



中央区 老ク連だより

(中央区老人クラブ連合会)

広 報 第49号

発 行
中央区老人クラブ連合会
福岡市中央区大名 2-5-31
☎718-1140

編集・印刷
株式会社 ニチコミ
福岡市博多区博多駅東 1-13-6
☎292-6538 竹山博多ビル 7F

新年、明けましておめで
とうございます。会員の皆
様におかれましては、お元
気に新年をお迎えのことと
存じます。皆様のおかげを
もちまして、つつがなく事
業が進みましたことを、う
れしく思っております。

中央区老人クラブ連合会
におきましては、昨年に比
べまして、単位クラブ数、
会員数とも顕著な減少傾向
が続いております。役員の
皆様、会員の皆様方におか
れまして、地域での諸団
体とのさらなる連携のもと、
会員増、新規クラブ設立へ
の一層の取り組みをお願い
する次第でございます。

私たちはこれから、清
掃などの社会奉仕活動、一
人暮らしや寝たきりの高齢
者を訪問する「友愛訪問」
活動など積極的に取り組ん
でいくとともに、明るい活
力ある長寿社会づくり、心
豊かな社会、地域の発展に
努めてまいります。皆様の



中央区老人クラブ連合会

会長

佐藤

光 あきら

支え合い仲間を増やそう



迎春
あけまして
おめでとう

「片江展望台から望む日の出」佐々木 一二郎 (小笹)

ご理解とご協力を節にお
願い申し上げます。

会員の皆様におかれま
しては、十分お体に注意

され、元気にお過ごし
ださることを念じて、私
の新年のあいさつとい
たします。

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

三井住友信託銀行グループ
三井住友トラスト不動産 株式会社
福岡センター
©トラストさん

ご所有の無料査定実施中
遠隔地の不動産やご相談内容によりましては
お取り扱いできない場合もございます

通話無料 **0120-055-334**
中央区天神2-12-1 天神ビル4F(仲介)

三井住友トラスト不動産 検 索

救急指定・開放型病院／日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 広仁会

広瀬病院
院長 古賀 稔啓(乳腺専門医)

乳腺外科・外科・整形外科・消化器外科
ペインクリニック内科・緩和ケア内科

中央区渡辺通1-12-11 TEL.(092) **731-2345**

医療法人 康正会

けご病院

呼吸器外科・呼吸器内科・循環器内科・外科
内科・胃腸内科・肛門外科・リハビリテーション科

院長 八板 英道

福岡市中央区警固1-14-8
TEL**092-741-6074** FAX092-741-6531
http://www.kego.jp E-mail:info@kego.jp

社会福祉法人 天寿会

診療所のある介護付有料老人ホーム

ヴィラ梅光

見学・体験入居(2,000円/日)
随時、受付中

全室個室・OT(作業療法士)常駐
梅光園3丁目 交差点南 ☎**737-8165**
《併設施設に特別養護老人ホーム梅光園もございます》

住宅型有料老人ホーム 九州電力グループ

グランガー・テン福岡浄水

入居者募集中

◆見学随時受付◆
見学・相談会開催中
～毎週木曜・金曜～

☎0120-282-600 http://www.kyuden-gl.co.jp/

植木司法書士事務所

遺言・相続・借金等の相談承ります

〒810-0012 福岡市中央区白金1-5-22
TEL**092-522-3400**

アイコムズ株式会社
一級建築士事務所・宅地建物取引業
「アイコムズ」で検索！ホームページもご覧ください

医療法人 福岡 ENT

**福岡みみ・はな・のど
クリニック** 耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30～13:30	●	●	●	●	●	●
午後 15:00～18:30	●	●	●	●	●	●

土曜日通常通り診療

中央区高砂1-2-4 サニー渡辺通店前
TEL**092-532-5010**

もろくまクリニック
内科 往診応相談

◆一般外来診療もいたします◆

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
8:00～12:00	○	○	○	○	○	○	日曜 祝日
13:30～16:00	○	○	○	○	○	○	

梅光園3丁目 交差点南 ☎**737-2121**

中央区高齢者 演芸大会

毎年、趣向を凝らした舞台が会場を沸かせる、中央区高齢者演芸大会が7月17日（金）、中央市民センターにて開催されました。今年は最高齢97歳をはじめ、総勢282名が日頃から練習してきた日本舞踊やフラダンス、合唱などの演目を披露す



準優勝

老壮会(ベッピンシャンズ)【春吉】
「The 沖縄」



第3位

エンジョイフラ【笹丘】
「マヒナオホク他」

ゆかいに踊って会場も笑顔

と客席からは割れんばかりの拍手が演者に送られました。中でも、デンファール警固は、プイリと呼ばれる竹で作られた楽器を使って躍動感あるダンスや、後半からはカメハメハ大王も登場。笑顔あふれるダンスを発表し、見事優勝を飾りました。

優勝

男性も活躍！
フラダンスで
南国の風届ける

デンファール警固【警固】
「イアリイノオエ 他」



チームワーク賞



赤坂公民館カラオケサークル【赤坂】
「ふるさとは今もかわらず」



努力賞

松寿会カラオケ【舞鶴】
「冬のすずめ」

熱演賞



舞踊の会星組【小笹】
「男節」

アイデア賞



草ヶ江ガールズ【草ヶ江】「戦友の遺骨を抱いて」

熱演賞



銭太鼓愛好会【簀子】「安来節、のんのこ」

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・呼吸器科

田中内科クリニック

■診療時間

平日／9:00～12:30 13:30～18:00
(但し木曜は午後休診)

土曜／9:00～16:00 休診／日曜・祭日

福岡市中央区大宮2-5-5 (平尾ロイヤル裏)

TEL092-531-1002



HIRATA CLINIC 専門医との橋渡しをする総合診療医

医療法人

平田内科胃腸科クリニック

福岡市中央区鳥飼1-5-45(鳥飼バス停前)

TEL 092-725-6778

院長 平田 泰彦
副院長 平田 美樹

患者さんやそのご家族のそばに寄りそうファミリードクター



後藤整形外科医院

骨粗鬆症検査(腰及び大腿骨) 院長 後藤 元徳

●診療科目●

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科・外科

◎診療時間／9:00～13:00 14:00～18:00

◎昼休み／13:00～14:00

◎休診／日・祝日、木曜・土曜は午後休診

☎(092)751-1301

福岡市中央区鳥飼1丁目5-45 鳥飼中央ビル1階

日本消化器病学会認定専門医◆日本消化器内視鏡学会認定専門医

KAWASAKI CLINIC

川崎胃腸科・内科
食道・胃・大腸がん検査 クリニック

◇診療時間 平 日 9:00～13:00 14:30～18:00
水曜日 9:00～13:00 (午後休診)
土曜日 9:00～13:00 (午後休診)

○日・祝日休診

赤坂2丁目6-1
(メルクリオけやき通り1F)

TEL736-5601

医療法人 赤坂会 内科 糖尿病内科 内分泌 代謝内科
赤坂えとう内科クリニック

院長 江藤 隆 医学博士 日本糖尿病学会専門医 日本内科学会総合内科専門医

診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00～13:00 ● ● ● ● ● ●
(受付 8:30～12:30)

14:30～18:00 ● ● ● ● ● ●
(受付 14:00～17:30)

休診日 日曜日・祝日 TEL 092-791-7861

生活習慣病の中でも、とくに糖尿病を専門と するクリニックです。よくお願いします。 警固町・赤坂2丁目バス停より徒歩1分

まちに、ひとに、かがやきを

和光薬局

wako pharmacy

福岡市中央区六本松1-6-5

六本松交差点徒歩2分

☎092-781-5657

すべての調剤と薬剤師の在宅訪問

和光けご調剤薬局

中央区警固 2-18-7 ふじたビル 1F

けやき通り警固町バス停前 ☎092-737-1901

和光けやき通り薬局

中央区赤坂 2-6-5 パークハイツ赤坂 1F

赤坂3丁目バス停前 ☎092-736-7799

和光鳥飼薬局

中央区鳥飼 1-5-4 鳥飼中央ビル 1F

城南線鳥飼バス停前 ☎092-713-8228

和光中央調剤薬局

福岡市中央区大宮 2-5-8

ロイヤルホスト平尾店裏 ☎092-524-4848

中央区高齢者 囲碁・将棋大会

■ 囲 碁 結 果

チャンピオン戦

優 勝	相川 元	福 浜
準優勝	中川 進一	南当仁
第3位	下本 博道	平 尾

二段・初段戦

優 勝	酒井 敏	小 笹
準優勝	前田 利輔	笹 丘
第3位	岡田 昭一郎	平 尾

級位の部

優 勝	松尾 龍人	警 固
準優勝	進藤 二郎	舞 鶴
第3位	久米 勉	草ヶ江



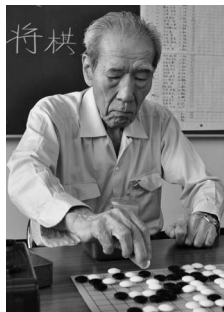
■ 将 棋 結 果

有段の部

優 勝	榊 留夫	笹 丘
準優勝	安田 寛司	南当仁
第3位	瓜生 義昭	春 吉

級位の部

優 勝	馬越 愛喜	平 尾
準優勝	村井 昭男	舞 鶴
第3位	樋口 敏	舞 鶴



最高齢者の
原 駿さん(92)

囲碁や将棋を通して
高齢者相互の交流を図
り、生きがいや仲間づ
くりを進めることを目
的としている中央区高
齢者囲碁・将棋大会が
7月3日(金)、大名
公民館にて開催されま
した。今回は最高齢92
歳を筆頭に囲碁・将棋
の愛好家53名が参加し
ました。

開会式では来賓の池
見区長より参加者の皆
さんへ、白熱の試合を
期待する言葉をいただ
き、皆さんは対局が近
づくにつれて勝負師の
眼差しに。仲間からの
応援も受け、熱い試合
を展開させ、同じ趣味
を持った者同士、交流
を楽しみました。

53 名が腕試し

7月30日(木)、福
岡市福祉プラザにて、
中央区リーダー研修
会が実施されました。
今回は、新たな試
みとして「声楽家、
岩崎記代子がいざな
う1300年の歌の
流れ、歌は世につれ、
世は歌につれ」と題して九州を中心
活躍する声楽家の岩崎氏による講演が
行われました。童歌や童謡など日本の
歌の歩みについて懐かしい歌をうたい
ながら分かりやすくお話いただき、会
場からは笑い声や一緒に口ずさむなど
心温まる研修となりました。



平成27年度中央区リーダー研修会

9月18日(金)、福岡
市健康づくりサポ
ーターにて、健康料
理教室が行われました。
はじめに、中央区保
健福祉センター健康課
の田頭淑江氏より「バ
ランスよく食べ健康長



共同作業でおいしく調理

健康料理教室 野菜のうまみで「よか塩梅、

「寿」と題して、適塩や
野菜不足防止を中心に
食生活の現状や課題に
ついてお話をいただき
ました。

調理実習では管理栄
養士の無田七宮氏の指
導のもと、講義での内
容に関連した「適塩・
野菜たっぷりレシピ」
をテーマに食材の風味
やうまみ、コクを味わ
う5品を作りました。
テキパキと役割分担し、
お互いに教え合いなが
ら調理。おいしさに笑
みがあふれる健康料理
教室となりました。



今回の献立

- ◆ 人参ごはん
- ◆ 切り干し大根と
小松菜のおかか和え
- ◆ さつま芋のみそ汁
- ◆ アジのカリカリソテー・
ラタトゥイユソース
- ◆ かぼちゃ団子・フルーツ添え



万田坑の内部を見学
ができました。

9月11日(金)、女性リーダー同士の
親睦を深め、今後のクラブ活動に生か
していこうと実施している中央区女性
リーダー研修会に96名が参加しました。
今回は、7月に世界遺産に登録され
たばかりの熊本県荒尾市にある万田
坑を見学しまし
た。大牟田市と
荒尾市にまたが
る三池炭鉱の中
心的存在だった
万田坑では、当
時の炭鉱マンの
息づかいを今で
も感じ取ること
ができました。

平成27年度中央区女性リーダー研修会

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

光安整形外科

中央区荒戸 2-3-26 ☎741-5093

診療
時間

月火水金 8:30~18:00
木 8:30~12:30
土 8:30~15:30

【休診】日・祝祭日

福岡城南病院

院長 菱山 博樹

●診療科●内 科 心療内科

●診療時間●平日 午前9:00~12:30

午後1:30~5:00

入院諸 土曜 午前9:00~12:30

中央区薬院4丁目6-9 ☎ 531-7031

内科・療養型病床



ひら お やま
平尾山病院

医療保険・介護保険適用

南山荘通りバス停3分(平尾大池前)

☎ 531-7322

医療法人HCU ■訪問診療

たけとみクリニック

完全予約制 ☎092-736-5183

中央区輝国2丁目11-13 101号

電話受付時間/10:00~17:00



つのだ泌尿器科 クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●	／
14:00~18:00	●	●	／	●	／	17:00 まで	／

■往診可 ■土曜日は17:00まで診療

院内
バリアフリー 福岡市中央区笹丘 1-10-21
Tel 092-717-7788

医療法人 岩崎整形外科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	／

休診日/第2・第4土曜日・日曜日・祝日

福岡市中央区天神2-14-8
福岡天神センタービル5F ☎(092)716-5816

長浜市場歯科

院長 川崎 正明

診療時間/午前 8:00~1:00
午後 2:00~6:00

休 診 日/日曜日・祝日

※土曜日の診療は1:00までとなります

中央区長浜3-11-3
鮮魚市場市場会館2階 TEL 711-6890

中間眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:30~1:00	○	○	○	12:30 まで	○	12:30 まで
午後2:30~5:30	○	○	○	○	○	／

休診日/日曜・祝祭日・第4土曜日

中央区大名2-9-18 ☎734-3777



奨励賞

書の部「天地一沙鷗」江口 律子【笹丘】



銅賞

書の部「梅玉偏能識春」大森 富士子【春吉】

奨励賞 工芸の部「おさるの楽園」柴田 孝【笹丘】



第45回福岡市高齢者美術展

中央区から7点が受賞

洋画の部
「島原遠望」長村 茂安【草ヶ江】

銅賞

毎年、力作がそろう福岡市高齢者美術展が9月29日（火）から10月4日（日）までの6日間、福岡市美術館にて開催。157点が出展され、中央区からは7点が受賞しました。

最終日の表彰式では、各賞の賞状の授与と各審査員から受賞作品の解説を行うギャラリートークも実施されました。受賞者の皆さんは今後の制作活動につなげるべく熱心に耳を傾け、鋭い質問も飛び出す場面も。これから生み出される作品に一層の期待が高まる機会となりました。

工芸の部
「木目込み人形」竹原 滋【福浜】

福岡市老人クラブ連合会会長賞

銀賞 書の部「卷子『歌仙歌合』」竹田 晴江【警固】

福岡市老人クラブ連合会会長賞 洋画の部



会長賞を受賞した「招福」と古森さん

何十年も洋画を描いている古森さん。お孫さんの子守りなどをしながら時間を見つけては少しずつ絵を完成させていかれるそうです。

今年度の福岡市高齢者

めまぐるしい毎日の中で絵を描いている時間が一番の息抜きであり、ホッとする時間と話す古森さんには、まだまだ描いてみたいものやテーマにしてみたいものが多くあるそうです。これからも古森さんの優しい温かな作品を描き続けてください。

念願の会長賞受賞
これから

古森さんの自宅

美術展では昨年度の銅賞を上回る福岡市老人クラブ連合会会長賞を受賞し、授賞式では笑顔満点。今回の作品「招福」では娘さんの結納の品やご主人が舞で使用していた扇など自宅にある思い入れのある品々を描き、まさしく人生が詰まった作品となりました。

第3回

中央区の星

草ヶ江校区 第四草寿会
古森 春枝さん (84)

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

福泉内科小児科医院

【午前】9:00～12:30、【午後】14:00～17:30
休診日／日曜・祝祭日・木曜午後・土曜午後
TEL：092-531-0908

福泉歯科医院

【午前】9:00～12:30、【午後】14:00～17:30
休診日／日曜・祝祭日・木曜午後・土曜午後
TEL：092-522-6433

中央区白金1丁目18-8

●内科●呼吸器科●心療内科／訪問診療可

うめした内科

☎771-6182

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30～13:00	●	●	●	●	●	●
15:00～18:30	●	●	●	●	●	●

《休診》日・祭日・年末年始・お盆

中央区荒戸 3-10-11

当仁小学校斜め前

☎有り

いりき皮膚科医院

診療時間

月・火・水・金	9:00～12:30	14:30～18:00
木	9:00～12:30	午後休診
土	9:00～12:30	13:30～15:00
日・祝日	休	診

中央区梅光園1-2-7(高橋ビル2F)

梅光園1丁目バス停そば

☎724-5904

阿部医院

内科・小児科・消化器科

診療時間 午前9:00～午後6:00
(木)12:00(正午)まで
(土)午後1:00まで
昼休み 1:00～2:00

中央区今川1丁目2-6

☎741-7295

堀歯科医院

中央区天神3丁目8-15 パークサイド端野II2F

往診も致します 親富孝通り長浜公園前

TEL & FAX (092) 751-1696

受付時間	月～金	土	休診日
	AM10:00～1:00 PM 3:00～9:00	AM10:00～1:00	日曜日・祭日

内科 循環器科 末松医院

院長 末松 知真 日本内科学会認定総合内科専門医
日本循環器学会認定循環器専門医

診療時間 平日 9:00～18:00
昼休み 13:00～14:30
土曜日 9:00～12:30

福岡市中央区清川3丁目14-10

TEL 092-531-2506

ふくだ内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	○	○	○	○	○	12:00 まで
14:00～17:30	○	○	○	○	○	

【休診日：日曜・祝日】

中央区赤坂 2-2-45-102 赤坂シャトー松風1F

(中央体育館前)

☎739-8065 FAX 739-8066

社会福祉法人 桜花会 ライフケア大手門

●デイサービスセンター ●ケアハウス
●特別養護老人ホーム ●グループホーム

TEL 726-6333(代表) 中央区大手門2丁目5-15

FAX 092-726-6336

ホームページ http://www.o-lifecare.com

Eメールアドレス raif726@cello.ocn.ne.jp

昭和から平成となり早28年、私たちの間には時代の流れとともに、数多くの思い出があります。

我が単位クラブ第一老社会は、時代が変化する中、必死に会員増強の声をかけをしておりますが「老人クラブ」「老社会」という言葉に抵抗感があるのかどうかかわりませんが、なかなかよい返事をいただけません。しかし、校区で開催する「ウォーキング」「グ

春吉
校区

今が青春まっただ中

第一老社会
会長 松井 正博

「ウォーキング」は毎月1回、公民館に集合し、時期にあつた「花」「史跡」等々をテーマに掲げ、それぞれ目的を決めてウォーキングをします。高齢者が多く、ぞろぞろ町中を歩きますので、交通安全推進員の安全誘導のおかげで、今まで無事故です。7月と12月は月2回「ナイトウォーキング」を実施しています。今では人気のある事業となり、毎回30名から40名の参加をいただいております。

「グラウンド・ゴルフ」は10年近く前、小学校のグラウンドを借りて15名で始めました。「スポー

当仁
校区

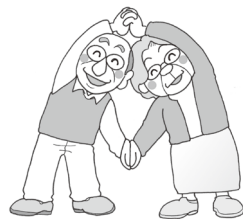
100歳同盟、誕生

第九仁寿会
会長 石井 哲夫

私は、数年前、中央区老ク連だよりに実践「3ケタ人生チャレンジ」というタイトルで、校区、単位クラブ活動紹介に原稿を投稿、記事になり掲載されました。

しかし、名ばかりで表立った動きもまた会合すら何もし

校区・地区
単位クラブ



活動
紹介

中央区老ク連におきましても、様々な活動を実施しております。ここでは、各校区・地区、単位クラブの活動などを紹介いたします。

ラウンド・ゴルフ」「創作ダンス」には多くの方が参加してくれま

「ウォーキング」は毎月1回、公民館に集合し、時期にあつた「花」「史跡」等々をテーマに掲げ、それぞれ目的を決めてウォーキングをします。高齢者が多く、ぞろぞろ町中を歩きますので、交通安全推進員の安全誘導のおかげで、今まで無事故です。7月と12月は月2回「ナイトウォーキング」を実施しています。今では人気のある事業となり、毎回30名から40名の参加をいただいております。

ツしながら歩くこと」を重点に始めましたが、実力かまぐれか、ホールインワンとなると、一同歓声があがり、ますます熱気がこもります。これが、早朝の練習にもかかわらず、熱心に皆さんが集合する理由です。

最後に、「春吉創作ダンス」のことをお話します。最初は高齢者健康維持のための「春吉健康体操」を創作し、広めようと考え

ら始めたこの事業、今は有名な創作ダンスグループ「春吉ベッピンシャンズ」に成長し、地域や施設でのボランティア活動に励んでおります。

このように、春吉校区の高齢者は、自分に合った活動に参加し、日々「いつでも青春」を心に生活を楽しんでおります。



私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 皮膚科 泌尿器科
MINAMI 皆見 医院
みなみ

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	△	○	△	○	9:00~12:30
午後 2:00~5:20	○	△	○	△	○	

※受付は30分前まで 休診日 / 火曜・木曜・日曜日・祝日
福岡市中央区高砂1-24-7 TEL 092-531-1404

森内科循環器科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日：日曜・祝日
福岡市中央区高砂2丁目18-12
TEL 092(531)1958

萱島外科胃腸科

診療時間
平日9:00~18:00(昼休み 13:00~14:00)
土曜9:00~13:00(入院諾、急患随時)

福岡市中央区荒戸2丁目2-40
TEL.092-751-6886

荒木眼科医院

中央区笹丘1-36-13
TEL 731-0337

●人生を楽しむ企画満載!●
ミニデイサービス
よかよか!

介護保険事業所番号 4071001590
中央区六本松1丁目6-7
TEL (092) 713-9797

SAKURAZAKA CIRCULATORY CLINIC
桜坂内科循環器科

院長 松吉 哲二 平日 AM9:00~PM6:30 (昼休 PM0:30~PM2:00)
診療科目 水曜 AM9:00~PM0:30
内科・循環器科・土曜 AM9:00~PM2:30
心臓血管外科・休診 日曜・祝日
リハビリテーション科
城南線 ふたば学園入口バス停前 クラシオン桜坂2F
TEL092-736-1700

権藤内科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~17:00	○	○	休	○	○	休

中央区今泉2丁目5番24号
TEL 771-8850 FAX 712-1081

守永クリニック
消化器内科・内科・外科・アレルギー科

■診療時間 / 月・火・水・金 午前9:00~午後1:00
午後2:00~午後6:00
木・土曜日 午前9:00~午後1:00
入院諾 日曜・祝日 休診

中央区清川3丁目13-6
TEL (092) 522-4321

舞鶴 校区

新年を迎えて

第三松寿会

会長 川村 次吉

私は舞鶴校区に住んで33年になります。子どもの成長とともに地域行事に参加していく中で地域に馴染むことができました。子ども育成会でソフトボール大会、ドッジボール大会等の手伝い等もしました。それが終わり、松寿会に入会しました。そして何も分らないまま理事、単位クラブ第三松寿会の会長の大役を担うこととなりました。

苦手意識を捨て、未熟ながらも私なりに任務に取り組みうと思っています。月1回開催の役員会で先輩たちに会長の役務を学んでいます。松寿会サークルにも積極的に参加、囲碁・将棋、ダーツ、グラウンド・ゴルフ等で知力、体力を鍛えています。

松寿会の奉仕活動、地域の交流会、あいさつ訪問等でさらに自分を知っていたらこうと考えています。月



1回のペースで開催する茶話会では、先輩に助けもらいながら、会員が1人でも増えるよう雰囲気づくりに気配りをしています。

33年の年月があつて今日の自分があることを意味深く思い、感謝を込めて、去年までとは違った心意気で新年を迎えました。私なりに私の長所を見つけて伸ばし、松寿会の発展に役立てたい気持ちでいっぱいです。何でか希望が湧く新年です。

新しい年が皆様にとりましても良き1年でありますよう祈念いたしますとともに、ご指導ご鞭撻くださいますよう、よろしくお願いいたします。

笹丘 校区

地域デビューで 世代間交流

笹丘会

会長 渡邊 健一

ベテラン会長が任期半ばで他市へ転出したことから、後任の会長を引き受けさせられました。

老人クラブとは町内のひとつのクラブとしての認識しなかったのですが、就任して改めて、組織の大きさに驚きました。

右も左も訳の分からない中で、早速、補助金交付申請などの仕事が始まり、戸惑うばかりでした。老人クラブ活動で日頃気になっていたのは、老人クラブのバス旅行などに参加するメンバーは決まった同じ少数の人たちで、大多数の会員の町内行事への積極的な参加がないことでした。

日頃外に出る機会の少ないお年寄りが町内のいろんな出来事に参加して、

町内の老若男女とコミュニケーションを取り合うために町内自治会、子ども会、スポーツクラブなどと話し合う機会を設け、福岡市が行っている「地域デビュー応援事業」に取り組むことにしました。

具体的には、大型バス2台で果物狩り、お年寄りから小さい子どもまで一緒に楽しめるバーベキューをして、最後は、大刀洗平和記念館で平和の大切さをみんなで学んで帰りました。

町内全員を対象とした初めての取り組みで、新しく参加した会員もあり、皆さんに喜んでもらうことができました。

来年度も引きこもりがちなお年寄りができるだけ参加できるように事業を考えていきたいと思っています。

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

大神脳神経外科 クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～午後1:00	○	○	○	○	○	○
午後2:30～午後6:00	○	○	△	△	○	×

休診/日曜・祝日 △水曜・木曜の午後は予約診療
中央区赤坂1丁目6-11 TEL 716-8871
赤坂コートビル3F

医療法人 畠山内科胃腸科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
平日 8:30～12:30 14:00～18:00	○	○	○	○	○	○
土曜 8:30～12:30 14:00～16:00	○	○	○	○	○	○

※受付は診療終了時間の30分前までです。
福岡市中央区桜坂1-3-31
Phone&Fax: 092-761-7453
http://www.hatakeyama-cl.jp/

天神クリニック

人間ドック・健康診断・精密検査・一般診療・専門外来

一般診療	平日 9:00～18:30
診療時間	土曜 9:00～13:00
休診日	日曜・祝日・年末年始・お盆休み

中央区天神 2-12-1 【健診予約】
天神ビル 3F
TEL 721-3571 (代) 0120-5290-41

桜坂中央外科

院長 高原 清彦

中央区桜坂2丁目1-41
TEL 751-5914

皮ふ科 アレルギー科 佐藤えみこクリニック

診療時間案内	月・水・金	火	木・土
9:30～13:00 15:00～18:00 (初診の方は12:30 17:30までです。)	○	○	○
9:30～13:00 15:00～17:30	○	○	○
9:30～13:00 午後休診	○	○	○

日曜・祝日は休診します。
福岡市中央区赤坂1-10-23 グレースイン赤坂4階
(地下鉄赤坂駅より徒歩1分 赤坂門バス停前)
TEL 092-715-6262

内科・循環器科 占部 医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
平日 午前9:00～午後6:00	○	○	○	○	○	○
土曜 午前9:00～午後1:30	○	○	○	○	○	○
日曜・祭日 午後0:30～午後2:00	○	○	○	○	○	○

TEL 092-531-6809
福岡市中央区薬院3丁目7番28号
http://www.urabe-clinic.jp

内科・消化器科・リハビリテーション科

医療法人 恵臣会 吉村内科

入院諾 CT スキャン新規導入
中央区平尾 3-7-16 ☎ 534-0088

医療法人 久成会 木村眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
平日 午前: 9時～1時 午後: 2時～6時	○	○	○	○	○	○
土曜 午前: 9時～1時	○	○	○	○	○	○
日曜・祭日は休診	○	○	○	○	○	○

福岡市中央区赤坂1丁目10-23 グレースイン赤坂
TEL (741) 8620

随 想

伊能忠敬の足跡に 我が人生重ねる

「歳」は静かに後ろから忍び寄ってくるというのは、実感としてその通りだと思う。

いつの間にか、今年の春に喜寿を迎える。

現職時代はもちろん、退職後も何歳まで生きるなんてことは気にせず、強いて聞かれれば、目標は80歳までと答えてきた。だが、生きる目標としていた歳は、もうすぐそこまで来ている。

歳を取るたびに、足腰は弱り、記憶もぼやけてきた。そんなとき、なぜか思い出す男がいる。江戸中期に人生の後半をただ日本全図作成のために全国の海岸部をくまなく測量して回った伊能忠敬である。

4年前の晩秋、妻と2人で青森、津軽半島折り返し10日間、4500^{キロ}の自動車旅行に出かけたが、出発から4日目、日本海東北自動車道の建設工事がここ数年途切れてい

草ヶ江 第五草寿会
中村 厚資

「東の松島、西の象潟」と称され、古来多くの文人が訪れていたが、中に異質な、それも55歳の伊能忠敬が1802年8月にここ象潟を2日間かけて測量した記録がある。測量の2年後に発生した「象潟地震」で海面が2、4^{メートル}前後隆起し陸地となったが、幸いなことに、能因法師や西行、そして彼らの枕歌を求めて訪れた松尾芭蕉も愛でた入江に浮かぶ多島海の景観は、日本全図の中に克明に描かれ、後世の我々に伝えられた。

伊能忠敬は、49歳で千葉・佐原の名主の家督を長男に譲り、隠居のまま江戸に出て趣味の天文学（当時は暦学と呼ばれた）を学び、52歳の時、幕府の許可を受け、名主時代に蓄えた財（一説では約5万両、30億円）をもとに、測量隊を編成して日本全図の作成に挑んだ。1813年、忠敬71歳の時、足掛け17年を費

文芸欄

俳句

元旦に日の丸揚げて四方拝

警固校区 今泉倶楽部

枝だれ梅ビルの谷間にひっそりと

鶯の番に出合っ て癒される

高宮校区 白金老壮会

短歌

あと戻りすでに適はぬ老い吾の

たそがれの道穏やかにあれ

草ヶ江校区 第二草寿会

草場 佳代

川柳

三猿を通して嫁姑丸く住み

シロウオが跳ねて博多に春を呼ぶ

小笹校区 小笹平和会

三原 洞南

やした測量は終了したが、その間忠敬の歩いた距離はおおよそ4千歩、赤道1周の距離にも匹敵する3万6千^{キロ}であった。「大日本沿海輿地全図」と名付けられた地図が完成したのは、忠敬が73年の生涯を閉じた3年後の1821年である。

ところで、江戸時代中期の平均寿命は、男性45歳、歴史上著名な人物は67歳、徳川家

15代にわたる将軍も50歳であるが、その中でも71歳まで人生の後半をわらじ履きで歩き続けた忠敬の行動力、体力はただただ驚異的というしかない。

「日残りて 昏るるに 未だ遠し」とは、作家・藤沢周平の書中にある言葉だが、さきから私の人生をどう生きるかその道筋さえも「未だ」掴み損ねているのだが。

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

日帰り 白内障手術
本多眼科
honda
ロイヤルホスト平尾店前
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●
14:30~18:00 ● 手術 ● ● ● ● ●
☎ 092-534-4800

植木外科クリニック
外科・胃腸科・消化器科・呼吸器科・肛門科
■診療時間
月・火・木・金(9:00~12:30 14:00~18:00)
水・土(9:00~12:30) ■休診日/日・祝日
手術・内視鏡(胃・大腸内視鏡検査)CT・入院設備あり
中央区白金2-11-9 CR福岡ビル(旧DICビル)
TEL.092-534-5200

安増耳鼻咽喉科医院
月火木金土 午前受付 8:15~12:00
【休診日】 診察 9:00 過ぎ~
水曜 午後受付 8:15~17:00
日曜・祝祭日 診察 14:30 過ぎ~
※月末の最終日は午前中のみ受付です
福岡市中央区黒門 9-17
☎092-741-3022

にしはら歯科医院
■診療時間
平 日 午前 9 時~午後 1 時
午後 2 時~午後 7 時
水・土曜 午前 9 時~午後 1 時まで
中央区警固 2 丁目19-9
☎781-5712

第一血管外科クリニック
The Foremost Vein Clinic
■下肢静脈瘤日帰り手術
中央区天神1丁目4-2
エルガーラ7F(大丸東館)
完全予約制 092-753-6753

きどデンタルクリニック
KIDO Dental Clinic
診療時間 月 火 水 木 金 土
午前 9:30~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
午後 14:30~19:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
休診日:日曜・祝日
福岡市中央区桜坂2丁目1-6
パントデスリジェ2F
TEL 092-207-6480

創業100年
古賀歯科医院
訪問診療いたします
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ●
14:00~18:00 ● ● ● ● ● ●
受付時間午後17:00まで
【休診 日曜・祝祭日】
天神朝日会館 5F ☎741-5452

しもひだ歯科医院
Shimohida
■診療時間
【平 日】 10:00~14:00 / 15:30~20:00
【土曜日】 10:00~14:00
休診日/土曜日後・日曜日・祝日
ご予約電話 092-522-3555
中央区薬院 4-8-30 P&Rビル 1 階
www.shimohida.jp

随 想

第二の人生を楽しむ2つの秘密

小笹 第八小笹平和会
佐々木 一二郎

世はまさにIT時代に突入した頃、私は退職しました。「毎日が日曜日」に対し全く備えがなかった私にはこれらの過ごし方が最大の課題となりました。

まずは「市政だより」等で講座、教室の案内を見ながら興味のある講座等の申し込みをしました。数件の講座等を受講しましたが、現在も続けているのが「ラージボール卓球」と「パソコン」です。ちょうど「福原愛ちゃん」が名実ともに有名になった頃だと思っています。

ラージボール卓球と聞いても分からない方が多いと思います。ラージボール卓球は昭和63年、日本卓球協会が制定した卓球です。ボールの直径が44ミで従来のボールより4ミ大きく、重さは軽い。ネットの高さが2ミ高く、その他ルールなどはおおよそ卓球に準じています。ボールが大きく軽いので、打球のスピードが遅く、初心者や高齢者でもラリーを続けることができます。

す。ラリーが続く、変化球を交えながら卓球の楽しさを味わえます。

前後左右に動き、ボールを追うので足腰はもちろん、脳の活性化にもつながるといわれています。当時、国立病院機構西別府病院の森院長先生は「卓球は認知症予防につながる」といえる」と新聞紙上でお話しています。体力が衰えた高齢者でも楽しめる卓球に目をつけ、老化防止やリハビリに役立てようという試みも進んでいます。私自身、車の高齢者講習で動体視力検査

は標準値以上の良い数値が出ます。これも真剣にボールを追いつけている結果だと思っています。

「ラージボール卓球」を始めて20年弱、当初は大会に出たりしていましたが、最近は専ら運動不足の解消、生活リズムの維持に努めています。毎週決まった日に出かけることがある種の義務感となり、継続していると思います。高齢者向けのスポーツはいろいろありますが「ラージボール卓球」もお勧めしたいスポーツの一つです。幸い仲間にも

恵まれ、健康寿命を維持するため、生涯スポーツとして「ラージボール卓球」を続けます。会員は自分勝手流で前半はシングルス、後半はダブルスと緊張感を持ちながらゲームを楽しんでいます。

次に「パソコン」ですが、多少の心得がありましたので、比較的スムーズに入れました。老人クラブに入会するや直ちに会計を命ぜられ、これが大いに役立ち、会計処理はもちろん、書類作成や旅行などの調査、情報収集に大いに役立っています。受講した2つの講座、教室には大変感謝をしています。

1/2成人式に参加して

南当仁 第四功寿会
神垣 アイ子

「にっこり、うれしそう、我関せず」等々の4年生が奇麗に並んでこちらを向いています。ここは校区の小学校体育館です。

今日は1/2成人式に功寿会からお祝いに参加しました。どの子よりも私たち

の方が身長、体重とも勝っているようです。でも、この子たちは数年後にはきっと見上げるように、また見違えるほど変身することでしょう。

1/2成人式では子どもたち代表の決意や校長先生のお話等を聞きました。その後、皆でゲーム等を楽しみながら遠い昔に戻ったよ

うな、戻らぬようなメンバーそれぞれの幸福なひとときでした。

老人クラブに入っているお陰でいろいろな行事に参加できることは認知症予防にもなりそうです。これから南当仁功寿会のモットーである「健康・友愛・奉仕」を大切に思い、元気で参加したいと思います。お世話役の方々に感謝しながら、子どもたちのキラキラとした瞳を思い出しています。

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

株式会社 吉川工務店

代表取締役社長 吉川 啓二

福岡市中央区大手門 3-8-22
TEL:092-751-4161

緒方税理士事務所

税理士 緒方 芳伸

中央区赤坂1丁目10番23号
グレースイン赤坂6F
☎ 092-731-8484

相続・贈与・事業継承など
服部康太郎税理士事務所

無料相談随時受付中

TEL092-791-3467

中央区渡辺通 4-9-18 福酒ビル 5 階
http://www.office-hattori.com/

税理士法人
九州合同税務会計
権藤説子事務所

TEL092-531-7770

福岡市中央区白金 2-15-4
http://gon-taxmanagement.com/
■関連企業：株式会社ビジネス・ナビゲーター

品質本位
(有)井手精肉店

電話代表 781-7058 番
FAX 781-7059 番

福岡市中央区警固 1-4-28 上人橋通り

業務用高級鮮魚・活魚活海老

よし
鮮魚のいと嘉

中央区春吉1丁目3-6(柳橋連合市場内)
TEL:092-731-3402
FAX:092-771-7233

TENJIN
みなみ歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	○	○	○	○	○	○
14:30~20:00	○	○	○	○	○	17:00まで

※受付終了各30分前まで※ 休診日：日曜日・祝日・往診時

中央区西中洲11-9
☎092-725-4100

病院横駐車場
アリ

マンション 土地 一戸建 事業用

売りたい方・貸したい方

大募集

売買 & 賃貸 W査定 秘密厳守

お気軽に
お問い合わせ下さい TEL0120-966-119
大切な人を不動産でハッピーに

株式会社 ハッピーエステート

随 想

人ひとりが自覚して
いこう。人に対して
敬意を持って、高齢
社会に悲観的になら
ずに思いやりの心を
持ち、笑顔心をかけ

最高齢の友は、笑顔心を
かけて、新入会者をつくら
う。この地域に住んでよ
かった、老人クラブに入
会して生きがいを感じ、
生涯青春の気構えで「笑
う門には福来る」と一

友情の絆をつくることを目
標に働く仲間とともに地
域で支え合うことを今
年の目標としていこう
と誓いました。

思いやりの声かけ、話
し相手、を合言葉に、友
愛訪問をはじめ、健康
づくりのために散歩や
生涯学習、おしゃべり
会をつくり、新しい

老々介護の現実を見る。
ここにも高齢化が進
む中で老々介護の現実
を見る。

地域のはとんどの高
齢者は、独居、もしく
は老夫婦世帯です。75
歳以上が多い集合住
宅に住む人が大半で
あり、近所付き合いが
少ないために、私た
ちの見守りや身の回
りの世話等を行うサ
ポートにつないでい
る老人クラブのメン
バー。ここにも高齢
化が進む中で老々介
護の現実を見る。

福 浜

第一福寿会

西山 キヌ子

語らいと支え合う 友愛訪問を誓う

ると、人は感動し、
喜び、自分の心も潤
うと思います。素直
な心とともに、幸
せと謙虚に精いっぱい
の楽しい毎日と、生
きがいを感じる自分
になると思います。

会員さんが元気で
いることに感謝、体
調が少し悪い所があ
るけれど、今日無事
で感謝。友人と語れ
ること、新入会の友
とともに友人宅へ。
おしゃべりに、今あ
ることを、行動でき
る友がいることに今
日を最大限に幸せだ
と楽しむ。会員の友
は自然と気持ちがあ
る前向きになる。友
情を生み、エネルギー
となる。人と人を結
びつけ、そして、人
々の善性を引き出し
て、友の幸福を祈る。
人を励まし、会員同
士の絆となす。明日
への希望を届けるた
めに、勇気を持って、
互いに讃え励まし
てさらに努力。

友愛訪問、老人ク
ラブ員啓蒙は地域に
活力を送り、一人ひ
とりに希望と幸せが
輝いていくと思いま
す。そこには、寂し
い高齢者も悲しい高
齢者もいなくなると
思う。一言の元気な
あいさつで自分も相
手も清々しい思いに
なります。

9月27日（日）、香
椎宮での献茶、その
後、報恩寺で野点を
体験しました。献

簗子

第二友愛会

会長 木内 潤子

伝統文化を3世代で
学ぶという活動を始
めて公民館でのおけ
いこも7年目とな
りました。

小学4年生から熱心
に続けている子ども
が6名ほどいます。茶
室（無声庵）でのお
けいこも大変上手に
なり、茶会に一度は
連れていきたいと念
願していました。

献茶と野点の初体験

茶式は南方流の会
長、秀海和尚様。み
んな30分～40分の
座りもしつかりと
足を崩すことなく立
派でした。野点、茶
席の庭に幕を張り、
白い萩の花が咲く庭
で行われ、お点前は
いつも公民館で指導
を受けている原口先
生と山本先生のお点
前で50名もの大勢の
茶会でした。物が物
おじすること、緊張
の点出しを体験し、
緊張の中でも初めて
の体験をとても喜ん
でいました。

今度はお正月の初
釜を楽しまたいと思
います。毎月



私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

不動産のことなら何でもご相談ください

株式会社 **北商事**



□本店
福岡市中央区警固 1-1-24
TEL 092-781-4316

□薬院六つ角店
福岡市中央区警固 1-1-1 清賀ビル 1F
TEL 092-762-3411

明治元年創業



岩崎建設株式会社
取締役社長 岩崎 成敏

福岡市中央区西洲 12 番 25 号
TEL (092) 751-9601 (代表)
FAX (092) 751-9830

介護リフォームも 新築も…

「てすり」の御用命は

高砂 1 丁目南信号そば

株式会社 メタルテック

福岡市中央区白金 1-9-3
TEL 092(523)1513

賃貸・売買・管理



タイザンホーム

株式会社 泰山

中央区薬院 1-10-14 (ライラック薬院 2F)

TEL 092-781-7755

www.taizan.co.jp

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

神前結婚式・初宮詣・厄除・交通安全

鳥飼八幡宮

中央区今川 2-1-17

☎ 092-741-7823

曹洞宗 (禅宗)

安国寺

福岡市中央区天神 3-14-4

TEL (092) 741-2770 FAX (092) 741-2779

お茶のご用命は
八女茶のえさき

何は
お茶
一つ
無くとも



柳橋連合市場店

江崎製茶園

中央区春吉 1 丁目 5-9

☎ (092) 761-4886

随 想

警 固

第一百寿会

柴田 敏子

実家は、商家だったので大晦日の父は集金に走り回り、近所の床屋さんが「もう最後バイ」と言って迎えに来てくれていました。

母は掃除やおせち作りで大変でしたが、それでも美容室に行き、カールをしたまま帰ってきて、家のことをし、夜中に髪を結ってきていました。今、美容室の方に聞くと、まずセツトをしに来られる人はいないそうです。

祖父と子どもは、神棚や日

幼い頃のお正月

頃お世話になっているかまど、井戸、机等に小さなおもちゃでお飾りをし、また柱（土間）の根元には、大根で作った器に火を灯していました。

元日の朝、目を覚ますと、枕元に新しい下着と洋服がありました。お膳には一人ひとり、ゆずり葉、モロブキ、その上に角切りの大根と干しイワシが並べられていました。大根はお雑煮のおもちがのどにつかえた時に食べるそうで、たくさんのおせち料理を食べた夜は、その大根でおみそ汁を作り、干しイワシを食べていました。料理に戻りますが、お雑煮

は具だくさんの博多雑煮。お重の中にはお祝いにちなんだ、数の子、亀甲シイタケ、昆布巻き、黒豆、田作り、丸まったエビ等々、日頃食べないものばかりでした。特になますは橙にいりこを入れ、味が出たところに千切りにした大根と少々ニンジンを入れ、塩でもんで絞り、混ぜ、それを小皿に八の字に（末広に左側に多く、右側は少なく）盛りつけ、一人ひとりに置いてありました。ちなみに今でも橙が出てくるとよく作ります。

毎年お正月を迎えるたび、古き良きけじめをつけた昔の人たちの心意気を感じます。

当 仁

第九仁寿会

石井 哲夫

テーマ「咲かせよう！長寿の花を栃木路で」

平成26年10月4日（土）から7日（火）まで栃木県下で行われた「ねんりんピック栃木2014」に福岡市代表選手団の一員として健康マージャン競技に参加いたしました。

これはご存じだと思いますが、60歳以上の高齢者による国体のようなもので「スポーツ」（サッカー、ソフトボール、テニス、卓球、剣道、水泳、

「ねんりんピック栃木2014」に参加して
多彩な催しと交流、友好に感動

グラウンド・ゴルフ、マラソン、「文化」（囲碁、将棋、俳句、健康マージャン、百人一首、ダンススポーツ、かるた）「健康」「福祉」などに関する様々な催しを通じてあらゆる世代の方たちが幅広く交流を深めることができる大変意義のある大会であり、第1回大会からの参加者が1200万人を超えるなど盛況となっています。

総合開会式は、宇都宮市にある県総合運動公園に、常陸宮両殿下をお迎えして開催されました。各県代表ならびに、各政令指定都市代表選手

は具だくさんの博多雑煮。お重の中にはお祝いにちなんだ、数の子、亀甲シイタケ、昆布巻き、黒豆、田作り、丸まったエビ等々、日頃食べないものばかりでした。特になますは橙にいりこを入れ、味が出たところに千切りにした大根と少々ニンジンを入れ、塩でもんで絞り、混ぜ、それを小皿に八の字に（末広に左側に多く、右側は少なく）盛りつけ、一人ひとりに置いてありました。ちなみに今でも橙が出てくるとよく作ります。

人は自分一人では生きていけない。必ず人の支えがあって生かされているのだ。そこに生活共同体としての人間社会が構成されている。生きるための知恵として集落ができ、それぞれに支え合いながら暮らしてきたのだろう。

農耕民族を祖先とする我が国は他人を思いやる気持ちが強かったのではなからうか。それらの成り立ちから本来の国民の心底には善意の道しかなかったのではなからうか。

他人への思いやり、謙虚さの中で育まれた真面目さや誠実さに勤勉さも加わり、今の社会の隆昌につながっていると信じている。そして、世界に冠たる日本になったと思っている。

最近のテレビや新聞紙上には嫌な事件や事故の報道が目立つ。その中には、なぜ？ どうして！と目を疑う信じられないことがある。最たるものが殺傷事件を起こした動機に「ただ人を殺してみたかった」というのだ。

昨今の日本社会は、社会のルール、規範も無視したわがままな生き方が多くなった。諸外国との交流の中から派生したものもあると思う。一部の生活環境から来るものもある。口論、けんかなどもほとんどが一過性的な激高に起因するもので、すぐに感情に走らず、ちよっと考えよう！悪いと思ったらやめよう。これらの生き方は戦後の民主化の中で権利の主張だけの自由との思い込みから生まれた勝手な自己中心的な悪癖です。

人に喜んでもらえることをやるうではありませんか。そして明るい未来のある希望に満ちた美しい日本を取り戻そうではありませんか！

それは今です。やれるところから：

わたしとグラウンド・ゴルフ

赤坂 福寿会

山田 聡

秋の爽やかな朝、今日も小学校の校庭で同好会会員とともにグラウンド・ゴルフを楽しむことができました。

ふと、振り返って、グラウンド・ゴルフを始めてもう何年になるだろうと考えてみました。

それは後期高齢期を迎える数年前からだったように思います。きっかけは同じマンションに住む方からお誘いを受け、興味があったのでプレーしてみることになりました。ちょうどその頃、長年親しんできたゴルフが寄る年波の所為か、飛距離がだんだん落ち、歩くのにも難儀するようになり、スコアも悪くなるばかりでした。

そこで、ゴルフのようにボールをクラブで打ちホールポストへホールインする競技にだんだん傾斜し、今ではゴルフはやめて、グラウンド・ゴルフに専念するようになりました。

ここで、グラウンド・ゴルフが誕生した経緯について触れてみたいと思います。すでにご存じの方も多いと思いますが「日本グラウンド・ゴルフ協

会」によると「ゴルフをアレンジしたスポーツとして昭和57年に鳥取県泊村(現在の湯梨浜町)が文部省(当時)の生涯スポーツ推進事業の一環として、開発研究に取り組み誕生し、現在では全国約300万人の愛好者

が文部省(当時)の生涯スポーツ推進事業の一環として、開発研究に取り組み誕生し、現在では全国約300万人の愛好者

最大の思い出 全国大会出場、芝コートの出会い

今日まで十数年グラウンド・ゴルフに親しんできた中で最も記憶に残っているのは、なんといっても2010年(平成22年)石川県で開催された「第23回全国健康福祉祭いしかわ大会」通称「ねんりんピック」に参加できたことです。その前年2009年に開催された「福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会」にて、準優勝し出場資格を得て選考の結果、福岡市より6名の代表の1人として参加することができました。

グラウンド・ゴルフ交流大会は、2010年10月10日(日)、11日(月)の2日間にわたり「かほく市高松グラウンド・ゴルフ場」で男女合わせて411名の参加のもと開催されました。なにしろ初めての経験ですので、すべてに興味が湧きました。が、中でも一番気になっていた

に親しまれている」と記しています。現在も「グラウンド・ゴルフ発祥地大会」が毎年現地で開催されているようです。

グラウンド・ゴルフがこれほど普及したのは、いつでも、誰でも、気軽に楽しめ、しかも健康増進、仲間との親睦を図れるスポーツだからではないでしょうか。

のがグラウンドの状況でした。

グラウンドは3面用意されていましたが、全面立派な芝生のグラウンドに整備されていた。日頃は土のグラウンドでしかプレーをしていない私にとっては一抹の不安とともに芝生でのプレーが楽しみでもありました。

さて、実際に競技に入るとやはり土と芝生とは球の転がり方が違い、ホールとの距離感がなかなか合わず、大変苦勞しました。それでも2日目にはだいぶ距離感が合い、ホールインワンも1回出て、なんとか競技を終えることができました。成績は上位入賞には遠くおよびず惨敗でしたが、貴重な体験でした。

帰福後、本格的な芝生のグラウンドでのプレーの楽しさや難しさなど会員の皆さんに土産話などした覚えがあります。その

編集だより

新年明けましておめでとうございませう。会員の皆様におかれましては、幸多き新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

さて、今号の「中央区老ク連だより」第49号でも、多くの事業での笑顔はじける皆さんの姿をご紹介しました。特に、料理教室では野菜を多く使用した料理を作っています。鍋料理や煮込み料理がおいしい季節です。日頃の食事にも旬の野菜を取り入れて、厳しい冬の寒さも元気に乗り切りましょう。(広報部)

ご協賛頂きました皆様方へ

このたびは「中央区老ク連だより」の発行にあたりまして広告の掲載をいただき誠にありがとうございました。

本紙は、会員が豊かで幸せな生活を送れるように願って発行いたしております。

これからも末永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

中央区老人クラブ連合会

みんなに広めたい プレーする楽しさ

高齢化社会が進む中、多くの方が「グラウンド・ゴルフ」に親しんで欲しいと願うばかりです。当校区でも年1回「校区グラウンド・ゴルフ大会」が開催され、大変盛り上がりつつあります。

私がプレーするにあたって、最も気をつけていることの1つはホールに向かっていかにボールを真っ直ぐに転がすか、と距離をいかに合わせるかです。当たり前のことですが、これがなかなか難しく、グラウンドの状況によっても大きく左右されます。真っ直ぐ転がすため、クラ

ブフェイスがボールに真っ直ぐ当たるように心がけていますし、クラブは「振り子」のように振っています。距離感は経験を積むしかないのかなと思います。今、1ラウンド平均スコア20前後で推移していますが、これを10台となるよう努力しています。

いずれにしても簡単な競技のよう但实际上にプレーしてみると奥深いものがあります。たまにホールインワンが出るとうれしものです。皆さんも体験してみてはいかがでしょうか。

これまで、長々と駄文をつづてきましたが、これから歩める限り「グラウンド・ゴルフ」を仲間とともに楽しんできたいと思っています。

グラウンド・ゴルフ万歳

中央区老ク連だより 第49号

平成28年1月発行

発行 福岡市中央区老人クラブ連合会
福岡市中央区大名 2-5-31
TEL 092-718-1140

編集 株式会社 ニチコミ
印刷 福岡市博多区博多駅東 1-13-6
TEL 092-292-6538 竹山博多ビル 7F

中央区高齢者スポーツ大会

足どりも軽やかに

スポーツの秋を体感する
中央区高齢者スポーツ大会
(ウォーキング) が11月2
日(月)、大濠公園にて開
催されました。前日までの
ぐずついたお天気に心配さ
れましたが、当日は打って
変わって爽やかな青空が広
がる天気となりました。



体を動かし
心も晴れやか



出水氏と一緒に
準備体操

参加者314名は株式会
社健康科学研究所の出水氏
によるストレッチの指導
後、元気にウォーキングへ
出発。紅葉や水鳥の姿を愛
でながら、参加者同士、会
話とともに足取りも弾ま
せ、大濠公園1周(約2き
れ)を楽しみながら完歩し
ました。

中央区高齢者 グラウンド・ゴルフ大会

市大会めざし熱戦

10月8日(木)、平和台
陸上競技場において、中央
区高齢者グラウンド・ゴル
フ大会が開催されました。
20回を数える今回は、天候
不良により当初の予定から
日程をずらしての実施とな
りましたが、参加者152
名は秋の清々しい気候の
中、プレーを楽しみました。



好プレーに歓声

グラウンド・ゴルフ

大会成績

- 優勝 竹下 謙治【草ヶ江】
- 準優勝 北原 啓昭【南当仁】
- 第3位 白幡 擴【笹丘】
- 第4位 栗原 修一【当仁】
- 第5位 斉藤 能徳【草ヶ江】

最高齢者

男性 浜地 吉雄さん(95)【高宮】
女性 山本 みさをさん(89)【南当仁】

私たちは中央区老人クラブ連合会の活動を応援しています

ひとりのえがおは みんなのえがお

社会福祉法人 ふたば会

特別養護老人ホーム おざさ

ケアハウス
おざさ

小規模多機能居宅介護
いこいの郷おざさ

小笹 1丁目
14番27号 ☎526-2800

医療法人 内科・呼吸器科
田中内科クリニック



診療時間
平日 9:00~12:30
13:30~18:00
(但し木曜は午後休診)
土曜 9:00~16:00
休診 日曜・祭日

福岡市中央区大宮2-5-5 (平尾ロイヤル裏)

TEL092-531-1002

介護の
お困り



ご相談
下さい

ケアプラン作成 通所介護・リハビリ
訪問介護・看護 老人保健施設(入所・通所)

特定医療法人財団 博愛会
博愛ケアセンター 735-7070

快適な生活を支援する
株式会社 介護ふくおか

介護に関することはお気軽にご相談ください

ケアプラン
センター

ヘルパー
ステーション

中央区渡辺通2-3-27
待鳥ビル205号 ☎092-722-4165

http://www.kaigofukuoka.com

浅岡歯科
クリニック

ご年配の方中心の
歯科医院です
診療時間 平 日 9:30~13:00/14:00~19:00
土曜日 9:30~13:30

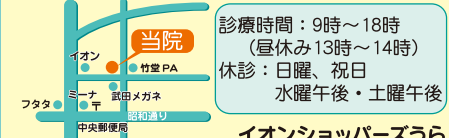
http://www.asaoka.on.arena.ne.jp
天神4丁目6-7
クリスタルビル2階 ☎751-8241

◆相続◆贈与◆譲渡
お気軽にご相談下さい
税理士 花房 靖幸
アスモア税理士法人
花房オフィス

中央区高砂2丁目7番2号 高砂ビル3階

TEL:092-526-1555

たてわき内科
クリニック



診療時間: 9時~18時
(昼休み13時~14時)
休診: 日曜、祝日
水曜午後・土曜午後

イオンショッピングセンター
TEL 737-7338 (天神4丁目ビル3F)

聴こえのトータルケア
アート補聴器ショップ

お気軽にご相談ください!
福岡市中央区今川2丁目3番48号
アート今川ビル2階(今川橋バス停前)

TEL092-731-3382
営業時間 AM 9:00 ~ PM 5:30 休業日 日曜・祝日