

新年のごあいさつ



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。

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。

さて、我が国では、急速に高齢化が進み、国民の4人に一人が65歳以上という超高齢社会を迎えており、福岡市でも、平成37年には65歳以上が24・8%の39万6千人になると予測されております。

そういつた中で、福岡市では人生100年時代を見据えて健康寿命の延伸に取り組み、平均寿命と健康寿命の差（男性9・46年・女性14・78年）を縮めることで、高齢者の生活の質を向上させたいとしております。

私ども、老人クラブでも「健康・友愛・奉仕」の三大運動を展開することで、高齢者自らが生きがいを持ち、お互いが健康で安心し

て生活できる環境づくり

くりにつなげて長寿の喜びが実感できる健康寿命を延ばしていきたいものです。

地域を活動基盤とする老人クラブ活動をとおして、仲間づくり・地域づくりを旨とした幅広い活動を実践しながら、健康で元氣な高齢者の仲間を増やしたいと考えております。

また、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
ので、新年のあいさつと
もに新規会員の勧誘をお願
いたします。

新年が、皆様にとってお
 健やかで、活気に満ち溢
 れ、充実した年であります
 ことを心から祈念いたしま
 すとともに、老人クラブの
 活動にお元気でご参加いた
 だきますようお願いいたし
 ます。



市民公開セミナー



ストップ!脳卒中

～未破裂脳動脈瘤の管理と認知症予防～



岡田 靖先生

【主 催】日本脳卒中協会 福岡県支部

【日時】平成30年5月27日(日)
13:00～16:00

【場 所】エルガーラ7F 中ホール他
(中央区天神1-4-2)

【講師】岡田 靖先生
(日本脳卒中協会福岡県支部長)

ご来場をお待ちしています

九州北部記録的豪雨
義援金について

昨年7月に発生した九州北部豪雨の義援金を各区老人クラブ連合会で募り、合計6万2000円（平成29年11月22日現在）が集まりました。

ご協力ありがとうございました。市老連に託された義援金は、11月30日（木）に福岡県老連に振り込ませていただきました。



懐かしの愛唱歌集
販売しています

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、全110曲を収録。ご希望の方は各区の老人クラブ連合会をとおして申し込みください。

【お問い合わせ】
福岡市老人クラブ連合会
電話 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・解答 | 7・11 |
| ☺ ねりんピック秋田2017の報告と富山2018の紹介 | 3 | ☺ 特集「七区の投稿」 | 8・9 |
| ☺ 交通安全・全老連活動表彰 | 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 |
| ☺ 消費生活センター啓発記事・よかドックのご案内 | 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47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。

囲 碁				
市長賞	チャンピオン戦優勝	東 区	村岡 節夫	六段
市議会議長賞	三・四段戦優勝	西 区	渡瀬 公正	四段
市老連会長賞	初・二段戦優勝	西 区	甫守 達弘	二段
	級位戦優勝	中央区	雑崎 懋	2 級
	チャンピオン戦準優勝	博多区	犬塚 武揚	五段
	三・四段戦準優勝	東 区	長野 兵馬	四段
	初・二段戦準優勝	博多区	篠原 平	二段
	級位戦準優勝	東 区	岩永 義久	2 級
将 棋				
市長賞	有段者戦優勝	南 区	小川 富治	五段
市議会議長賞	級位戦優勝	南 区	小島 俊雄	2 級
市老連会長賞	有段者戦準優勝	早良区	木戸 一幸	二段
	級位戦準優勝	城南区	永治 建樹	1 級
最高年齢者賞				
囲 碁	早良区	田浦 義雄	87 歳	五段
将 棋	南 区	高山 貞義	86 歳	初段

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に開催しています。

参加者は、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。

大会は、囲碁は 8 名



パート 4 回戦のスイス方式、将棋は今回初めて 16 名パート 5 回戦のスイス方式で実施、白熱した戦いが繰り広げられました。(敬称略)

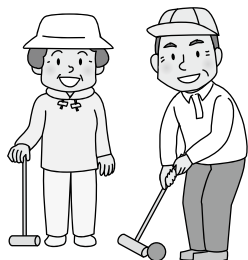
第46回 福岡市高齢者囲碁・将棋大会
開催日：平成 29 年 7 月 26 日 (水)
会場：福岡市市民福祉プラザ 601 会議室



各区大会で選ばれた 368 名が、試合を通して相互の交流を深めました。

岡田会長、保健福祉局 高木高齢社会部長のあいさつに続き、各区福祉事務所長等の来賓紹介を行い、中央区の荻野昭さん、植村和子さんの選手宣誓、市老連会長と来賓の始球式のあと競技を開始しました。参加

第16回 福岡市高齢者グラウンドゴルフ大会
開催日：平成 29 年 11 月 7 日 (火) 会場：中央区舞鶴公園 球技場・野球場



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。

試合の成績は、別表のとおりです。(敬称略)

ホールインワン賞 102本

	赤コース	黄コース	青コース
優 勝	山本 雄三 (中央区・35打)	岡部 正和 (博多区・24打)	宇土 紘一 (東区・28打)
準優勝	中村 淑実 (南区・35打)	有田 義一 (南区・33打)	前田 弘文 (南区・35打)
第 3 位	橋本 捷齊 (西区・35打)	安達 保生 (早良区・34打)	熊本 光吉 (博多区・35打)
最高年齢者賞	男性 松原 了一 (96歳・西区)		
	女性 竹内 節子 (89歳・博多区)		



第39回 福岡市高齢者ゲートボール大会

開催日：平成 29 年 10 月 5 日 (木)
会 場：山王公園

中央区・南区を除く 5 区の 16 チーム、91 名が参加し、福岡市高齢者ゲートボール大会を開催しました。

各区福祉事務所長等を来賓に迎え、早良区の山本英毅さん、石井和子さんの選手宣誓、岡田会長と保健福祉局 高木高齢社会部長など 6 名の始球式により、競技を開始しました。

参加チームは、4 コー트에分かれ熱戦を展開しました。

試合の成績は、別表のとおりです。(敬称略)

優 勝	第 1 コート	城南区	片 江
	第 2 コート	博多区	オレンジ
	第 3 コート	早良区	早良区チーム
	第 4 コート	博多区	新和会 B
最高年齢者賞	男 性	博多区	下田 國太郎 91 歳
	女 性	博多区	白垣 タツミ 89 歳
		博多区	田中 十三恵 89 歳

※最高年齢者女性は、同じ生年月日で 2 名となりました

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



**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

【主な成績】

種 目	表 彰 内 容
卓 球	団体戦：1 位グループ優秀賞（10 位）
ゲートボール	団体戦：優秀賞（8 位）
将 棋	個人戦：ブロック 3 位
ゴルフ	最高齢者賞：南区 西岡 秀 84 歳
ラグビーフットボール	最高齢者賞：東区 池田 一徳 88 歳

※優秀賞は優勝、準優勝、第 3 位に次ぐ表彰



福岡市選手団入場行進



「秋田まごころ KIDS」との交流

ねんりんピック秋田 2017

福岡市選手団

多くの種目で活躍

ねんりんピック秋田 2017 は「秋田からつなぐ！ つらなれ！ 長寿の輪」をテーマに全国から 1 万人以上が参加し、平成 29 年 9 月 9 日（土）から 12 日（火）までの 4 日間にわたり開催されました。

9 月 5 日（火）

には、福岡市役所講堂にて福岡市選手団結団式が行われ、選手代表としてソフトテニスの神崎仁彰さんが力強い決意表明を行いました。今大会は、福岡市選

手団の岡田光生団長以下、総勢 133 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 7 種目）、文化交流大会（囲碁等 3 種目）の合計 18 種目に参加しました。

ウインド・ゴルフ、囲碁、将棋の 4 交流大会には、昨年度の市老連大会の上位入賞チームや上位入賞者が参加しました。秋田県内各地で開催された 10 日（日）、11 日（月）の交流大会では、卓球、ゲートボールのチームが優秀賞を獲得され、ゴルフとラグビーフットボールでは最高齢者賞を受賞されました。

「秋田県立美術館」や「秋田県総合生活文化会館アトリオン」で開催された美術展には、昨年度の福岡市高齢者美術展の特別賞と金賞受賞者の作品 8 点を出品しました。受賞は逃しましたが、来場者の方々に魅了させる作品の数々でした。

秋田県立中央公園陸上競技場で開催された総合開会式は好天に恵まれ、岡田光生団長以下、福岡市選手団が地元小学生の「秋田まごころ KIDS」から送られた横断幕を掲げ行進しました。ゲートボール、グラ

「秋田県立美術館」や「秋田県総合生活文化会館アトリオン」で開催された美術展には、昨年度の福岡市高齢者美術展の特別賞と金賞受賞者の作品 8 点を出品しました。受賞は逃しましたが、来場者の方々に魅了させる作品の数々でした。

ねんりんピック富山 2018 での開催種目および開催市町村



今年は富山県で開催
ねんりんピック富山 2018

ねんりんピックの参加は「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。

今年の「ねんりんピック富山 2018」は、11 月 3 日（土）から 6 日（火）の日程で 27 種目の交流大会が開催されます。このうち俳句・川柳については募集句があります。募集は 6 月頃になります。会員の皆さんも奮ってご応募ください。

応募要領は、3 月下旬ごろに市老連ホームページに掲載します。

【お問い合わせ先】
市老連事務局（TEL 713 - 1340）

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 光竹会
平尾 脳神経外科
クリニック

診 療 時 間

平日・土曜 午前 9:30~12:30

午後 13:30~18:30（木曜は 18:00 まで）

休 診 日 日曜日・祝日

南区大橋 2-8-29 ☎092-534-5219

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/>

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

TEL 751-5914

医療法人 光竹会
大橋 脳神経外科
クリニック

【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 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

（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）

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

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

福岡県警からのお知らせ

高齢者の
こんな事故が多い

歩行中や自転車や自動車の運転中、ちょっとした油断が事故を招きます。「自分だけは大丈夫」「ずっとこれでやってきたから大丈夫」と思っています。次のような高齢者の事故が増えています。日頃から交通安全を心がけましょう。



全老連活動賞表彰(全老連会長表彰)

今回は3名の方が受賞されました。おめでとうございます。

健康づくり活動部門

【早良区 野芥校区老人クラブ連合会】会長 宮成 鏡二

1. 野芥校区老人クラブ連合会は「住んでよかった野芥の町」をテーマに、クラブを結成。以来、30年にわたり「健康づくり活動」に積極的に取り組んでいる。
2. 地元の油山病院との交流を行い、油山病院医師を講師に「認知症予防の健康教室」を毎年開催している。
3. 校区老連の主な健康づくり活動としては、①校区春秋のグラウンド・ゴルフ大会(年2回)、②単位クラブ対抗校区ダーツ大会(毎月) ③ウォーキング大会(年1回)
4. 10年前から「ついで隊」を結成。健康づくりを兼ねて小学生の下校時の見守りや交通安全パトロール、ウォーキングを行っている。

ボランティア活動部門

【中央区 警固校区 萬寿会】会長 明石 國治

警固丘陵の東に広がる地域で、先祖代々住んでいる住民と、真新しいマンションの住民とが共存する地域であり、老人クラブの活動が難しい地域である。

平成24年度に就任した会長のもと、市の清掃のみで雑草が生い茂り、荒れ放題の警固1号公園を憩いの公園に変えようと月2回の清掃を始めた。

会員15名余りで草刈り機を自費で購入し、清掃・美化に取り組んでいる。年24回、延べ200人が関わっている。

現在、花壇には花が咲き乱れ、住民の憩いの場に生まれ変わっている。



ボランティア活動部門

【西区 玄洋校区 横浜舞鶴会】会長 今西 小夜子

横浜西防犯パトロール班代表の横浜舞鶴会副会長他5名は、平成10年4月から19年間、小学校の登校日、風雨が強い日も寒い日も児童の安全確保のために毎日、交差点で誘導を行ってきた。

この間、横断の誘導をされている箇所では交通事故は発生しておらず、児童の保護者、学校関係者からも大いに感謝されている。

子どもたちのあいさつの励行や感謝の心を育むことに大きく寄与し、地域コミュニティの醸成にも多大な効果をもたらしており、活動の継続から児童は道路横断時に一旦止まって、左右を確認することや朝のあいさつが進んできている。また、6年生は卒業時に感謝の手紙やメッセージを書いた額をメンバーに渡し、メンバーも卒業のお祝いの言葉や激励の言葉を書いた手紙を渡している。



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

『ねたきりゼロ』10か条

①健康な体をつくろう

食生活に気を配り、毎日すすんで運動しよう

②病気の早期発見と予防に努めよう

健康診査や健康相談を活用し、気軽に相談できる「かかりつけ医」を持とう

③事故防止に心がけよう

交通ルールは守り、安全に努めよう

④メリハリのある毎日を送ろう

自分のことは自分で!身だしなみに気を付けよう
家庭での役割を持ち、リズムのある生活を心がけよう

⑤1日1回は外に出よう

散歩したり趣味を見つめたりして外に出よう

⑥友達や仲間をつくろう

何でも話し合える友だちをつくろう

⑦社会活動をすすめよう

クラブ活動やボランティア活動に参加しよう

⑧家族の協力で自立に努めよう

家の中を動きやすく安全に整えよう

⑨保健・福祉サービスを上手に利用しよう

困ったときは相談窓口にお問い合わせみよう

⑩私は

あなたができる目標を1か条加えましょう

ができる





みんなで受けよう！

よかドック

(福岡市国民健康保険の特定健診)

**よかドックは毎年度
(4月1日～3月31日)に1回
受診できます。**

よかドックのご案内

検索

対 象

40 ～ 74 歳の福岡市国民健康保険加入者
(平成 30 年 3 月 31 日までに 40 歳になる人は 39 歳
でも受けられます)
※治療中の方も受診できます。

検査内容

身体測定・血圧測定・尿検査
血液検査 (コレステロール・血糖・肝機能・尿酸・
クレアチニン・貧血)
心電図検査・問診など



料 金

500 円

通常10,000円程度の
検査内容です。

※ただし、平成 29 年度中に 40 歳になる人 (S52.4.1
～ S53.3.31 生まれ)、または 50 歳になる人 (S42.4.1
～ S43.3.31 生まれ)、満 70 ～ 74 歳の人、市県民税
非課税世帯 (要証明書) の人は無料
《保険証をお忘れなく！》

お問い合わせ

よかドックについてのお問い合わせ

◆よかドックご案内センター◆

TEL 092-711-4826

FAX 092-733-5756

登録医療機関を
ご案内します

◆集団予約センター◆

TEL 0120-985-902

FAX 0120-931-869

【受付日時】

平日 9 時～ 17 時

保健福祉センター (保健所)・公民館等 (実施区) での検
診予約ができます。保険証を準備してご予約ください。



不用品回収チラシに 要注意！

不用品回収を依頼したところ「高額な料金を請求された」「見積
りと異なる料金を請求された」などの相談が寄せられています。

事例 1

「不用品を無料で回収する」とトラックでアナウンスしてい
た業者を呼びとめて回収を依頼したところ、次々とトラックに
積み込まれ 5 万円を請求された。話が違ふと抗議するとリサイ
クル料金がかかると威圧的に言われ仕方なく支払った。

事例 2

軽トラック 1 台分 1 万円からとの
不用品回収チラシが入っていたため、
食器棚やテーブルの処分を依頼した。
業者は来るなり見積りもなしに次々
に家具を運び出し、全てをトラックに
積み終えた後に、19 万円を請求して
きた。高額で払えないと業者に訴えた
が、16 万円を支払わされた。



このようなことがあった時は…

【アドバイス】

- ◎不用品回収業者が無料回収をうたっている場合、回収時に料金を請求
されるケースがあるので注意しましょう。
- ◎不用品の回収・運搬は市の許可を受けた業者しか行えません。
安易に投げ込みチラシの不用品回収業者に依頼をすると、トラ
ブルになりやすいので注意が必要です。粗大ごみや家電製品な
どは、市のルールに従って適切に処分しましょう。
- ◎業者が作業に取り掛かる前に、しっかりと見積もりを取り料金を
確認しましょう。料金に納得がいかなければきっぱりと断り
ましょう。
- ◎自宅まで来てもらい不用品の回収を断った場合、キャンセル料
等を請求されることがあります。事前にしっかりと費用の有無
を確認しましょう。

**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

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

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

所 長 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 弁護士 島 翔吾

福岡市南区野間1丁目10番7号 野間リッチハイム2階

TEL (092) 554-7110 FAX (092) 554-7123

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

相続のご相談、おまかせ下さい。

税理士法人

くまで会計事務所

税理士 熊手 幹彦 税理士 熊手 艶子

お気軽に
お電話
下さい

福岡市南区高宮2丁目16-11

☎ 092-523-4159

「あったらいいな」を形にします！

- ・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

その他、名刺・ポスター・文芸集など
お気軽にご相談ください。

印刷物のことなら

株式会社 ニチコミ

TEL 092-292-6538

お見積
料





高島市長あいさつ



百歳お祝い状贈呈

第 55 回 福岡市高齢者保健福祉大会

平成29年9月1日(金)
福岡市民会館

シニアパワーで 会場を魅了

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、多年にわたり社会の発展に尽くされてきた高齢者の方々を祝福し、高齢者の保健福祉に対する市民の理解をより一層深めるため、毎年開催しています。

9月1日(金)の大会当日は、天候に恵まれ、朝から大会を楽しみに行っている多くの方々が、会場入り口に並ばれました。

第1部は式典で、国歌斉唱、物故者への黙祷、大会名誉会長の高島市長あいさつ、岡田市老人クラブ連合会長あいさつの後、百歳を迎えられた方を代表して、早良区の三方静子さんと、西区の吉田幸道さんへ大会名誉会長の福岡市長と市社協会の



長からお祝い状と花束が贈呈されました。続いて、市老連会長から会員増で成果を上げた60団体に「会員増強運動特別賞」の表彰を行いました。

第2部は「高齢者演芸発表会」が行われ、7区の大会から選ばれた老人クラブ24団体と、老人福祉センター3園が参加。素晴らしい演技が次々と披露され、約1600名の観客に、笑いや感動を与える舞台となりました。

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

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

野林信行法律事務所

庶民の味方！お気軽にご相談ください。

相続 遺言 贈与 成年後見

中央区渡辺通2丁目7番14号
バグー口薬院7階

弁護士 野林 信行 **☎ 092-751-1371**

相続(国内外)、遺言・同執行、家族信託
悩みごと相談(家庭内相続・お墓・墓地霊園の許可)

行政書士法人 福田国際ジュリストオフィス

行政書士 福田 武彦

お気軽にご相談下さい

福岡市中央区大名2-4-38-502(チサンM天神Ⅲ)
TEL:092-713-5900

相続問題・土地建物のこと
無料相談しております。

不動産ネット福岡

船附 博 宅地建物取引士・AFP
フナツキ ヒロシ

中央区大名2-4-38-1002 チサンM天神Ⅲ
(地下鉄赤坂駅4番出口より徒歩1分)
TEL:092-725-3699

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 **みずな**

お客様の **やっほい!** に挑戦していきます。

デイサービスの やっほい堂

福岡市博多区浦田 1-21-8
TEL 092-580-9635

新春開運特選レース

3 (水) 7 (日) 8 (月・祝)

福岡ソフトバンクホークス 武田翔太 投手 トレーニング
5R・8R終了後 (12:45頃~14:15頃~)

永野 お笑いライブ
5R・8R終了後 (12:45頃~14:15頃~)

長州小力 お笑いライブ
5R・8R終了後 (12:45頃~14:15頃~)

BOAT RACE 福岡 電話投票コード **222#**
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

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・認可保育園併設)

地域複合
福祉センター

ふくおか福祉サービス協会

〒819-0378 福岡市西区徳永北1-52
(JR 九大学研都市駅より徒歩3分)

お電話でのお問い合わせ
☎ 092-802-0701
【電話受付時間】8:30~17:30(平日)

高齢者向け レシピ



鍋ひとつで簡単、ほっこり温まる！ 鮭とかぶのミルクみそ雑炊



高齢になったら粗食でいいと思つていませんか。また調理が面倒で、ご飯とお漬物だけ、菓子パンだけ…など単品もので済ませていませんか。このような状態が続くと、体に必要な栄養素が不足気味になり「やせ」や「低栄養」を招く危険が高まります。健康でいつまでもいきいきと暮らしていくために、食事はバランスよく、しっかりと食べるのが大切です。少量ずつでも多様な食品を組み合わせて、主食・主菜・副菜をそろえましょう。味付けは減塩で、外食や調理・加工食品などを上手に利用すると、無理なく主食・主菜・副菜をそろえることができます。

カルシウムを補え、おいしく減塩することが出来ます。魚やきのこ類に多く含まれるビタミンDは、カルシウムの吸収を高めてくれます。かぶのやさしい甘さでほっこり温まる雑炊です。

材料と分量 (1人分)

ご飯	150 g
刺身用鮭	70 g
(骨を取る手間がないので切り身よりおすすめです)	
かぶとかぶの葉	80 g
しめじ	60 g
だし	150 ml
みそ	小さじ2
牛乳	100 ml
白ごま	小さじ半分

作り方



【1人分栄養価】

エネルギー	523kcal
たんぱく質	25.3 g
脂質	14.9 g
食塩相当量	1.6 g
カルシウム	226mg

- ① 鍋でだしを煮立て、食べやすい大きさに切ったかぶ、石づきを取りほぐしたしめじを入れて煮る。
- ② 一口大に切った鮭を入れて火が通ったら、かぶの葉を加え、みそを溶き入れる。
- ③ 牛乳とご飯を入れ、ひと煮たちしたら、器に盛り、白ごまをふりかけて、出来上がり。

詰将棋問題

出題者 小宮 信行
持駒 金 銀 桂 (9手詰)

4	3	2	1
王	王	王	王
飛	飛	飛	飛
歩	歩	歩	歩
銀	銀	銀	銀
金	金	金	金

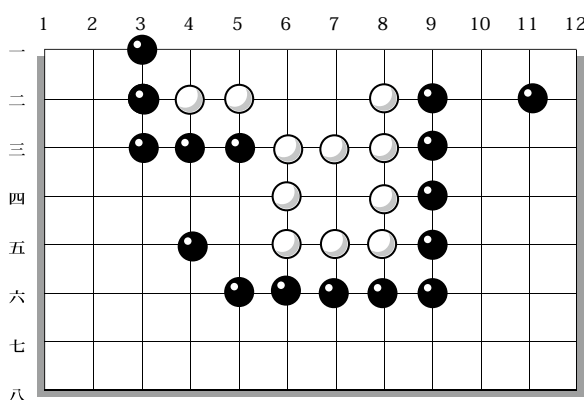
ヒント
最後は金打ちです。

解答は11ページ

詰碁問題

出題者 大和 一智

詰碁の第一着は「急所のオキ」か「死はハネにあり」の手筋が多い。



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

謹賀新年

今年もよろしくお願ひいたします

株式会社 二チコミ

(株) 二チコミ 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二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

二チコミ 検索

ハコ・トランク 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。



セイフ世研 TEL.092-715-0003

冬場のお風呂に要注意

- 急に熱いお湯に入ると、血圧が急激上昇して脳卒中や狭心症などの原因になります。
- 心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。入浴を短くし、胸のあたりまでしかつからないように気を付けましょう。



特集

七区の投稿

東区

私と老人クラブ

県住高須磨クラブ

原田 節子

思い起こせば12年前、63歳だった私は近所の奥様に誘われて何となく老人クラブに入会した。早速「あな



そのうえ、校区老く連の会長改選と重なり、すったもんだの挙句にこの役職までさせられるハメになり、当時は何をどうするのか全く分からなかった。

長い間、外に働きに出ていた私は、ご近所との付き合いはほとんどなく、地域の公民館は選挙の時、投票に行く場所ぐらいの認識しか持ち合わせていなかった。

そんな私が12年もの年月を会長職として務めることができたのは、先輩方のフォローがあったからこそだと思ふ。グラウンド・ゴルフもダーツも触ったことがない私。先輩方から競技のルールからクラブの振り方と一から十まで指導してもらったものである。その先輩方も一人去り（逝去）、一人去り（ホーム）、すっかり古株となつてしまった私。会員数30名足らずのクラブであつたのが、今では54名と人数も増えた。周りを見渡せば元気な高齢者も増え、早く次の会長を探さねばと思いつつ、毎月、ふれ合いサロンやスポーツ活動、各所へのバスツアーと自分で企画し

博多区

冷泉地区老人クラブ連合会の課題と改善策

冷泉地区老人クラブ連合会

会長 中尾 敏勝

高齢社会は今後ますます介護人材不足、孤独、閉じこもり、高齢者を狙った詐欺等の課題がある中、今後強化すべき単位老人クラブの解散、退会、会員減



少の防止。その対応策の一例として冷泉地区老連の事例をご紹介します。

28年度1クラブ会員85名の運営は、会員のお世話、会計処理の制約、区・自治協の2重監査等役員の負担は大

きく、2クラブへの独立により役員の負担減、資金の改善、さらに業務の標準化として、全国老人クラブ会計簿を採用、コンピュータ化して、会計担当は通帳の管理のみにしました。

地域密着度を高めたクラブづくりは会員間が顔見知りになり、防犯、防災、友愛活動の円滑化、子どもの見守り等の社会貢献が期待できます。健康づくりの基本は生きがいづくり、食べ物、運動と言われている。従って、私たちは同好会づくり

が健康づくり、会員増につながることを確信し、重点目標にしました。

趣味の会員は家族、友人の絆を太くし、高みの技術を目指す人は指導者として社会貢献、生産者として地元の特産品づくりで地域に貢献。生きがいを持つことにより健康意識が高まり、食べ物、運動に留意、健康づくりに励むことになりました。

現在、同好会は今のダーツのみから手芸、民舞、詩吟、グラウンド・ゴルフを増やし活動しています。

中央区

昭和101年を見たい

舞鶴校区 第二松寿会

佐藤 満



私は昭和2年元日生まれです。昭和元年には1月1日はありませ

ます。昭和2年元日生まれです。昭和元年には1月1日はありませ

私は終戦間近、長崎県大村市にある第21海軍航空廠に勤務しておりました。小さい私は本当に子どもでした。昭和19年10月25日、東洋一と言われていた航空廠の工場はB-29の78機による爆撃を受けました。数日続いた爆撃で、工員として働いていた子どものような同級生たちも大勢亡く

なりました。記録では、昭和20年に終わったあの戦争で300万人ともいわれる方々が、命を失っています。父母兄弟を亡くした子どもたちも大勢います。私は幸いにも今日まで無事に生きております。

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

ロコモティブシンドローム

- ☐ 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- ☐ 手すりがないと階段の上り下りが困難
- ☐ 15分以上連続して歩き続けられない
- ☐ 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。「症候群（シンドローム）」とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- ☐ 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない
- ☐ 2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
- ☐ 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難

上記の症状の一つでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなどで予防しましょう。

あなたの人生を1冊の思い出に。



株式会社 ニチコミ
http://www.nichicom.com

〒812-0013 福岡市博多区博多駅東1-13-6 竹山博多ビル7F
TEL.092-292-6538 FAX.092-292-6539

会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

南区

カラオケでつながる縁結び

野多目校区 親和会 会長 勝野 宗朗

平成 29 年 10 月 18 日、親和会のメンバー 17 名で日帰り旅行に出かけました。視察先は



熊本市の田原坂公園です。送迎バスにゆられること 1 時間 30 分。到着した田原坂公園は、明治 10 年に勃発した西南戦争の激戦地です。1 万 4 千人もの慰霊碑や砲弾の跡が生々しく残る弾痕の家をみると、当時の激しい戦いの様子が思い浮かべられました。その後、観光名所の足野神社を見学して、お目当て(?)の昼食



会場へ。3810 円のシルバー会席に舌鼓をつち、食事の後はサービスのカラオケ三昧、お風呂もサービス：心も体も洗われ

たちはあの世とやらで何をしているのでしょうか。昭和 101 年 1 月 1 日になったら、私は 100 歳です。私と

るようなひとときでした。

余談ですが、来る 11 月 28 日、20 名の参加者がそれぞれ 3 曲ずつ歌う、大カラオケ忘年発表会を挙行いたします。今頃は各々が発表会に向け、特訓中かも：当日が待ち遠しくて仕方ありません。(平成 29 年 11 月 8 日付の投稿です)

西区

大伴旅人が好き

吉岐校区 ゆうゆうクラブ 松尾 輝彦

私は趣味としてここ六年間万葉集の勉強を続けている。カルチャーセンターで学びつつ、自学自習もしている。万葉集約四千五百首中、約四百首が北部九州に関係する歌であり、中でも当時大宰帥の大伴旅人と筑紫守の山上憶良の歌が有名だ。旅人は太宰府に足掛け三年勤務し、その配下の一人が憶良だったのだ。旅人は万葉集

誕生日が同じ方もどこかにいるはず。その日になったら、その方の 100 年間の思い出話を伺いたいと思っています。その日まで

で松寿会の皆様に助けをいただいたながら、楽しく生きていきたいと思っています。

を編纂した大伴家持の父でもある。家持も父母と一緒に太宰府に來ていたとされる。教科書にも出てくる旅人、憶良、家持が近くの大宰府市に昔いたのかと思うと、彼らに親近感が増し、特に旅人が好きになった。



歌碑 (太宰府市歴史スポーツ公園)

旅人太宰府作で私の気に入りの歌は、「橘の花散る里のほととぎす片恋しつと鳴く日しぞ多き(巻第八・四七三)」だ。大和から同伴して来た妻を亡くした時の歌で、鳴くほととぎすに悲しみ泣く我が身を擬えている。妻への情愛が伝わり、胸を打つ。旅人には讃酒十三首というのが。読むと彼が相当な酒好きの教養人だったことが分かる。一方、酒飲みの愚痴や悪口のような歌も含まれ、日本の赤提灯文化の原点は旅人かなと私は秘かに思う。旅人はいいね。

早良区

田隈校区 老人クラブ連合会の活動

田隈校区老人クラブ連合会 副会長 石橋 直由

田隈校区老ク連は、毎月 3 クラブごとのグラウンド・ゴルフ例会を田隈中公園で開催し、20、30 名が情報交換をしたり、日常生活について話をしながら楽しくやっています。春のグラウンド・ゴ



ソフトダーツ大会

ルフ大会には今年度は 75 名が参加し、2 コーで団体戦と個人戦を行いました。ホールインワンが出ると各コーで歓声があがります。

秋にはソフトダーツ大会を田隈小学校体育館で開催。今年度は 87 名が 6 班に分かれて力ウン・アップの団体戦とアンダー・ザ・ハットの個人戦で、楽しい一日を過ごしました。昨年 1 月には、会員が誰でも参加できる「新春の集い」に 97 名が参加。福引や各クラブの出し物でにぎやかな会となりました。

9 月 20 日の社会奉仕の日には、小学校内の鎮魂碑、田隈中公園、ふれあい農園の清掃を行いました。

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

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

身体の柔軟性を高め、けがや事故を防ぎましょう!

ストレッチの一般原則

- ① 反動をつけずに、ゆっくりと引き伸ばすように
- ② 呼吸は止めずに、自然にリラックスして
- ③ 痛みのない範囲で、最低でも 30 秒はその姿勢を保持する
- ④ 引き伸ばす筋肉に意識を集中して行う
- ⑤ なるべくひとつの筋肉ごとにストレッチを行うようにする
- ⑥ 特定の筋肉だけを行うのではなく、なるべく全身の筋肉に対して行う
- ⑦ 運動の前、後に行う

無理せず、体を動かしましょう!



全国老人クラブ連合会関連事業の報告

《厚生労働大臣表彰》



老人クラブ育成功労者表彰	木内 潤子
(福岡市老人クラブ連合会副会長・中央区)	
老人クラブ育成功労者表彰	大森 節子
(福岡市老人クラブ連合会理事・西区)	
優良老人クラブ表彰	梅林三丁目千歳会
(城南区 七隈校区)	
優良市区町村老人クラブ連合会表彰	南区シニアクラブ連合会
(福岡市南区)	
(敬称略)	

《全老連会長表彰》

【育成功労者表彰】 佐藤 光
(福岡市老人クラブ連合会副会長・中央区)

【優良老人クラブ表彰】 高取西千寿会 (早良区 高取校区)

老人クラブの三大運動「健康・友愛・奉仕」について、高齢者教室（認知症予防・長寿等の講座や講演を区役所、医療機関と連携）を毎年実施。また、グラウンド・ゴルフやゲートボール、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、老人ホーム慰問（南京玉簾）も行っている。

【優良老人クラブ表彰】 東若久校区シニアクラブ連合会 (南区)

老人クラブ連合会の基本活動を推進しながら、地域に根を下ろした活動を実施している。特に、友愛訪問活動は 72 名で、年間延べ 1763 回の活動を実施している。また、公民館と共催で「東若久カレッジ」の開催（年 7 回）、カラオケを楽しむ会（年 12 回：延べ 250 名）や健康活動のグラウンド・ゴルフを実施している。

第 35 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 29 年 8 月 8 日（火）、9 日（水）
《会場》全社協「第 3～5 会議室」
《参加者》西区老連 麻生 昭雄
《テーマ》すべての地域にクラブの設置を！～ 新設クラブの推進
《事例発表》「新設クラブの立ち上げ」
「新地域支援事業の参画を目指す」・グループ討議

第 29 回「老人クラブ女性リーダーセミナー」

《開催日》平成 29 年 11 月 16 日（木）、17 日（金）
《会場》全社協「第 3～5 会議室」
《参加者》市老連副会長 木内 潤子
東区ねんりん連副会長 八尋 和江
《テーマ》「示そう！女性パワー」
《事例発表》「役割を担って、解散クラブを防ごう！
単位クラブの会長役割と後継者育成について」



第 46 回 全国老人クラブ大会
のばそう！健康寿命、提おう！地域づくりを

10 月 18 日（水）、19 日（木）京都市において、約 1600 名が参加し、第 46 回全国老人クラブ大会が開催されました。本大会は 3 部会に分かれ、第 1 部会「老人クラブ活動を新地域支援事業に活かす」、第 2 部会「組織的推進による会員増強運動の展開」、第 3 部会「演じる活動」で、演劇、合唱、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。

本市老連からは、総務部会部員等 8 名が参加し、大会では、次の役員・団体が表彰を受けました。

第 46 回 全国老人クラブ大会



第 2 研究部会
(発表者：東区ねんりん連 八尋副会長)

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

《開催日》平成 29 年 7 月 6 日（木）、7 日（金）
《会場》佐賀県「ホテルグランデはがくれ」
《参加者》市老連理事等 14 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 常務理事 齋藤 秀樹 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」

2 日目

- ◎講演
テーマ「お迎えが来る迄、老後を健やかに」
講師 佐賀県老人クラブ連合会 副会長 高松 昭三 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。

第47回 福岡市高齢者美術展審査員講評



美術展ギャラリートーク（書：池末礼禧先生）

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。

【書】
池末礼禧先生

「市長賞、大森富士子さん。漢字行草体卷子仕上げで、よく書き込みをされた大作です。金賞、高田喜代子さん。92歳の年齢とは思えないメリハリのきいた佳作でした」

【写真】
西園禮三先生

「厳選な審査の結果、局長賞に塚本保さんの『玄界灘の怒濤』に決めました。どんより曇った空のもと、岩礁に当たって砕ける怒涛の迫力が伝わってくる作品です」

【洋画】
尾花剛先生

「市老連会長賞の船越幸子さんの『祭りのあと』は、大人に手を引かれた、はっぴ姿の子どもの背中を中心にした構図と、しっかりした描写力で祭りが終わった直後の空気感が良く表現されている作品です」

【日本画】
榊孝陽先生

「受賞作は、彩画・水墨画とあり、題材や表現技法も異なり、順位を付けるのに難儀しました。しかし、その中で太陽に向かって一斉に花開いている『ひまわり』を描いた吉田英明さんの作品は、構図も良く彩色技法にも優れた大作。市老連会長賞に選ばれました」

【工芸】
松尾まさこ先生

「最高年齢者賞が男女ともに工芸から出たことは非常に嬉しいことです。会長賞『精霊の創造』はプリミティブな魅力にあふれていました。他賞も僅差で力作揃いです。来年も意欲あふれる作品が多く見られることを期待いたします」

以上が審査員の講評です。70代から80代の作品が中心でしたが、年齢を感じさせない見応えのある美術展でした。

みんなの広場

文芸欄

俳句



力士来る鬘付匂ふ小春かな

東区 箱崎校区第三明寿会 山崎千津子

葉の陰に群れて咲きたる花茗荷

中央区 赤坂校区桜会 橋本 文枝

緋衣の御子しずしずと神楽舞

中央区 赤坂校区桜会 松永 瑞穂

ローレライ古城に秋をかたり継ぐ

早良区 原校区原長寿会 槌田 晴夫

墨の色濃く薄く賀状届きけり

西区 愛宕浜校区マリナタウンシニア会 江副 史子

短歌

新春の青空映る高層の

窓を拭く人^{あか}赫き服きて

東区 香椎東校区若杉会 大宅 弘子

夕暮れにカラスの鳴き声何処へ行く

秋風更かし冬を待つか

博多区 東吉塚校区なかよし会 稲益 満

旭光拝し一吟朗々と

屠蘇酌み交わし誓い新たに

南区 鶴田校区鶴田第一老人クラブ 松田 紀久

入浴剤今夜はどこの温泉に

ひとりゆく旅湯けむり越後

城南区 鳥飼校区りんどう会 山本 武子

窓辺より差入る光あたたかく

畳一目を動く冬の陽

西区 愛宕浜校区虹の会 野田 敏勝

川柳

孫の顔見れば財布の紐ゆるむ

博多区 東吉塚校区なかよし会 安武 浩二

敬老会長生きしても友は居ぬ

中央区 警固校区今泉俱樂部 鶴岡 艶子

肉太く「元氣だよ」だけ書く返事

南区 野多目校区親和会 勝野 宗朗

かあちゃんに言うなと孫にお年玉

早良区 四箇田校区四箇本町長寿会 名倉 政義

※ 投稿は各区老人クラブ連合会へお願いします。



詰将棋の解答

(○印内の数字は手順)

① 3 二銀

② 同玉

③ 2 四桂

④ 2 一玉

⑤ 3 二金

⑥ 1 一玉

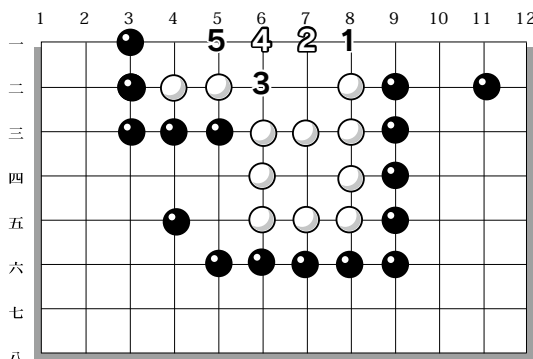
⑦ 2 二飛成

⑧ 同角

⑨ 2 一金まで

詰碁解答

黒1手目は、黒1のハネ。白2のおさえに黒3キリで白死となります。



詰み上がり図



解説

3手目 2 四桂に対して 2 三玉と飛を取ると 1 四金まで。7 手目 2 二の金は飛で取るのが良く、金で取ると詰みません。

第47回 福岡市高齢者美術展

(11 ページには審査員の講評を掲載しています)

108点の力作、一堂に展示

「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。

29 年度は 10 月 26 日（木）から 10 月 31 日（火）の 6 日間、福岡アジア美術館の交流ギャラリーで行われ、洋画 33 点、日本画 11 点、書 18 点、写真 33 点、工芸 13 点の合計 108 点の作品を展示しました。また会期中には 700 名を超える方々が来場され、力作の数々をじっくり鑑賞されました。

表彰式は美術展最終日の 10 月 31 日（火）に行われ、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、男女の最高年齢者を合わせて 32 名を表彰しました。表彰式の後は、交流ギャラリーで部門別に審査員



市老連会長賞 洋画

船越 幸子（東 区）
祭のあと



市老連会長賞 日本画

吉田 英明（東 区）
豊後高田のひまわり畑



福岡市長賞 書

大森 富士子（中央区）
良寛の詩 5 首



市老連会長賞 工芸

田中 海佐子（南 区）
精霊の創造



市保健福祉局長賞 写真

塚本 保（城南区）
玄界灘の怒濤

表彰者一覧（敬称略）

賞・部門	氏 名	作 品 名
特別賞	福岡市長賞 書	大森 富士子（中央区） 良寛の詩 5 首
	市保健福祉局長賞写真	塚本 保（城南区） 玄界灘の怒濤
	市老連会長賞 洋画	船越 幸子（東 区） 祭のあと
	市老連会長賞 日本画	吉田 英明（東 区） 豊後高田のひまわり畑
	市老連会長賞 工芸	田中 海佐子（南 区） 精霊の創造
金 賞	洋 画	豊田 忠弘（東 区） バラそして薔薇
	日本画	三浦 啓克（城南区） 夕暮れの棚田
	書	高田 喜代子（早良区） 王維詩
	写 真	上田 學（東 区） 光と影、男と女
	工 芸	竹原 滋（中央区） 茶道具

最高年齢者賞

男性（工芸）	竹原 滋（中央区）94 歳	茶道具
女性（工芸）	上野 サダ子（西 区）100 歳	いつまでも咲き続けます

編集後記

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。
今回は、福岡市の「よかドック」検診のご案内を掲載しました。500 円で 1 万円程度の検診が受けられます。「ご案内センター」はお近くの医療機関を紹介されます。今後とも、皆さま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

医療法人 堺整形外科医院

**365 日診療
昼休みなし**

南区内新町1-13-43
野多目インター横 (092) 557-8886

住宅型有料老人ホーム

テラシス桜花
Care for the future

西区姫の浜2-28-43
ショッピングモール
マリナタウン前
TEL:092-883-6122

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
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/>

わたしたちは
「福岡市老人クラブ連合会」を
応援しています!!

**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 580 店舗
47 都道府県にチェーン展開
(2017 年 12 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で利用可。
IC 15 社 4 社
福岡県福岡市中央区天神 1-6-8
天神ワンビル 4 階
TEL:092-716-4061(代表)
<http://www.nichio.co.jp>