

発行：公益社団法人 福岡市老人クラブ連合会 〒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
 TEL092-713-1340/FAX092-713-0157 http://fukuoka-sirouren.com
 広告のお問い合わせ… 株式会社ニチコミ TEL092-292-6538 http://www.nichicomi.com

新年のご挨拶



公益社団法人 福岡市老人クラブ連合会
 会長 岡田 光生



新年明けまして、おめでとうございます。おめ
 会員の皆様には、お健
 やかな新春をお迎えの
 こととお慶び申し上げま
 す。

昨年熊本地震災害で
 は、被災地への救援拠金
 にご協力いただき誠にあ
 りがとうございました。

皆様の真心を、熊本県老
 人クラブ連合会に届ける
 ことができましたこと
 に、心から御礼申し上げ
 ます。

さて、我が国では、急
 速に高齢化が進み、国民
 の4人に1人が65歳以上
 という超高齢社会を迎え
 ております。

WHOの統計によりま
 すと、日本人の平均寿命
 が83.7歳で、健康寿命が
 74.9歳ということだ
 が、いかに一生にわた
 り、この健康寿命を延ば
 すかが鍵となってまい
 ります。

老人クラブの活動は、
 高齢者自らが生きがい
 を持ちお互いが健康で安
 心して生活ができる環境
 づくりや、地域で支え合
 う仲間づくりにつなが
 っています。

そういう中で、地域を
 基盤に幅広い活動を展
 開し、健康で元気な高
 齢者を増やす役割を果
 たしています。残念な
 がら老人クラブは、ク
 ラブ数・会員数ともに
 減少が続いているのが
 現状です。

市老連では、「単位老
 人クラブを消滅させな
 い」ことを基本に、会
 員増強運動を実施して
 おります。つきましては、
 新年の挨拶とともに、
 声・新規会員の勧誘を
 お願いいたします。

皆様方のご健康とご多
 幸を心から祈念いたしま
 すとともに、幸多い年
 でありますことをお祈り
 申し上げます。

熊本地震災害救援拠金の報告

ご協力いただき
2,776,823円が
 集まりました!

平成28年4月14日(木)、同16日(土)に発生した「熊本地震」は、甚大な被害をもたらしました。この災害に対し、熊本県老人クラブ連合会、九州ブロック老人クラブ連絡協議会から救援拠金の取り組み要請があり、本会としても5月下旬から救援金の募集に取り組んでまいりました。

その結果、会員の皆様のご協力により、**2,776,823円**の救援金が集まりました。心から御礼申し上げます。

集まった救援金は10月28日に熊本県老連の口座に振り込ませていただきました。

救援金の使途は、①被災者(会員を含む)への救援、②被災老人クラブ(連合会)への救援、③社会福祉協議会・ボランティア等への支援、④共同募金会・日本赤十字社・NHK等の義援金への寄託とされております。現状では、なかなか復興が進んでいないようですが、救援金が今後の復興への一助となればと考えております。会員の皆様のご協力に改めて御礼申し上げます。

公益社団法人 福岡市老人クラブ連合会
 会長 岡田 光生

一冊
 ¥980



懐かしの愛唱歌集

福岡市老人クラブ連合会が編集・企画した、平成9年発行の「懐かしの愛唱歌集」の在庫がまだあります。

「博多祝い唄」ほか、童謡・唱歌、歌謡曲、軍歌、民謡あわせて全110曲を収録。ご希望の方は各区の老人クラブ連合会をおし
 てお申し込みください。

【お問い合わせ】
 福岡市老人クラブ連合会
 電話 092-713-1340

紙面のご案内

● 老人クラブ連合会主催事業の実績報告 2	● 詰碁・詰め将棋問題・回答 7・11
● ねりんピック長崎2016の報告と秋田2017の紹介 3	● 特集「七区の投稿」 8・9
● ニセ電話詐欺クイズ・全老連活動表彰・消費生活センター啓発記事 4	● 全老連関連事業の報告・九州ブロックリーダー研修会 10
● 高齢者農園紹介・交通安全・詐欺クイズ答え 5	● 文芸欄「みんなの広場」・高齢者美術展講評 11
● 保健福祉大会(演芸発表会)実施報告 6	● 第46回福岡市高齢者美術展 12
● 高齢者向けレシピ 7		

この広報紙の作成にあたっては、共同募金からの配分金を充当させていただいております。

第15回 福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会

開催日:平成28年11月1日(火) 会場:中央区舞鶴公園 球技場・野球場

各区大会で選抜された352名が、試合を通じて相互の交流を深めました。岡田会長、保健福祉局入江高齢社会部長の挨拶に続き、各区福祉事務所長等の来賓紹介を行い、博多区の松浦昭芳さん、倉本たか子さんの選手宣誓、市老連会長と来賓の始球式のと競技を開始しました。参加者は、3コースに分かれ、日頃の練習の成果を発揮し、熱戦を展開しました。



Table with 4 columns: Course (Red, Yellow, Green), Winner, Runner-up, 3rd place, and Highest Age Award.

ホールインワン賞 139本

※青コースで、表彰後に確認漏れの下川隆博さんのスコアカードが見つかり、特例として優勝者2名としました。今後はこのような間違いが起きないように注意してまいります。

Table listing winners for Go (囲碁) and Shogi (将棋) categories, including Mayor's Award, City Council Award, and Highest Age Award.

第38回 福岡市高齢者ゲートボール大会

開催日:平成28年10月6日(木) 会場:山王公園



各区の予選を勝ち抜いた18チーム、101名が参加しました。各区福祉事務所長等を来賓に迎え、東区東1チームの榎崎幸一さん、高山敬子さんの選手宣誓、岡田会長と保健福祉局入江高齢社会部長など6人の始球式により、競技を開始しました。参加チームは、3コートに分かれ、熱戦を展開しました。

Table with 4 columns: Winner, Highest Age Award (Male/Female), and their names and ages.



第45回 福岡市高齢者囲碁・将棋大会

開催日:平成28年7月26日(火) 会場:福岡市市民福祉プラザ601会議室

この大会は、多くの高齢者に親しまれている囲碁・将棋を通じてお互いの交流を図り、広く高齢者の仲間づくり、生きがいづくりを進めるため開催しています。参加資格は、各区の高齢者囲碁・将棋大会で優秀な成績を収めた方で、囲碁4部門に32名、将棋2部門に30名、計62名が参加しました。

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

Advertisement for Shimizu Animal Clinic (しみず動物クリニック) with contact info and logo.

Advertisement for Fukuoka Dental University (福岡歯科大学) and its hospital.

Advertisement for Rinsen Eye Hospital (林眼科病院) with contact info and logo.

ねんりんピック長崎 2016

福岡市選手団 多くの種目で大活躍



「おいでませ!キッズ」との交流

「長崎県立美術館」での美術展や「長崎県立総合体育館」でのイベント会場では、長崎県内の老人クラブの多彩な活動を紹介・発表する地域文化伝承館を視察しました。美術展

総合開会式では、快晴の秋空のもと、福岡市選手団は力強い入場行進を行いました。



ねんりんピック長崎2016は「長崎でひらけ長寿の夢・みらい」をテーマに全国から1万人以上が参加し、平成28年10月15日(土)から18日(火)までの4日間にわたり開催されました。

以下、総勢158名がスポーツ交流大会(ゲートボール等8種目)、ふれあいスポーツ交流大会(グラウンド・ゴルフ等11種目)、文化交流大会(囲碁等3種目)の合計22種目に参加しました。

市老連からは、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、囲碁、将棋の4交流大会に昨年度の市老連大会の上位入賞者やチームが参加しました。

ねんりんピック参加は「全国健康福祉祭参加事業福岡市実行委員会」で実施しています。平成29年度の「ねんりんピック秋田2017」は、9月9日(土)から12日(火)の日程で26種目の交流大会が開催されます。このうち俳句については募集句

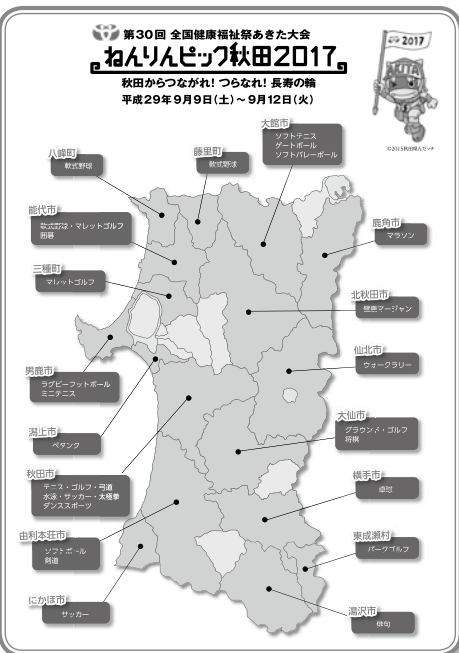


美術展 書 高田喜代子さん

主な成績

種目	表彰内容
美術展 書	長寿開発センター理事長賞: 博多区 高田 喜代子
囲碁	個人戦: 3位(全勝賞)、6位 団体戦: 優秀賞9位
卓球	団体戦: 2位グループ優秀賞
ラグビーフットボール	2戦2勝 (勝敗に関する表彰なし)
ゴルフ	最高齢者賞: 早良区 山口 文俊 84歳
グラウンド・ゴルフ	最高齢者賞: 西区 吉岡 信雄 90歳
美術展 洋画	最高齢者賞: 中央区 古森 春枝 85歳
美術展 工芸	最高齢者賞: 中央区 竹原 滋 93歳

注: 優秀賞は優勝、準優勝、第3位に次ぐ表彰



ねんりんピック秋田2017での開催種目及び開催市町村

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

山本診療所
YAMAMOTO CLINIC
内科・糖尿病内科
博多駅前 3-9-1 ☎414-7063
山本診療所 糖尿病専門サイト 検索

医療法人
井口野間病院
心療内科・精神科
南区寺塚1丁目3番47号
☎551-5301

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/>

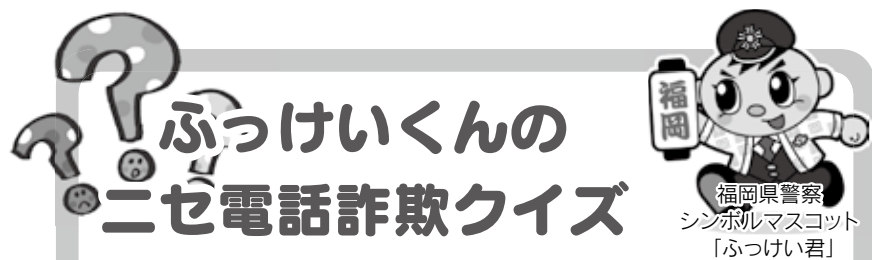
外科・整形外科・胃腸外科・肛門外科
桜坂中央外科
院長 高原 清彦
副院長 住吉 康史
中央区桜坂2丁目1-41
TEL751-5914

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・金曜日は午後6:00まで
福岡市南区大橋1-9-16 ☎511-5219

(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)

内科・脂質代謝内科・糖尿病内科・感染症内科
いびき&睡眠時無呼吸症候群検査
さわやま内科
総合診療クリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土
8:30~13:00 ● ● ● 12:30まで ● 12:30まで
14:30~18:00 ● ● ● ● ● ●
休診日/木・土曜午後・日曜・祝日
南区大橋2-8-29 ☎092-534-6590
メテイカルシティ平尾2F

岡野歯科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
14:00~18:00 ○ ○ ○ ○ ○ /
休診日/日曜・祝祭日
福岡市博多区 住吉 2-11-23 ☎281-1691



問 1 ニセ電話詐欺の犯人がよく使う言葉は、どれでしょう？正しいもの3つに「○」をつけましょう。

「風邪をひいて声が変わった」「隣に住む○○だけど」「絶対儲かる株を教える」「絶対損をする株を教える」「口座を送る」「食料を送れ」「現金を送れ」「小切手を送れ」

問 2 ニセ電話詐欺でよく使われる手口は、どれでしょう？正しいもの3つに「○」をつけましょう。

- ・「還付金がある」とATMで手続きをさせる
- ・「還付金がある」と銀行の窓口で手続きをさせる
- ・「もしもし、オレだけど」と息子を名乗る男からの電話
- ・金銭を小切手で要求する
- ・レターパック、宅配便等で現金を送らせる
- ・現金書留で現金を送らせる

問 3 あやしい電話が掛かってきた時の良い対処法は、どれでしょう？正しいもの3つに「○」をつけましょう。

- ・留守番電話設定にしておき、相手を確認してから出る
- ・身内、警察に相談する
- ・本当かもしれないので、すぐに行動に移す
- ・あやしい電話が掛かってきた番号に掛け直す
- ・電話番号が変わったと言われた場合、変わる前の電話番号に掛け直す
- ・自分は絶対だまされないので、相手の話を聞いてみる

全老連活動賞表彰(全老連会長表彰)

健康づくり活動部門

【博多区 昭南町第一永寿会】 会長 野上 義治

昭南町第一永寿会は、老人クラブ会員をはじめ地域の高齢者や子どもたちも参加し、健康づくり活動を実施しており、次の活動を積極的に取り組んでいる。

- ① グラウンド・ゴルフやペタンク等のスポーツ活動の実施
- ② 夏休みの時期に子どもたちとラジオ体操等による交流
- ③ 高齢者の体力に応じて室内で可能なソフトダーツの定例会による交流

【中央区 赤坂福寿会】 会長 松谷 紀久男

赤坂福寿会は本市の都心にあり、豊かな自然環境と小学校等公共の場を上手に利用し、誰もが参加できるウォーキングを中心に多種多様な事業をかなりの頻度で開催し、健康増進、親睦・交流を深め、小学校や地域に多大な貢献をしてくれている。

ボランティア活動部門

【早良区 飯倉2丁目長寿会】 会長 徳丸 順庶

① 飯倉公園の清掃活動を8年間毎日継続するとともに、飯倉公園・飯倉小学校に花壇をつくり、季節ごとの花を植えて来園者や生徒に喜ばれている。

② 公園や神社の清掃において、3年継続して除草をすると雑草は生えにくいといわれているが、現在、雑草が1本も生えていない公園等では、午前中は乳幼児と母親の利用が多く、午後は遊ぶ小学生の数が増えている。

③ 訪問活動により1人住まいの孤独死や、引きこもりがないよう、話し相手になって交流を深めている。

旅行やイベントで高額な商品の販売会への参加を強制された!?

福岡市消費生活センター

事例のように、旅程表等で商品販売の予定が知らされておらず、展示会場がホテルの1室など通常は店舗と考えられない場合は「訪問販売」にあたるとして、クーリングオフが可能です。すぐに消費生活センターにご相談ください。

旅行の行程に販売店が組み込まれているだけではなく、事前アンケートで家族構成等を問われたケースもあります。2次被害も考えられますので、安易に個人情報や回答するのは控え、必要のない物はきっぱりと断りましょう。



「ダイレクトメールを見て参加した格安旅行や催しで、予告なく商品の販売会があり、他の参加者の手前、断りきれずに高額な商品を購入したが返品したい」という相談が複数寄せられています。

（事例）

老人会宛に届いたダイレクトメールがきっかけで企画されたバス旅行に参加し、介護保険の話があるとは聞いていたが、実際は、健康まくら等の販売会だった。「商品の売り込みはしないで欲しい」と申し出ると「商品販売を行うので旅行を格安で提供している」と強く言われた。結局、自分だけ断ることができずに高額な枕や美顔器等を購入してしまったが返品したい。

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

夜間外出の際は
反射材
の着用を!!

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。

有限会社
福博家政婦紹介所
福博介護家事サービス
福博ケアプランサービス
(介護保険取扱事業所)

お気軽にご相談下さい
介護・付き添い・見守り・家事全般等

南区塩原3丁目19-29(南区役所裏)
TEL:092-541-7753

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

相続税申告・相続税試算
新規開業支援・記帳指導

古賀税理士事務所

《ご相談は》税理士 古賀 照章
☎092-985-1898
福岡市博多区堅粕5丁目5番16号

ふっけいくんの ニセ電話詐欺クイズ

答え

問1. ニセ電話詐欺の犯人がよく使う言葉は、どれでしょう？

風邪をひいて声が変わった

「風邪をひいて声が変わった」などと言って、あなたの息子になりすまそうとしてきます。一度電話を切り、本当の息子に連絡して確認しましょう。

絶対儲かる株を教える

お金が得られるような誘い文句を使って誘惑してきます。そんなに都合の良い話がありえますか？その儲け話は詐欺です。

現金を送れ

銀行等で大金を出金したり、振り込んだりすると、銀行員が異変に気づいてくれます。そのため、犯人はお金を手に入れるために宅配便などで直接、現金を送らせようとしてきます。現金を送らないようにしましょう。

問2. ニセ電話詐欺でよく使われる手口は、どれでしょう？

「還付金がある」とATMで手続きをさせる

ATMを使ってお金が戻ってくることはありません。

「もしもし、オレだけ」と息子を名乗る男からの電話

被害に遭った人の多くは「息子の声に似ていた」と言っています。

レターパック、宅配便等で現金を送らせる

これらの方法で現金を送ることは、郵便法等で禁じられています。

問3. あやしい電話が掛かってきた時の良い対処法は、どれでしょう？

留守番電話設定にしておき、相手を確認してから電話に出る

身内、警察に相談する

電話番号が変わったと言われた場合、変わる前の電話番号に掛け直す

犯人は証拠が残ることや、あなたと誰かが話をし、嘘がバレることを嫌います。

被害に遭った人は、誰にも相談しなかったことを後悔しています。日頃からいろいろな人と積極的に話をし、もしもの時も気軽に相談できる関係をつくっておくようにしましょう。

ふっけい番付チェック いくつ正解できましたか？◆◆◆◆◆

- 正解がなかった人は ⇒ 幕 下
- 正解が1、2個の人は ⇒ 十 両
- 正解が3～5個の人は ⇒ 関 脇
- 正解が6、7個の人は ⇒ 大 関
- 正解が8個以上の人は ⇒ 横 綱



福岡県警察
シンボルマスコット
「ふっけい君」

福岡市高齢者農園 利用者追加募集



福岡市老人クラブ連合会では「ふくふくクラブ福岡」(7月15日号)で東区青葉7丁目と西区飯盛にある高齢者農園の利用者募集を行いました。定員に達しなかったため追加募集を行います。ご希望の方はご応募ください。



土井近隣農園

○募集期間

平成29年1月20日(金)から随時募集を行い、定員になり次第締め切る。



西部高齢者農園

○対象者

福岡市老人クラブ連合会会員(単位老人クラブに加入している方)

○募集人数(平成28年11月16日現在)および申込方法

所定の申込用紙にて、東区土井近隣農園、西区西部高齢者農園の管理運営委員会に申し込む。申込用紙は、下記の高齢者農園管理運営委員会か福岡市老人クラブ連合会事務局で配布する。

◇東区土井近隣農園 募集人数 6名 駐車場 無

東区青葉7-32-4/農園代表者:中村 達雄/電話:691-4017

◇西区西部高齢者農園 募集人数 6名 駐車場 有(6台)

西区生の松原3-11-15/農園代表者:神園 興也/電話891-9838

○問い合わせ先

◇農園利用申込に関すること: 上記の高齢者農園管理運営委員会

◇福岡市高齢者農園に関すること: 福岡市老人クラブ連合会事務局

担当者 藤嶋/電話 713-1340

横断歩道マナーアップ運動推進中!!

県内で発生する交通死亡事故の多くは歩行者が関連しており、その多くが道路を横断中、なかでも交差点の周辺で発生しています。

**歩行者がいる時は
横断歩道手前で一時停止!**



一時停止!

横断歩道を渡りましょう!



青信号でも渡る前に左右の確認!



車両の横断歩行者妨害



歩行者の
「横断歩道外横断・斜め横断」

夜間は
反射材を
着用!

【福岡県警察本部交通企画課 ☎ 092-641-4141】

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

インフルエンザ

にかからないために...



- ①人ごみを避け、外出時にはマスクを着用しましょう。
- ②帰宅時には「手洗い」「うがい」をしましょう。
- ③栄養と休養を十分にとりましょう。
- ④室内では加湿と換気をよくしましょう。

また、「咳やくしゃみをしているときはマスクを着用する」「マスクを着用していない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむける」など、周りの人への配慮も忘れずに!

しっかり見えていますか?

目を若く保ち
生活の質を
維持しましょう

●60歳を過ぎたら...

定期的に眼科検診を受けましょう。
緑内障や加齢黄斑変性は早期発見が大切。
白内障はタイミングよく手術を受けましょう。

●“年のせい”とあきらめないで

ドライアイ・なみだ目・眼瞼下垂
(まぶたが垂れ下がり上がらない状態)は
れっきとした病気です。
治療により改善する場合があります。





第54回福岡市高齢者保健福祉大会

開催日 平成28年9月7日(水) 会場 福岡市民会館

福岡市、福岡市社会福祉協議会、福岡市老人クラブ連合会が主催する本大会は、多年にわたり地域社会の発展のため尽くされた高齢者の方々を祝福し、市民の高齢者保健福祉に対する理解をより一層深めるため、毎年開催しています。
当日は天候に恵まれ、朝早くから会場の入り口には大会を楽しみにしている多くの方が並ばれました。
第1部の式典は、国家斉唱、物故者への黙とう、大会名誉会長の高島福岡市長あいさつ、岡田市老連会長あいさつの後、米



7区の芸達者が熱演

寿代表として博多区の坂田和久さんと中央区の木山綾子さんへ福岡市長と市社協会長からお祝い状が贈呈されました。
続いて、市老連会長から会員増で大きな成果を上げた65団体へ「会員増強特別賞」の表彰を行いました。
第2部の「高齢者演芸発表会」は、7区の大会から選抜された老人クラブ24団体と老人福祉センター13園が参加。素晴らしい演技が次々披露され、約1400名の観客に笑いや感動を与えました。



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

サービス付高齢者住宅入居者募集中
(特別養護老人ホーム併設)

いとし
こま

お電話でのお問い合わせ
092-802-0701

〒819-0378 福岡市西区徳永北1-52
(JR 九大駅南口徒歩3分)

吉原育子法律事務所
大切な財産に関わる問題、一緒に考えます。

相続 遺言
死後事務 成年後見

お気軽にご相談下さい。
中央区大名2丁目8-18
天神パークビル4F
弁護士 吉原 育子 ☎092-722-1501

医療法人 幸雄会
古原医院
内科・小児科・循環器内科
アレルギー科・人工透析

診療時間
平日 9:00~13:00/14:00~18:00
土曜 9:00~14:00 休診 日曜・祝日

博多区比恵町18-1
TEL 431-5622 FAX 431-0374

デイサービスセンター
紀水苑

無料体験
実施中!!

- ・昼食は毎日バイキング!
- ・半日デイサービスもOK!
- ・日曜日でも休まず営業中!

生前生後の総合コンシェルジュサービス

遺品整理 生前整理
留守宅管理 空き家管理

九州電力生活協同組合指定店

お申込み
お問合せ 092-791-4864
[受付時間:平日 9:30~19:00] kizuna-kyushu.com

九州遺品整理特殊清掃協会 株式会社 ますな

新春開運特選レース 1/3日8回

1/3日 猫ひろし トークショー
1/5日 川崎宗則 トークショー

福岡市中央区那の津1-7-5
TEL 092-771-6061
※未成年者だけの入場はできません。

BOAT RACE 福岡
電話投票コード:22#

思い出あしん
収納庫

いつでも出し入れ自由
月々3,780円~
収納のお悩み解決します。

セイワ世研 TEL.092-715-0003

☎092-555-8114
お気軽にお問い合わせ下さい(担当:馬渡)

サービス付き高齢者向け住宅 紀水苑福岡南

【入居予約受付中】
南区中尾3丁目43-2
☎0120-062-620

高齢者向け レシピ

冬野菜を食べて元気に過ごそう！
カラフル野菜と魚介のセビーチエ



材料と分量 (4人分)

ぶりの刺身	10~15切れ
片栗粉	大さじ1
バター	小さじ2
大根	200g
ブロッコリー	80g
赤ピーマン	飾り程度の量
粒コーン	大さじ1

マリネ液

玉ねぎのみじん切り	大さじ2
ゆず	1個
洗って皮を細かく削り 果汁を50cc絞る	
ゆずこしょう	小さじ1
みりん	20cc
オリーブオイル	20cc
塩	小さじ半分
ブラックペッパー	お好みの量

飾り

じゃが芋	120g(中1個)
牛乳	50cc
黒豆煮	適量



年末年始は普段と違う「ごちそう」が多く、野菜不足になりがちです。年末年始を楽しく過ごした後も元気に冬を過ごしたいですね。体の調子を整えるビタミンやミネラルの供給源である野菜類を意識して食べるように心がけましょう。

今回ご紹介する「カラフル野菜と魚介のセビーチエ」は、お正月の時期に入手しやすい食材を使ったメニューです。同じ食材がなくても、家にある残り野菜等を使って、上手にアレンジしてください。

作り方



【1人分栄養価】

エネルギー	288kcal
たんぱく質	14.3g
脂質	15.7g
食塩相当量	1.1g
野菜の量	115g

- ① ぶりの刺身に片栗粉をまぶす。バターを溶かしたフライパンで焼き色が付くまで中火で両面焼く。焼けたら取り出して粗熱を取る。
- ② 野菜の下処理をする。すべて良く洗い、大根は乱切り、ブロッコリーは小房に分け、赤ピーマンは5ミリ角に切る。
- ③ ②の野菜と粒コーンを茹で、流水で冷まし水気を切る。
- ④ マリネ液の材料を全部混ぜ③の野菜と①のぶりを漬け込み、冷蔵庫で1時間冷やす。
- ⑤ ④を大皿に盛りつける。じゃが芋を茹でて裏ごしし、牛乳でなめらかなるまでのばす。絞り袋に入れて絞り出し、周囲を飾る。その上に、黒豆煮をバランスよく飾ったら完成。

詰将棋問題

持駒 角 金 桂 歩

出題者 小宮 信行

一 二 三 四 五 六 七 八

8 7 6 5 4 3 2 1

5五の角筋を生かすことと、手持ち角のうち場所はどこか？

解答は11ページ

詰碁問題

出題者 大和一智

黒第1手目の手筋がポイント

白をトルことができます。

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

●内科 ●神経内科 ●リハビリテーション科

医療法人相生会

新吉塚病院

☎(092)621-3706

福岡市博多区吉塚7丁目6番29号

●介護老人保健施設 光 ☎(092)629-1631

●居宅介護支援事業所 ☎(092)621-3817

●訪問看護ステーション吉塚 ☎(092)626-9777

特別養護老人ホーム

聖家族の家若宮

お気軽にお問い合わせ下さい

東区若宮 5-21-11

TEL 092-672-3110

http://www.seikazoku.jp/

社会福祉法人カトリック聖家族会

(株)福岡宝屋

人形の宝屋

ひな人形・五月人形など節句人形を中心に、こだわりの高級飾りを多数取りそろえております。

博多区綱場町 6-16

☎092-271-3990

http://takaraya-jp.com

紳士服の

ギンザ屋

〒812-0026 福岡市博多区川端通り

TEL 092-291-1148

博多の味

辛子めんたい

福さ屋

〒812-0012 福岡市博多区博多駅前中央街5-14

TEL 092-461-2938

福岡本社一北九州支店一大阪支店一東京支店

愛されて45年博多のロングセラー

名菓 **博多の女**

福岡市東区馬出6-15-21

092-621-8881

博多の女本舗 三鶴堂

しもひだ歯科医院

☎092-522-3555

中央区薬院 4-8-30 P&Rビル1F

■診療時間■

平日 10:00~14:00

15:30~20:00

土曜日 10:00~14:00

休診日/土曜日午後、日曜日・祝日

http://www.shimohida.jp

いのちつなぐ社会貢献

治験ボランティアはあなたが主役です。

ボランティア登録のための「健康診断」受付中

※20~85才の男女(登録の健診無料・交通費支給・上限あり)

詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

TEL 0120-927-637

株式会社UNICS

福岡市博多区店屋町6-18ランダムスクウェア4F

特集

東区

七区の投稿



城浜校区 さつき会
小嶋 華代

「金子みすゞ」を歌う

平成 23 年晩秋の頃、城浜老ク連旅行で私たちは山口県仙崎へ、昔懐かしい街並にある「金子みすゞ記念館」を訪れました。文英堂の店内や 2 階のみすゞの部屋は、特に印象深く「金子みすゞ童謡全集」「金子みすゞ曲集」を「こだまする心を歌に」等を購入して大切にしております。

私は亡夫と地域で高齢者の「城浜たんぼぼコーラス」を始めて 43 年になります。現在、佐藤先生にご指導いただき、昨秋はその本よ

り「星とたんぼぼ」「私と小鳥と鈴と」の 2 曲を文化祭や東香園の発表会で楽しく合唱しました。鈴と小鳥とそれから私、みんなちがってみんないい。手話を入れて四苦八苦!! つむぎだされた詩、感性の素晴らしさに感動しながら心を合わせ元気に歌いました。26 歳で世を去ったみすゞの波乱の生涯に思いをいたしながら...

今年は無後 87 年。見えぬけれどもあるんだよ、見えぬものもあるんだよ。30 名の仲良き友と健康長寿で歌声を響かせながら、地域に友好の輪、希望の虹を懸けていきたい。



中央区

老人クラブの役職を辞して思う

笹丘校区老人クラブ連合会
前会長 藤田 義一



今年 3 月、老人クラブの役職を退いて、改めて自分の今までの生き方を振り返る場を得た。

十数年前、定年退職を迎え自由の身になってふと思うに、現職中は家庭や地域とはあまり関わらず、いや関わらず過ぎてきた。自分自身に気づいた。たまたま、町内会長から老人クラブへの入会を勧められ、会の活動や人間関係等に不安を感じながらも入会した。

次の年には、単位クラブ会長、そして校区老連会長にも推薦されるに至った。毎月校区老連や中央区老連の定例会への出席を求められ、さらには校区老連代表の立場から、自治連合会をはじめ各種団体の委員にも名を連ねることになった。

校区住民の安心安全活動をはじめ、夏祭りや運動会等、地域交流

の場への参加が思いがけず多くなり、戸惑いとともに多忙な日々となった。しかし、これを機に現職時とは違った地域の方々との出会い・ふれあいを通じて、自分にとって新たな生活に生きがいを感じられるようになった。今も、多くの人たちとの交流が続けられていけることに幸せを感じている。

日頃、写真を趣味とし未熟ながら市高齢者美術展に参加という名目で出品し、時に評価を受けることもある。校区のグラウンド・ゴルフやソフト

ボールの会にも入会し、多くの方々とゲームを楽しみつつ心身の健康に努めている。また、九州市民大学を受講し、毎月著名な講師の講義に感動を覚えている。受講後には、旧友たちと近くのピール園で情報交換やその日の講義を「さかな」に語り合うひと時を過ごしている。

人間、一人では生きていけない。多くのひととの出会い・ふれあいを通じて支えられ生かされていく。このことを踏まえ、これからもともに支え合い豊かな人生を生き抜きたい。

博多区

ソフトダーツと私

奈良屋校区
そうたん会
会長 吉川 鐵義

私とソフトダーツとの出会いは、5 年前に福岡市老連が高齢者の健康づくりの一環として、ボケ防止と健康増進を目的に、誰でも参加できる新しいスポーツとして、ソフトダー



下段中央が吉川鐵義氏

ツを導入されたのがきっかけです。

以来私が所属する地域の公民館で、月 2 回

講習会を開催するまでなっています。

毎回 5 名〜15 名の会員の方々と、和気あいあいと楽しんでいます。

また私自身もこのソフトダーツが大好きになり、校区外でのクラブにも月 2 回参加し楽しんでいきます。

さらにできれば何かダーツの資格があればいいなと思うようになったところ、ダーツ協会による資格取得のための講

習会があると聞き、2 年ほど前にその資格を取得することができました。

人々との出会い、そしてゲームの楽しさやときめきは、健康の源になっています。

これからも、このソフトダーツの楽しさを人にも教え、私自身これからも未永く体が続く限り、ソフトダーツを続けていきたいと思っています。

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

土地・建物等の相続手続
遺言、相続対策などの相談
～出張相談にも応じます～

司法書士 古川国利 (ふるかわくにとし)
(福岡県司法書士会会員 第1328号)

中央区舞鶴3-8-10 ライオンズマンション1階
(福岡法務局北側玄関より徒歩1分)
TEL 092-721-2770

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 國嶋 洋伸
弁護士 池田 慎 弁護士 徳永 由華

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

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

相続増税時代に今から備える相続税対策

お気軽にご相談ください

税理士 新郷 道明

TEL: 092-735-1222

福岡市中央区舞鶴1-1-10 天神シルバービル7F
税理士 新郷道明 検索

西 健康寿命のアップを!!

愛宕浜校区老人クラブ連合会
会長 麻生 昭雄

愛宕浜校区は、平成元年に立ち上がった町で、新しい住民と漁業の町姪浜の住民とのコラボ的な街並みです。校区内には愛宕浜幼稚園、愛宕浜小学校、姪浜中学校、福岡女子高等学校があり、老若男女が行き交う活気のある校区です。近隣には愛宕神社やマリナタウン海浜公園、また、アウトレットのマリノア

このような住環境に恵まれ、平成9年4月に結成した愛宕浜校区老人クラブ連合会（会員数168名）は、平成8年結成の「愛宕浜マリナ会」と「マリナタウンシニア会」、平成11年結成の「リバーラガーデン・シニアクラブ」、平成14年結成の「虹の会」の4単位クラブで構成し活動しています。



日頃の活動は、屋内ではソフトダーツ大会、介護予防教室、料理教

室等を行い、屋外ではグラウンド・ゴルフ大会（昨年のねんりんピック長崎に会員の石井さんが出場）、ウォーキング大会、校区のウォークラリーへの参加など元気はつらつな活動、談笑をして、健康寿命を延ばす活動を行っています。

校区全体の高齢化率は18%ですが、今後とも会員一同、アクティブなクラブを目指して、楽しみながら健康寿命のアップを目指していきます。

早良 区

私たちのひまわり会

大原校区
原三丁目ひまわり会
会長 須崎 壽生

平成15年にクラブ名を会員の皆さんから募集し「原三丁目ひまわり会」と改名しました。明るくさわやかな会として新しく出発し、皆さん大喜びでした。



月1回の定例会は、第2土曜日の10時から12時で、最初に出欠をとりず。大きな声で右手を高く上げ、大き

定例会では、その月の誕生会を行い、ささやかな記念品を贈り、拍手をします。皆さん笑顔いっぱい嬉しそう

うです。それから議題に入り、月間の行事予定を説明し、童謡を2、3曲歌って会を終了します。

保育園、幼稚園には伝承遊びで訪問し、園児たちと楽しい時間を過ごします。

地域活動では、毎月、公園清掃、町内のゴミ拾い、月3回のあいさつ運動を行っています。通学路10力所で、笑顔で大きな声を出して「行ってらっしゃい」。

また、大原校区を第2の古里として住みやすい、良い所として校区内10力所の通りに名前を付けました。

下校時には「お帰り」の声かけをします。青パトにも乗車。子どもたちが笑顔で手を振ってくれます。

大原校区は最高の街です。交通、買い物、学校、治安も最高です。声かけ、あいさつを忘れず、仲間を一人でも多くつくりましょう。「人が人の心を感じる心が大事です」。

南 区 第40回長住まつりに参加して

長住校区 長住寿一会 会長 武田 文雄



今年の祭りは、40回続く夏の風物詩の節目の年にあたり、また、がんばろう熊本・大分長住まつりと題し、南区を代表する祭りの一つとして開催されました。

今年、福岡市内では博多どんたく以外で初めての運行となる2台の花自動車・ゆるキャラ16体も特別に参加して、たくさんさんの催しも加わり例年以上のにぎわいを見せました。

祭りは、メインの子どもみこし・パレード・舞台での演舞などがあり、また、通りには例年同様、多数の出店が出てたく

猛暑の中のパレードとなりましたが、最後まで全員歩き通して気持ち良い達成感を味わいました。

参加した人々や近隣から訪れた人々には、故郷長住の良い夏の思い出となったことと思います。

祭り終了後、100名体制の夜間パトロールのチームとなり、長住大通りおよびその周辺などを見回りして、1日が終わりました。

地域への貢献もできて、無事に終了できたことに感謝。

皆さんの笑顔、喧噪であふれていました。私たち、長住寿一会も例年どおりパレードに参加しました。紺色の法被を着て、数本の幟旗を立てて通りを歩き、地域の方々に手を振りながら、寿

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

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

曹洞宗 **明光寺**
博多区吉塚3丁目8-52
TEL 092-621-2698
FAX 092-621-2647

浄土真宗 本願寺派
西林寺
納骨堂加入募集
博多区吉塚1丁目25-2
☎092-621-4424

お墓じまい 海洋散骨
株式会社
墓守代行センター
福岡市南区野間1丁目8-14 1F
☎0120-553-593
墓守代行センター 検索

第45回 全国老人クラブ大会

11月9日(水)・10日(木) 富山県富山市において、約1300名が参加し開催されました。

本大会では3部会に分かれ、第1部会では「地域に健康づくり・介護予防活動の輪を広げよう」(新地域支援事業の展開に向けて)、第2部会では「未設置地区にクラブをつくろう」(地域と連携した会員増強運動の展開)について、実践発表等を中心に活動交流を行いました。また、第3部会では、舞台上発表する「演じる活動」として、演劇、合唱、演奏、ダンス、伝統芸能などが発表され、実演発表とともに、普段の活動状況が報告されました。本市老連からも総務部会の部員等5名が参加しました。また、大会では以下の役員や団体が表彰を受けました。



第2部会の様子

◆全老連会長表彰◆

【育成功労者表彰】

山崎 巍 (福岡市老人クラブ連合会監事・南区) 稲吉 順 (前福岡市老人クラブ連合会理事・早良区)

【優良老人クラブ表彰】 第6桜会 (城南区田島校区)

老人クラブの3大運動である「健康・友愛・奉仕」について、グラウンド・ゴルフ、友愛訪問、地域清掃活動など各分野で、地域の各種団体と連携を図りながら、意欲的に活動されるとともに、各種サロンやリーダーづくりのための各種研修会など、独自の事業にも取り組みられ、充実した活動をされている。また、全国的な老人クラブの課題である会員増強運動についても積極的に取り組まれている。

【優良老人クラブ連合会表彰】 内野・曲淵校区老人クラブ連合会 (早良区)

老人クラブ連合会の基本活動を推進しながら、地域に溶け込み、根を下ろした活動を実施している。特に、4月に開催する「チューリップ祭り」については、1年間を通じて、球根の植えつけや土地の耕作などを行い、内野・曲淵校区老連のメンバー10名ほどで、チューリップ祭りの準備を行っている。この祭りはマスコミにも取り上げられ、福岡市内より約2,500名の観客が見学に来ている。



第3部会のステージ

第34回 都道府県・指定都市 老人クラブリーダー中央セミナー

【開催日】平成28年6月2日(木)、3日(金) 【会場】全社協「第3~5会議室」 【参加者】博多区老連 副会長 光安 征男 南区シニア連 副会長 森山 忠明 【テーマ】仲間を増やして地域づくり! 【事例発表】 「会員増強運動」「新地域支援事業」の取り組み・グループ討議

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

【開催日】平成28年7月7日(木)、8日(金) 【会場】福岡県「ヒルトン福岡シーホークホテル」 【参加者】市老連理事等25名

テーマ・研修プログラム

1日目

- ◎基調報告「老人クラブ組織の発展に向けて」 全国老人クラブ連合会 参事 河野 敦子氏
◎事例発表・グループ討議
第1研究部会 「健康づくり・介護予防活動の推進」
第2研究部会 「友愛活動(高齢者相互の支え合い)の推進」
第3研究部会 「会員増強(100万人会員増強運動)の推進」



(第3研究部会) 発表者 西区老連 生田副会長



(開会式) 小川福岡県知事あいさつ

2日目

- ◎講演 テーマ「高齢者お笑い防犯講座 ~高齢消費者被害防止~」 講師 福岡県安全・安心まちづくりアドバイザー 宮田 健二氏
◎全体会 3つの研究部会の事例発表要旨と議論された意見の集約を、各研究部会の司会者から発表されました。



みんなの広場

文芸欄



俳句

人の幸喜ぶゆとり秋の暮

博多区東月隈校区美月会 鈴木三千代

まつさらの日記にしるす元日草

中央区舞鶴校区舞鶴第五松寿会 中村 直代

棕鳥の群にふくらむ駅の前

南区三宅校区宝寿会 堀 好美

初場所や巖力士の勝名乗り

西区志岐南校区志岐南長寿会 船越香代子

短歌

月ごとを地域奉仕に携わる

八十路のわれを誇りと思う
東区青葉校区土井団地第二区明生会 永沼 一成

月二回老人集い話すとき

同じ思いで心のたけを
博多区那珂南校区光丘町光友会 大塚 陽子

情熱の耐えがたかりしこの極み

かかる砂礫の山と果つるか
中央区大名地区天神会 萩原 智代

稲刈りを了えし田圃の根株には

子稲生ひ出ず青田の如く
南区高木校区寿会 上田 絃

吹く風にゆれる芒かせせらぎの

友と遊びし思いは遠く
早良区内野校区楽生会 太田 早苗

川柳

同窓会「好きだったよ」は遅すぎる

東区舞松原校区第三栄寿会 石堂 寛子

この年で友達できたシニア会

南区野多目校区寿会 土川 弘史

ここだけの話が何時か走り出す

早良区四箇田校区四箇本町長寿会 名倉 政義

足の古い三日寝ついて思い知り

西区姪浜校区新寿会 片山 悦子

※ 投稿は各区老人クラブ連合会へお願いします。

第 46 回 福岡市高齢者美術展審査員講評



12 ページに掲載している「福岡市高齢者美術展」審査員の講評をご紹介します。

美術展ギャラリートーク
(洋画) 尾花剛先生

【洋画】 尾花剛先生

「上位入賞の作品は、いずれも良くできており、順位をつけるのに苦慮しました。その中で、前田美彦さんの『裸婦』が、力強いタッチと迫力ある表現で一歩抜け出しており、最高の市長賞に推挙しました。」

【工芸】 松尾まさこ先生

「局長賞『地藏菩薩半跏像』は、繊細な彫りと品の良さが評価されました。金賞の上野さんは、最高年齢 99 歳とは思えない美しい編み目に脱帽です。銀賞の荒木さんのみずみずしい表現力もお見事。来年は陶芸や染色の増加を期待します。」

【日本画】 榊孝陽先生

「本年度、最も優れた作品に、碓貢さんの『しゃくなげ』が選ばれ、市老連会長賞を受賞しました。モデルの特徴を的確にとらえ、うまく画面にまとめています。また、岩絵具の駆使技法にも優れ、特に、難しい花びらの表現は素晴らしい出来です。」

【書】 池末礼禧先生

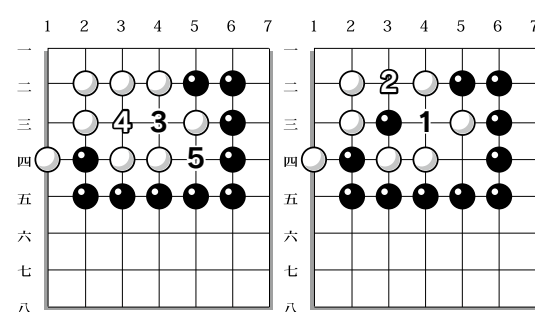
「今回は、漢字が主で、内容もバラエティーに富んだ作品でした。多字数から小字数と見応え十分といえるでしょう。かなと調和体は巻物に仕上げられ書きなれた秀作でした。特別賞の竹田晴江さんの三十六歌仙は4冊の卷子、年齢を感じさせない力強い作品です。」

【写真】 西園禮三先生

「今年の写真作品は全紙が多くなり、80 歳代の出品が一番多く頼もしい限りです。会長賞の作品は、海底に沈む錨の一部が鮮やかなオレンジ色で、魚ビスカスが4匹並んで写っている印象的な作品です。」

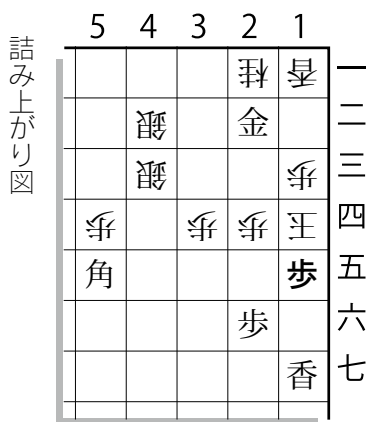
以上が審査員の講評です。洋画は大型の作品が増え、見応えのある美術展となりました。

詰碁解答



「2目にして捨てる手筋」
黒1で白死に導くことができます。

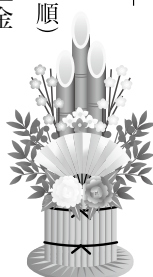
詰将棋の解答



- (○印内の数字は手順)
- ① 2四桂
 - ② 同歩
 - ③ 2二金
 - ④ 同玉
 - ⑤ 3二桂成
 - ⑥ 同玉
 - ⑦ 2三角
 - ⑧ 同玉
 - ⑨ 2二金
 - ⑩ 1四玉
 - ⑪ 1五歩まで

解説

初手 2 四桂で、角の打ち場所を作り、2 二金と玉を 5 五角筋に引き出して、3 二桂成とします。玉を 4 一方面へ逃さないように 2 三角と打ちます。同玉に 2 二金、1 四玉に 1 五歩で詰み上がりです。



感性光る1222点が一堂に



市保健福祉局長賞 工芸
瀧本 博文 (南区)
地藏菩薩半跏像



福岡市長賞 洋画
前田 美彦 (西区)
裸 婦



市老連会長賞 日本画
碓 貢 (南区)
しゃくなげ

特別賞5部門



市老連会長賞 書
竹田 晴江 (中央区)
三十六歌仙



市老連会長賞 写真
吉田 千恵子 (博多区)
錨にたわむれるビスカス

「高齢者美術展」は高齢者の生きがい高め、文化活動を豊かにすることを目的に毎年開催しています。10月20日(木)から10月25日(火)の6日

間、福岡アジア美術館の交流ギャラリーで開催。会場には洋画34点、日本画14点、書19点、写真38点、工芸17点の合計1222点の作品が展示され、会期中800名を超える方々が来場されました。

美術展最終日の10月25日(火)に表彰式を行い、市長賞、市保健福祉局長賞、市老連会長賞の特別賞をはじめ、入賞者、男女の最

年齢を感じさせない作品の数々に、来場者からは感動しましたといった声をもらったり、好評のうちに美術展は終了しました。

	賞・部門	氏 名	作 品 名
特別賞	福岡市長賞 洋画	前田 美彦 (西区)	裸 婦
	市保健福祉局長賞 工芸	瀧本 博文 (南区)	地藏菩薩半跏像
	市老連会長賞 日本画	碓 貢 (南区)	しゃくなげ
	市老連会長賞 書	竹田 晴江 (中央区)	三十六歌仙
	市老連会長賞 写真	吉田 千恵子 (博多区)	錨にたわむれるビスカス
金賞	洋画	今村 年香 (中央区)	スペインの思い出
	日本画	吉田 英明 (東区)	五家荘
	書	平川 フジ子 (早良区)	紀
	写真	園田 晃 (東区)	秋の剣岳
	工芸	上野 サダ子 (西区)	白寿の健康法
最高年齢者賞	男性 (工芸)	竹原 滋 (中央区) 93歳	干支木目込み人形
	女性 (工芸)	上野 サダ子 (西区) 99歳	白寿の健康法

編集後記

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。今回は、福岡県警の“二七電話詐欺クイズ”を掲載しました。ご自身で詐欺の手口を考えてみる事が大切です。卑劣な詐欺犯にだまされないようにしましょう。今後とも、皆様のご支援をよろしくお願い致します。

広告協賛へのお礼

この度は、福岡市老連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・教養を高めるとともに、皆様の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。

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

福岡市地下鉄

ちかパス 65

料金 6,000円/月
対象 65歳以上の方

お問い合わせ
お客様サービスセンター (各種案内)
092-734-7800 (8:00~20:00 年中無休)

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・消化器内科・肝臓内科・糖尿病内科・腎臓内科
神経内科・循環器内科・感染症内科・外科・消化器外科・肝臓外科・血管外科・整形外科・脳神経外科・眼科
麻酔科・放射線科・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

ショートステイ
さかいの樹

訪問リハビリテーション **6月OPEN**

南区内新町1-14-12
野多目インター横 (092) 554-5577

公益財団法人福岡県結核予防会
福岡結核予防センター

- ◆ 各種ワクチン (海外渡航用ワクチン等)
- ◆ 海外留学診断書
- ◆ 胸部疾患一般 (マルチスライスCT デジタルX線装置完備)
- ◆ 人間ドック、婦人科健診 他

福岡市中央区大名2-4-7
TEL 761-2544 (代) FAX 761-5467

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。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
- 高取薬局 (サニー高取店そば)
福岡市早良区高取 1-3-20 ファインガーデン高取1F
Tel:092-852-7201 フリー-Fax:0120-72-7013

東証1部上場、全国552店舗
47都道府県にチェーン展開
(2016年11月現在)

全国の医療機関の
処方せんを
受け付けています。

ジェネリック薬の
ご情報は **日本調剤**

各種クレジットカードご利用可
JCB、VISA、MasterCard

福岡市福岡市中央区天神 1-6-8
天神122ビル4階
TEL:092-715-4061 (代表)
<http://www.nicho.co.jp>