



福岡

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>

新年あ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。

昨年は新型コロナウイルス感染症が5類感染症となり、これまでの制約も緩和され、ようやくコロナ禍前の生活に戻つてきております。

全国老人クラブ大会や九州ブロック老人クラブリーダー研修会また、市老人会や高齢者福祉大会も例年どおりの開催となり、各単位クラブや区老連の事業も普段の活動に戻っていることと思います。

さて、我が国では急速な人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加し、防犯などの面からも高齢化により超高齢社会を迎えておりますが、一事件が年々増加するなど、私たち高齢者を取り巻く環境はますます厳しいも

新規感染症が5類感染症となり、これまでの制約も緩和され、ようやくコロナ禍前の生活に戻つてきております。

全国老人クラブ大会や九州ブロック老人クラブリーダー研修会また、市老人会や高齢者福祉大会も例年どおりの開催となり、各単位クラブや区老連の事業も普段の活動に戻つてきております。

さて、我が国では急速な人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加し、防犯などの面からも高齢化により超高齢社会を迎えておりますが、一事件が年々増加するなど、私たち高齢者を取り巻く環境はますます厳しいも

新規感染症が5類感染症となり、これまでの制約も緩和され、ようやくコロナ禍前の生活に戻つてきております。

全国老人クラブ大会や九州ブロック老人クラブリーダー研修会また、市老人会や高齢者福祉大会も例年どおりの開催となり、各単位クラブや区老連の事業も普段の活動に戻つてきております。

さて、我が国では急速な人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増加し、防犯などの面からも高齢化により超高齢社会を迎えておりますが、一事件が年々増加するなど、私たち高齢者を取り巻く環境はますます厳しいも



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 森山 忠明

のとなつております。

このような中で、私たちの老人クラブは、地域を基盤として、これまで仲間づくりを基本に、生き

がいと健康づくりを目指して、元気な高齢者を増やす明るい長寿社会づくりに努めてまいりました。

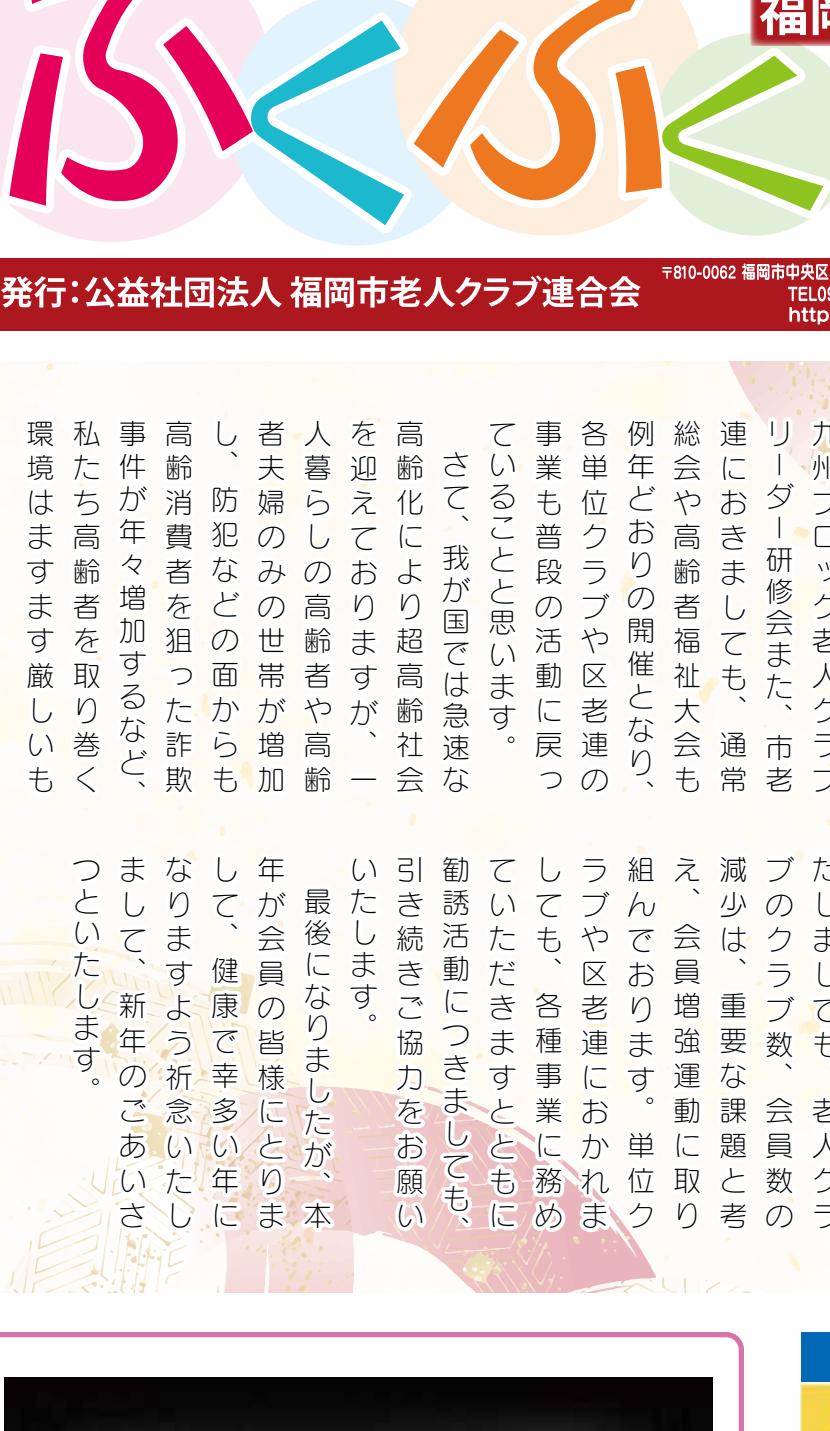
しかし、全国的に見ても老人クラブの減少傾向は

減少は、重要な課題と考

り、会員増強運動に取り組んでおります。単位ク

ラブや区老連においても、老人クラブのクラブ数、会員数の

減少は、重要な課題と考



第62回福岡市高齢者保健福祉大会

8月26日（月）、福岡市民会館にて、「第62回福岡市高齢者保健福祉大会」を開催しました。

（詳細は、6ページをご覧ください）

新型コロナウイルス感染防止に配慮した活動のポイント

「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう!



距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

▶▶▶ 市・各区老人クラブ連合会等事務局 ◀◀◀

福岡市老人クラブ連合会	中央区荒戸3-3-39	☎ 713-1340 FAX 713-0157
東区ねんりんクラブ連合会	東区箱崎2-54-1	☎ 645-1074 FAX 631-2191
博多区老人クラブ連合会	博多区博多駅前2-8-1	☎ 419-1085 FAX 441-1455
中央区老人クラブ連合会	中央区大名2-5-31	☎ 718-1140 FAX 771-4955
南区シニアクラブ連合会	南区塩原3-25-3	☎ 559-5129 FAX 512-8811
城南区シニアクラブ連合会	城南区鳥飼6-1-1	☎ 833-4107 FAX 822-0911
早良区老人クラブ連合会	早良区百道2-1-1	☎ 833-4397 FAX 833-4397
西区老人クラブ連合会	西区内浜1-4-1	☎ 895-7107 FAX 881-5874

紙面のご案内

- 老人クラブ連合会主催事業の実績報告
- ねんりんピックはばたけ鳥取2024の報告、ねんりんピック岐阜2025の紹介
- 女性部会研修会の実績報告
- 交通事故をなくす福岡県県民運動本部啓発記事
- 保健福祉大会（演芸発表会）の実績報告
- 高齢者向けレシピ、消費生活センター啓発記事

- 特集「七区の投稿」
- 全国老人クラブ大会の報告
- 九州ブロック老人クラブリーダー研修会の報告
- 「みんなの広場」文芸欄、第54回高齢者美術展講評
- 「詰碁」「詰将棋」問題・解答
- 第54回福岡市高齢者美術展

この広報紙は、共同募金の配分金によって作成されたものです。

大会は、森山市老連会
ました。
れた。当
た。30
本の合
計で88
本でし
ました。
れのも
ンドゴル
フ白和に
なり
ました。
野球場で
開催しま
した。
11月7日
(木)「第23
回福岡市高
齢者ゴルフ大
会」を中
央区の舞鶴公園球技場
で開催しました。
当日は清々
しい秋晴
れのもと、絶好のグラ
ウンドゴルフ大
会となり
ました。



《大会結果》 (敬称略)

順位	赤コース	黄コース	青コース
優勝	磯野 耕三郎 (南区 34打)	寺本 利美 (南区 33打)	畠山 悟 (西区 28打)
準優勝	中村 秀幸 (西区 35打)	大塚 淑子 (博多区 36打)	庄崎 勝 (西区 40打)
第3位	吉野 文三郎 (博多区 37打)	日下部 浩二 (博多区 38打)	靭野 良孝 (南区 42打)
第4位	牧田 捷男 (南区 37打)	中島 牧雄 (南区 39打)	中村 一機 (南区 42打)
第5位	白幡 擴 (中央区 37打)	上田 健一郎 (中央区 39打)	菊池 得雄 (博多区 42打)
最高年齢者賞	男性 野口 一弘 98歳 (早良区)		
	女性 菊池 知子 93歳 (西区)		

最高齢者賞



野口 一弘さん(98)
早良区



菊池 知子さん(93)
西区

もともとゴルフもしていましたが、グラウンド・ゴルフは10年前から始めました。よく遊ぶことが健康の秘訣です。

毎日歩いています。グラウンド・ゴルフをはじめボウリングや3B体操を10年以上長く続けています。

第6回福岡市高齢者ゴルフ大会

9月20日(金)、第6回福岡市高齢者ゴルフ大会をセブンミリオンカントリークラブにて開催しました。当日は福岡市各区より100名が参加し、爽やかな空気の中、元気にフルスイング。



今大会のグロススコア上位3名は、令和7年10月18日(土)~21日(火)開催予定の「ねんりんピック岐阜2025」で行われるゴルフ交流大会の福岡市代表候補者となります。



《大会結果》 (敬称略)

順位 (ダブルペリア式)	氏名	区	GROSS	NET
優勝	中園 正孝	西	91	70.6
準優勝	今林 重行	早良	97	70.6
第3位	岩井 義秋	中央	102	70.8
第4位	須川 哲治	東	89	71.0
第5位	間部 丞詞	東	89	71.0

《ゴルフ大会協賛会社》

- ・西新ゴルフセンター(西鉄ウェルネス株式会社)
- ・有田ゴルフガーデン
- ・島手そめん販売株式会社
- ・日本ハムマーケティング株式会社 福岡営業所
- ・株式会社あおやぎ



訪問看護ステーションmam

博多区東那珂2丁目10-55
原まるまん第一ビル405

chill 訪問看護 chill

東区馬出四丁目5番8号
グレースコート九大病院前1階 103号室

株式会社show

tel : 092-260-7461



株式会社エムライズ

福岡市博多区板付1丁目10-31

TEL 092-412-0002

サービス工場 福岡市博多区西月隈3-2-64
TEL 092-472-5475

たはら皮ふ科クリニック

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

※受付は診療終了時間の15分前までとなります。

休診日:日曜・祝日(木曜午後・土曜午後)

南区若久5丁目24番10号

TEL 092-542-5035



しみず動物クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	/	○	○	○	○	○
16:00~18:30	○	/	○	○	○	○	○

●休診日:火曜日・祝日・日曜午後 ●手術・往診時間/13:00~16:00

福岡市南区清水2-9-28 正徳ビル1F

TEL.092-557-8001

私たち福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

私たち福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

私たち福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

私たち福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

来年度は岐阜県で開催

第 37 回全国健康福祉祭ぎふ大会 (ねんりんピック岐阜 2025)



マスコットキャラクター／ミナモ
キラキラした川の水面（みなも）
に住む妖精で、水色は岐阜の清流
を、黄色は太陽とみんなの笑顔を
イメージしています。

お問い合わせ先
福岡市老人クラブ連合会事務局内
全国健康福祉祭参加事業福岡市実行委員会事務局
電話 092-713-1340 / FAX 092-713-0157

来年度のねんりんピックは、岐阜県にて「清流に 輝け ひろがれ 長寿の輪」をテーマに、令和 7 年 10 月 18 日（土）～10 月 21 日（火）の日程で開催されます。

期間中は、テニスやダンススポーツなどのスポーツ交流大会と囲碁、将棋などの文化交流大会、合わせて 31 種目が行われます。

文化交流大会のうち、俳句については、募集句があります。応募要領は、後日、福岡市老連のホームページにも掲載予定ですので、奮ってご応募ください。

「ねんりんピック」の参加募集は、「全国健康福祉祭参加事業福岡市実行委員会」で行っています。



開会式の様子

第 36 回全国健康福祉祭りんピックはばたけ鳥取 2024 は「咲かせよう砂丘に長寿と笑みの花」をテーマに、全国から選手、観客を含め延べ約 40 万人が参加し、令和 6 年 10 月 19 日（土）～22 日（火）の 4 日間にわたり、29 種目が鳥取県内各地で開催されました。

これに先立ち、10 月 11 日（金）、ふくふくプラザのふくふくホールにおいて、荒瀬副市長をお迎えし、福岡

市選手団の結団式を行いました。式では、選手代表としてマラソンの佐藤敦美さんが力強い決意表明を行いました。

今大会は、福岡市選手団の森山忠明団長以下、総勢 101 名（選手 90 名）が、スポーツ交流大会（卓球等 7 種目）、ふれあいスポーツ交流大会（グラウンド・ゴルフ等 6 種目）、文化交流大会（囲碁等 3 種目）の計 16 種目に参加しました。

総合開会式は、鳥取県立布勢総合運動公園陸上競

福岡市選手団 ～多くの種目で大活躍～ ねんりんピックはばたけ鳥取 2024



技場で開催される予定でしたが、荒天のため、急遽鳥取県民体育館に変更となり、規模を縮小して実施されました。グラウンド・ゴルフ、ゴルフ、囲碁、将棋の 4 種目には、市老連大会の上位入賞者が参加しました。また、境港市民交流センターと倉吉博物館で開催された美術展には、昨年度の福岡市高齢者美術展で受賞された作品の中から 8 点を出品し、写真の部で松山明子さんが銀賞、工芸の部で高橋幸子さんが銅賞を受賞されました。



来年度のねんりんピックは、岐阜県において「清流に 輝け ひろがれ 長寿の輪」をテーマに、令和 7 年 10 月 18 日（土）～21 日（火）の日程で開催されます。

来年度のねんりんピックは、岐阜県において「清流に 輝け ひろがれ 長寿の輪」をテーマに、令和 7 年 10 月 18 日（土）～21 日（火）の日程で開催されます。

各交流大会においては、ウォーキング・ゴルフの久原正壹さんが、上位の成績を収められました。また、テニスの安部恭輔さん（85 歳）、ボウリングの筒井嘉孝さん（81 歳）、ソフトバレーボールの松本武昭さん（82 歳）、ダンススポーツの村田悦子さん（83 歳）の 4 名の方が、各競技別の高齢者賞を受賞されました。

私たちには福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

脳神経外科・脳神経内科・リハビリテーション科
医療法人 光竹会
大橋 ごり
大橋駅西口 徒歩 1 分
脳神経外科
脳神経内科 クリニック
診療時間 月～木曜日 9:30～13:00 (受付 12:30まで)
15:00～19:00 (受付 18:30まで)
【休診日】日曜日・祝日・木曜日午後
◎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

平尾ごり脳神経外科
クリニック
医療法人 光竹会
診療時間
平日・土曜 午前 9:30～12:30 (受付 12:00まで)
午後 13:30～18:30 (受付 18:00まで)
水曜 午後 13:30～18:00 (受付 17:30まで)
休診日 日曜日・祝日
南区大橋 TEL 2-8-29 ☎ 092-534-5219

FEP 電気めっき業
福岡メッキ技研工業(株)
本社工場 福岡市博多区上牟田1丁目2-6
TEL (092) 411-3107 (代表)

福岡市上下水道指定工事店
株式会社 ミヤビ工業
miyabi
福岡市東区千早1丁目20番13号
TEL 092-410-8833

食事のヒント
高血圧予防
1. だしを効かせる
2. 香りを利用する
3. 酸味を利用する
4. 油を利用する
5. 食材本来の持ち味を生かす
ポイントは

鼻炎・花粉症を和らげるツボ
指でツボをしっかりと押さえましょう。
肺穴 大腸
合谷
※食後 30 分位・お酒を飲む前は避けましょう。
異常を感じたら止めてください。

認知症に勝つ!
楽しい脳トレ
クロスワード クイズ など
まずはクリック!
脳トレ ニチコミ 検索

ケア・ルートサービス株式会社
業務内容
・紙おむつの販売/回収/リサイクル(水溶化処理)
・福祉用具の販売/レンタル及びメンテナンス業務
・私物衣類洗濯及びマットレス等の消毒殺菌業務
〒812-0881 福岡市博多区井相田1丁目10番40号
TEL 092-588-3361 FAX 092-588-3362
http://www.careroot.co.jp



基調講演の様子

続いて行われた基調講演では、株式会社明治の管理栄養士である中上結恵氏を講師にお迎えし、「カラダは食べ物からで生きている」人生100年のヒ

た。

その温かい言葉に、会場は一体感に包まれ、研修会の幕が開けました。

続いて行われた基調講演では、株式会社明治の管理栄養士である中上結恵氏を講師にお迎えし、「カラダは食べ物からで生きている」人生100年のヒ

きに包まれ、研修会の幕が開けました。

感謝とともに、「女性部会の皆さんのが地域の支えとなっています。これからもその素晴らしい力を發揮し、地域をより豊かにしていきましょう」と力強いメッセージを贈られました。

12月10日（火）、福岡市市民福祉プラザふくふくホールにて、福岡市老人クラブ連合会女性部会研修会を開催しました。

開会にあたり、行友会長がございさつされ、日頃の活動への感謝とともに、「女性部会の皆さんのが地域の支えとなっています。これからもその素晴らしい力を發揮し、地域をより豊かにしていきましょう」と力強いメッセージを贈られました。

感謝とともに、「女性部会の皆さんのが地域の支えとなっています。これからもその素晴らしい力を發揮し、地域をより豊かにしていきましょう」と力強いメッセージを贈られました。

食事と運動、元気の秘訣を再発見



【開会のことば】
女性部会部会長
行友 ハルミ 氏

新規加入クラブ紹介

新規に加入された1クラブをご紹介します。
クラブの「設立の動機」や「活動内容」などをお尋ねしました。

西区壱岐南校区 橋本健寿会 会長 棕梨 幸治



西に叶岳を臨み、早良の平野部を流れる室見川中流の西側に位置する橋本。黒田藩三代藩主・光之公御生誕の地でもあり、橋本八幡宮は1482年からの鎮守の社です。一方、2005年には地下鉄七隈線が開業。歴史と伝統を守りながら新しい街づくりが始まりました。

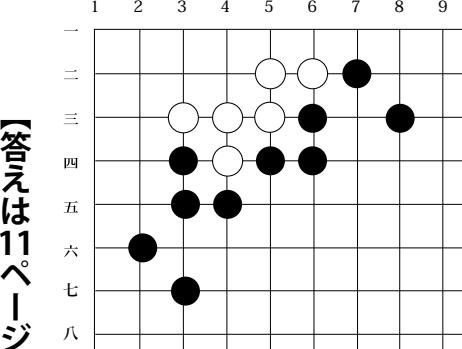
私たち「健寿会」の会員は、小学生の登下校時の旗振りや子ども会の集団回収の手伝いなどに積極的に参加しています。また、「壱岐いき踊り隊」やグラウンドゴルフの愛好者も多くいます。

これまで、会員相互の親睦と融和を目的とする食事会が主な活動でしたが、もっと活動の幅を広げ活動をアピールしていこうと、校区シニアクラブに加入しました。

加入後さっそく「シニアグラウンドゴルフ大会」に6人が参加して他のクラブの方と交流しました。また、「壱岐いき踊り隊」は「西区高齢者芸能大会」（7月18日開催）で第3位となり、8月26日の「福岡市保健福祉大会」にも出場し、多くの方に知っていました。

今後とも仲間としてよろしくお願ひ致します。

【いきいきクラブ体操】



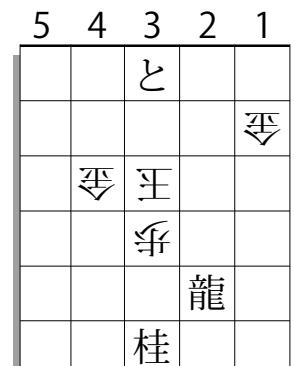
【答えは11ページ】

〔黒先白死〕
2ノ6の黒石が働きます。
踏み込んだ一手で白石を
トルことができます。

出題者 堀内 勉

詰碁問題

ヒント
強手。
角に活躍。
5手目



出題者 小宮 信行
持ち駒 .. 角 (7手詰)

詰将棋問題

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。



の着用を!!

夜間外出の際は

- ⑤1日1回は外に出よう
- ⑥友達や仲間をつくろう
- ⑦社会活動をすすめよう
- ⑧家族の協力で自立につとめよう
- ⑨保健・福祉サービスを上手に利用しよう
- ⑩私は _____ ができる

あなたができる目標を1か条加えましょう

「ねたきりゼロ」10か条



- ①健康なからだをつくろう
- ②病気の早期発見と予防につとめよう
- ③事故防止に心がけよう
- ④メリハリのある毎日を送ろう



あなたができる目標を1か条加えましょう

令和 6 年
11 月 1 日施行

福岡県の

飲酒運転撲滅条例※が改正！



福岡県

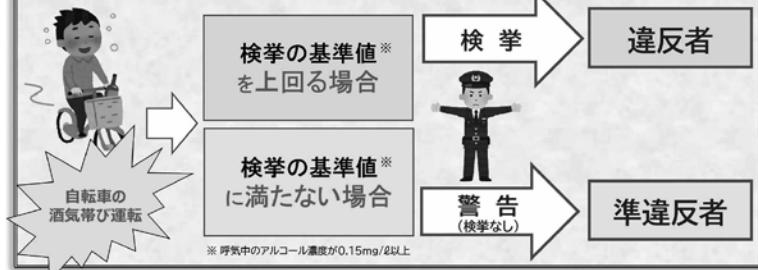
※ 福岡県飲酒運転撲滅運動の推進に関する条例

自転車を酒気帯び運転すると “違反者”または“準違反者”に！

※ 酒酔い運転（アルコールの影響により正常な運転ができないおそれのある状態で運転）で検挙された者は、これまでどおり「違反者」となります。



条例上の自転車の酒気帯び運転による違反者・準違反者の定義



条例では、自転車の酒気帯び運転で検挙された者（違反者）及び警告を受けた者（準違反者）は、自動車や原動機付自転車と同様、アルコール依存症に関する診察や飲酒行動に関する指導を受ける義務等の対象となります。



問合せ先：福岡県 人づくり・県民生活部 生活安全課
(交通事故をなくす福岡県県民運動本部事務局)

TEL: 092-643-3167
FAX: 092-643-3169

令和 6 年 11 月 1 日 飲酒運転撲滅条例改正！どうなる？？

道路交通法改正※に伴って、飲酒運転撲滅条例が改正されたらしいけど、自転車の酒気帯び運転をすると、どうなるの？



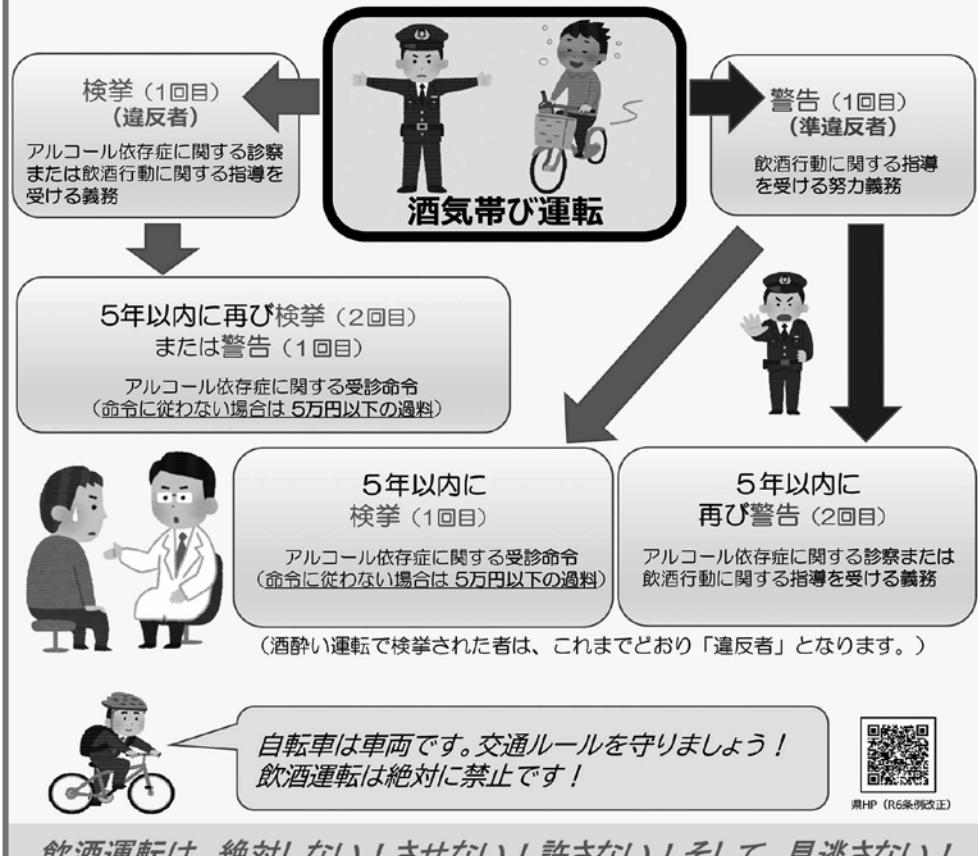
条例では、自転車の酒気帯び運転で検挙されると「違反者」、警告を受けると「準違反者」となり、自動車や原動機付自転車と同様、道交法の罰則のほか、「アルコール依存症に関する診察」や「飲酒行動に関する指導」などの対象になります！

詳しくは下のチャート図をご覧ください。

※ 道路交通法の改正 (R6.11.1)
自転車の危険な運転に新しく罰則が整備されました。
(「運転中のながらスマホ」や「酒気帯び運転」など)

県HP
(自転車の交通安全
(改正道交法等))

【チャート図】(自転車の酒気帯び運転で検挙・警告された場合)



私たちには福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています



お任せください

句集・記念誌・自分史 「パソコン苦手」でもOK!

見積
無料

「1 冊から作成」まずはご相談を！

TEL 092-292-6538 株式会社 ニチコミ

冬場のお風呂に要注意

● 急に熱いお湯に入ると、血圧が急激に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ら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。



福岡市に元気を! 会員の活躍が光る!

8月26日（月）、福

岡市民会館において、
催しています。

福岡市・福岡市老人

クラブ連合会主催、

福岡市社会福祉協議

福岡市高齢者保健福

祉協議会共催で「第62回福

岡市高齢者保健福

祉大会」が開催されま

した。

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

市民の方々を祝福し、

一層深めるため開

り祉にに対する理解をよ

く市民の高齢者保健福

祉者の方々を祝福し、

大会は、多年に

わたり社会の発展に

尽くされてきた高齢

市民の方々を祝福し、

一層深めるため開

り祉にに対する理解をよ

く市民の高齢者保健福

祉者の方々を祝福し、

大会は、多年に

わたり社会の発展に

尽くされてきた高齢

市民の方々を祝福し、

一層深めるため開

り祉にに対する理解をよ

く市民の高齢者保健福

祉者の方々を祝福し、

大会は、多年に

わたり社会の発展に

尽くされてきた高齢

市民の方々を祝福し、

一層深めるため開

百歳表彰代表者

早良区



城南区



南区



西区



舞鶴園



長から会員増強で成
長の高島市長、森山
市老連会長のあいさ
つ後、百歳を迎えた方
が贈呈されました。藤
田市社協常務理事と
からお祝い状と花束
が贈呈されました。

中央区



東区



博多区



若久園



果を上げた35団体に
「会員増強運動」の表
彰を行いました。

第2部の「高齢者

演芸発表会」では、
7区から選抜された
老人クラブ20団体と

福岡100プラザ（老
人福祉センター）2
園の計22団体が出演
し、踊りや歌唱、劇
などが次々と披露さ
れ、来場者に笑いや
感動を与える素晴ら

しい舞台となりまし
た。

私たちも福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Narazaki リサイクルの
未来を拓く
スクラップ事業・産廃事業
株式会社 権崎商事
福岡市博多区金の隈2-19-12
TEL.092-513-3160

学校法人 吉住学園
なな幼稚園
福岡市博多区那珂1丁目18-12
TEL 092-431-2602

子育てに夢と力を!!
子ども達に土と水と太陽を!!
社会福祉法人 輔仁会
つぼみ保育園
〒813-0044 福岡市東区千早1-18-24
さわらび保育園
〒813-0031 福岡市東区八田本町5-1-18
新宮つぼみ保育園
〒811-0124 新宮町新宮東3-1-18

Fukuokashippan **Pebashira Clinic**
医療法人やまびこ会
福岡 東
ほばしらクリニック
092-672-1201
福岡市東区名島1丁目28-22
内科
糖尿病
高血圧
血液透析
全室個室
オーナーナイト透析
日曜診療

北海道から
沖縄まで
全国の老人クラブ活動を紹介!
まずはクリック!
クラブ特集 ニコミ 検索

Nestle HealthScience 見逃さないで!!
他人事ではない
フレイル、予防の要に
栄養あり!

なんだか疲れやすい
そんなあなたは
フレイル予備軍かも!?
フレイルって?どんな栄養をとればいいの?
こちらで学び、いざ!フレイル予防!

体重が減った



11月20日（水）・
浜市（会場：神奈川県横浜市）において、約1000名が参加し、「のばそー！健康づくり」をメインテーマに第53回全国老人クラブ大会が開催されました。

1日目は、各地の活動発表があり、2日目は、ジャズ演奏によるアトラクションや「健寿命の延伸と栄養・食事」をテーマとした人クラブ連合会会长表彰が行われました。本市老連からは、講演、式典では全国老人クラブ連合会会長表彰が行われました。本市老連から10名が参加し、次理の役員、団体が表彰されました。

＜全国老人クラブ連合会活動賞＞

全老連では、他の範となる先進的な取り組みを行っている老人クラブや連合会に対し、活動賞を贈呈しています。令和6年度は、次のクラブ、連合会が表彰されています。

【仲間づくり活動】

博多区 東光校区 東光なかよしクラブ

高齢者に人気のカラオケ教室は、11年間にわたり開催され、仲間づくりの場として大きな役割を果たしています。高額な機器については中古品をリースするなどの創意工夫により安価に利用できる環境を整え、参加者の増加にもつながりました。開始当初と比べて参加者数は3倍に増え、地域の交流を深める場として定着しています。また、町内会や地域団体からの要望があれば機器を貸し出すなど、地域の融和にも貢献しています。

【仲間づくり活動】

早良区 西新校区 シニアクラブ西新白寿会連合会

組織的に目標を持ち、役員が会員増強に向けて意識を高めて取り組んでいます。地域の諸団体と連携し、協力を得ながら加入促進に向けて様々な工夫を施し、その結果として会員数の大幅な増加を実現しています。

【ボランティア活動】

早良区 有田校区 シニアクラブ福寿会

平成17年から19年間にわたり、福岡市の公園愛護会のメンバーとして活動しており、毎月第4日曜日と毎週2回（グラウンド・ゴルフ練習後）に約15名の参加者と共に、草刈り、植え込みの剪定、側溝清掃などのボランティア活動を行い、公園環境保全に努めて地域活動に貢献しています。

【健康づくり活動】

西区 姪北校区 姪北校区シニアクラブ連合会小戸地区

日曜日を除く毎日、雨天時を除いて朝7時から地域公園でラジオ体操を行い、健康維持に役立っています。定時開始により会員以外の方も参加しやすく、夏休みや春休みには子供たちも加わり、世代間交流や地域コミュニティづくりに貢献しています。また、体操前には公園のごみ拾いを行い、社会奉仕にもつながっています。

＜全老連会長表彰＞

全老連では、市老連役員として功績が特に顕著な方、また、老人クラブ及び老人クラブ連合会でその活動が優秀で他の範となるクラブ・連合会を表彰しています。令和6年度は、次の方々及びクラブ、連合会が表彰されました。

【育成功労表彰】（敬称略）

戸高 輝美（市老連理事・城南区シニアクラブ連合会会長）
藤原 俊廣（市老連理事・東区ねんりんクラブ連合会会長）

【女性リーダー育成功労表彰】

長 ハル（市老連理事・市老連女性部会副部会長）

【優良老人クラブ表彰】

◆西新校区第四白寿会（早良区）

昨年度43人の会員から、今年度現在（R6.7）64名の会員増強となった。また、小学校校区内の4クラブが一体となって、校区・クラブの行事を大らかにかつ緻密に展開しており、また役員が一人ひとりの住民に気軽に声掛けを行っている。その中でいろいろな経験を持った方の支援を受けるなど、多くの人が楽しいクラブと参加することができます。

【優良郡市区町村老人クラブ連合会表彰】

◆七隈校区シニアクラブ連合会（城南区）

当連合会における活動の基本は、自主性を高めていくために、各単位クラブでの計画、実施を基本としている。

主な行事として、年一回のソフトダーツ大会（各単位クラブより5名の代表選手で総勢60名参加）や週5回実施しているグラウンド・ゴルフには、毎回40名ほどの参加者がいろいろな賞を設け楽しみながら毎回プレーしている。また、年一回実施している、大人気のカラオケ大会には、各単位クラブの選抜者30名が、ステージで持ち歌を披露し、見学者や応援者を含め、総勢約110名が参加している。

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

大分県で開催

《開催日》7月4日（木）、5日（金）

《会場》大分県大分市

「ホテル日航大分 オアシスター」

《参加者》193名（内福岡市 10名）

令和6年度九州ブロック老人クラブリーダー研修会は、大分市で開催されました。

研修は、下記の内容で行われましたが、九州一円から多くの老人クラブのリーダーが参加し、研修はもとより、他都市のリーダーとの情報交換や交流も深めました。

テーマ・研修プログラム

第1日目

◎基調報告「老人クラブの現状と課題」

全国老人クラブ連合会 常務理事 松島 紀由 氏



◎事例研究

- ①福岡県「クラブ活動を等しいの会員増強？」
- ②佐賀県「会員に対する割引制度について」
- ③宮崎県「規約の再周知等による会員増強運動の取り組み」
- ④鹿児島県「発足1年余り、健康で元気な日々を目指して」

第2日目

◎講演

テーマ「大友宗麟」を大河ドラマに！

～ヨーロッパ強国進出に正面から向き合った戦国大名～

講師 NPO 大友氏顕彰会 名誉理事長 牧 達夫 氏

みんなの広場 文芸欄

俳句

八月や燃えつきそな夜の星

博多区 東住吉校区 永寿会

秋迎え子等の学路は小型水筒

南区 三宅校区 第二若水会

初詣数多の絵馬の夢あまた

東区 香椎下原 みどりの会

台所みかんと柿の背いくらべ

早良区 大原校区 芙蓉会

春着着て襟元確と今日句会

城南区 別府校区 第四鶴寿会

川柳

野口 久美子

藤江 弘子

扶間 健司

熊谷 栗子

短歌

春うらら母に寄り添う介護士の

言葉清かにせせらぎのごと

博多区 那珂校区 親和会

あら玉の年の始めに詣で来る

家族揃つて笑みこぼれゆく

中央区 舞鶴地区 第一松寿会

朝焼の広場に放つ球速し

老の笑顔のグラウンドゴルフ

西区 金武校区 金武第二長寿会

水郷の春の柳川川下り

船を操り自慢の歌を

城南区 長尾校区 長尾第一朋友会

津留崎 利雄

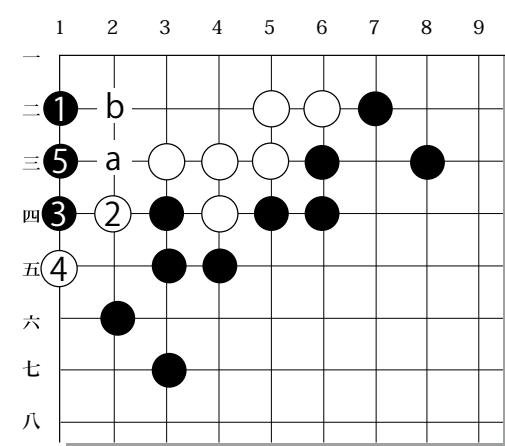
牛尾 奈美枝

藤 喜代子

野田 スズ子

詰碁解答

黒1まで踏み込みます。
白2でaやbは黒5で白死。



4ページ問題の解答

詰将棋解答

【詰み上がり図】
 ①2四角、②2二王、③1三角成、
 ④3三王、⑤2二龍、⑥同金、⑦2四馬まで。
 【解説】王を4二に逃がさないためには、2四角か5一角ですが、5一角には相駒をしてくれると2四龍までですが、金を引かれると後の攻めがありません。王も3三しか行けませんがここで2二龍の強手が出て2四馬で詰み上がりです。



第54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。

◆日本画 城戸久美子先生

出品者は少ないものの、それぞれの人生の深みを感じられる作品ばかりでした。

【金賞 竹田輝義さん「山間の雪景色」水墨画】

雪の降り積もる山間の様子を墨の濃淡といろいろな技法を使い細部まで根気よく美しく表現されていました。よくある風景画ですが、作者の記憶とそれを巡る生きた時間を感じる事が出来ました。



洋画の光行先生

◆洋画 光行洋子先生

第54回福岡市高齢者美術展の洋画部出品数は27点でした。風景・静物・人物など出品者の皆さんのがこもった作品が多数でした。福祉局長賞を受賞された福永修二さんの油彩作品「造船所風景」は、造船中の船の赤と緑、空と海の青、機材の黄色の組み合わせと画面構成が大胆な力強い秀作です。金賞の山口ユキエさん、銀賞の柴田順子さん、銅賞の竹下啓子さんの作品もそれぞれの個性を生かした良作です。

◆工芸 松尾まさこ先生

今年の工芸部も出品点数が多く良品揃いでした。局長賞の水時さん、金賞の竹内さん、銀賞の船越さん、銅賞の新田さん、いずれも大変丁寧な手仕事に品格が宿っています。奨励賞の井口さん、中薫さんも力強い作品でした。「美は細部に宿る」皆様の次作が楽しみです。

◆書 福井佑香先生

今年も力作揃いの作品で審査に時間がかかりました。

最高年齢者賞の久野好子さん「松尾芭蕉の句」はお人柄がにじみ出るような静かで凛とした作品で素晴らしいかったです。

金賞、原勝興さん、淡墨での表現が非常に効果的で墨量、線の太細の変化によって余白が美しく精神的なものを感じました。銀賞、大森富士子さん、競えられた線質が魅力的で文字の余白が効いた秀作です。銅賞、古屋佳代子さん、漢字と仮名の大変な作業、筆がピンと立って無駄のない美しい線です。奨励賞、向坂恵子さん、丁寧に心を込めて書かれた品の良い作品です。

審査で感じたのですがどの作品も楽しくのびのびと書かれていたのがとても印象に残りました。来年は更に出品点数が増えよう願っております。

◆写真 松永楠生先生

最高の福岡市長賞の藤島正穂さん「吉兆の予感」は、池面の霧に射す光が非常に効果的です。金賞の森口正一さん「光芒ハンター」は光の中の人々がとても印象的です。銀賞の大賀信泰さん「歓喜」は水面等に反射する人物をうまくとらえています。銅賞の田中賢次さん「雲が生まれる…」はその感じが枯れ木とマッチしています。

芸術の秋を楽しむ

10月8日(火)～14日(月)の7日間、福岡市美術館ギャラリーバーにて「第54回福岡市高齢者美術展」を開催しました。この美術展は、高齢者の生きがいを高め、文化活動を豊かにする目的で毎年開催しています。

今回は、日本画4点、洋画27点、工芸37点、書10点、写真16点の計94点の応募がありました。

審査員による審査の結果、市長賞手が起こり、また、審査員によるギヤラリートークでは、

審査員の講評に多くの方が熱心に耳を傾け作品を鑑賞されていました。

- ◆11ページに審査員の講評を掲載していますのでご覧ください。
- ◆今年もたくさんのお品をお待ちしています。



福永修二(南区)

市老連会長賞



水時幸枝(東区)

市福祉局長賞

福岡市長賞
吉兆の予感
藤島正穂(中央区)

受賞者一覧(敬称略)

賞	部門	氏名	作品名
特別賞	福岡市長賞	写 真	藤島 正穂(中央区) 吉兆の予感
	市福祉局長賞	工 芸	水時 幸枝(東区) ミニチュアおひな様セット
	市老連会長賞	洋 画	福永 修二(南区) 造船所風景
金 賞	日本画	竹田 輝義(西区)	山間の雪景色
	洋 画	山口 ユキ工(東区)	根子岳
	工 芸	竹内 米子(早良区)	日本刺繍孔雀
	書	原 勝興(南区)	色は匂へど (いろはにほへと)
	写 真	森口 正一(早良区)	光芒ハンター
最高年齢者賞	女性(97歳)	書	久野 好子(中央区) 松尾芭蕉の句
	男性(91歳)	工 芸	高木 八州男(早良区) 祝い松

※銀賞、銅賞、奨励賞については、市老連ホームページに掲載しています。

このたびは、「ふくふくクラブ福岡第115号」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、老人クラブの活動状況などを情報を発信することにより、高齢者の生きがい・健康・教養を高めるとともに、交流の輪が広がるよう願って発行しております。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。

広告協賛へのお礼

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。今朝では、4ページに女性部研修会の記事を掲載しております。この研修会では、健康長寿を目指し、バランスの良い食事の重要性について詳しく学びました。また、フレイル予防に向けた日常生活で無理なく取り入れられる具体的な習慣として、食材の工夫などが紹介されました。これから的生活に役立つ実践的な内容が多く、参加者からも大変好評だったようです。新年のスタートにふさわしいテーマとなつてありますので、ぜひご覧ください。

編集後記

広報紙「ふくふくクラブ福岡」へのご意見等をお寄せください。紙面づくりの参考にさせていただきます。

《送付先》
〒810-0062
福岡市中央区荒戸3丁目3-39
福岡市市民福祉プラザ内
福岡市老人クラブ連合会事務局
FAX: 092-713-0157
メール: fukuoka.rc@hyu.bbiq.jp

私たち福岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

福岡歯科大学 医科歯科総合病院

福岡市早良区田村2-15-1
TEL: 092-801-0411

眼科 内科 呼吸器内科 横隔膜内科
外科 心臓内科 耳鼻咽喉科
難病 形成外科 骨形成外科
小児科 皮膚科 放射線診断科
歯科 歯科 口腔外科学 小児歯科
矯正歯科

お口の健康から
全身の健康まで

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

サービス付き高齢者向け住宅 特別養護老人ホーム 入居者募集中
(認可保育園併設)
地域複合 福祉センター
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】9:00～17:00(平日)
「いと 楽し 福岡」 | Q 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。

社会事業法人 ふくおか福祉サービス協会
ささえ手 AYA 緑
入居者募集中
認知症対応型共同生活介護
グループホーム
福岡市東区水谷1-30-22
(JR・西鉄千早駅より徒歩10分)
お電話でのお問い合わせ
☎ 092-674-3330
【電話受付時間】9:00～17:00(平日)

大和電業株式会社
代表取締役 大園 彰
交通信号機・道路照明設備
電気設備・設計施工
福岡市東区松島3丁目24-2
TEL 092-621-3391

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)

WITH ウィズグループ
<https://www.with-g.com/>

ずっと、元気に。
誰もがいつまでも活躍できる社会へ

ニチコミ