

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>



高島市長・荒瀬副市長を表敬訪問

6月21日(水)に岡田会長、佐藤・木内副会長並びに各区会長で高島市長を表敬訪問しました。

荒瀬副市長にも同席いただき、岡田会長から福祉バスの負担軽減を図っていただいたお礼を申し上げます。

高島市長からは「老人クラブの

皆様には、日ごろから地域に根付いた活動で、ご尽力いただき大変感謝しております。これからも健康に留意され、支える福祉の一翼を担っていただくようお願いします。福祉バスの活用で外出の機会を増やし、仲間づくりの輪を広げてください」とのお言葉をいただきました。

福祉バスを活用しましょう

今年度から利用者負担額が軽減されました



第44回 通常総会

第44回通常総会を平成29年5月23日（火）に福岡市民会館で開催しました。来賓として荒瀬副市長と永渕保健福祉局長をお迎えし、

式典では老人クラブ育成功
労者61名と優良単位老人ク
ラブ27クラブ、地域活動賞
9団体を表彰。続いて、副
市長から「高齢者が元気に
輝く社会づくりの牽引役と
なって活躍してほしい」等、
高島市長の祝辞を代読され
ました。引き続き議案審議
に入り「平成28年度事業報
告・収支決算」「役員の選
任」について審議を行いま
した。会場から①収支計算
書と正味財産計算書の収支
差額について②予算と決算
差額について質問があり、
説明の後、いずれの議案も
承認されました。続いて「平
成29年度事業計画・収支予
算」の報告を行い、通常総
会を終了しました。

第44回通常総会において市老連会長に選任された岡田でしゅうお。

二期目を迎えるにあたり、一言ご挨拶申し上げます。

福岡市では昨年、保健福祉総合計画を新たに策定されました。10年後のあるべき姿として「支えられる側から支え

る側へ」と題し、①生涯現役社会を目指して健康寿命の延伸に取り組み、高齢になっても地域で活躍すること。②地域のみんなが互いに助け合うこと。③支援が必要な誰もが安心して暮らせる社会づくりを進めること。と掲げてあります。



二期目、就任の挨拶

公益社団法人
福岡市老人クラブ連合会

会長
岡田
光生

第44回通常総会において市

いじやうに書かぬ。

言ひ掛挨拶申し上げます。

福岡市では昨年、保健福祉

した。10年後のあるべき姿と

して「支えられる側から支え

我々の老人クラブは、地域に活動基盤を置く唯一の高齢者の組織です。仲間づくりや友愛訪問による相互支え合い活動を実践している老人クラブの存在意義は、ますます大きくなっています。

連・校区老連が一丸となつて、各々の単位クラブ同士の連携と、地域自治会のご協力を仰ぎながら、是非とも「単位老人クラブを消滅させない」ようお願いいたします。

引き続き、市老連会長職の重

ブ連合会は、「健康」「友愛」「奉仕」の基本活動を重点的に取り組む必要があります。

個々の単位クラブでは、役員の後継者不足や会員の減少など、大きな課題を抱えておりますが、ここは一つ、区老

誠心誠意頑張つてまいりますので、会員の皆様の一層のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、皆様方のますますのご健勝とご活躍を祈念申し上げます。

紙面のご案内

- | | |
|-------------------------|------|
| 🍷 平成29年度事業計画・予算のあらまし | 2 |
| 🍷 平成29年度主要行事・役員紹介 | 3 |
| 🍷 100号記念（福岡市老連第1号） | 4 |
| 🍷 新規加入クラブ紹介、詰碁・詰将棋問題、解答 | 5・11 |
| 🍷 消費生活センター啓発記事 | 6 |
| 🍷 高齢者向けレシピ・交通安全（福岡県警察） | 7 |

- | | |
|-----------------------|-----------|
| 🍷 特集「七区の投稿」 | 8・9 |
| 🍷 指定旅館・日帰り温泉施設のご利用を！ | 10 |
| 🍷 第47回福岡市高齢者美術展 作品募集 | 11 |
| 🍷 第55回高齢者保健福祉大会 観覧者募集 | 11 |
| 🍷 文芸欄「みんなの広場」、訃報 | 12 |

平成29年度 予算のあらまし		
(平成29年4月1日～平成30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	24	
特定資産運用益	2	
会費	1,656	828クラブ × 2,000円
収益事業等	3,684	指定旅館指定料、広告料
福岡市補助金	73,633	
社協補助金	3,100	友愛訪問事業補助
共同募金助成金	810	広報紙発行助成
雑収入	555	傷害保険広告料、会員章抛金等
合 計	83,464	

■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)	1,132	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	1,290	市・区大会経費
農園事業	1,318	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	9,237	
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	6,294	801班の活動費、管理費
小 計	6,322	
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	1,693	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	3,257	7区老連の運営費
広報費(広報紙発行)	891	年2回広報紙を発行
小 計	5,841	
公益事業 計	21,400	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	573	指定旅館冊子印刷等
法人会計		
会議費	1,702	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2件
計	2,218	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	60,049	
支出合計	84,240	

※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
※② 収支差額は、特定資産取り崩しで賄います

平成29年度 事業計画

【運営方針】

全国的に老人クラブ数・会員数が減少する中、市老連では全老連が定めた平成26年度から向こう5カ年間の運動方針「老人クラブ『100万人会員増強運動』」を踏まえ、本年度も引き続き同運動の4年目として、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(あきた大会)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 高齢者ソフトタートル大会の開催
④ 高齢者健康スポーツ大会
(ウォーキング・ダンス等)の開催
⑤ 全国健康福祉祭(あきた大会)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(継続)
○ 1クラブあたり会員3人純増入会の促進(継続)
⑤ 広報紙「ふくふくクラブ福岡」の発行・ホームページでの情報発信
⑥ 会員厚生福利事業等の推進

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



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

福岡歯科大学
医科歯科総合病院

歯科・内科・外科 他

医科の診療科も充実しています。

TEL.092-801-0411 (代表)

福岡市早良区田村2-15-1
http://www.fdcnet.ac.jp/hos

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29年度 主要行事

役 職	氏 名	選任区老連・充職
会 長・理 事 総務部会部会長	岡田 光生	西区老連会長
副会長・理 事 広報部会部会長	佐藤 光	中央区老連会長
副会長・理事 女性部会部会長、健康部会	木内 潤子	中央区老連副会長
理 事・健康部会	三宅 弘行	東区ねんりん連会長
* 理 事・広報部会	稲吉 豊秋	東区ねんりん連副会長
* 理 事・女性部会	八尋 和江	東区ねんりん連副会長
理 事・伝承社会奉仕部会部会長	野上 義治	博多区老連会長
* 理 事・健康部会	吉川 鐵義	博多区老連副会長
理 事・女性部会	阿部 悦子	博多区老連副会長
理 事・体育部会副部会長	柴田 宏	中央区老連副会長
理 事・教養文化部会部会長	西村 大戸志	南区シニア連会長
理 事・教養文化部会	森山 忠明	南区シニア連副会長
理 事・女性部会	久光 春枝	南区シニア連副会長
理 事・健康部会長	山本 巖	城南区シニア連会長
理 事・伝承社会奉仕部会副部会長	金子 琢一郎	城南区シニア連副会長
理 事・女性部会	高橋 雅子	城南区シニア連副会長
理 事・体育部会部会長	矢島 武利	早良区老連会長
理 事・教養文化部会副部会長	宮成 鏡二	早良区老連副会長
理 事 女性部会	長 ハル	早良区老連副会長
* 理 事・健康部会副部会長	吉田 一郎	西区老連副会長
理 事・女性部会副部会長	大森 節子	西区老連副会長
* 理 事	吉村 展子	福岡市社会福祉協議会常務理事
* 理 事	高木 三郎	福岡市保健福祉局 高齢社会部長
常務理事	下條 正彦	福岡市老人クラブ連合会 常務理事
* 監 事	稲益 満	博多区老連監事
* 監 事	大野 晴言	城南区老連監事

*は新任役員 ○任 期 平成29年5月23日～平成31年度総会まで

月 日		行 事 名	摘 要	
4月	19日(水)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
5月	23日(火)	第44回通常総会 理事会	役員・会員 理事・監事	福岡市民会館
	26日(金)	全老連女性代表者会議	女性部長	東京都
6月	16日(金)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
	19日(月)～20日(火)	全老連評議員会	会長・事務局長	東京都
7月	6日(木)～7日(金)	九州ブロック老人クラブリーダー研修会	理事・監事	佐賀県
	26日(水)	第46回高齢者囲碁・将棋大会	区代表	ふくふくプラザ
8月	8日(火)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
	8日(火)～9日(水)	全老連中央セミナー	指定区代表	東京都
	9日(水)	健康づくりリーダー研修会	会員	ふくふくプラザ
9月	1日(金)	第55回高齢者保健福祉大会	市民	福岡市民会館
	8日(金)～12日(火)	ねんりんピック秋田2017	福岡市選手団	秋田県
	20日(水)	全国一斉「社会奉仕の日」	会員	
10月	5日(木)予備6日	第39回高齢者ゲートボール大会	区代表者	山王公園
	18日(水)～19日(木)	第46回全国老人クラブ大会	部会員	京都
	26日(木)～31日(火)	第47回高齢者美術展	市民	アジア美術館
11月	7日(火)予備8日	第16回高齢者グラウンド・ゴルフ大会	区代表者	舞鶴公園
	16日(木)～17日(金)	第29回全老連女性リーダーセミナー	女性部長・区代表	東京都
	22日(水)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
12月	4日(月)～5日(火)	全老連県・指定都市会長会議	会長	東京都
	13日(水)	女性部会研修会	単位女性 リーダー	プラザホール
1月	18日(木)	老人クラブリーダー養成研修会	会員	ふくふくプラザ
	31日(水)～ 2月1日(木)	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
2月	1日(木)	第7回高齢者ソフトダーツ大会	区代表	九電体育館
	15日(木)～16日(金)	九州各県・指定都市老連連絡協議会	会長・事務局長	鹿児島県
	19日(月)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ
3月	15日(木)～16日(金)	全老連評議員会	会長・事務局長	東京都
	19日(月)	理事会	理事・監事	ふくふくプラザ

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 

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

南区大楠2-8-29
メディカルシティ平尾2F

092-534-6590

福岡逋信病院

● 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



大橋

医療法人 光竹会

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・水曜木曜は午後6:00まで

福岡市南区大橋1-9-16 **☎511-5219**

すべての病院、医院の
処方せんを受け付けます

さわやか薬局

博多区那珂3丁目12-19
☎092-411-0009

やすらぎ薬局

博多区西春町1-1-30
☎092-513-6277

認知症疾患デイケア施設「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>

シティ薬局

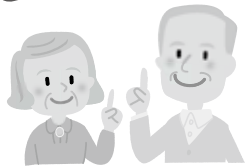
長住団地自治会（1300 世帯）内のシニアクラブとして発足しました。団地は一つ（長住・西長住2校区）がテーマです。UR都市機構からラウンジルームの提供を受けています。

ラウンジで毎週火・金「小さな喫茶室」を開催。長住小・西長住小の朝の交通誘導を毎朝実施。他に夜のおやじパトロール隊、花壇の手入れ、健康広場（講師が講演）、ふれあいサロン、バスハイクの実施など活発に活動しています。

南区 長住校区
長住団地シニアクラブ



新規加入クラブ
紹介



新規に加入された 12 クラブをご紹介します。会員数は、31 名から 60 名までのクラブです。

新規加入クラブの中から、各区 1 クラブずつ「設立の動機」や「力を入れている事」などをお尋ねしました。

博多区 奈良屋地区
明友会

明友会は設立後約 50 年の歴史がありましたが、一旦解散していたもので、リバレーンの再開発から 19 年目となる本年、老人クラブ活動を再開することとしました。

ビルが多い街なので地域の絆を大切に、防犯パトロールや鏡天満宮の清掃奉仕、親睦交流会などを行っています。

今後は会員を増やすことを目標とし、街中においても自治の精神を忘れず、地域に根差した会の運営を行っています。



域に根差した会の運営を行っています。

東区 若宮校区
若宮万両会



諸々の活動を通じて地域での交流を深め、これから

の老後を豊かなものにして明るく健やかに過ごしたいという思いで、平成 9 年に設立しました。平成 28 年 3 月に若宮校区老人クラブ連合会の 6 単位クラブが東区ねりんクラブ連合会を脱会し、当クラブも脱会していましたが、区とのつながりの必要性を感じ、同年 12 月に当クラブのみ再入会しました。（会員 34 名）

会の活動は①健康維持・増進活動②ボランティア活動③スクールガード④防犯パトロール⑤公園清掃活動⑥親睦行事です。今後、会員増強にも力を入れていきます。

西区 姪北校区
ほくほく会

福岡市老人クラブ連合会運営基準に則り、昨年 10 月に同時に発足した姪浜北住宅団地の茶ちゃちゃクラブとともに、姪北校区第 1 号の校区自治協議会傘下のシニアクラブです。クラブ名は、姪北の「ほく」をとり、「ほくほく」のあつたかいイメージを表しています。

例会では自治協日より「めいほく」に開催日時、内容等をお知らせして会員でない方のオープン参加も



歓迎し、顔が見える、地域に開かれた会を目指しています。

新規加入老人クラブ

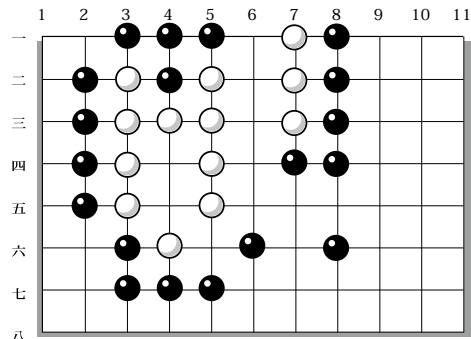
区 名	地区名	単位老人クラブ名	会長名	会員数	入会申込日
東 区	照 葉	照葉シニアクラブ	本田 収	48	H28. 7. 1
東 区	若 宮	若宮万両会	木場 豊文	37	H28. 12. 1
東 区	香 椎	浜男クラブ	橋口 秀晴	34	H29. 4. 1
博多区	東吉塚	東吉塚老人クラブ	稲益 満	31	H28. 6. 1
博多区	冷 泉	冷泉老人クラブ連合会いづみ会	本永加代子	46	H29. 4. 1
博多区	奈良屋	奈良屋老人クラブ連合会明友会	樋口 葛尚	34	H29. 4. 1
博多区	春 住	春住第十四長生クラブ	麻生キミ子	50	H29. 4. 1
博多区	東 光	東光なかよしクラブ	古橋 良夫	43	H29. 4. 1
博多区	那珂南	銀寿会	笹野 福好	37	H29. 4. 1
南 区	長 住	長住団地シニアクラブ	松尾 清	60	H28. 9. 1
西 区	姪 北	ほくほく会	大堂 真圓	39	H28. 10. 1
西 区	姪 北	茶ちゃちゃクラブ	田中 準二	35	H28. 10. 5

※平成 28 年 6 月～平成 29 年 6 月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

詰碁問題

出題者 大和 一智

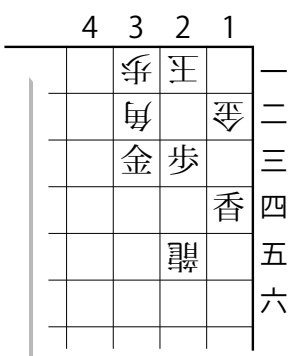
〔黒先〕
白をトルには
どう打てばよいでしょうか。



詰将棋問題

出題者 小宮 信行

持駒 桂 香（5 手詰）



金の守備力を無力化する。
初心者向きです。

解答は 11 ページ

ご注意

架空請求

未納料金があり訴訟を提起すると書かれた、架空請求はがきが届いたという相談が多く寄せられています。今回は手口の特徴について紹介します。

福岡市
消費生活センター

総合消費料金未納分訴訟最終通知書

訴訟番号 そ 355

この度御通知致しましたのは、貴方の未納されました総合消費料金について契約会社、ないしは運営会社から民事訴訟として訴状の提出をされました事を御通知致します。以降、下記に設けられた**裁判取り下げ最終期日**を経て訴訟を開始させていただきます。このまま御連絡なき場合には、原告側の主張が全面的に受理され**裁判後の処置**として**給与の差し押さえ及び動産物、不動産物の差し押さえ**を執行官の立会いのもと強制的に履行させていただきますので裁判所執行官による「執行証書」の交付を承諾して頂くようお願いすると同時に債権譲渡証明書を一通送付させていただきますので、ご了承ください。

民事訴訟及び、**裁判取り下げ等の御相談**に関しましては当局にて受け賜わっておりますので職員までお問合わせ下さい。尚、書面での通達となりますので、**プライバシー保護の為、必ず御本人様から**御連絡頂きますようお願い申し上げます。以上を持ちまして、最終通達とさせていただきます。

裁判取り下げ最終期日 平成 29 年 3 月 30 日

民事訴訟管理センター

〒 102-8688

東京都千代田区九段南 1-5-1

消費者相談窓口 03-6271-3691

受付時間 9:00 ~ 20:00

架空請求はがきの例
(消費者庁 HP より)

01 総合消費料金未納？

「もしかしたら未納があったかも？」と思わせるような名称を使い消費者を惑わせます。

02 裁判・訴訟・最終期日

「裁判」などの言葉を使い「訴訟になったら困る」という不安をあおります。また、時間的余裕を与えないことで消費者を焦らせます。

03 連絡を求めてくる

悪質業者の狙いはあなたの個人情報入手することです。連絡をさせようと働きかけてきます。

04 差し押さえ・強制執行

差し押さえ・強制執行などの言葉を使い「連絡しなければ大変なことになるのでは？」と思わせます。

05 取り下げ等のご相談

不安になった消費者に救済方法があるかのように思わせ、連絡させるように誘導します。

06 プライバシー保護・必ず御本人から

プライバシー保護など、もっともらしい理由を付け本人から連絡させ、周りに相談させないようにします。

07 民事訴訟管理センター？

公的機関であるかのような名称を使い、正式な請求であるかのように思わせます。

- 心あたりのない架空請求はがきは無視してください！ -

自分から相手業者に連絡しない

業者へ連絡すると、氏名や電話番号などの個人情報を知らせることになります。絶対に連絡をしないでください。

慌ててお金を支払わない

一度お金を支払ってしまうと、さらに請求されるなど、悪質業者の標的になりかねません。身に覚えのない請求は無視してください。

※困ったことがあれば消費生活センター相談コーナー ☎ 092-781-0999 へご相談ください

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

医療法人 光川会
福岡脳神経外科病院

脳神経外科に特化した専門医療機関として、最適・最良の治療を提供いたします。

24時間×365日 救急診療体制

南区日佐5丁目3番15号
TEL:092-558-0081

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

西日本自動車株式会社

シニアライフの強い味方！
介護ができるタクシーです。

安心 安全 快適

在宅介護サービス
身体介護・生活援助等
通院介護サービス

お客様の身体状況に応じた各車両をご用意しております。

中央区那の津5丁目4番3号
ご用命・お問い合わせは
☎ 092-761-7160 (9時～18時まで)
※時間外受付センター: 092-761-5678

デイサービス
紀水苑福岡南

・昼食はバイキング！
・半日の利用もOK！

無料体験実施中！！

☎ 092-555-8114
お気軽にお問い合わせ下さい(担当:馬渡)

【入居者募集中】
サービス付き高齢者向け住宅 紀水苑福岡南
お問い合わせ ☎ 0120-062-620

思い出あんしん
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。

セイコ世研 TEL.092-715-0003

お盆特選レース 8/10・15

8/11 田中美奈子 トークショー
8/12 ルー大柴 トークショー

時間 10時/12:45時～20時/14:15時 場所 芝生広場特設ステージ

福岡市中央区那の津1-7-5
TEL 092-771-6061
※来成年者だけの入場はできません。 電話投票コード:22#

BOAT RACE 福岡

高齢者向け
レシピ

暑さに負けず、元気に季節を楽しみましょう！

たっぷり夏野菜のキーマカレー



暑くなると疲れやだるさから食欲が減り、そうめんだけ、パンだけなど単品もので済ましがちに。このような食事が続くと体に必要な栄養素も不足気味になり、さらに疲れやすくなるという悪循環を招きます。

元気に夏を乗り切るには、早寝・早起きを習慣に、朝ごはんを欠かさずに、

また多様な食品を組み合わせることで主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事を心がけましょう。

ひき肉のカレーという意味の「キーマカレー」は、一皿で主食・主菜・副菜のそろった簡単料理。カレー粉などの食欲をそそる香辛料を利用して、元気に夏を乗り切りましょう！

1 人分材料

・ご飯	180g	・玉ねぎ	40g
・豚ひき肉	50g	・かぼちゃ	20g
・おろしにんにく	小さじ半分	・ピーマン	20g
・おろししょうが	小さじ半分	・茹で枝豆	20g
・サラダ油	小さじ半分	・茹でとうもろこし	10g
・にんじん	20g	・トマト	50g

調味料

・カレー粉	小さじ 1
・ケチャップ	大さじ 1
・ウスターソース	小さじ 1
・コンソメ	小さじ半分

栄養価

・エネルギー	561kcal
・たんぱく質	19.0g
・脂質	11.9g
・食塩相当量	1.5g

(ご飯 180g の場合)

作り方

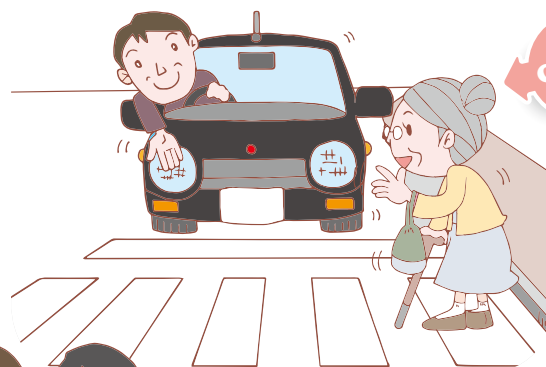
1. にんじん、玉ねぎは皮をむき粗目のみじん切り、かぼちゃは皮と種を除き 1cm のさいの目に切る。ピーマンはへたと種を除き 1cm ほどの角切りに、トマトは 1cm ほどのさいの目に切る。

2. フライパンを中火で熱しサラダ油を入れ、にんにく、しょうが、ひき肉を加え炒める。
3. にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、ピーマンの順に加え弱火で炒める。
4. 枝豆、とうもろこし、トマト、調味料を加え全体に火が通ったら出来上がり。

歩行者の交通安全

近年、高齢歩行者の道路横断中の交通事故が多発しており、特に夕暮れ時や夜間に事故に遭うケースが目立っています。

大切な自分の命を守るために、どのようなことに気を付けるべきでしょうか。



GOOD!

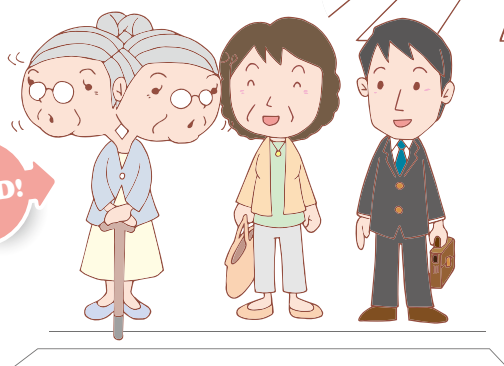
青信号でも…

右折や左折をする車や周囲の車の動きをよく確認していると事故に巻き込まれにくくなります。

道路を横断するとき…

横断歩道が近くにある場合は横断歩道を必ず渡るようにし、一度止まって左右を確認するとより安全に渡れます。

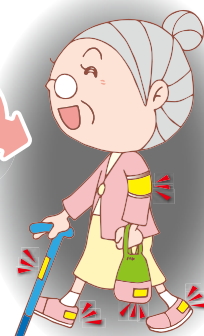
GOOD!



夕方や夜間出かけるときに…

反射材を活用したり、明るい色の服を着れば、ドライバーからもあなたがよく見え、事故を防げます。

GOOD!



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

笑顔と笑顔で楽しい一日
幸せ家族がそろったら
今日もどこかで
やっぱりウエスト

ウエスト

株式会社ウエスト本部 〒812-0887 福岡市博多区三ツ1丁目5番8号 TEL(092)582-3911 FAX(092)574-0699

みなと温泉 波葉の湯

●入浴(タオル別)
大人(中学生以上) 平日800円 土日祝 850円
子供(3歳以上) 全日450円

毎週月曜日 シルバー-day
60歳以上の方→入浴600円
※祝日を除く。
年齢を確認できるものをご提示下さい。

博多区築港本町13-1(ベイサイドプレイス博多内)
TEL:092-271-4126 FAX:092-271-4128

サービス付き 高齢者向け住宅 **あすなろ**

・広々2LDK/60㎡
・月額料金 98,000円
家賃、共益費
生活支援サービス費込
税別
入居者募集中!

一般社団法人 まごころ福祉会
福岡市福岡駅東1-3-5
お問い合わせ(担当:渡辺・福田) 0940-43-5115

アークツル美容室

アルマダスタイル取り扱い

博多区浦田1-10-6
TEL:092-558-4616

(財)日本医療機能評価機構認定病院

医療法人 同信会
福岡整形外科病院
FUKUOKA ORTHOPAEDIC HOSPITAL
院長 吉本 隆昌

南区柳河内2丁目10-50
☎512-1581

七区の投稿

東区

「今日行く」と「今日用」

馬出校区
第二寿栄会 片岡 直毅

老人にも「教育」と「教養」が大切であるとの話を聞きました。意味は「今日行く」所がある。「今日用」があるとのこと、なるほどと納得しました。現在、老人ホームで単身入居の生活を送っていますが、4 年位前から地区の方々と交流をと思い、最初にカラオケ同好会に入会し、週 1 回楽しんでいました。その後、グラウンド・ゴルフのお誘いを受け、また、ねんりんクラブにも入会いたしました。週 1 回のゴルフの練習は、和気あいあい楽しくプレーしております。スコア



「いだし校区夏祭り」主催 馬出校区第二寿栄会
事等で多忙な日々を送っていますが「今日行く」と「今日用」のモットーで先輩方の指導を受け、充実した老後を送りたいと思います。

博多区

それぞれの道

板付校区
板付七丁目長寿会
会長 鈴木 志郎

私は、博多で生まれ育ちました。来年は、傘寿を迎えます。今、改めて考えますと、若いころからスポーツが好きでした。早朝リーグ・ナイターリーグに明け暮れ、休日は子ども会に携わっていました。板付校区へは昭和 49 年に引っ越してきて、現

在に至るまで校区の役員に携わっています。

板付七丁目長寿会は、昭和 53 年に設立されています。その頃は板付校区・板付北校区等七町内会併せて発足されたそうです。

私どもの長寿会も、設立後 40 年を迎えようとしています。その節目に優良老人クラブの表彰を頂くことができました。先輩方のおかげだと皆で喜んでおります。毎月 1 回行っている料理教室での会食雑談・カラオケも和気あいあい

南区

新米会長 奮闘記

大池校区
寺塚みどり会
会長 奥 正継

寺塚みどり会は、昭和 48 年に結成された非常に歴史のあるシニアクラブ



であり、大池校区の単位クラブの中でも最も会員数が多いクラブであります。そのクラブの会長職に私が就任したのは 3 年前で、前会長の転居に伴う非常事態によるものです。当時の私は、まだ、現役で仕事をしてお

り会員としての活動も熱心ではなく、ただ会員の中では若年者という事で、皆様のお役に立てるのではと会長に推挙されました。

就任以来、幹事の皆様や会員の皆様に助けられるとともに、老人クラブリーダー研修会への参加や校区の他単位クラブの会長さん方との積極的交流を図ることにより、会長としてのモチベーションを高め、何とか会の運営を行う事ができ、あつという間の 3 年間で、今度はますます高齢化が進むなかで、いかにクラブの目的である会員の健康増進、福祉、親睦融和を図るための取り組みを推進していくかであります。そのためには、民生委員の皆さんとの連携、公民館活動への積極的参加、世代間の交流促進、さらには校区シニアクラブ連合会活動への積極的参加の促進など、会員の皆様の生き生きとした生活に寄与できればと思っています。



笑顔です。月 3 回のダンスの練習では、7 名ほどで楽しいひと時を過ごしています。

年 1 回は福祉バスで日帰りバスハイク。他にもペタンクの交流、校区歩こう会などを実施しています。が、年々出席者が少なくなってきました。私自身も子どもたちの登校見守りを 10 年させていたいております。子どもたちに元気をもたせています。今後の長寿会は「向こう三軒両隣で声掛けを」を合言葉に、明るく笑いのある板付七丁目長寿会を目標に頑張っ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)

中央区荒戸一丁目1番8号エバーライフ大濠公園駅前301号室
(地下鉄大濠公園駅1番出口すぐ)
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

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
TEL 716-0380

(株)ニチコミより お知らせ

「いきいきシニア活動紹介」
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 紙と天神ビル7F
営業時間 午前9:00～午後5:30/日祝休み

不動産の相続・贈与・評価の
ご相談は!

綾部不動産鑑定株式会社

博多区博多駅東1-12-5 博多大島ビル905
TEL 092-292-6461

中央区

芋教室

福浜校区 福浜第一福寿会
会長 西山 キヌ子

私たちが行う芋教室は、高齢者の知識と経験を生かして、社会に貢献するため、多様な社会活動を行うこと、高齢者自身がその活動を通じて、健康で明るく楽しく希望のある長寿社会、地域に貢献することを目的としている。

20 数年前より福浜小学校において、1 年生の芋教

室と題し、雑草を取って畝床を作り、から芋苗を植え付けている。

子どもたちを指導しながら、大きくおいしい芋になるよう、植物の生命の成長を祈りながら行う。夏休みには雑草を取り、雨の少ない年には水をやり、秋には収穫をし、芋料理を調理室で作作り、子どもたち、先生とともに、全



この作業を仕上げている。この教室をはじめ、地域の保育園、幼稚園で伝承遊びを行っている。子どもたちの最も生きがいのある時だ。遠くにいる孫を想い、おじいさん、おばあさんと尊敬され、慕われ、健康で明るく希望に満ちて、生涯学習の努力をしている。数年ぶりの図書館通い、地域の子ども!! 地域の孫!! に感謝しています。

早良区

友友作戦で

会員増強運動

高取千寿連合会

会長 沢野 俊弥

全国老人クラブ連合会で 100 万人会員増強運動が平成 26 年度から始まりまし

に 2 万円の賞金を出して全国で優秀賞に表彰されたことを話し、私たちは賞金ではなく賞品を出すということにしました。

の年 4 回行っているバス旅行です。初詣をはじめとし、今年の 7 月には鳴門市の大塚美術館行きを決めています。これらのバス旅行にお友達を誘ってもらった方が多いです。その中で一番会員を増やされた方は、西千寿会の高木さんで 17 名の成果を上げられました。具体的に旅行先を決めて誘ってもらったのが良かったと思っています。

そこで例会で役員 21 名が作戦会議を開き、他都市研修で天草市が増員目標に達したクラブ



また、単位クラブの誰が誰を募集したか分かる表を作り、例会に出席した役員に募集状況が分かるようにしました。勧誘方法で一番活用している

このようにして 40 名加入、22 名退会で純増 18 名。早良区で西千寿会が一番になり、総会で表彰されました。千寿連合会が一丸となって運動した成果だと思います。

城南区

豊寿クラブの活動

樋井川 4 丁目豊寿クラブ
会長 戸高 輝美



46 名の会員のお楽しみ会は、7 月 7 日の七夕祭りと 12 月のクリスマスの年 2 回です。豊寿クラブ会員の手打ちそばの実演と食事会で会

親睦を図る目的で開催しており、好評をいただいている。会員 46 名のため、みんなで楽しい会にしたいと準備中です。

9 月の敬老の日は、食事会と歌と踊りで大いに盛り上がりです。特に、最後の出し物、男性陣有志による



り、昨年は、白鳥の湖の踊りを披露しました。大好評で、皆様、爆笑の渦です。一昨年は、NHK 大河ドラマの黒田官兵衛の寸劇と毎年演目を決めて大熱演です。

西区

美人教授二人に教養講座を依頼

周船寺校区老人クラブ連合会
会長 山田 芳久



つける衣装の面白さに大いに盛り上がりました。

9 月には健康講座を開催しました。講師には、西九州大学教授で医学博士の庄野菜穂子先生に依頼しました。この先生も若いころから美人としてとても有名な方です。講座の内容は口コミタイプシンドームについて話をしていた

私たち周船寺校区の老人クラブ連合会も他校区の老人クラブ同様、グラウンド・ゴルフの試合の練習をしたり、大会の試合に出て一喜一憂したりしています。また、校区全体で直方

は、カラオケの舞台で身に着きました。

満足してよかったと思いました。

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



2017年 金婚夫婦表彰式
結婚50周年を迎えられる金婚ご夫婦を祝福し、表彰します。式典を開き、記念品や当日撮影する写真などをお贈りします。

参加者募集
参加無料
ご家族の参加もできます。

お問い合わせ・申し込み
西日本新聞金婚夫婦表彰式事務局 9月～金(祝日除く) 午前10時～午後5時
☎092-711-5620
西日本新聞 金婚 検索

会場	開催日	開式
1 伊都文化会館	9月24日(日)	午後1時
2 久留米シティプラザ	10月1日(日)	午前10時半
3 リーガロイヤルホテル小倉	10月1日(日)	午後1時
4 ビーポート甘木	10月8日(日)	午前10時半
5 筑紫野市文化会館	10月15日(日)	午前11時半
6 ユメニティのおがた	10月15日(日)	午後1時
7 福津市文化会館	10月15日(日)	午後1時
8 福岡国際会議場	10月22日(日)	午前10時半
9 大牟田文化会館	11月3日(金・祝)	午前10時半

わたしたちは「ふくふくクラブ福岡」を応援しています!!



指定旅館の利用手続き

- ③
- ②
- ①
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33
- 34
- 35
- 36
- 37
- 38
- 39
- 40
- 41
- 42
- 43
- 44
- 45
- 46
- 47
- 48
- 49
- 50
- 51
- 52
- 53
- 54
- 55
- 56
- 57
- 58
- 59
- 60
- 61
- 62
- 63
- 64
- 65
- 66
- 67
- 68
- 69
- 70
- 71
- 72
- 73
- 74
- 75
- 76
- 77
- 78
- 79
- 80
- 81
- 82
- 83
- 84
- 85
- 86
- 87
- 88
- 89
- 90
- 91
- 92
- 93
- 94
- 95
- 96
- 97
- 98
- 99
- 100
- 101
- 102
- 103
- 104
- 105
- 106
- 107
- 108
- 109
- 110
- 111
- 112
- 113
- 114
- 115
- 116
- 117
- 118
- 119
- 120
- 121
- 122
- 123
- 124
- 125
- 126
- 127
- 128
- 129
- 130
- 131
- 132
- 133
- 134
- 135
- 136
- 137
- 138
- 139
- 140
- 141
- 142
- 143
- 144
- 145
- 146
- 147
- 148
- 149
- 150
- 151
- 152
- 153
- 154
- 155
- 156
- 157
- 158
- 159
- 160
- 161
- 162
- 163
- 164
- 165
- 166
- 167
- 168
- 169
- 170
- 171
- 172
- 173
- 174
- 175
- 176
- 177
- 178
- 179
- 180
- 181
- 182
- 183
- 184
- 185
- 186
- 187
- 188
- 189
- 190
- 191
- 192
- 193
- 194
- 195
- 196
- 197
- 198
- 199
- 200
- 201
- 202
- 203
- 204
- 205
- 206
- 207
- 208
- 209
- 210
- 211
- 212
- 213
- 214
- 215
- 216
- 217
- 218
- 219
- 220
- 221
- 222
- 223
- 224
- 225
- 226
- 227
- 228
- 229
- 230
- 231
- 232
- 233
- 234
- 235
- 236
- 237
- 238
- 239
- 240
- 241
- 242
- 243
- 244
- 245
- 246
- 247
- 248
- 249
- 250
- 251
- 252
- 253
- 254
- 255
- 256
- 257
- 258
- 259
- 260
- 261
- 262
- 263
- 264
- 265
- 266
- 267
- 268
- 269
- 270
- 271
- 272
- 273
- 274
- 275
- 276
- 277
- 278
- 279
- 280
- 281
- 282
- 283
- 284
- 285
- 286
- 287
- 288
- 289
- 290
- 291
- 292
- 293
- 294
- 295
- 296
- 297
- 298
- 299
- 300
- 301
- 302
- 303
- 304
- 305
- 306
- 307
- 308
- 309
- 310
- 311
- 312
- 313
- 314
- 315
- 316
- 317
- 318
- 319
- 320
- 321
- 322
- 323
- 324
- 325
- 326
- 327
- 328
- 329
- 330
- 331
- 332
- 333
- 334
- 335
- 336
- 337
- 338
- 339
- 340
- 341
- 342
- 343
- 344
- 345
- 346
- 347
- 348
- 349
- 350
- 351
- 352
- 353
- 354
- 355
- 356
- 357
- 358
- 359
- 360
- 361
- 362
- 363
- 364
- 365
- 366
- 367
- 368
- 369
- 370
- 371
- 372
- 373
- 374
- 375
- 376
- 377
- 378
- 379
- 380
- 381
- 382
- 383
- 384
- 385
- 386
- 387
- 388
- 389
- 390
- 391
- 392
- 393
- 394
- 395
- 396
- 397
- 398
- 399
- 400
- 401
- 402
- 403
- 404
- 405
- 406
- 407
- 408
- 409
- 410
- 411
- 412
- 413
- 414
- 415
- 416
- 417
- 418
- 419
- 420
- 421
- 422
- 423
- 424
- 425
- 426
- 427
- 428
- 429
- 430
- 431
- 432
- 433
- 434
- 435
- 436
- 437
- 438
- 439
- 440
- 441
- 442
- 443
- 444
- 445
- 446
- 447
- 448
- 449
- 450
- 451
- 452
- 453
- 454
- 455
- 456
- 457
- 458
- 459
- 460
- 461
- 462
- 463
- 464
- 465
- 466
- 467
- 468
- 469
- 470
- 471
- 472
- 473
- 474
- 475
- 476
- 477
- 478
- 479
- 480
- 481
- 482
- 483
- 484
- 485
- 486
- 487
- 488
- 489
- 490
- 491
- 492
- 493
- 494
- 495
- 496
- 497
- 498
- 499
- 500
- 501
- 502
- 503
- 504
- 505
- 506
- 507
- 508
- 509
- 510
- 511
- 512
- 513
- 514
- 515
- 516
- 517
- 518
- 519
- 520
- 521
- 522
- 523
- 524
- 525
- 526
- 527
- 528
- 529
- 530
- 531
- 532
- 533
- 534
- 535
- 536
- 537
- 538
- 539
- 540
- 541
- 542
- 543
- 544
- 545
- 546
- 547
- 548
- 549
- 550
- 551
- 552
- 553
- 554
- 555
- 556
- 557
- 558
- 559
- 560
- 561
- 562
- 563
- 564
- 565
- 566
- 567
- 568
- 569
- 570
- 571
- 572
- 573
- 574
- 575
- 576
- 577
- 578
- 579
- 580
- 581
- 582
- 583
- 584
- 585
- 586
- 587
- 588
- 589
- 590
- 591
- 592
- 593
- 594
- 595
- 596
- 597
- 598
- 599
- 600
- 601
- 602
- 603
- 604
- 605
- 606
- 607
- 608
- 609
- 610
- 611
- 612
- 613
- 614
- 615
- 616
- 617
- 618
- 619
- 620
- 621
- 622
- 623
- 624
- 625
- 626
- 627
- 628
- 629
- 630
- 631
- 632
- 633
- 634
- 635
- 636
- 637
- 638
- 639
- 640
- 641
- 642
- 643
- 644
- 645
- 646
- 647
- 648
- 649
- 650
- 651
- 652
- 653
- 654
- 655
- 656
- 657
- 658
- 659
- 660
- 661
- 662
- 663
- 664
- 665
- 666
- 667
- 668
- 669
- 670
- 671
- 672
- 673
- 674
- 675
- 676
- 677
- 678
- 679
- 680
- 681
- 682
- 683
- 684
- 685
- 686
- 687
- 688
- 689
- 690
- 691
- 692
- 693
- 694
- 695
- 696
- 697
- 698
- 699
- 700
- 701
- 702
- 703
- 704
- 705
- 706
- 707
- 708
- 709
- 710
- 711
- 712
- 713
- 714
- 715
- 716
- 717
- 718
- 719
- 720
- 721
- 722
- 723
- 724
- 725
- 726
- 727
- 728
- 729
- 730
- 731
- 732
- 733
- 734
- 735
- 736
- 737
- 738
- 739
- 740
- 741
- 742
- 743
- 744
- 745
- 746
- 747
- 748
- 749
- 750
- 751
- 752
- 753
- 754
- 755
- 756
- 757
- 758
- 759
- 760
- 761
- 762
- 763
- 764
- 765
- 766
- 767
- 768
- 769
- 770
- 771
- 772
- 773
- 774
- 775
- 776
- 777
- 778
- 779
- 780
- 781
- 782
- 783
- 784
- 785
- 786
- 787
- 788
- 789
- 790
- 791
- 792
- 793
- 794
- 795
- 796
- 797
- 798
- 799
- 800
- 801
- 802
- 803
- 804
- 805
- 806
- 807
- 808
- 809
- 810
- 811
- 812
- 813
- 814
- 815
- 816
- 817
- 818
- 819
- 820
- 821
- 822
- 823
- 824
- 825
- 826
- 827
- 828
- 829
- 830
- 831
- 832
- 833
- 834
- 835
- 836
- 837
- 838
- 839
- 840
- 841
- 842
- 843
- 844
- 845
- 846
- 847
- 848
- 849
- 850
- 851
- 852
- 853
- 854
- 855
- 856
- 857
- 858
- 859
- 860
- 861
- 862
- 863
- 864
- 865
- 866
- 867
- 868
- 869
- 870
- 871
- 872
- 873
- 874
- 875
- 876
- 877
- 878
- 879
- 880
- 881
- 882
- 883
- 884
- 885
- 886
- 887
- 888
- 889
- 890
- 891
- 892
- 893
- 894
- 895
- 896
- 897
- 898
- 899
- 900
- 901
- 902
- 903
- 904
- 905
- 906
- 907
- 908
- 909
- 910
- 911
- 912
- 913
- 914
- 915
- 916
- 917
- 918
- 919
- 920
- 921
- 922
- 923
- 924
- 925
- 926
- 927
- 928
- 929
- 930
- 931
- 932
- 933
- 934
- 935
- 936
- 937
- 938
- 939
- 940
- 941
- 942
- 943
- 944
- 945
- 946
- 947
- 948
- 949
- 950
- 951
- 952
- 953
- 954
- 955
- 956
- 957
- 958
- 959
- 960
- 961
- 962
- 963
- 964
- 965
- 966
- 967
- 968
- 969
- 970
- 971
- 972
- 973
- 974
- 975
- 976
- 977
- 978
- 979
- 980
- 981
- 982
- 983
- 984
- 985
- 986
- 987
- 988
- 989
- 990
- 991
- 992
- 993
- 994
- 995
- 996
- 997
- 998
- 999
- 1000
- 1001
- 1002
- 1003
- 1004
- 1005
- 1006
- 1007
- 1008
- 1009
- 1010
- 1011
- 1012
- 1013
- 1014
- 1015
- 1016
- 1017
- 1018
- 1019
- 1020
- 1021
- 1022
- 1023
- 1024
- 1025
- 1026
- 1027
- 1028
- 1029
- 1030
- 1031
- 1032
- 1033
- 1034
- 1035
- 1036
- 1037
- 1038
- 1039
- 1040
- 1041
- 1042
- 1043
- 1044
- 1045
- 1046
- 1047
- 1048
- 1049
- 1050
- 1051
- 1052
- 1053
- 1054
- 1055
- 1056
- 1057
- 1058
- 1059
- 1060
- 1061
- 1062
- 1063
- 1064
- 1065
- 1066
- 1067
- 1068
- 1069
- 1070
- 1071
- 1072
- 1073
- 1074
- 1075
- 1076
- 1077
- 1078
- 1079
- 1080
- 1081
- 1082
- 1083
- 1084
- 1085
- 1086
- 1087
- 1088
- 1089
- 1090
- 1091
- 1092
- 1093
- 1094
- 1095
- 1096
- 1097
- 1098
- 1099
- 1100
- 1101
- 1102
- 1103
- 1104
- 1105
- 1106
- 1107
- 1108
- 1109
- 1110
- 1111
- 1112
- 1113
- 1114
- 1115
- 1116
- 1117
- 1118
- 1119
- 1120
- 1121
- 1122
- 1123
- 1124
- 1125
- 1126
- 1127
- 1128
- 1129
- 1130
- 1131
- 1132
- 1133
- 1134
- 1135
- 1136
- 1137
- 1138
- 1139
- 1140
- 1141
- 1142
- 1143
- 1144
- 1145
- 1146
- 1147
- 1148
- 1149
- 1150
- 1151
- 1152
- 1153
- 1154
- 1155
- 1156
- 1157
- 1158
- 1159
- 1160
- 1161
- 1162
- 1163
- 1164
- 1165
- 1166
- 1167
- 1168
- 1169
- 1170
- 1171
- 1172
- 1173
- 1174
- 1175
- 1176
- 1177
- 1178
- 1179
- 1180
- 1181
- 1182
- 1183
- 1184
- 1185
- 1186
- 1187
- 1188
- 1189
- 1190
- 1191
- 1192
- 1193
- 1194
- 1195
- 1196
- 1197
- 1198
- 1199
- 1200
- 1201
- 1202
- 1203
- 1204
- 1205
- 1206
- 1207
- 1208
- 1209
- 1210
- 1211
- 1212
- 1213
- 1214
- 1215
- 1216
- 1217
- 1218
- 1219
- 1220
- 1221
- 1222
- 1223
- 1224
- 1225
- 1226
- 1227
- 1228
- 1229
- 1230
- 1231
- 1232
- 1233
- 1234
- 1235
- 1236
- 1237
- 1238
- 1239
- 1240
- 1241
- 1242
- 1243
- 1244
- 1245
- 1246
- 1247
- 1248
- 1249
- 1250
- 1251
- 1252
- 1253
- 1254
- 1255
- 1256
- 1257
- 1258
- 1259
- 1260
- 1261
- 1262
- 1263
- 1264
- 1265
- 1266
- 1267
- 1268
- 1269
- 1270
- 1271
- 1272
- 1273
- 1274
- 1275
- 1276
- 1277
- 1278
- 1279
- 1280
- 1281
- 1282
- 1283
- 1284
- 1285
- 1286
- 1287
- 1288
- 1289
- 1290
- 1291
- 1292
- 1293
- 1294
- 1295
- 1296
- 1297
- 1298
- 1299
- 1300
- 1301
- 1302
- 1303
- 1304
- 1305
- 1306
- 1307
- 1308
- 1309
- 1310
- 1311
- 1312
- 1313
- 1314
- 1315
- 1316
- 1317
- 1318
- 1319
- 1320
- 1321
- 1322
- 1323
- 1324
- 1325
- 1326
- 1327
- 1328
- 1329
- 1330
- 1331
- 1332
- 1333
- 1334
- 1335
- 1336
- 1337
- 1338
- 1339
- 1340
- 1341
- 1342
- 1343
- 1344
- 1345
- 1346
- 1347
- 1348
- 1349
- 1350
- 1351
- 1352
- 1353
- 1354
- 1355
- 1356
- 1357
- 1358
- 1359
- 1360
- 1361
- 1362
- 1363
- 1364
- 1365
- 1366
- 1367
- 1368
- 1369
- 1370
- 1371
- 1372
- 1373
- 1374
- 1375
- 1376
- 1377
- 1378
- 1379
- 1380
- 1381
- 1382
- 1383
- 1384
- 1385
- 1386
- 1387
- 1388
- 1389
- 1390
- 1391
- 1392
- 1393
- 1394
- 1395
- 1396
- 1397
- 1398
- 1399
- 1400
- 1401
- 1402
- 1403
- 1404
- 1405
- 1406
- 1407
- 1408
- 1409
- 1410
- 1411
- 1412
- 1413
- 1414
- 1415
- 1416
- 1417
- 1418
- 1419
- 1420
- 1421
- 1422
- 1423
- 1424
- 1425
- 1426
- 1427
- 1428
- 1429
- 1430
- 1431
- 1432
- 1433
- 1434
- 1435
- 1436
- 1437
- 1438
- 1439
- 1440
- 1441
- 1442
- 1443
- 1444
- 1445
- 1446
- 1447
- 1448
- 1449
- 1450
- 1451
- 1452
- 1453
- 1454
- 1455
- 1456
- 1457
- 1458
- 1459
- 1460
- 1461
- 1462
- 1463
- 1464
- 1465
- 1466
- 1467
- 1468
- 1469
- 1470
- 1471
- 1472
- 1473
- 1474
- 1475
- 1476
- 1477
- 1478
- 1479
- 1480
- 1481
- 14

第55回 福岡市高齢者保健福祉大会

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

高齢者演芸発表会のご案内
観覧者募集

開催日 平成29年9月1日(金) 午後1時～4時30分

会場 福岡市民会館大ホール



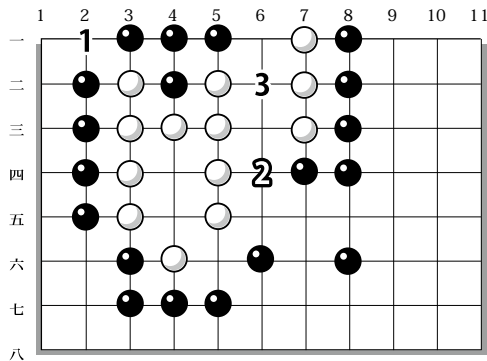
(写真：昨年の様子)

応募方法

- ①対象者 市内居住の60歳以上の方
- ②募集人数 500名(応募者多数の場合は抽選)
- ③申込方法 「往復ハガキ」に住所、氏名、電話番号を記入して申し込みください。(1人1枚)
- ④申込期限 平成29年8月16日(水)
- ⑤入場料 無料

申込先

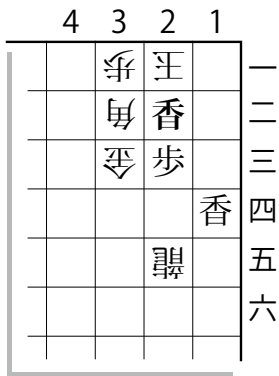
福岡市老人クラブ連合会
「高齢者保健福祉大会事務局」宛
〒810-0062 福岡市中央区荒戸3-3-39
電話：092-713-1340 FAX：092-713-0157



黒1ツギが好手で白を
トルことができます。

詰碁解答

5分
問題の
解答



【詰み上がり図】

- ①二二金 ②同金
- ③三三桂 ④同金
- ⑤二二香まで

詰将棋の解答

(○印内の数字は手順)

解説

2二金から3三桂と金の守備力を無力化して、2二香で1四香の筋を生かして詰み上がりです。
初手2二香で同金なら同金で詰みますが、1一玉と逃げると後が続きません。
また初手1三桂も1一玉で詰みません。

第47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、高齢者の方々の文化生活と生きがいを高めるため、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います。

- 1.日程 作品搬入 平成29年10月25日(水)10時30分～11時30分
展示期間 平成29年10月26日(木)～10月31日(火)
10時～20時(入館は19時30分まで、最終日は17時まで)
表彰式 平成29年10月31日(火)15時～16時30分
作品搬出 平成29年10月31日(火)17時～18時
- 2.会場 福岡市アジア美術館(交流ギャラリー)博多区下川端3-1
- 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、
③出品は個人とし、1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、ひもを付けて展示できる状態で搬入してください。
⑦ガラス・アクリル板の額装は不可。
(水墨画・書はアクリル板使用可)
- 6.出品の申し込み 「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(ふりがな)』を楷書で記入。
- 7.申し込み先 〒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
(問い合わせ先) 福岡市老人クラブ連合会事務局 (TEL：092-713-1340)
(FAX：092-713-0157)
- 8.受付期間 平成29年9月1日(金)から9月30日(土)まで(当日消印有効)
- 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(28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6回 福岡市老人クラブソフトダーツ大会

開催日：平成29年2月23日(木) 会場：福岡市九電記念体育館



各区から精鋭出場

各区代表144名、応援スタッフ161名、計305名が参加して、第6回福岡市老人クラブソフトダーツ大会を開催しました。市老連岡田会長、早良区、城南区、鳥飼校区池田競技部長の競技上の注意、早良区の永石さんと形上さんの選手宣誓の後、競技を開始。カウンタ・アップとハント・ザ・ターゲットの2種目で競い合い、熱戦を繰り広げました。

■カウント・アップ(主な成績)

優勝	中央区 笹丘校区	豊福 利弘	543点
準優勝	早良区 野芥校区	井手 博之	522点
第3位	早良区 飯原校区	荒木 政一	484点

訃報

去る 4 月 24 日(月)、市老連副会長(東区ねりんクラブ連合会会長) 矢嶋 崇様
が逝去されました。

謹んでお悔やみ申し上げますとともに、心よりご冥福をお祈りいたします。

なお、通夜・告別式には、岡田市老連会長ほか役員等で参列させていただきました。



故 矢嶋 崇氏

編集後記

市老連の広報紙は、今回で 100 号となりました。100 号記念として、昭和 48 年に発行した広報紙の第 1 号を 4 ページに掲載しています。福祉バスが始まった頃のバスの写真が掲載されています。時代の変遷を感じる第 1 号です。

また、29 年度の指定旅館・指定日帰り施設を掲載しています。団体無料送迎施設もありますので是非ご利用ください。

今後とも、皆様のご支援をよろしくお願いします。

広告協賛へのお礼

このたびは、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

花冷えの今日の気温が気にかかり
デイサーブに着る服迷う
中央区 舞鶴校区 第五松寿会
水田 喜代

あうごに明日は我が身と別れ際
向こうの背中に我を重ねる
南区 筑紫丘校区 若寿会
神武 美枝子

招き板持つ子が担う明日の山笠
西区 壱岐南校区 壱岐南長寿会
船越 香代子

俳句

万緑や餅踏む曾孫四代目
東区 箱崎校区 第三明寿会
山崎 千津子

窓ぎわで陽だまりうけし春の花
博多区 東吉塚校区 東吉塚なかよしの会
稲益 宏子

ビル風に翻弄されし桜かな
南区 筑紫丘校区 若寿会
花田 真治

川柳

口舌の禁酒禁煙空手形
東区 青葉校区 土井団地第二区明生会
永沼 一成

年老いた母も今年は羽ばたくよ
博多区 東吉塚校区 東吉塚なかよしの会
宮本 コトミ

売れ残るバラの涙を見てしまう
中央区 小笹校区 第一小笹平和会
三原 文利

若い気でいるのに優先席が空く
早良区 四箇田校区 四箇長寿会
名倉 政義

通販の中身に箱が大き過ぎ
西区 姪浜校区 新寿会
片山 悦子

※ 投稿は、区老人クラブ連合会にお願いします。

短歌

炊きたての麦飯に盛る露の味噌
湯気と香りと朝のいち膳
城南区 堤丘校区 堤二丁目長寿会
小林 定木

見上ぐれば藤の花房ゆらゆらと
むらさきの風吾れにまといぬ
早良区 原校区 原長寿会
西田 久子

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

染み抜き 紋 洗い張り

しみぬき屋

着物専門(有)田中屋

博多区堅粕 3 丁目 14-5
☎0120-4310-61
しみぬき 田中屋 検索

～博多人形・博多織～

美・彩・飾

充実した博多人形の品揃え
選りすぐりの博多の工芸品を一堂に

福岡市博多区御供所町 9-6 (後藤博多人形株式会社内)
☎0120-510-253

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 時間受け付けます)

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
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・リハビリテーション科

博多区吉塚本町 13 番 1 号 <http://www.fcho.jp/shiminhp/>
TEL:092-632-1111(代) 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

**365 日診療
昼休みなし**

南区向新町 1-13-43
野多目インター横 ☎(092) 557-8886

相続・遺言その他の家事事件全般
交通事故・債務整理(任意整理、民事再生、自己破産)等民事一般

弁護士 吉村 哲夫

経歴:元福岡市市民局長
東区長

福岡市中央区大名 2-4-30 西鉄赤坂ビル 7 階
(安部・有地法律事務所)
TEL:092-761-1335

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。

各種クレジットカードご利用可。
JCB、VISA、MasterCard、American Express

福岡県福岡市中央区天神 1-6-8
天神ダイビル 4 階
TEL:092-716-4061(代客)
<http://www.nicho.co.jp>