り、電話は手短かに切りましょう。
 - 承諾していないのに商品を送りつけられた場合は、商品を受け取る必要も代金を支払う必要もありません。商品が配達されても受取りを拒否し、事業者の社名、住所、電話番号をメモしておきましよう。（代金を支払うと取り戻すのが難しくなります）
 - 断りきれずに承諾し商品が届いてしまっても、クーリング・オフができる場合があります。
 - 困ったときは消費生活センターへご相談ください。（消費生活センター相談コーナー 781・0999）

お元気な体を大切にしましょう！

交通事故「あわなない！起こさない！」

○高齢者の交通事故が増加しています！

今年の4月末で、福岡市の高齢者（65歳以上）の人身交通事故は797件（昨年に比べ113件増加）発生し、443人（昨年に比べ10人増加）の方が死傷し、そのうち4人の方が亡くなりました。

歩行中や車両運転中の高齢者が、交通事故で入院したり、命を亡くすことは、悲しい不幸なことです。お元気に過ごしていただくため、次のことに注意してください。

- 歩行者、自転車を利便する場合
- ① 道路の横断は、横断歩道または信号交差点で横断しましょう。（横断歩道以外で事故にあう方がたくさんいます。）
- ② 道路を横断するときには右左を確かめ、車が来たら急がずゆっくり「待つて」渡ってください。

ください。

③ 夜間の外出は「明るい服装」で反射材着用を。

（夜間の交通事故が多く発生しています。）

○車を運転する場合

前をよく見て落ち着いて「速度はゆっくり、ブレーキは早めに」（あわてて、ブレーキとアクセルを間違える事故が発生しています。）

○みんなで

交通安全講習会を受講しましょう！

福岡県警では、高齢者のために「交通安全

いきいき講習キャンペーン2013」を実施します。

1.講習期間

平成25年7月1日（月）～11月30日（土）

2.対象者／県内に居住する65歳以上の方

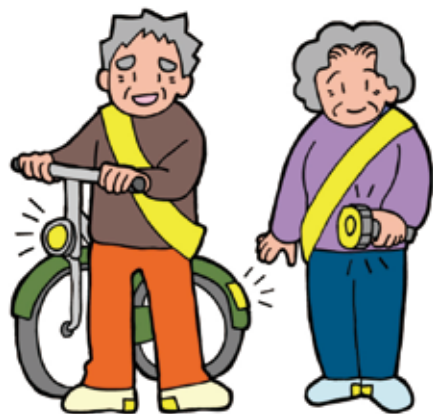
3.実施場所／公民館等

4.特典／講習期間終了後、2か月間無事故の場合は、抽選で賞品を贈呈。

5.問合せ先／最寄りの警察署または地区交通安全協会

【福岡県警察本部交通安全企画課】

（0641・4141）



私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

関与先企業の発展が使命
石田勝也税理士事務所

◆税務相談 ◆記帳代行
◆申告書作成
(所得税・法人税・相続税・贈与税・消費税等)

博多区博多駅前 3-23-12 博多光和ビル 702
TEL (092) 433-0213
石田勝也税理士事務所 検索

不動産登記・会社登記・裁判手続
成年後見・相続・会社設立・多重債務などの相談

秋根司法書士事務所

司法書士 秋根 喬
司法書士 櫻井 菜穂子

中央区舞鶴 3-2-31 舞鶴栄光ビル 5 階
TEL(092) 722-1817

**ハーモニー&ジャスティス
法律事務所**

離婚・成年後見・債務整理 など

弁護士 林 和正 弁護士 原口 圭介

福岡市中央区大手門 3-4-5 増田福岡ビル 2F
TEL 092-751-2804

民事通常事件・相続・遺言・交通事故など

辻井法律事務所

弁護士 辻井 治 弁護士 管納 啓文

福岡市中央区舞鶴 3-2-1 ジブラルタ生命福岡ビル2階
■TEL 733-8657 ■FAX 733-8667

記念品・オリジナルグッズ制作いたします

・グッズを配って活動をPR
・創立記念の年に記念品を作る
・グッズを使って会員増強活動

株式会社 ニチコミ **TEL 092-292-6538** お見積無料

相続 遺言 成年後見

いなたに法律事務所

福岡市博多区博多駅前 2-4-17
第六岡部ビル 3 階 C 号室
博多駅から徒歩 4 分
TEL 092-292-6780
元家庭裁判所調査官の弁護士がお話をうかがいます

多重債務・保証・相続・遺言
交通事故・労働問題などの相談は、

福岡南法律事務所

弁護士 梶島 敏雅 弁護士 崎山 有紀子
弁護士 國嶋 洋伸 弁護士 池田 慎

福岡市南区野間1丁目10番7号 野間リッチハイツ2階
■TEL (092) 554-7110 ■FAX (092) 554-7123
福岡南法律事務所 検索

夏を元気に 過ごすためのメニュー

夏になると、食欲が落ちたり、料理をするのが面倒になったりしますが、暑い夏を元気に過ごすには、「1日3食きちんと食べること」が大切です。

食べる量が少なくなったり、あっさりしたものばかり食べると、ビタミンB群をはじめとする微量栄養素がとりにくくなります。

「そうめんだけ」「野菜だけ」といった「ばかり食べ」にならないように、いろいろな食品を食べるようにしましょう。

今回は食欲増進につながる香辛料や薬味、香味野菜を上手に使い、たんぱく質やビタミンB1を含む豚肉を使ったメニューを紹介します。



栄養価（ごはん180gの場合）
エネルギー460kcal たんぱく質13.5g
脂質9.5g 食塩1.2g

ピリ辛そぼろ丼

材料（1人分）

●ごはん	150～180g	●豚ひき肉	40g	●トマト	1/4個	●こねぎ	大さじ1
●レタス	30g	●ハーフマヨネーズ	大さじ1	●ノンオイル	ドレッシング白	●しょうゆ	小さじ1
●タマネギ	1/8個	●サラダ油	小さじ1/2	●砂糖	小さじ1/2	●料理酒	小さじ1
						●唐辛子（粉）	お好みで

作り方

- ①タマネギは洗ってみじん切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱して、豚ミンチを炒め、火が通ったらタマネギを加えて炒める。
- ③②に料理酒を加えて水分が飛んだら、砂糖と醤油を加え、水分が無くなるまで弱火で煮る。火を止めて一味唐辛子を加える。
- ④レタスは洗って、食べやすい大きさにちぎる。トマトはざく切りにする。
- ⑤丼にご飯を盛り、レタス、③のミンチ、トマトをのせる。
- ⑥マヨネーズとドレッシングを混ぜ、⑤の上にお好みでかける。
- ⑦小口切りにしたこねぎを散らす。

おすすめアレンジ

- 唐辛子をカレー粉に変えたり、こねぎを貝割れ大根やミョウガ、大葉などに変えてもおいしいです。
- ワンポイントアドバイス
お米を胚芽米など精製度の低いものにしたたり、麦などの雑穀を加えると、ビタミンB1の摂取量が増えます。
糖質の代謝を助けるクエン酸を含む酢の物や柑橘類と一緒にとると効果的です。

地域で活動したいシニア

あなたにピッタリの活動を紹介します！

活動希望するシニアと登録団体をつなぎます

専任コーディネーター

希望や適性をふまえ、シニアと団体をつなぎます

さまざまな分野の活動団体

福祉・まちづくり・健康・芸術・健全育成・環境・教育・災害救援・男女共同参画など

シニアアシストふくおか

豊かなセカンドライフはボランティアから!!

生涯現役でありつづけるためには、日ごろから心と体の健康を維持することはもちろん、自分の経験や知識を発揮できる場や生きがいを持つことが大切です。

シニアアシストふくおかは、ボランティア活動を行いたい方とボランティア団体をつなぎ、シニアの活躍の場を広げるためのお手伝いと、ボランティア団体の活動支援を行います。

ボランティア活動に関するご相談は、下記までご連絡ください。

福岡市社会福祉協議会ボランティアセンター
〒810-0062 福岡市中央区荒戸3丁目3-39 福岡市市民福祉プラザ2階
TEL 092-713-0777 / FAX 092-713-0778
URL http://www.fukuoka-shakyo.or.jp/work_service/vc/
E-MAIL vc@fukuoka-shakyo.or.jp

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

安心と信頼を提供する 技術力！ インプラント・歯科矯正

詳しくは ホームページ、または 無料資料請求で！

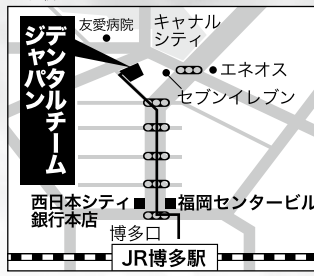
好評！ドクターによる丁寧な無料相談・無料資料請求

フリーダイヤル 0120-24-1818

顎関節症などを含む歯科治療もご相談ください。

症例数2万5千本を超える実績

147,000円～262,500円 インプラント1本 税込
※平成15年4月～平成25年3月までの実績



DENTAL TEAM JAPAN デンタル チーム ジャパン

TV放映されました！ ▶ デンタル チーム ジャパン



〒812-0011 福岡市博多区博多駅前3丁目30-15ライオンズマンション博多2F 診療時間／平日10:00～20:00 土10:00～18:00(日・祝休) 昼休み13:00～14:30 ※インプラント治療に保険は適用されません。

ボランティアで ストレス解消

香椎浜校区オーケックラブ
花井 哲江



ティアの始まりです。

以来、犬が死んだ後も道路清掃が習慣になり、ストレス解消に役立つ様になりました。夕方の5時過ぎに掃除をしていますと、空き缶やティッシュ、買物袋や汚物等々、どうして道路にこんな物を捨てるのかと寂しくなる時もあります。でも、子ども達があいさつをしてくれたり、通行する方々から声をかけられると嬉しくなり、「よし明日

東区

ここ香椎浜サンハイツに入居して30年が経ちました。当初、犬を飼っておりまして、散歩させるのが申し訳なく、お詫びの気持ちでまわりの清掃をさせていただいたのがボラン

ティア、買物袋や汚物等々、どうして道路にこんな物を捨てるのかと寂しくなる時もあります。でも、子ども達があいさつをしてくれたり、通行する方々から声をかけられると嬉しくなり、「よし明日

私の元気の源

春吉老社会 井上さち子



春吉老社会の役を、2年間という約束で引き受けました。長年の地に住んでいますと、地域の役員とし

は会長の役をいくつかしていき、その後を受け継いだのもあります。話は変わりますが、私が6歳にて母が死

中央区

て町内会長、民生委員、明るい町づくり協議会、戦傷病者相談員と多岐になりま

泉

いふれあい 助け合い
たちの活動で
の泉」湧き出ます

亡、義理の母に「嘘はつくな」「正直であれ」と、それはそれは厳しく育てられました。幾たびも、お月様を見て故郷を思い出し、兄弟姉妹を偲んだ事でした。当時、大阪は連日の空襲により大変で、母は田舎に帰ろうと思

た。今、年齢を重ねても、おかげさまで元気でいろいろな活動をする事が出来ています。

博多区

私の健康法

東比恵4丁目福寿会
増田 守



私は88才の老医師ですが、現在は医師の仕事は息子に譲り、ゴルフ、囲碁、カラオケの3Kにマージャンも楽しんでます。

防に役立ち、カラオケは大声を出すので、ストレス解消に役立ち、胃腸の健康に良いとの事です。残りの人生を元気で長生きするためには、どうしたら良いかを考えました。まず、自分の身体を大切にすることです。例えば段差のある所では怪我をしない様に、手すりを握りながらゆっくり歩く事。また、食事は偏食しないでよく噛むことです。便通はなるべく毎日排便する様に習慣づけませう。最後に、自分を甘やかしてはいけません。自分で定めた事は辛くても実行させよう。それは心の強さを表す指標です。

豊かで健康な精神が身体も健康にしてくれます。

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

(株)ニチコミからの お知らせ

URL <http://www.nichicomi.com>

各地の老人クラブの活動の **今** 随時更新!!

「ふくふくクラブ福岡」の発行のお手伝いをしております株式会社ニチコミのホームページでは、全国の老人クラブの様々な活動を紹介しております。

「いきいきギャラリー」コーナーにて全国の元気なクラブ会員の「今」を紹介しています。

まずは

ニチコミ

検索

認定補聴器専門店

(株)福岡補聴器センター

TEL:092-781-1133

お気軽にお問合せ下さい

福岡市中央区渡辺通4-10-10

営業時間 午前9:00~午後5:30/日祝休み

生前準備・葬儀後の手続きをお手伝いします。

- エンディングノート作成、献体登録
- 相続人・関係者の捜索と連絡
- 生命保険、預貯金等 手続き
- 遺言書作成、相続手続、遺品整理 など

行政書士キアカン事務所

24時間電話受付

ハイ なやみなし

フリーダイヤル 0120-81-7374

博多区博多駅前 4-23-4 アーバンクルーザー 204号

「あったらいいな」を形にします!

名刺・ポスター
句集・歌集・作品集など

・写真入りチラシで会員募集
・恒例行事のパンフレット

・クラブの歴史を記念誌に
・オリジナルグッズでお知らせ



印刷物のことならお気軽にご相談ください! 株式会社 ニチコミ TEL 092-292-6538 お見積無料

南区

私の生き甲斐

長丘4丁目長寿会
眞野 敏枝



「あなたの生き甲斐は？」とたずねられたら、私はボランティアと答えます。きっかけはボランティア出来るかしらと迷っていた時に、友人が内緒で市の養成講座に申し込み、4日間学び、早良区石釜の障害者の施設「しあわせの里」へ行っ

た事です。一緒に体操、ゲーム、食事の介助等で輝く笑顔に接しました。ボランティアは、お手伝いをして報酬を求めませんが、幸せをいっぱい戴いて生き甲斐を感じ、ありがとうと言いたいです。交通の便が悪く、友人の車に乗せてもらい通っていました。通うことが出来なくなり辞めました。

それからシティマロン、ウォーキング、ねんりんピック、花どんたく、さわやかマラソン、国立博物館等に申し込み、案内状が届いた時には年齢を忘れ、心ときめきます。どんたくの時にねんりんピックの法被を着て旗を掲げて行進、思いがけない思い出を戴きました。全国の60歳以上の弓道の選手が姿勢正しく集中される姿には感動させられました。これからも周囲に迷惑をかけないように健康に留意して、励みたいと思います。何より元気でなければ。

早良区



人の足元照らせば 我が足元明らかになるが如し

早良区老朽連 盛年部長 那須野 昭士

平成2年立ち上げの「室見川水系・金属川の河川清掃」また、河川に流れ込む台所排水の合成洗剤、食廃油の垂れ流しによる水質汚染。そこでリサイクル廃油石鹸の作り方を指導し、「リバー・クリン・リサイクル21・自然環境保護市民の会」を作りました。

平成14年からは早良区全域に広がり、今年で10年目の節目。昨年は区民中心に4,200名以上の方達が清掃ゴミ拾いの活動に参加いただきました。平成15年前から田隈校区内の空き地、公園、河川の遊歩道の幅員を活用した美化運動をおこし、6箇所に四季折々の花や桜の名所となっております。平成14年、田隈小学校校庭に「ふれあい農園」を立ち上げ、単位老人クラブ5団体の高齢者が玉葱・サツマイモ苗植え、草



取りを通して健康づくりと収穫の喜び、ふれあいの場として楽しんでおります。平成20年にスタートした「田隈校区ウォーキングクラブ」も参加者に大好評です。最近では人様の喜びが私の喜びと実感しています。

西区



楽しき菊作り これぞ我が人生

西区今津 波左間 惇爾

私の生き甲斐は何と云っても菊作り、そして出品です。30余年前に市の資産税査定の仕事で退いたあと、NH

私の生き甲斐は何と云っても菊作り、そして出品です。30余年前に市の資産税査定の仕事で退いたあと、NH



私の生き甲斐は何と云っても菊作り、そして出品です。30余年前に市の資産税査定の仕事で退いたあと、NH

私の元気のもと

樋井川7丁目
いきいきクラブ
大塩 行泰

私の元気のもととは、朝の小学生の登校時の旗振りとグラウンド・ゴルフでしょう。交通指導は6年目になりました。立ち始めてしばらくは、「おはよう」と声かけても無視されるのがほとんどでした。知らない人から声かけられたら注意しなさいと教育されているのかナーと思いましたが、

そんな毎日でしたが、2年目位から「おはよう」と声かけをしたら反応があるようになり、旗振りもグラウンド・ゴルフでも数え始めました。4月に数え始めた時は128名通過したのに悪天候の日など85名を数えた日もありました。通過人数が不規則なのが、ちょっと気になります。

また、中学生や通勤途中の人、犬の散歩中の人達、車の中から会釈される人等との一言の会話が私の1日のスタートになります。4月に数え始めた時は128名通過したのに悪天候の日など85名を数えた日もありました。通過人数が不規則なのが、ちょっと気になります。



城南区

また、中学生や通勤途中の人、犬の散歩中の人達、車の中から会釈される人等との一言の会話が私の1日のスタートになります。4月に数え始めた時は128名通過したのに悪天候の日など85名を数えた日もありました。通過人数が不規則なのが、ちょっと気になります。

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

開創以来六百年余の歴史



曹洞宗 太宝山 明光寺



納骨堂加入申し込み受付中

- 博多駅、都市高速ICから車で約5分
- 駐車場も完備しております
- 室内にあるため、雨の日でも心穏やかに参拝出来ます
- 墓地に比べて清掃等の維持・管理もいりません

見学はお気軽にお越し下さい

福岡市博多区吉塚3丁目8-52

☎(092)621-2698

「土曜参拝会」毎週土曜日・午後6時より
初めての方は、30分前にお越し下さい

納骨堂加入申し込み受付中



浄土真宗 本願寺派

西光寺



中央区警固3-13-18

☎716-0380



商売繁昌／縁結び



十日恵比須神社は、
商売繁昌の「えびす様」と
縁結びの「だいきく様」を
お祀りしています。

博多区東公園（福岡県庁前）

☎092-651-1563（代）

福岡市老人クラブ連合会指定旅館一覧

県名・地区名		指定旅館名・住所	電話番号・FAX番号
山口県	萩	■夕景色の宿 海のゆりかご 萩小町 〒758-0011 萩市椿東6509	TEL 0838-25-0121 FAX 0838-25-0136
福岡県	柳川	■柳川 白柳荘 〒832-0032 柳川市新町16	TEL 0944-73-1188 FAX 0944-72-9403
	甘木	■甘木観光ホテル 甘木館 〒838-0068 朝倉市甘木2091	TEL 0946-22-3344 FAX 0946-24-1067
	筑後川	■桑之屋 〒839-1405 うきは市浮羽町古川1099-10	TEL 0943-77-2148 FAX 0943-77-2700
佐賀県	古湯	■古湯温泉 ONCRI(おんくり) 〒840-0501 佐賀市富士町古湯556	TEL 0952-51-8111 FAX 0952-51-8112
	嬉野	■和多屋別荘 〒843-0301 嬉野市嬉野町下宿乙738	TEL 0954-42-0210 FAX 0954-42-0108
		■旅館 松園 〒843-0301 嬉野市嬉野町下宿乙855-2	TEL 0954-43-0153 FAX 0954-43-0156
		■旅館 初音荘 〒843-0304 嬉野市嬉野町岩屋川内甲340-1	TEL 0954-43-3238 FAX 0954-42-1014
	虹の松原	■唐津シーサイドホテル 〒847-0017 唐津市東唐津4-182	TEL 0955-75-3300 FAX 0955-75-1885
		■旅館 魚半 〒849-5131 唐津市浜玉町浜崎1669-55	TEL 0955-56-6234 FAX 0955-56-8221
長崎県	小浜	■伊勢屋旅館 〒854-0514 雲仙市小浜町北本町905	TEL 0957-74-2121 FAX 0957-74-5977
	島原	■東洋九十九ベイホテル 〒855-0864 島原市秩父が浦町丁3552-53	TEL 0957-63-3111 FAX 0957-62-7599
	雲仙	■雲仙みかどホテル本館 〒859-1501 南島原市深江町甲5292-2	TEL 0957-72-5420 FAX 0957-72-7710
	平戸たびら	■サムソンホテル 〒859-4826 平戸市田平町野田免210-6	TEL 0950-57-1110 FAX 0950-57-1139
熊本県	植木	■荒木観光ホテル 〒861-0112 熊本市北区植木町田底6	TEL 096-274-7201 FAX 096-274-6202
	菊鹿	■花富亭 〒861-0423 山鹿市菊鹿町池永177	TEL 0968-48-3141 FAX 0968-48-3142
	山鹿	■富士ホテル 〒861-0515 山鹿市昭和町506	TEL 0968-43-4146 FAX 0968-43-3785
	玉名	■つかさの湯 〒865-0061 玉名市立願寺656-1	TEL 0968-72-7777 FAX 0968-72-7783
	阿蘇	■リゾートホテル 阿蘇いこいの村 〒869-2224 阿蘇市蔵原1420	TEL 0967-34-2151 FAX 0967-34-2155
		■阿蘇の司ビラパークホテル 〒869-2225 阿蘇市黒川1230	TEL 0967-34-0811 FAX 0967-34-0816
	内牧	■和風旅館 金時 〒869-2301 阿蘇市内牧1131	TEL 0967-32-0038 FAX 0967-32-3975
	天草	■ホテル松竜園 海星 〒869-3602 上天草市大矢野町上6494	TEL 0964-56-0348 FAX 0964-56-5050
	別府鉄輪	■湯元旅館 かなわ荘 〒874-0045 別府市御幸3組648	TEL 0977-66-0742 FAX 0977-66-4826
	日田温泉	■ひなの里 山陽館 〒877-0044 日田市隈1丁目3-8	TEL 0973-22-2134 FAX 0973-22-2140
大分県	天ヶ瀬	■みるき〜すばサンビレッジ 〒879-4203 日田市天瀬町赤岩108-1	TEL 0973-57-3461 FAX 0973-57-2337
		■天龍荘 〒879-4203 日田市天瀬町湯山1137	TEL 0973-57-2370 FAX 0973-57-2373

福岡市老人クラブ連合会

指定旅館のご利用を！

会員の皆様が楽しみながら、仲間づくりやゆとりの時間を持つことができるよう、福岡市老人クラブ連合会では「指定旅館制度」を平成17年度からスタートさせ、会員の皆様のご好評をいただいております。

平成25年度は、「安心できる低廉な価格とサービス」「利用者の送迎バスの運行」などを備えた26（新規施設5更新施設21）の施設を指定しました。

この制度を大いに活用いただき、老人クラブの活性化や会員の皆様の健康増進にお役に立てば幸いです。

指定旅館の施設の内容や料金・サービスをまとめた「指定旅館のしおり」は、市老連事務局から各单位老人クラブ会長さんあてにお届けしております。

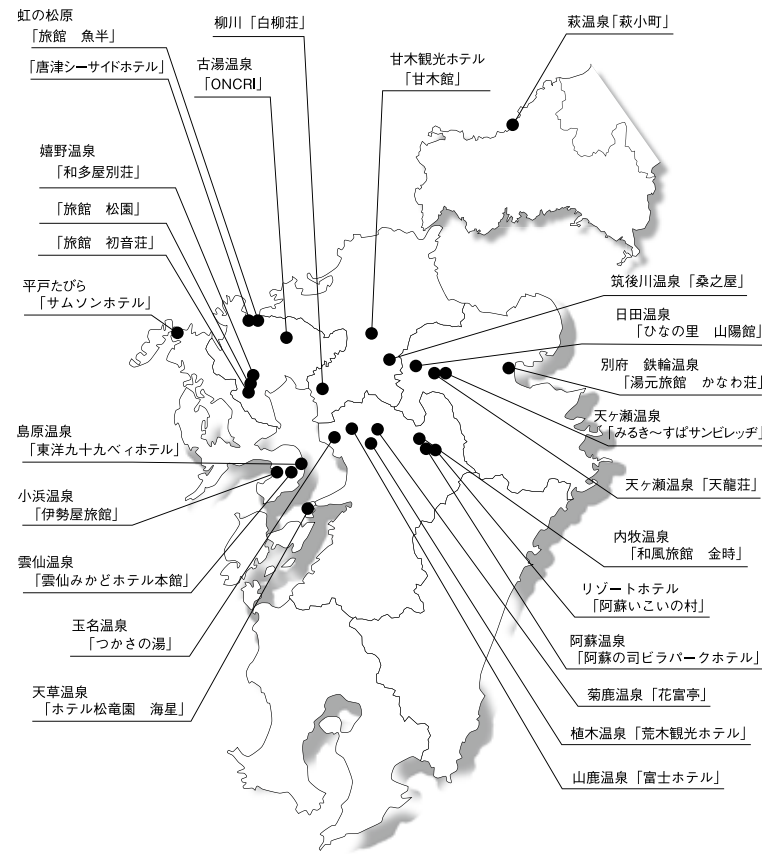
会員の皆様のご利用をお待ちしております。



指定旅館の利用手続き

- ご利用前に直接「指定旅館」に電話で申し込んでください。
- 申し込みのとき、次のことを確認してください。
 - 福岡市老人クラブ連合会会員（単位老人クラブ名等）であることを伝える。
 - 予算や希望などを伝えて、指定旅館側の説明を受け、交渉して直接申し込み手続を行う。
 - 指定旅館の送迎バスの利用については、諸条件を確認して利用の可否を確認する。

指定旅館位置図



第43回 福岡市高齢者美術展

作品の
募集

福岡市老人クラブ連合会では、高齢者が自らの文化生活と生きがい高めるため、皆さんが意欲的に創作された、「洋画、日本画、書、写真、工芸」各部門の作品を一堂に集めて展示し、高齢者福祉についての市民の関心と理解を深めることを目的として、10月に高齢者美術展を開催します。
会員の皆さんの数多くの出品を、お待ちしております。

- 1. 日程**
作品搬入 平成25年10月7日(月) 午前10時～午前11時
展示期間 平成25年10月8日(火)～10月14日(月)
(午前9時30分～午後5時30分まで展示)
表彰式 平成25年10月14日(月) 午後3時～午後4時
作品搬出 平成25年10月14日(月) 午後5時30分～午後7時
- 2. 会場**
福岡市美術館(市民ギャラリーA・B・C)
中央区大濠公園1-6
- 3. 作品部門**
■洋画の部 ■日本画の部 ■書の部 ■写真の部
■工芸の部
- 4. 作品の展示**
応募された作品は、原則として全部展示します。
- 5. 出品の制限**
(1) 市内居住の60歳以上のアマチュアとします。
(2) 応募作品は、必ず自作、未発表のものとします。
(3) 出品は個人とし、一人1点とします。
(4) 規格(大きさ)
洋画・日本画 **10号(53.0cm×33.3cm)以上
50号(116.7cm×116.7cm)以内**
書 全紙(縦)以内(掛け軸の長さは例外)
写真 四ツ切以上全紙まで
工芸 展示区画は、1品1㎡以内とします
(5) 展示中管理が可能なもので、すぐ壊れるものは不可です。
(6) 額縁等は、紐を付けて展示できる状態で搬入してください。
- 6. 出品の申込み**
官製「往復はがき」に『氏名(ふりがな)・年齢・住所・電話番号・所属老人クラブ名・出品部門名・作品の題名(必ずふりがな)』を楷書で記入して、申し込んでください。
〒810-0062 福岡市中央区荒戸3丁目3番39号
市民福祉プラザ内
福岡市老人クラブ連合会事務局(TEL 713-1340)
(FAX 713-0157)
- 7. 申込み先**
(問合せ先)
- 8. 受付期間**
平成25年8月1日(木)から9月13日(金)まで
(当日消印は有効ですが、期日以後は受付いたしません。)
- 9. 審査**
各部門とも、委嘱した専門家による審査を行い、賞を決定します。
- 10. 表彰**
特別賞(市長賞他)、金賞・銀賞・銅賞、奨励賞、最高年齢者賞
なお、昨年度(24年度)「特別賞」を受賞した人が、同部門に出品する場合は「特別出品」の取扱いとします。

第51回 福岡市高齢者保健福祉大会

高齢者演芸発表会のご案内

参観者を募集しています

主催 福岡市、福岡市社会福祉協議会
福岡市老人クラブ連合会

演芸大会で、高齢者の生きがいづくり、健康づくり、そして仲間づくりを!

各区代表が出演しますので、
誘い合わせて応援に来て下さい。



開催日: 平成25年9月4日(水) 午後1時～4時

会場: 福岡市民会館大ホール

応募方法:

- (1) 対象者 市内居住の60歳以上の方
- (2) 募集人員 500人(応募者多数の場合は抽選)
- (3) 申込方法 「往復はがき」に住所、氏名、電話番号を記入して
申し込むこと。(1人1枚)
- (4) 申込期限 平成25年8月9日(金)
- (5) 入場料 無料
- (6) 申込先 福岡市老人クラブ連合会
「高齢者保健福祉大会事務局」宛
〒810-0062 福岡市中央区荒戸3-3-39
電話 713-1340 FAX 713-0157

第2回 福岡市老人クラブソフトダーツ大会

開催日 平成25年2月20日(水) 会場 福岡市九電記念体育館



各区代表149名、応援・スタッフ176名、計325名が参加。
市老連竹之内会長の挨拶、わくわくシニア本村理事長の競技上の注意、博多区の青木さんと林さんの選手宣誓により、競技を開始しました。
カウント・アップとアンダー・ザ・ハットで競技を行いました。
選手の皆さんは日頃の成果を発揮し、熱戦を繰り広げました。

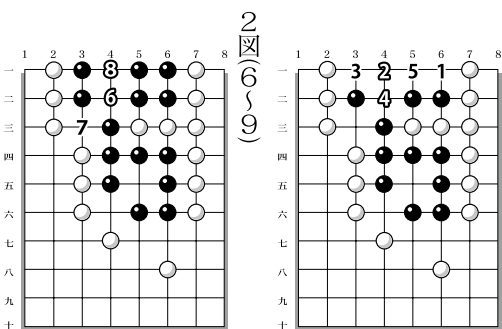
■カウント・アップ(主な成績)

優勝	城南区七隈地区	泉 政芳
準優勝	博多区吉塚地区	岡村 育子
3位	城南区鳥飼地区	内田 光之

4ページの問題の解答

詰碁解答

9:5の二
「石の下」という手筋でいきこ
とができます。



詰将棋の解答

(○印内の数字
は手順)

9六桂 ④のところが8四玉と逃げると、
五玉 9三飛 8六玉 7六竜
以下詰み。⑤以下思い切りよく桂
と角を捨て、竜で質駒の金を入手
します。⑥で9三竜は7二玉以下
不詰め。⑦のところが7二銀成は6三
玉と脱出され、以下不詰めです。銀
を不成とするのが好手で、敵玉の
上部への脱出を阻止します。竜が
主役として最後まで活躍します。
どうもお疲れ様でした。今夜は、
ほどうい晩酌で朝までぐっすり眠
れるでしょう。

解説
①9三銀 ②同玉 ③8二銀打ち
④9二玉 ⑤8四桂 ⑥同香
⑦四角 ⑧同飛 ⑨9五竜
⑩三玉 ⑪9二竜 ⑫7二玉
⑬銀不成 ⑭同玉 ⑮8二竜
⑯玉 ⑰8二金まで(十七手詰)

共同募金のお礼とお願い

平成24年度は各区の老人クラブの皆さまのご協力ありがとうございました。
各区老人クラブの協力額は合計で53万1千円となりました。
今年度も皆様の募金をよろしくお願ひします。



使いみち (千円未満省略)

一般(赤い羽根)募金 110,464千円

- 地域福祉の推進に 60,046千円
(校区、区、市社会福祉協議会へ)
- 社会福祉施設・団体に 39,444千円
(高齢者や障がい者などの施設へ)
- 災害発生時のボランティア活動支援に 3,673千円
- 募金運動の推進に 7,301千円

歳末たすけあい募金 11,980千円

私たちのまちの福祉活動に

「初めての子どもだから、育児に不安でした。」
そんな親子が気楽に参加できる『子育てサロン』など。

三世代が交流できる事業に
「おばあちゃんとも顔見知りになったので散歩の時にあいさつできるようになりました!」

お問い合わせ

福岡県共同募金会福岡市支会(市民プラザ2F)
TEL. 720-5350

編集後記

今回から、機関紙の名称を「ふくふくクラブ福岡」に改称しました。これは、昨年の市老連創立50周年記念事業の一環として募集し、決定した愛称を皆様に広く普及を図るため変更したものです。今後とも、皆さまのご支援をよろしくお願いします。

広告協賛へのお礼

この度は、ふくふくクラブ福岡への広告掲載をいただき誠にありがとうございました。
本紙は、高齢者の生きがい・健康・教養を高めながら、交流の輪が広がるよう願って刊行しております。
今後とも末永くご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

みんなの広場 文芸欄

短歌

俳句

葱坊主 くすぐる風の 吹きやまぬ
東区箱崎校区 第三明寿会 山崎 千津子

木登りを 禁めた 疵や 青き柿
中央区大名校区 第一大名会 松尾 静子

黄砂舞う マスクの顔も 多くなり
城南区鳥飼校区 なかよし会 上津原 恵

老いてこそ 尚研鑽 藤の花
早良区四箇田校区 四箇田四つ葉会 川上 流水

白帆浮く 湾の紺碧 どこまでも
西区愛宕浜校区 マリナタウンシニア会 江副 史子

久方に 友の病室 たずねしも
博多区那珂南校区 光丘町光友会 大塚 陽子

強い気持ちに 助けられたり
中央区舞鶴校区 第六松寿会 木山 綾子

ドンタクの 揃いのゆかたに 掴まりし
幼き子等の 柔らかなき手よ

川柳

短歌

楽しくて 夢にでてる フォークダンス
南区長住校区 第二寿一会 門谷 雅恵

杖立の 川面に泳ぐ 鯉のぼり
子供らの夢 一杯ふくらませ
早良区内野校区 石釜松風会 鳥飼 ハル子

初孫に 両手を添えて 立せれば
一步二歩と あるき始める
西区今津校区 第三松寿会 相田 絹代

夜の道 痴漢出ぬよう 我顔照らす
東区舞松原校区 第一栄寿会 石堂 寛子

若き日の 教えが解る 齢かな
博多区那珂南校区 葉桜会 壬生 龍臣

増えるのは しみしわ白髪 加齢臭
南区玉川校区 シニアクラブ大橋 永留 聖紀

蝶と行く 青田そよそよ 里の声
城南区田島校区 第六桜会 山野井 豊子

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

不動産のご相談・ご売却のことなら
当店へご相談ください。

三井のリハウス 福岡店
【営業時間】10:00~18:00【定休日】毎週水曜日、月2回火曜日
●フリーコール
0120-361-331
～無料査定実施中～
中央区天神1丁目1-1 アクロス福岡 東オフィス8F
三井不動産リアルティ九州株式会社

2013年春、西鉄沿線にOPEN! 入居申込受付開始!!

生活支援住宅
宝満ヴィラ高宮
Houman Villa Takamiya
「施設」ではなく、シニアが安心して
気兼ねなく暮らせる「住まい」
お問合せ・ご相談はこちらへ
0120-650-198
西鉄高宮駅
西鉄大橋駅
徒歩圏内の利便性

地方独立行政法人 福岡市立病院機構
福岡市民病院
院長 竹中 賢治

診療受付時間
平日 8:30~11:00(救急は24時間受付ます)
診療科
内科・神経内科・循環器内科・腎臓内科・外科・整形外科
脳神経外科・血管外科・麻酔科・放射線科・眼科・救急科
博多区吉塚本町13-1 <http://www.fcho.jp/shiminhp/>
TEL:092-632-1111 FAX:092-632-0900

介護の未来を創造する
ウィズグループ

介護に関するお問い合わせは…
0120-605-879
受付時間 9:00 ~ 17:00 (土・日・祝日は除く)
<http://www.ncs-net.org/>

医療法人 堺整形外科医院
福岡スポーツクリニック

昼休みなし
365日診療
(日祝日は昼休みあり)
南区内新町1-13-43
野多目インター横
☎(092) 557-8886

グラウンド・ゴルフコース
48ホール完備
雨の日も安心な
屋内コートドームあり
日観連 植木温泉
荒木観光ホテル
TEL 096-274-7201
熊本市北区植木町田底6番地

あなたのお薬代、「今のまま」でいいの？
日本調剤の薬局は、業界屈指の500品目以上のジェネリック医薬品の
品揃えにより「薬代を安くしたい!」という患者さまの声にお応えします。
まずは、いま飲んでおられるお薬がどのくらい安くなるか調べてみませんか?
お近くの日本調剤の薬局にお気軽にご相談下さい。

■九大前薬局(九州大学病院正門前・駐車場8台完備)
福岡市博多区千代4-30-7
Tel:092-643-6681 フリーFax:0120-892-913

■福岡中央薬局(済生会福岡総合病院裏)
福岡市中央区天神1-2-12 天神122ビル1F
Tel:092-738-3188 フリーFax:0120-103-900

■福岡天神薬局(福岡市役所北側・ローソン向い)
福岡市中央区天神1-10-5 第2明星ビル1F
Tel:092-726-5301 フリーFax:0120-234-811

東証1部上場、全国477店舗
47都道府県にチェーン展開
(2013年5月1日現在)
全国の医療機関の
処方せんを
受け付けています。
ジェネリック薬品
ご希望は
日本調剤

日本調剤(株)九州支店
福岡県福岡市中央区天神1-6-8
天神ツインビル4階
TEL 092-716-4061(代表)
<http://www.nichou.co.jp>