

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。

福岡市老人クラブ連合会
は、高齢者の健康福祉の増
進や地域福祉の発展に寄与
すべく「健康・友愛・奉仕」
という三大運動を掲げて
日々活動されておりますが、
何よりも健康であることが
重要でございます。

福岡市では10年以内に4人に1人が65歳以上になるという推計から「人生1000年時代」を見据えて、誰もが住み慣れた場所で1人ひとりが心身ともに健康で「自分らしく」生きていける「長寿を心から喜べる街」を創るために「福岡100」の取り組みを進めています。

私ども老人クラブでも、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や地域

で支え合う仲間づくりにつなげて、自分自身の長寿の喜びが実感できるように健康寿命を延ばしていきたいものです。

さて、近年では、熊本地震、

朝倉地区の豪雨水害、広島豪雨と、地震や豪雨災害などが3年連続して発生いたしましたが、今年こそ地震・豪雨災害などが起こらないようにと、切に願ってやみません。



共通意識を持ち
会員減に歯止めを

また、会員の皆様には「平成30年7月豪雨災害」での被災地への「募金」の呼びかけにこころよく協力いただき、誠にありがとうございました。市老連に託された募金は、広島県と岡山県の老人クラブにお送り致しておりますので、ここにご報告申し上げます。

平成30年度は、会員増強運動を開始して5年目の最終年度となっておりますが、依然として、単位クラブの活動休止や解散するクラブが後を絶ちません。新

年のあいさつとともに、単
位クラブの存続に向けた取
り組みを引き続きよろしく
お願いいたします。

地域を活動基盤とする老
人クラブの活動を通して、
仲間づくり・地域づくりを
目指した幅広い活動を実践
しながら、健康で元気な高
齢者の仲間を増やしたいと
考えております。

本年が、会員の皆様方にとってお健やかで、災害のない年でありますことを心から祈念いたします、新年のごあいさついたします。

平成30年7月 豪雨災害

募金について

平成 30 年 7 月に西日本を中心に台風 7 号と梅雨前線により発生した集中豪雨被害に対し、各区老人クラブ連合会で募金を募り、合計 1,725,882 円の金額が集まりました（城南区シニア連は別途、日赤に 10 万円寄託）。ご協力ありがとうございました。

集まった募金は特に豪雨被害が大きく、受け入れを表明された広島県と岡山県の県老連に2分の1ずつ振り込ませていただきました。

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 |
| 🍷 ねりんピック富山2018の報告とわかやま2019の紹介 | 3 | 🍷 特集「七区の投稿」 | 8・9 |
| 🍷 交通安全・全老連活動表彰彰 | 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48回福岡市高齢者美術展 | 12 |
| 🍷 高齢者向けレシピ | 7 | | |

囲 碁					
市長賞	チャンピオン戦優勝	中央区	和田 英典	六段	
市議会議員賞	三・四段戦優勝	南 区	牟田 嘉彦	四段	
市老連会長賞	初・二段戦優勝	博多区	入江 正人	初段	
	級位戦優勝	中央区	森 健	1 級	
	チャンピオン戦準優勝	東 区	荒巻 詳治	六段	
	三・四段戦準優勝	早良区	門倉 正美	三段	
	初・二段戦準優勝	西 区	柴田 稔	初段	
	級位戦準優勝	城南区	錦戸 壽光	1 級	
将 棋					
市長賞	有段者戦優勝	中央区	若林 哲夫	四段	
市議会議員賞	級位戦優勝	西 区	吉田 和彦	3 級	
市老連会長賞	有段者戦準優勝	城南区	妙見 鉄也	四段	
	級位戦準優勝	博多区	大森 正雄	1 級	
最高年齢者賞					
囲 碁	城南区	初井 茂喜	85 歳	二段	
将 棋	西区	長友 忠昭	89 歳	六段	

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開催している。

大会の成績は別表のとおりです。（敬称略）



盤上の熱き戦い

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 31 名、将棋 2 部門に 28 名、計 59 名が参加しました。

競技は、囲碁は 8 人パート 4 回戦のスイス方式、将棋は 16 人パート 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。

第47回 福岡市高齢者囲碁・将棋大会
開催日：平成30年7月26日（木）
会場：福岡市市民福祉プラザ601会議室

第40回 福岡市高齢者ゲートボール大会

開催日：平成 30 年 10 月 17 日（水）
会場：山王公園



チーム一丸目指せ上位入賞

東・中央・南区を除く 4 区の 12 チーム、61 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、博多区の前田伊作さん、白垣悦子さんの選手宣誓、岡田会長と保健福祉局高木高齢社会部長など 4 人の始球式により、競技を開始しました。

参加チームは、2 コートで熱戦を繰り広げま

優勝	第 1 コート	城南区	片 江
	第 2 コート	早良区	早良区チーム
準優勝	第 1 コート	博多区	金の隈
	第 2 コート	博多区	親和会 A
年齢最高賞	男 性	博多区	下田 國太郎 92 歳
	女 性	博多区	白垣 タツミ 90 歳

試合の成績は、別表のとおりです。（敬称略）

7 区の大会で選ばれた 362 名が参加して、福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

岡田会長、保健福祉局 林高齢福祉課長のあいさつに続き、各区福祉介護保険課長の来賓紹介を行い、南区の勝野宗朗さん、井上富貴子さんの選手宣誓、市老連会長と来賓の始球式のあと競技を開始しました。

参加者は、3 コースに分かれ、日頃の練習



強豪362名が実力発揮

	赤コース	黄コース	青コース
優勝	倉掛 浩之 (南区 33 打)	菊地 得雄 (博多区 32 打)	畠山 悟 (西区 37 打)
準優勝	兼元 年勝 (西区 34 打)	徳丸 忠寛 (西区 36 打)	古市 順一 (早良区 39 打)
3 位	酒井 信行 (博多区 36 打)	小野 文義 (東区 36 打)	肝付 昭弘 (中央区 39 打)
年齢最高賞	男性	野口 一弘 (早良区)	92 歳
		高田 眞市 (城南区)	93 歳
	女性	川野 美恵子 (西区)	88 歳

※① 男性の最高年齢者は、元号誤りにより 2 名になりました。
② ホールインワン賞は 103 本出ました。



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

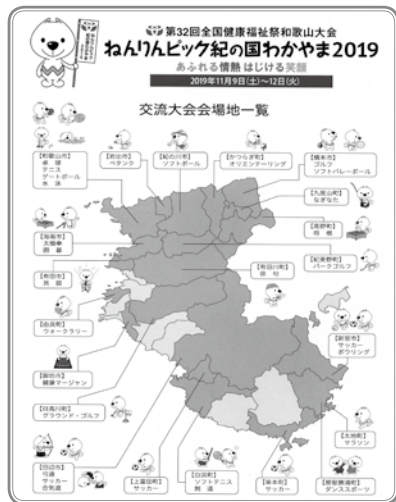
院長 林 研

博多区博多駅前 4 丁目 23-35

TEL 092-431-1680

今年は 和歌山県で開催

ねんりんピック紀の国 わかやま 2019



ねんりんピック紀の国わかやま 2019 での開催種目および開催市町村

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「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」は、11 月 9 日（土）から 12 日（火）の日程で、27 種目の交流大会が開催されます。

このうち俳句については募集句があります。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予定です。

【お問い合わせ先】
市老連事務局
(電話 713-1340)
(FAX 713-0157)

ねんりんピック富山2018

総勢150名 多くの種目で活躍

ねんりんピック富山は「夢つなぐ長寿のかげやき富山から」をテーマに全国から1万人以上が参加し、平成30年11月3日（土）から6日（火）までの4日間にわたり開催されました。

10月23日（火）には、福岡市役所講堂にて福岡市選手団の結団式が行われ、選手代表としてゲートボールの原口敏夫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150名がスポーツ交流大会（ゲートボール等9種目）、ふれあいスポーツ大会（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23種目に参加しました。

富山県総合運動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的の「富山きときと夢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、グラウンド・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者が参加しました。



ねんりんピック
富山
入場行進



「富山きときと夢KIDS」との交流



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

2018.10.17 開院しました。

たける眼科
TAKERU EYE CLINIC

眼炎症/網膜/緑内障/眼科一般

吉村 武 (よしむら たける)

福岡市早良区高取1-3-20ファインガーデン高取201
(地下鉄西新駅・藤崎駅より徒歩「高取商店街」)

☎092(846)3121 有り

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/>

桜坂中央外科

外科・整形外科・胃腸外科・肛門外科

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

脳神経外科・神経内科・リハビリテーション科

医療法人 光竹会

大橋 びり

大橋駅西口
徒歩1分

脳神経外科
神経内科

クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●

※休診日 日曜日・祝日
※第4日曜の翌月曜は午後休診

◎診療時間は変更になる場合がございます。詳しくはお問い合わせ下さい。

南区大橋 1-9-16 ☎511-5219

医療法人 光竹会

平尾 びり 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

休診日 日曜日・祝日

南区大橋 2-8-29 ☎092-534-5219

胃・大腸がんの早期発見に



しもむら内視鏡クリニック

Shimomura Endoscopic Clinic

南区大橋1-9-16 lente福岡4F ☎092-554-5855

<http://www.shimomura-clinic.jp>

地域に根ざした在宅医療を目指します

医療法人 兎月会 在宅療養支援診療所

如月福岡クリニック

kisaragi-fukuoka-clinic

往診は24時間対応

診療時間 月~金 AM 9:00~12:30
PM13:30~17:30

TEL:092-535-2500

FAX:092-535-2510

南区大橋1-32-14きさらぎビル4F

高齢歩行者の ここが危険!!

横断するとき、左右の安全を
確かめ、横断歩道を守りましょう。



①車の速度や距離の見誤り

車は遠くに見えていても危険です。
車が通り過ぎてから安全を確かめて横断しまし
よう。

②見通しの悪い場所などでの横断

カーブや車の力ゲなどの見通しの悪い場所や、
車の通過直後の横断はやめましょう。

③信号を無視して横断

通い慣れた道で、交通事故が多く発生していま
す。油断せず、交通ルールを守り、安全を確認
しましょう。

④夜、目立たない服装で外出

明るい服装で反射材を活用しましょう。

普段から明るい服の着用や反射材の活用を心
掛けて、運転者から目立つようにしましょう！

福岡県警察

全老連活動賞表彰(全老連会長表彰) ボランティア活動部門

【西区 西陵校区 陵友会】会長 木下 光

環境美化のため、市道の清掃活動や公園等で「ミニ花壇づくり」に取り組んでいる。

下校時の学童見守り活動と併せて、空き巣などの被害を防ぐためパトロール班を結成し、毎月2回以上巡回している。

これらの活動により、不法投棄が起きなくなったほか、空き巣や自転車盗などが非常に少なくなった。また、清掃活動により気持ちよくウォーキングができるようになり、ミニ花壇づくりから各家庭の花壇が増える成果があった。



ミニ花壇

【東区 和白東レインボークラブ連合会】 会長 山路 近彦

子どもの見守り活動をほぼ毎日実施するとともに、挨拶運動、公園・神社・学校等の清掃の実施（月2回）、資源回収のリサイクル活動、1円玉募金を通して災害被害地への支援、社会奉仕活動への参加（認知症声かけ運動・ふれあい交流会 年5回）、ラブアースクリーンアップへの参加などの活動を行っている。



【西区 姪浜校区老人クラブ連合会】 会長 古賀 興三

姪浜中央公園でグラウンド・ゴルフの練習時に公園の清掃活動として「ゴミ拾い」からスタートし、周辺住民や利用者等から感謝されている。また、忘れ物が誰にでも目に付くよう「忘れ物かご」を設置している。平成26年度には、西区役所から清掃依頼を受け、公園愛護会をつくった。



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

株式会社レーザマツシタ
代表取締役 松下 誠之助
福岡市東区筥松1丁目11-2
TEL 092-621-3931(代)
FAX 092-623-0538
工場 福岡市博多区西月隈2丁目1-12

緑と花で環境づくり
株式会社 北川緑地建設
代表取締役 北川 博良
本社 東区筥松1丁目16-4
TEL:092-621-2020(代) FAX:092-621-5615
営業所 田主丸・仙台

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 紙与天神ビル7F
営業時間 午前9:00～午後5:30/日祝休み

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



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)

よかドックは生活習慣病予防
のための健診です。

毎年度(4月1日～3月31日)に
1回受診できます。

対 象

40 ～ 74 歳の福岡市国民健康保険加入者
(平成 31 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

通常10,000円程度の
検査内容です。

料 金 **500 円**

※ただし、平成 30 年度中に 40 歳になる人 (S53.4.1
～ S54.3.31 生まれ)、または 50 歳になる人 (S43.4.1
～ S44.3.31 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

実施医療機関を
ご案内します

◆集団健診予約センター◆

TEL 0120-985-902

【受付日時】

FAX 0120-931-869 平日 9 時～17 時

保健福祉センター(保健所)等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。

けんしんナビ

検索

通信販売のルールを知って、 トラブルを未然に防ぎましょう

福岡市消費生活センター

事例



パソコンで『健康食品初回無料』とい
うネット広告を見つけ、お試しのつもり
で申し込んだ。

1 か月後、また同じ商品が届き、今度
は請求書が同封されていたので業者の手
違いだと思い連絡をすると「4 回以上の
定期購入を申し込みされた方に、1 回目

を無料で提供しますが、2 回目以降は通常価格で最低 4 回の購入が必要です。
その旨、利用規約や申込み時の確認画面にも記載しています」と言われた。

しかし、定期購入が条件とは気付かず申し込んだので解約したい。

アドバイス

○インターネット・テレビ・カタログショッピングなど、通信販売に
はクーリング・オフ制度がありません。

クーリング・オフとは、訪問販売などで消費者が冷静な判断をできな
いまま交わってしまった契約を、一定の期間内であれば無条件で解除で
きる制度です。

○注文前に、必ず購入条件や返品特約、選んだ商品・個数に間違いは
ないかをしっかりと確認しましょう。

特に「初回無料」など安さを強調した広告の場合、事例のように定
期購入が条件となっていることが多いので注意して下さい。

注文内容確認

注文内容を確認し、注文を確定してください(これが最後の手続きです。)
下記の注文内容が正しいことを確認してください。
[注文を確定する] ボタンをクリックするまで、実際の注文は行われません。

○注文詳細 変更

商品名 (定期購入コース)	○○定期購入 (5 か月間購入コース)	備考
商品価格	1, 000 円 (税抜)	初回 (月) 分
	3, 000 円 (税抜)	第 2 回～第 5 回分
送料	2, 500 円 (税抜)	5 か月分
消費税	1, 040 円 (税抜)	
総額	16, 540 円 (税抜)	5 か月間購入コース

○お届け先 変更

消費 太郎
〒100-XXXX
東京都千代田区霞が関 X-X-X

○発送方法: 宅配便 変更

○支払方法 変更

△△カード XXXX-XXXX
有効期限: 06/2020

TOPに戻る (注文は確定されません) 注文を確定する

注文確定する前に
[確認画面] に表示
された内容で本当に
注文してよいかを
最終チェック!



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

とっておきの作品を

句集

にしませんか?

.....
あなたが見た景色や感じた季節の情景...

それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか?

初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史

写真集

イラスト集

など

印刷物のことならなんでもおまかせください。
ご希望に添った一冊をお作りいたします!

見積無料



安心してお任せ下さい!

制作の流れです。
3つのステップで終始
弊社が担当します!

ご相談
ご希望の装丁や
部数をお伺いし
見積ります

制作・校正
制作はお任せ下さい
途中の校正で内容を
ご確認頂けます

印刷・お届け
ご指定の納品先へ
お送りさせて頂
きます

私たち編集のPROが一貫してサポートいたします!

お気軽に
お問合せ下さい

TEL 092-292-6538 FAX 092-292-6539



株式会社 ニチコミ
http://www.nichicomi.com

食べ物数え歌♪

1日に食べておきたい食べ物とその量を
数え歌で覚えましょう。
鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。



よく噛んで、歯を大切に!

第 56 回 福岡市高齢者保健福祉大会

開催日 平成30年9月3日(月)

会 場 福岡市民会館



高島福岡市長
あいさつ



100 歳お祝い状贈呈



7地区の芸達者ここに集う



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、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。今回も天候に恵まれ、1400名を超える観客が入場されました。

第1部の式典は、国家斉唱、物故者への黙祷、大会名誉会長の高島福岡市長あいさつ、岡田市老人クラブ連合会長あいさつの後、100歳を迎えられた方を代表して、中央区の高瀬アイさんと西区の薦田宜雄さん(代理受領)へ、大会名誉会長の福岡市長と市社協会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3園が参加。すばらしい演技が次々披露され、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

こころ伝わる響きあう
介護サービス **いちばん**
訪問介護・居宅介護

西区福重4-14-22 ネオハイツ新室見1F
TEL 092-895-3147
FAX 092-895-3148

内科・糖尿病内科
たけのしたクリニック
最近、足の筋力の衰えを感じていませんか？
生涯歩き続ける為に、足もとから健康を考えます。
ご自分の筋肉量を把握し、適切な食事・運動療法と一緒に考えましょう！

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00 (最終受付 12:30)	●	●	●	●	●	●	休
14:00~18:00 (最終受付 17:30)	●	●	●	●	●	休	休

TEL:092-834-3211
福岡市西区愛宕4丁目13-4
<http://takenoshita.net>

みやざき眼科
Miyazaki Eye Clinic

日帰り白内障手術・硝子体手術・緑内障手術

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45~12:15	○	○	○	○	○	○
13:45~17:00	○	○	○	○	○	△

福岡市早良区原5-15-17
☎092-407-2031

**ハコ・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。

セイワ世研 **TEL.092-715-0003**

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)
092-791-4864
お申込み
お問合せ
【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**

開業以来「初」の全面リニューアル！
福岡タワー
リニューアル オープン **2019 2月1日 (金)**
※2019年1月4日~1月31日まで
改装のため休館いたします。
●65歳以上の皆様は展望料金が500円
お問い合わせ ☎092-823-0234
<http://www.fukuokatower.co.jp>

ご家族に「最愛の人を任せたい」と
思っているサービスを目指しています

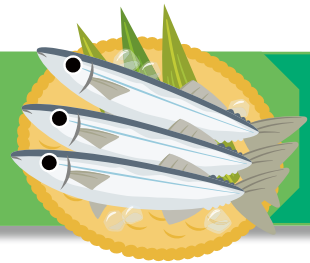
訪問介護 **ヘルパーステーション さくら**
身体介護 生活援助
福岡市博多区西月隈3-3-55
お気軽に
お問い合わせ下さい ☎092-409-9003
<http://www.yamaboushi-hanamizuki.jp/sakura/>

新春開運特選レース13※8

1/3 本 アノコ 藤本 トクジョー
1/6 本 加藤 菜 トクジョー

時間 5R・8R終了後(12:45頃~14:15頃) 場所 イベントホール
福岡市中央区那の津1-7-5
無理のない資金で、
余裕をもって楽しみたい。
BOAT RACE 福岡
電話投票コード 22番

さんま缶の卵とじ



いつまでも元気に暮らすための食事の基本は、バランスよく食べることです。そのためには主食・主菜・副菜を基本に、少量ずつでも多様な食品を組み合わせることを意識するとよいでしょう。

バランスよく食べることで、体に必要な栄養素を偏りなく摂ることができます。色々な種類の缶詰を買い置きしておく、非常用の備蓄食料としてだけでなく「あと一品」や買い物に行けない日等にも便利です。味付きの缶詰には、塩分が多いものもあります。卵や野菜と一緒に料理すると味付け不要で、栄養のバランスもとります。



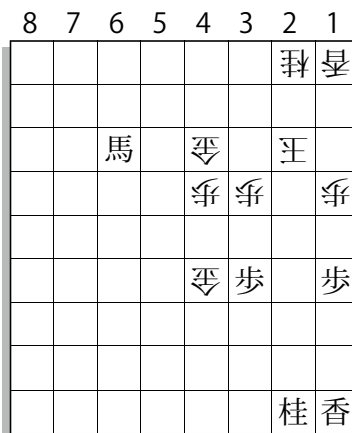
作以方



エネルギー	217kcal
たんぱく質	17.2g
脂質	12.5g
食塩相当量	0.9g

- ① フライパンか鍋に分量の水と、石づきを取って半分の長さに切ったえのきをほぐし入れて火にかける。
- ② さんまの蒲焼き缶をほぐし入れ、さやから出した枝豆を加えて強火にする。
- ③ 溶いた卵を全体に流し入れてさっと混ぜ、火が通ったら器に盛り、万能ねぎを散らし、レタスとミニトマトを添える。

出題者 小宮 信行
持駒..角、金、銀、歩、歩(13手詰)



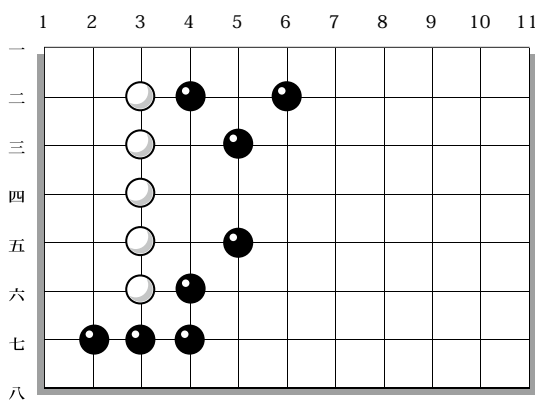
ヒント 解答は11ページ
実戦を題材にしました。盤に並べて下さい。

詰碁問題

出典…「玄々碁経」より

〔黒先白死〕

実戦によく生じる形です。
黒、どこまで踏みこみますか？



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

いつ起こるかわからない災害。
いざという時、慌てないのためにも、必需品をリュックなどにまとめておきましょう。

貴重品(現金・保険証など)
救急セット(常備薬または処方箋も)
飲料水(最低でも水500ml)
非常食(ナイフ・缶切り・栓抜きも)
懐中電灯・ロウソク
携帯ラジオ(予備乾電池)
ポケットティッシュ(ウェットティッシュ)
手袋(軍手)
タオル
ライター
雨具
予備の着替え

An illustration of various emergency supplies. It includes a blue plastic water bottle, a roll of white toilet paper, a roll of blue and white patterned paper, a yellow first aid kit with a red cross, and several blister packs of medicine.

紙おむつ
生理用品
メガネ・コンタクトレンズなどの日用品
※家族写真もあると、探す際に役立ちます。

折りたたみポリタンク
アルミ保温シート(体温の低下を防ぐ)
カイロ
おしりふき(大判で、体ふきに便利)
裁縫セット
帽子
ランタン
キャンプ用品



家に関する相談等、気軽にお問合せ下さい。

東区社領1-2-9 TEL 092-621-7035

「ニチコミ」のブログで
全国の老人クラブの
活動を紹介しています！
詳しくはホームページで！



ニチコミ

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

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、心筋こうそくなどの発症の原因になります。
- 特に心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。入浴時間を短くし、胸のあたりまでしかつかないように気を付けましょう。
- お湯の温度や浴室の温度だけでなく、脱衣所の温度にも気を配り、寒すぎないように心掛けましょう。



特集

七区の投稿

東区

終われない 迷える老羊

宮松校区
ねんりんクラブ連合会長
堤 章

内館牧子著書の「終わった人」と言う小説が館ひろしさん主演で映画になったのですね。そんな折、小生も思いがけずに細やかなお祝いを受け、ついに80歳になったのかと嬉しいような、ちよつぱり哀しい様な気持ちになりました。妻や子どもたちは仕事を辞めて、ゆつくりと何か好きな事でもしたらどうかと言う。自分に好きな事、やりたい事があるのかと思ひ巡らしてみたら特に何も出てこない。あえて一つ挙げるとすれば飲むこと位だろうか。若い頃、母から「働かざる者食うべから



ず「一日耕なくば食せず」と言う教育を受けて育った。ある日、畑の草取りをしている時の事、母から「アキラ、その手を休めるな」とキツイ言葉で叱られた。この言葉が私の中に生きている。今では3人の子どもと8人の孫、5人のひ孫に恵まれている。毎日仕事があるお蔭で、朝起きて新聞を取り、雨戸を開けて珈琲を立てる。パンか餅を焼きながら、果物を剥いて朝食に添える。午前6時30分に出勤し、軽トラックに道具を積み込み仕事場へ向かう。私の仕事は造園業庭師である。仕事が終わると決まってお客様から「来年も宜しくお願いします」と言われる。思わず「はい。ありがとうございます」と言ってしまう。

自分がいる。ここ数年「さて、この歳で来年もお客様の希望通りの仕事ができるのか。もしかして約束を守れないのではないか」と思うようになってきた。そう思いながら、今年もお客様との約束の日がやって来る。働けることで喜びと力が漲り、気分も高揚する。これこそ元気の源。そして今日も「終わらなくてはいいけない。でも終われない」という思いに揺れながら仕事へ向かう。

中央区

至福の呪文「鳩が豆食ってパ」

草ヶ江校区
第五草寿会会長
中村 厚資

私は3つの呪文を唱えている。呪文と言ってもおどろおどろしいものではない。料理で調味料を入れるときに唱える「サシスセソ」の類である。呪文を唱えるのは、旅行に行く前とお出かけ前である。どちらも携行品の忘れ物がないようにと唱える。いつの頃だったか記憶は薄い、雑誌の

ラムに「ビジネスマン必須の呪文・鳩が豆食ってパ」が目に残った。その内容は恐らく和製英語のサラリーマンから正規英語のビジネスマンに脱皮する時代の応援歌だったと思う。「鳩のハはハンカチ、トは時計、ガは蝦蟇口、豆のマは万年筆、メはメガネ、食つてのクは櫛、テは手

帳、パはパス」とだけ鮮明に覚えていた。私は旅行が好きで、何でも見てやろう式に一人で歩き回る旅行だが、出発間際の荷造りで忘れ物が多かった。そこで「鳩の呪文」にヒントを得「旅の携行品忘れ物チェックシート」を作り、ようやく忘れ物をなくした。私は今年で80歳になる。数年前から診察券と飲み薬が増え始め、物忘れが進行している。5年前、後期高齢者になったのを機に、お出かけ用必須の「鳩の呪文」を作り始めたが、忘れ物が増え呪文

を覚える自信が持てなかった。然らばと、前出ビジネスマン必須の呪文と併用して唱え易い呪文にした。「鳩のハは入れ歯のハ、トは戸締り、ガはガスや電気を消す、豆のマはマスク、メはメール・携帯、食つてのクは薬、テはティッシュ、パは福祉パス、カは鍵」である。お出かけ前の呪文を唱える時、何故かその煩わしさを忘れ、旅行計画を実行に移す前に感ずるあの高揚と至福を味わっている。

博多区

会員増強活動について

那珂南校区
寿町嶺寿会
伊藤 恵

平成25年4月に会長に就任して5年間で、会員26名（当初41名から現在67名）が増加し、4年連続で表彰を受けました。この成果は、嶺寿会役員の方々（特に女性）や友愛訪問委員の方々が会員増強の意義を理解し、勧誘活動に熱心



お互いをよく理解し合い、大変良好な関係にあります。この新しい人たちの情報や嶺寿会会員個々の知人や日常良くあいさつを交わす人々の情報を共有し、校区の行事（運動会・夏祭り等）や町内自治会の行事（餅つき大会・花見会等）の実施時や行事後に行う反省・懇親会実施中にその情報を十分生かして、個々に新しい人を勧誘入会させた結果と捉えて現在も継続実行中です。

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

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

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

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。

賀茂校区老人クラブ連合会では、子どもから高齢者まで世代を超えて交流を深めるため、平成26年度から3世代ソフトダーツ大会を開催しています。

早良区

3 世代ソフトダーツ大会で 一喜一憂

賀茂福寿会 和田 忍

今年度は、9月8日（土）賀茂小学校体育館で実施しました。6単位クラブから3世代3組ずつが参加しました。チームは小学校高学年、父母、祖父母で構成します。



競技種目は、カウントアップです。内容は1人が3本の矢を8回投げます。3世代の合計点で順位を決めます。標的の円盤には1から20までの数字が不規則に配置されています。円盤の外側と内側に狭い枠があり、その

枠内に矢が当たるとそれぞれ2倍、3倍の得点になり、20が3倍枠に当たると60点になります。競技は、小学校高学年から順に投げます。矢を投げる度に「当たった」「凄い」「なんてえー」などの声が飛び交い一喜一憂です。若男女が一堂に会し、楽しいひと時を過ごすことができました。



この大会が「賀茂に住んで良かった。住み続けたい」そんなまちづくりの一助になれば幸いです。今後参加者が増え、大会が益々盛況になることを祈念しております。

飯盛神社は早良郡の一宮であったと考えられ、鎌倉時代には73町余りの社領を持っていました。戦国時代の頃になると衰退し、社領も18町余りに減少し、その信仰圏、宗教的勢力圏も飯



南区

南区シニア祭りに出展して

高木校区寿会 会長 森 申二郎

7月28日、アミカス4階ホールで第4回南区シニア祭りが開催されました。シニア祭りは、南区シニア連の会員で地域で色々な教室や活動に取り組んでいる人が一堂に集まり、生きがいと健康づくりを進めるものです。手芸、創作絵手紙、マジック、デコパージュ、切り絵、博多独楽、けん玉、ダーツ、

食育コーナーの9つのコーナーに分かれて行いました。来場者244名、スタッフ64名、計308名の参加でした。各コーナーから出上がった作品を手に、喜びの笑顔や高得点の歓声が上がりました。私のマジックコーナーも電卓を使ったマジックや風船で作る可愛い子犬に喜びの声が満ち溢れて



いました。笑いは生きる活力で「笑う門には福来る」の諺もあり、ガン細胞も攻撃する力があるそうです。高齢者の活力と笑顔、他のシニア連でも是非検討のうえ実施されてみてはいかがでしょうか。会員の皆様から、大喜びの声が上がりますよ。

西区

西区の飯盛神社

金武校区 老人クラブ連合会会長 倉光 利信

飯盛神社は、旧早良郡七力村の惣社で、飯盛山を御神体として、伊弉冉命・誉田別命・玉依姫命を祭神としています。上宮、中宮、下宮の3力所が祭られていましたが、現在は下宮のみ残されています。上宮跡地である山頂からは永久2年（1114年）の銘を持つ瓦経が発見されており、古代へ遡る可能性は高いと言われております。



飯盛神社

また、その年の豊凶を占う「かゆ占」は、県指定の無形民俗文化財に指定されています。10月9日には市指定の無形民俗文化財である「流鏑馬」が行われます。

私たちは福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

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

納骨堂加入受付中

曹洞宗

明光寺

博多区吉塚3丁目8-52

TEL 092-621-2698

FAX 092-621-2647

病気の早期発見と予防につとめよう

1. 健康診断や健康相談を活用しよう
2. 健康について学習しよう
3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう
4. 歯を大切にしよう



全国老人クラブ連合会関連事業の報告

第 47 回 全国老人クラブ大会

12 月 4 日（火）・5 日（水）に沖縄県宜野湾市で約 1,600 名が参加し、開催されました。

本大会は 4 部会に分かれ、第 1 部会「私たちの地域を支え合おう～新地域支援事業への参画」、第 2 部会「仲間を増やそう～会員増強運動の推進」、第 3 部会「老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン」が発表されました。第 4 部会「演じる活動」では創作劇、コーラス、演奏、伝統芸能などの実演と活動を通した仲間づくりなどが発表されました。

本市老連は、市老連理事等 18 名が参加し、大会では、次の役員・団体が表彰を受けました。



式典の様子



各部会の様子

《全老連会長表彰》

【育成功労者表彰】

野上義治（前 博多区老人クラブ連合会長）
久光春枝（南区シニアクラブ連合会副会長）

【優良老人クラブ表彰】

生の松原 長寿会（西区 西陵校区）

自治会と二人三脚で地域に根を下ろした活動を展開している。会員が今一番やってみたい遊び（活動）をリストアップし、自治会と話し合い、必要なスポーツ用具、音楽器具を購入し活動している。また、区役所や公民館、校区老クラブと協力して広報活動を実施している。

【優良老人クラブ連合会表彰】

別府校区老人クラブ連合会（城南区）

城南区で第 2 の規模の校区老連でありながら会員数を維持している。友愛訪問を積極的に実施するほか、グラウンド・ゴルフやソフトダーツで健康活動を行い、小学生とのさつまいもの苗植え、芋ほり、焼き芋パーティーを行っている。

第 29 回「老人クラブ女性リーダーセミナー」

【開催日】 平成 30 年 10 月 11 日（木）～ 12 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
博多区老連副会長 阿部 悦子

【テーマ】

「老人クラブ組織の発展に向けて 示そう！女性パワー」

【事例発表】① 女性委員会が主管した

「認知症サポーター養成講座」

② 女性の単位クラブ会長を増やす取り組み 他

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

【開催日】 平成 30 年 7 月 5 日（木）～ 6 日（金）

【会 場】 鹿児島県「城山ホテル鹿児島」

【参加者】 市老連理事等 12 名

テーマ・研修プログラム

第 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」

「健康づくり・介護予防活動の推進」



第 1 研究部会（発表者：博多区老連 檜橋貞雄会長）

第 2 日目

◎ 講 演

テーマ「地域から世界へ」

講 師 鹿児島県経済同友会代表幹事 津曲 貞利 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48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 日本画：榎 孝陽先生

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。

【日本画】榎孝陽先生 「今年の市長賞には、日本画から『夕暮の中洲』を描いた原田政光さんが選ばれました。空の色、ビルの明かり、川面に映ったネオンの表現など、よく観察し、岩絵具を巧みに駆使して描いた、優れた作品です。」

【洋画】尾花剛先生 「今回、特に目を引いたのは、山崎正博さんの『防人』です。心象的な表現法で描かれ、深い精神性、歴史性を感じさせられる作品です。賞外の中にも良い作品がいくつも見受けられました。」

【書】池末礼禧先生 「本年の書部門は、表現が多形で篆隸楷行草かなと全書体の作品が出品され、それぞれ優秀な作品ばかりでした。会長賞の江頭さん、篆書全泥での写経。高齢 93 歳の高田さん、毎年圧巻の作品で大佳。」

【写真】西園禮三先生 「応募作品を風景、スナップ、その他に分けて順位を付けたところ、スナップのトップの作品を私の総合順位の 1 位と決定することにしました。スナップ撮影で見物人も多いのに、不要なものは何も入れず、画面に写る人物は、炎や煙の中など実に思い通りの写真が出来たことは、幸運にも恵まれましたが、幸運も実力のうちです。おめでとうございます。」

【工芸】松尾まさこ先生 「工芸は今年も力作揃いでした。会長賞は全て三角で水と木々の煌めきを表現した斬新な手法がお見事です。金賞は張りのある口クロ技術が秀逸。銀賞は構図と配色のセンスが光っています。最高年齢者賞 101 歳 !! 感動です。」

みんなの広場 文芸欄



俳句

鴨の陣敷くや多々良の戦跡に

東区 名島校区松崎第三松寿会 白水 智子

店先に喜びつどう実る秋

中央区 福浜校区第四福寿会 森 カズ子

秋さぶし愛し五木子守歌

中央区 当仁校区第二仁寿会 瀬戸 初美

香高く写経肅しゆく風さやか

早良区 飯倉校区千隈三丁目福寿会

源五郎丸 文恵

案山子立つ老人ホームの真向いに

西区 壱岐南校区野方福寿会 的野 しづ子

短歌

吾の植えしかつお菜二株青々と

博多雑煮を親族と祝う

東区 名島校区名島第五健寿会 真鍋 峰子

年老いて互い見せ合う元気さは

何より勝る良菜かな

博多区 奈良屋地区第二そうたん会 淵上 勝彦

国宝と呼ばれる神社に詣でする

異国の言葉もあちこちで聞こゆ

中央区 当仁校区第八仁寿会 原 勉

たくましく酷暑を糧に育ちたり

早苗は伸びて早や稲穂出ず

南区 高木校区寿会 上田 絃

昭和から平成生きしわが命

平成もはや終わらんとする

城南区 鳥飼校区りんどう会 山本 武子

歎異抄独り夜長の友として

晩秋の夜はしずもりて居り

早良区 原校区長寿会 西田 久子

川柳

優勝へ黄色い風船応援の和

博多区 東吉塚校区なかよしの会

稲益 満

介護士に孫の自慢をして独り

南区 高木校区高木町サンクラブ

森園 かな女(要子)

あつさりと高齢ですと医者と言う

城南区 田島校区第6桜会

山野井 豊子

大火鉢囲んで焼いた餅の味

西区 姪浜校区新寿会

片山 悦子

《年寄りの戯れ言》

福岡市一人一花で美化推進

西区 壱岐校区西の丘ゆうゆう会 三ヶ尻 博司

※ 投稿は各区老人クラブ連合会へお願いします。

※ 訂正・おわび

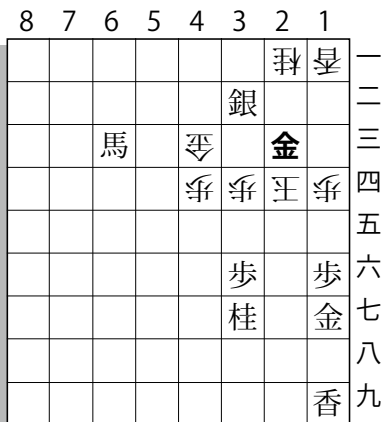
平成30年7月15日号の俳句で漢字のルビに誤りがありました。「もっこ」↓「ぼけ」に訂正しお詫び申し上げます。

城南区石井和子さん
「ひしめきて紅を競いつ木瓜の花」

詰将棋の解答

(○印内の数字は手順)

- ① 3 二銀
- ② 2 四玉
- ③ 2 五歩
- ④ 同玉
- ⑤ 2 六歩
- ⑥ 同玉
- ⑦ 3 七角
- ⑧ 同金
- ⑨ 1 七金
- ⑩ 2 五玉
- ⑪ 3 七桂
- ⑫ 2 四玉
- ⑬ 2 三金まで

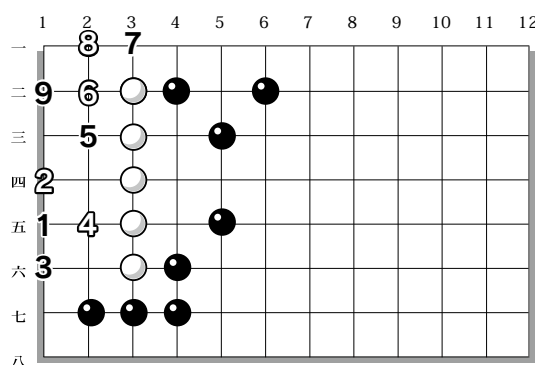


詰み上がり図

解説 初手 3 二銀に対して同玉は、4 一角から早詰みです。7 手目の 3 七角が好手で、2 五玉は 1 七桂から早詰みです。6 三の馬が良く効いています。

詰碁解答

黒1とケイマに打ち、白2ツケに黒3が冷静。以下、黒9まで白死。黒1で2の大ケイマはコウになり、失敗。





市老連会長賞 書
江頭 康子(東区)
般若心経



市保健福祉局長賞 洋画
山崎 正博(西区)
防人



市老連会長賞 工芸
石橋 笑子(西区)
溪の秋



市老連会長賞 写真
濱嶋 寛和(東区)
護摩供・祈願



福岡市長賞 日本画
原田 政光(東区)
夕暮の中洲

芸術の秋 102点の秀作一堂に



第48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)

「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。

平成30年度は、10月11日(木)から10月16日(火)の6日間、福岡アジア美術館の交流ギャラリーにて開催しました。

展示作品は、洋画30点、日本画11点、書13点、写真31点、工芸17点の合計102点で、会期中は900名を超える方々が来場されました。

表彰式は美術展最終日の10月16日(火)に市長賞、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33名を表彰しました。続いて交流ギャラリーで部門別に審査員によるギャラリートークを行い、出品者は熱心に講評に耳を傾けられていました。

年齢を感じさせない作品は多くの来場者の感動を呼び、好評のうちに美術展を終了しました。

表彰者一覧 (敬称略)

賞・部門		氏 名	作 品 名
特別賞	福岡市長賞 日本画	原田 政光（東 区）	夕暮の中洲
	市保健福祉局長賞 洋画	山崎 正博（西 区）	防人
	市老連会長賞 書	江頭 康子（東 区）	般若心経
	市老連会長賞 写真	濱嶋 寛和（東 区）	護摩供・祈願
	市老連会長賞 工芸	石橋 笑子（西 区）	溪の秋
金 賞	洋 画	野口久美子（城南区）	カサブランカ
	日本画	米村 洋子（南 区）	窓辺の韻
	書	高田喜代子（博多区）	杜甫詩
	写 真	宮邊 政城（東 区）	残照
	工 芸	吉村 修一（中央区）	鉄釉壺 14

最高年齢者賞

男性(写真)	前田 茂勝(西 区) 93 歳	水上幻想
女性(工芸)	上野サダ子(西 区) 101 歳	101 の年輪

編集後記

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。

「平成30年7月豪雨災害」の募金にご協力いただき、ありがとうございました。おかげで広島、岡山県老連に支援することができました。

最近、福岡県内で「警察官」や「百貨店従業員」を名乗ってキャッシュカードをだまし取る詐欺が相次いでいます。会員の皆様はお気を付けてください。よいお年をお迎えください。

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

公益財団法人福岡県結核予防会
福岡結核予防センター

◇ 胸部疾患一般 [マルチスライスCT デジタルX線装置完備]

肺炎・結核・肺がんなど
呼吸器系疾患の検査・治療を行っています。

◇ 各種ワクチン(海外渡航用ワクチン等)
◇ 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

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

地方独立行政法人 福岡市立病院機構
福岡市民病院

院長 桑野 博行

診療受付時間
平日 8:30~11:00(救急は24時間受付可)

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
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/>

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

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・認可保育所併設)

地域複合
福祉センター

社会福祉法人
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)

いと楽し 福岡 検索

ブログ等で「いと楽し」の運営の様子を発信しています。ぜひご覧ください。

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594店舗
47都道府県にチェーン展開
(2018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
ご特長は 日本調剤

各種クレジットカードご利用可
JCB VISA Mastercard

福岡県福岡市中央区天神 1-6-8
天神ツインビル 4F
TEL 092-716-4061(代表)
<http://www.nicho.co.jp>