



早良区老連

あゆみ

夏季号

第77号

発行

福岡市早良区老人クラブ連合会
福岡市早良区百道2丁目1-1
(早良区役所内)
☎ 092-833-4397

編集・印刷

株式会社 ニチコミ
福岡市博多区博多駅東1丁目13-6 いちご博多イーストビル7F
http://www.nichicomi.com

初開催! 27名が自慢の美声を披露



会場も大盛り上がり!

ベルコ杯
早良区高齢者カラオケ大会

優勝



田中 セツエさん
(早良校区)
「恋女房」
93.103点

準優勝



藤田 勝さん
(飯原校区)
「人生にかんぱい」
92.441点

第3位



豊島 富子さん
(高取校区)
「浮草情話」
92.032点

12月17日(火)、早良市民センターにて第1回早良区高齢者カラオケ大会を行いました。今回のカラオケ大会は、高齢者の生きがいと健康づくり事業として、盛年部が企画・運営の中心となって、老人クラブの活性化のために初めて開催しました。

当日は各校区より27名が集い、舞台上で日頃の練習の成果を披露。シニアのパワーを感じる歌声に、観客席からは大きな拍手が送られ、会場は熱気に包まれました。栄えある第1回目の優勝は、早良校区の田中セツエさんが勝ち取りました。おめでとうございます。

(12ページに関連記事)

第1回早良区高齢者カラオケ大会
(早良校区)
田中セツエさんが優勝

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

高齡者在宅複合施設
SAZAN

サザン

福岡市早良区次郎丸1丁目29-40

TEL.092-863-4133

福岡大学西新病院
Fukuoka University Nishijin Hospital

内科／循環器内科
消化器内科
糖尿病・代謝・内分泌内科
呼吸器内科／小児科／放射線科

☎092-831-1211

福岡市早良区祖原15-7

https://www.nishijin.fukuoka-u.ac.jp/

社会医療法人大成会

日本医療機能評価機構
一般病院 2-救急医療機能

福岡記念病院

URL http://www.kinen.jp e-Mail info@kinen.jp

福岡市早良区西新1丁目1-35

365日 24時間体制 急患常時受付

救急告示・開放型病院・基幹型臨床研修病院

福岡記念PET・健診センター

ドック・特定健診・各種がん健診など ☎739-0110

福岡市中央区今川2丁目16-16 URL http://www.f-pet.jp/

かんたん遺言書作成

オレンジ通り司法書士事務所

初回相談無料(要予約)です。

わかりやすく丁寧に説明しますので、ご安心ください。

地下鉄西新駅6番出口から徒歩3分

福岡市早良区西新1-7-26(西新オレンジ通り沿い1階)

代表司法書士 池 善史(福岡県司法書士会所属 難読証書代理等関係業務認定番号429038号)

☎0120-004-386

やら整形外科

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

休診 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

早良区東入部6丁目26-4

TEL.092-707-5056

http://yara-oc.com

学校法人 福岡医療学院

文部科学大臣
職業実践専門課程認定

福岡医療専門学校

理学療法科 診療放射線科 看護科

柔道整復科 (スポーツトレーナー) 鍼灸科 (美容・スポーツ鍼灸)

入試専用ダイヤル ☎814-0005

早良区祖原3番1号 ☎092-833-6120

0120-04-2910

うすい 碓井歯科

診療時間/AM 9:30~12:30

PM 1:30~ 8:00

土曜 日/AM 9:30~PM6:00

休診 日/日曜・祝日・木曜

●西鉄ストア有田店ヨコ●P有り

早良区有田6丁目5-22-1階 ☎862-0333

おばた内科クリニック

MRI完備 リハビリ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
------	---	---	---	---	---	---	---

9:00~12:30 ●●●●●●●

14:00~18:00 ●●●●●●●

休診日:水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

内科・脳神経内科・リハビリテーション科・感染症内科

早良区田村5丁目16-38

TEL.092-874-5630

ともに喜ばせあい元氣なクラブへ

早良区老人クラブ連合会
会長 矢島 武利

暑中お見舞い申しあげます。今年は熱中症の予防だけでなく、新型コロナウイルスの感染予防も心がけて過ごさないといいけない、高齢者にとって大変な夏となっています。

今年度の行事も、早良区老連結成以来の初ものづくしとなっています。

令和2年度の総会は、感染症予防対策のために、はじめて郵送による書面表決となりました。

また、早良区老連の最大のイベントである早良区高齢者演芸大会も、2月からの感染症予防対策による活動自粛要請や練習場所である公民館等の閉館により、第39回目で初の開催中止を余儀なくさせられました。

カラスが鳴かぬ日はあってもコロナの名前を聞かぬ日はなく、テレビ

では朝から晩まで新型コロナウイルスのニュースがこれでもかと言わんばかりに流れています。おかげで、日本国民全員がコロナ博士になった様相です。

物覚えの悪い我々高齢者も、耳慣れぬカタカナ語をすっかり暗記してしましました。

クラスター（感染者集団）・オーバーシュート（感染爆発）・ロックダウン（都市封鎖）・パンデミック（世界的感染流行）・ソーシャルディスタンス（社会的距離）。この意味が大部分かる人は、コロナ通です。

パンデミック後の世界は、日常生活も変わるといわれています。老人クラブの活動も3密を避け、マスクの着用・手洗い・うがいを行っていく「新たな生活様式」に基

づいた、新しい形態を模索しながら活動を続けなくてはいいけないと思っています。

このコロナ禍にあつて、思い出した子ども向けアニメがあります。「それいけ！アンパンマン」です。力が弱くなること、が分かっていても、飢えて困っている人にわが身の一部を削って分け与えるヒーロー、アンパンマン。

悪役のバイキンマンは、番組の終わりにアンパンマンからアンパンチで毎回やつつけられるのですが、次回の放送ではまた復活して人に悪さをします。コロナウイルスに特效薬ができて、変異を繰り返しながら新型コロナウイルスとあってまた人類に襲いかかってくることもよく似ています。来年のオリンピックまでには、この難局を解決してくれるスーパーヒーローが現れることをみんなが待ち望んでいるのです。

このアンパンマンの作

者「やなせたかし」が、このようなことを言っています。「人間が一番うれしいことは何だろうか？長い間ボクは考えました。そして結局、人間が一番うれしいことは、人間を喜ばせることだとわかりました。そう気づいたときに気が楽になりました。」

老人クラブの役員さんは、どうして大変な役職を引き受けて頑張れるのでしょうか。それは、会員の皆様がクラブ活動に参加して喜んでくれるからだと思っています。会員の皆様から、老体にむちを打って頑張ってくれている役員さんに感謝の気持ちを少しでも伝えてくださると、役員さんもお変なうれしはずです。早良区老連の歴代会長が言い続けてきた「元気で楽しくなければ老人クラブではない」を合言葉に、明日よりみんなで「喜ばせごっこ」に励み、楽しい老人クラブを作っていきます。

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

つのだ耳鼻咽喉科クリニック

耳鼻咽喉科/アレルギー科

	9:00~12:30	14:30~17:30
月	○	○
火	○	○
水	○	○
木	○	午後休診
金	○	午後休診
土	○	午後休診

TEL 092-874-4133
福岡市早良区次郎丸4丁目9-11
【マックスバリュ次郎丸 隣】

休診/日曜・祝祭日・木曜午後・土曜午後

すこやかクリニック

内科

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○	○

平日 午前/10:00~12:30 午後/13:30~17:00
土曜日 午前/10:00~12:30 午後/13:30~16:00

早良区百道1-25-10 ■休診日/日・祝日・金曜日■
TEL.(092)846-1722 FAX.846-1732

循環器内科 医療法人 成志会

長澤医院

院長 長澤一成 ☎871-5320
日本循環器学会 循環器専門医 (092)

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30	○	○	○	○	○	12:30まで
14:00~17:30	○	○	○	○	○	○

休診/日曜・祝日 ※月曜午前の受付は11時まで
早良区飯倉 5-15-34

清川歯科口腔外科クリニック

診療時間 平日/9:00~12:00 13:30~17:00
土曜/9:00~12:00 休診日/土曜午後・日曜・祝日

早良区原1-38-26 TEL(092)822-8805
P 有り http://www.kiyokawa.net

ソフトリサーチパーク 診療所

診察時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○

■休診/日曜・祭日
百道浜2丁目 ソフトリサーチパーク1F
TEL.852-3411 FAX.852-3412

医療法人 **平野内科消化器科医院**

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

休診日/水曜・土曜午後、日曜、祝祭日
福岡市早良区曙 2-1-7 ☎831-3331
(曙2丁目バス停前) (092)

胃腸科 呼吸器科 外科

土器医院

診療時間
月~金 9:00~12:30/14:00~18:00
土 9:00~12:30/14:00~16:00

早良区田村6丁目7-16
TEL(092)862-2777 FAX(092)862-2775

医療法人 **石西整形外科医院**

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

ケアプランサービス

早良区田村 5-2-1 TEL 863-2122

「新しい生活様式」に沿って 地域づくりと健康づくりを



早良区長 永渕 英洋

この度は、早良区老連広報誌「あゆみ」第77号の発行、誠にありがとうございます。早良区長2年目の永渕でございます。

毎日暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。早良区老人クラブ連合会におかれましては、日頃から社会奉仕や健康づくりの活動を通じ、地域の活性化や地域福祉の向上にご貢献いただいておりますことに、心より感謝申し上げます。

皆様もご存知の通り、昨年末から全世界的に流行している新型コロナウイルス感染症の影響により、「密閉・密集・密接」という、いわゆる「3密」を避けることなどをはじめ

めとする、「新しい生活様式」の実践が求められているところでございます。

福岡市におきましても各種イベント等を中止させていたいただいたところでございますが、老人クラブ活動についても、総会をはじめ、演芸大会や囲碁・将棋大会等の皆様が例年心待ちにされていた行事を中止せざるを得なかったとお聞きしています。

また、そのようなことから、人と接することが限られることによる孤独感の増幅やストレスや疾病が増加しているといった問題も指摘されているところでございます。早良区におきましては、「新しい生活様式」に沿った

形の人と人との新しい絆づくりについて、各地域を初めとする様々な場で模索していききたいと考えております。そのため、それぞれの地域で、人と人とのつながりの場をこれまで長年提供してきた老人クラブの皆様の活動は、今後より一層重要性を増していくものと考えているところでございます。

さて、福岡市では、人生100年時代に向けて、誰もが住み慣れた地域で、心身ともに健康で自分らしく暮らせる、「ひと」も「まち」もどちらも幸せになれる社会の実現を目指すプロジェクト「福岡100」に取り組んでいます。早良区におきましては、「お互いが支え合い安心して暮らせるまち」をまちづくりの目標と取り組みの方向性の大きな柱の一つとしております。

その中で、早良区南部地域の自然や食の魅力と医療・介護ネットワーク等を活用し「早良区南部

における健康ツーリズムの推進」、市民の健康づくりを応援するための「早良区ウォーキング推進事業」、「オーラルフレイル予防の施行」といった取り組みを進めているところでございます。

皆様におかれましては、こういった取り組みにぜひご参加いただき、これから元気に、豊かな知識と経験を活かしながら、地域で活躍していただきたいと思います。早良区としましては、これからの健康づくり、地域づくりを皆様とともに進めてまいりたいと考えておりますので、ご支援・ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

最後になりましたが、早良区老人クラブ連合会の益々のご発展と、会員の皆様のご清祥を祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。



私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

北口内科消化器科医院

診療時間 月 火 水 木 金 土

8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○

日曜・祭日は休診いたします

早良区田隈 2-34-18 TEL 864-5511

短時間型1日型デイサービス
入浴 足湯
クッキング レザークラフト
レクリエーション 豊富
食事代250円

ハッピー・デイサービス賀茂ん

福岡市早良区賀茂3-26-17-101
TEL 092-836-8373
http://care-net.biz/40/sinbi

医療法人 **にのさかクリニック**

早良区野芥4-19-34
TEL 872-1136
http://www.drmino.jp/

内科・胃腸内科・呼吸器内科・小児科

吉住内科

休診日/日曜・祝日・水曜日午後

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

早良区原 6-29-10 (092) 862-0688

医療法人 **山口内科医院**

内科・消化器科・循環器科・放射線科・小児科

各種検査 在宅医療 入院可

併設 **在宅ケア ふくおか** ヘルパー派遣 ケアプラン作成 デイサービス

TEL (092) 821-2448
TEL (092) 831-1673

福岡市早良区西新5丁目14-45

社会福祉法人 **楽天堂**

特別養護老人ホーム **恵風苑**

ケアプランサービス
デイサービスセンター

早良区内野7丁目25-10
TEL 804-0500 (代) FAX 804-8800

鎮守歯科医院

理事長・院長(歯周病専門医) 鎮守 信弘

福岡市早良区原1-11-10
TEL: 092-841-8100 [予約制]
http://chinju-dc.com

平日 9:00~13:00/14:30~19:00 休診
土曜 9:00~13:00/14:30~17:00 木曜午後・日曜・祝日

処方せん調剤

和光祖原薬局
福大病院前

福岡市早良区祖原16-2 櫛木ビル1F
TEL 851-1193 FAX 851-1195

令和2年度 月別行事予定表

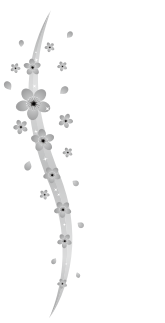
※市老連事業など

月	日	曜	事業名	会場
8	4	火	運営委員会 いこいの家消耗品費支給	市民センター 第1
9	1	火	※福岡市高齢者保健福祉大会	福岡市民会館
	8	火	区リーダー研修会	市民センター
	30	水	※第2回福岡市 高齢者ゴルフ大会	セブンミリオン
10	1	木	※福岡市高齢者 ゲートボール大会	山王公園
	5	月	運営委員会 健康部会・体育部会	市民センター 視聴覚室
	8	木	区高齢者 グラウンド・ゴルフ大会	百道中央公園
	12	月	※福岡市高齢者美術展	福岡市美術館
	18	日		
	23	金	広報部会	市民センター
	27	火	※福岡市高齢者 グラウンド・ゴルフ大会	舞鶴公園
10.30	29	木	区高齢者ウォーキング大会	ももち海浜公園
	11.3	火	※第33回ねんりんピック 岐阜大会	岐阜県
11	5	木	他都市交流会（中止）	糸島市シニア連
	6	金		
	17	火	※第49回 全国老人クラブ大会	山形県
	18	水		
	25	水	区高齢者ソフトダーツ大会	ももち体育館
12			健康教室 (内野・早良・西新校区)	公民館
			健康教室 (百道・百道浜校区)	公民館
1	2	水	校区盛年部長会	市民センター 第1
	9	水	※市老連女性部研修会	市民福祉プラザ
	16	水	第2回区高齢者 カラオケ大会(15日準備)	市民センター
	22	火	運営委員会 寝たきり高齢者見舞金支給	市民センター 視聴覚室
1	15	金	合同会議（運営委員会） [新春の集い]	千石の郷
	26	火	※市老人クラブリーダー 養成研修会	市民福祉プラザ
2	4	木	※福岡市高齢者 ソフトダーツ大会	福岡市民体育館
	3	水	友愛訪問事業説明会・連絡会	市民センター
	11	木	区女性部・盛年部視察研修会	佐賀県立宇宙科学館
	19	金	運営委員会	市民センター
	26	金	区高齢者ゴルフ大会	セブンミリオン

令和2年度 早良区老人クラブ連合会役員一覧



役職	氏名	校区
会長	矢島 武利	小田部
副会長	中嶋 祥元	西新
	長 ハル	入部
会計	樋口 孝之	原
監事	笠 日佐夫	高取
	古川 富美子	大原



運営委員会 ◎印は部長

校区	氏名	専門部会	校区	氏名	専門部会
西新	中嶋 祥元	総務部	田村	友納 博美	広報部
百道	森 キヨミ	◎伝承社会奉仕部	野芥	井上 博文	健康部
百道浜	村山 善三	体育部	四箇田	川嶋 正實	伝承社会奉仕部
高取	沢野 俊弥	体育部	入部	青柳 稔	体育部
室見	安松 昭一	健康部	脇山	緒方 正昭	◎広報部
原	樋口 孝之	総務部	内野	西村 浩介	教養文化部
飯倉	百田 典光	◎教養文化部	早良	濱田 三好	体育部
飯倉中央	有坂 勉	教養文化部	【女性部】		
原西	磯部 真一	◎健康部	入部	◎長 ハル	総務部
原北	山本 道子	伝承社会奉仕部	高取	岩橋 忍	健康部
飯原	尼ヶ崎 雄文	◎体育部	賀茂	松尾 佐恵子	教養文化部
大原	藤江 弘子	伝承社会奉仕部	脇山	能口 多喜子	教養文化部
有田	内山 浩明	体育部	小田部	永田 レイ子	広報部
賀茂	廣瀬 建男	体育部	【盛年部】		
有住	立川 寿博	教養文化部	田隈	◎那須野 昭士	
小田部	矢島 武利	総務部	飯原	柴田 和幸	
田隈	齋藤 忠男	健康部			

校区盛年部長・校区女性部長

校区	盛年部長	女性部長	校区	盛年部長	女性部長
西新	大山 光子	下村 浩子	有田	指方 義弘	遠田 梅子
百道	陶山 かずこ	竹下 芳子	賀茂		松尾 佐恵子
百道浜	川下 照雄	石田 みち子	有住	弥永 顕雄	安東 マキ
高取	松尾 喜三郎	岩橋 忍	小田部	大淵 和年	永田 レイ子
室見	池田 究	高木 靖子	田隈	那須野 昭士	徳永 和子
原	武石 弘海	藤井 幹子	田村	林田 孝幸	藤原 民子
飯倉	福島 克郎	菅 由美子	野芥	福永 康文	北川 禮子
飯倉中央	日本貴 雅之	岩井 はるみ	四箇田	花田 真澄	加来 麗子
原西		吉村 孝子	入部	野口 賢二	長 ハル
原北	長谷川 実美	原井 智恵子	脇山	永石 和利	能口 多喜子
飯原	柴田 和幸	尼ヶ崎 英子	内野		
大原	正木 良子	古川 富美子	早良	島本 恵悟	高橋 道枝

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

大神内科クリニック

呼吸器内科・内科アレルギー科

■エレベーター完備 ■共用駐車場有

TEL 092-821-0053

診療時間 9:00~12:30 14:00~18:00 高取商店街内 (休診:水・土・日・祝日) 早良区高取1-3-20-204

内科・肝臓内科

光安内科

南庄5丁目2-1

TEL 841-0033

社会福祉法人 桜花会

ライフケアしかた

■特別養護老人ホーム 69名 ■ショートステイ 11名

TEL 811-6661 早良区四箇6丁目12-41 FAX 092-811-6664

ホームページ http://www.o-lifecare.com

医療法人 楽天堂

広橋病院

内科・リハビリテーション科

早良区東入部6丁目20番56号 TEL 804-2621(代)

広橋クリニック

内科・胃腸科

早良区東入部6丁目15番9号 TEL 872-8722

かわむら

歯科・小児・矯正歯科医院

平日 午前9:30~13:00/午後14:30~19:00 土曜日 午前9:00~13:00/午後14:30~17:00 ●休診日 祝祭日、日曜日

早良区西新2丁目7-8 TEL 092 831-6480

かねとう

金藤歯科医院

早良区高取1丁目1番22号 (田中ビル2F) 高取商店街サニー東隣 (契約駐車場有り)

TEL 092-822-7181 0120-82-7181

http://www.j-dol.com/dr/kaneto/

歯科用CT マイクロスコープ 完備

日本歯周病学会専門医

竹田歯科医院

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

午前 9:00~13:00 ● ● ● ● ● ● ●

午後 14:00~19:00 ● ● 14:30 から 休 17時 まで 休

福岡市早良区 小田部 1-1-32 TEL 846-8700

http://www.takeda-dc.net

日帰り白内障手術

九大病院での豊富な経験と患者様を大切に想う心で

みやざき眼科 Miyazaki Eye Clinic

早良区原5-15-17 TEL 092-407-2031

令和2年度 早良区老人クラブ連合会総会

書面評決の結果について

5月13日(水)に開催を予定しておりました令和2年度早良区老人クラブ連合会総会は、新型コロナウイルス感染症対策のため、郵送による書面表決とさせていただきます。

5月13日までに返送された文書の数、評議員141名中131名(会長89/96、女性部長22/23、盛年部長20/22)でした。書面表決の結果、以下のとおり、各号議案とも賛成多数で可決されました。皆様のご協力、ありがとうございました。



議 案	賛 成	反 対
第1号議案 令和元年度 事業報告	131	0
第2号議案 令和元年度 収支決算報告、監査報告	131	0
第3号議案 令和2年度 事業計画(案)	131	0
第4号議案 令和2年度 収支予算(案)	130	1

令和2年度 功労者表彰(敬称略)

退任者功労表彰 (在任期間が4年以上)

校 区	クラブ(役職)名	氏 名	在任期間
賀 茂	福寿会会長	岩崎 周作	16年
入 部	重留三丁目交親会会長	白仁田 一男	5年
田 隈	熟年会会長	橋本 竹重	11年
飯 原	寿会会長	久保山八重子	6年
飯 倉	飯倉ひまわり会会長	白水 勇一	15年
内 野	馬立会会長	谷本 亘弘	4年
有 田	福寿会会長	橋本 光夫	4年
四箇田	四箇田校区女性部長	田中 幸代	8年
田 隈	田隈校区女性部長	田中 和枝	5年
早 良	早良校区女性部長	外尾 順子	7年
大 原	大原校区盛年部長	古川 勝義	6年
賀 茂	賀茂校区盛年部長	諸熊 正	7年
早 良	早良校区盛年部長	石井 久光	7年
小田部	小田部校区盛年部長	松本 憲二	4年

老人クラブ設立功労者表彰

校 区	クラブ名	会長名	会員数
飯 倉	唐木芙蓉会	水原 康雄	31名

会員増強功労クラブ表彰(対象:10名以上会員純増)

校 区	クラブ名	会長名	増加会員数
飯 倉	七福会	陣内 大蔵	11名

中止と延期のお知らせ

新型コロナウイルス感染症対策のため、以下の活動を中止・延期としました。1日も早い新型コロナウイルスの収束を願っております。



◎友愛訪問事業説明会

開催日 令和2年3月4日(水)
会 場 早良市民センター 第1・第2会議室
参加対象者 友愛訪問事業班長 96名
※中止とし、資料を96名に郵送いたしました。

◎校区女性部長・校区盛年部長視察研修会

開催日 令和2年3月12日(木)
訪問先 佐賀県武雄市「佐賀県立宇宙科学館」
※中止としました。

◎新任役員研修会

開催日 令和2年5月26日(火)
会 場 早良市民センター 第1・第2会議室
※延期いたしました。(9月16日に開催予定)

◎第39回早良区高齢者囲碁将棋大会

開催日 令和2年6月16日(火)
会 場 早良市民センター 第1・第2会議室
※中止といたしました。
※区の予選会が行われなかったことにより、7月28日の福岡市高齢者囲碁将棋大会も中止となっています。

◎第39回早良区高齢者演芸大会

開催日 令和2年7月1日(水)
会 場 ももちパレス
※中止といたしました。



私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 学而会
サンシャインプラザ

- 入所施設 特別養護老人ホーム
- 短期入所 ショートステイ(10名)
- 通所介護 デイサービス(25名)

デイサービス無料体験受付中!

福岡市早良区田村2丁目15-2
TEL(092)801-0417 FAX.801-0426

吉村圭子眼科クリニック

〈診療案内〉休診:木曜、日曜、祝日、*第2月曜日

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○*	○	○	×	○	○
午後 2:00~5:30	○*	○	○	×	○	×

早良区西新1丁目7-25 ホワイティ西新1F
TEL 092 841-8855 FAX 092 841-8854
<http://kyclinic.sakura.ne.jp/>

脳神経外科・脳ドック

クリニック高木

診療時間	月曜~土曜	9:00~12:00
	(木曜を除く)	14:00~18:00
院長 高木 忠博	木 曜	9:00~13:00
	休 診	日・祝祭日

福岡市早良区弥生1丁目4-8

TEL(092)844-1211

干隈すみれ内科クリニック

内科・消化器内科・呼吸器内科
循環器内科・各種健診・禁煙外来

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:30~18:00	●	●	●	●	●	●
夕診 16:00~19:00				●		

休診日/日曜・祝日 受付/午前12:30まで 午後17:30まで
早良区千隈5-30-5 木曜夕診18:30まで

干隈すみれ内科 検索 ☎092-801-3222

さわらぐち胃腸肛門
クリニック

■胃腸内科 ■肛門外科

痔の日帰り手術、胃・大腸内視鏡

藤崎1丁目 早良口交差点角

☎(092)833-8150

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

医療法人 浜本整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:00~12:30	○	○	○	休	○	○	休
午後3:00~6:00	○	○	○	休	○	○	休

西鉄バス早良営業所 北隣り

東入部1-3-33 ☎092-872-8611

きよさわ眼科
クリニック

院長 清沢 玲子 休診日/水曜・土曜午後、日曜、祝日

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

ももち浜クリニックゾーン

早良区百道浜 4-13-1 2F TEL 843-6565

日吉内科医院

院長 日吉雄一

診療時間

平日	午前9時~午後1時	午後2時~6時
水曜	午前9時~午後1時	午後休診
土曜	午前9時~午後1時	午後2時~3時

日・祭日 休診

有田2丁目14-30 ☎847-2388

校区 単ク 紹介

小田部校区

会員全員で 100歳を目指して!

小田部校区 睦友会

会長 矢島 武利



グラウンド・ゴルフ

当会は「健康・ふれあい・奉仕」を3つの柱として、地域交流の輪を広げ、ゆとりある町づくりに貢献することを目的に活動しています。設立してから48年の伝統ある会です。

現在、最高齢は96歳で90代が4名おり、男性8名、女性36名の合計44名です。人生100年時代、会員全員100歳を目指して活動してまいります。

3. グラウンド・ゴルフ
第1・3水曜日に西公園で20名ほどが参加し、約2時間楽しんでいきます。

2. 健康づくり
健康づくりのためにイキイキウォーキングを行っていきます。校区内の中央公園や西公園で、約1時間歩いています。

1. 誕生会
3カ月に1回(第3木曜日)に小田部会館にて実施しております。詩吟から始まり、歌、踊り、ビンゴゲームなどを楽しんでおります。



バスハイク



ソフトダーツ

7. 出前講座
7月25日、小田部会館において開催し、36名が参加しました。「笑顔で長生きするために今日から始める認知症予防」

6. 料理教室
12月20日、小田部会館で実施し37名が参加しました。クリスマスと忘年会を兼ねてみんなで楽しみました。

5. バスハイク
10月30日、参加者22名で糸島の「初潮旅館」で食事を実施しました。

4. 演芸会
9月13日、小田部会館で開催しました。参加者40名が参加し、手品、フラダンス、踊り、カラオケ、脳活などを実施しました。



出前講座

防」をテーマに、コグニサイズ指導者の井上ゆりこ先生よりご指導いただきました。まず「指輪つかテスト」についてお話いただき、その後「コグニサイズ」運動をご指導いただきました。これからも、当会を盛り上げて会員の健康長寿を目指して頑張ります。

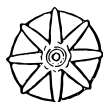
私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

飯倉幼稚園

住所 早良区飯倉4-19-5
TEL 092-871-5593 FAX 871-6878
ホームページ <http://www.iikura.ed.jp/>

明るく 楽しく 元気よく

学校法人 松栄学園



はらきた幼稚園

早良区南庄5丁目3-1 (室見団地給水塔横) ☎843-9522
<https://www.harakita.ed.jp/>

税理士法人 西福岡総合会計 西福岡労務行政事務所

福岡市早良区荒江二丁目2番5号 3F
TEL:092-851-3689 / FAX:092-851-7403
【URL】<http://www.nf-sg.com/>

デイサービスセンター
機能訓練・レクリエーションが充実

楽楽園



☎092-821-1815
早良区飯倉3-34-15

■ご利用は月曜～土曜日
■時間 9:00～17:00
■祝日もご利用いただけます
■夜間もご利用いただけます
一日無料体験をご利用ください

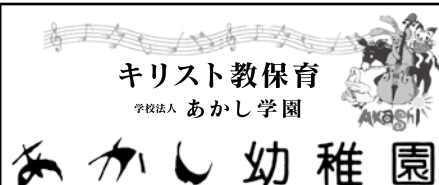
成年後見・相続のことなら

行政書士 赤松事務所

福岡市早良区原5丁目19-3
TEL&FAX 092-846-3877

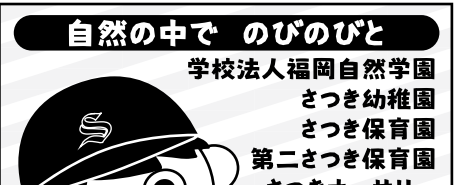
はらようちえん イキイキ のびのび

早良区原2丁目13番11号
TEL 821-6712 FAX 821-6420
<http://www.harayouchien.ed.jp/>
info_hara@fyr.or.jp



あかし幼稚園

福岡市早良区荒江3丁目23-12
TEL 092-821-1693



自然の中で のびのびと
学校法人福岡自然学園
さつき幼稚園
さつき保育園
第二さつき保育園
さつきナーサリ
早良区西油山154
☎864-5550

校区 単ク 紹介



西新校区

新型コロナウイルス下での活動

西新白寿会連合会

会長 中嶋 祥元

人類の歴史は、ウイルスとの戦いの歴史と言われているが、まさかその戦場に身を置くとは思わなかった。わずか1ミリの1万分の1と言われる、到底目には見えない極小の粒に苦しめられている。この粒は生き物ではなく、遺伝子だけが入っているただの粒であるということとは、驚きである。

この粒が体に侵入して、細胞の力ぎを開けて中に入り込む。自分の遺伝子を使つて人の細胞の遺伝子を変化させ、自分の複製をたくさん作らせ、次々に増殖する能力を保有している。その結果、我々は重症化する病に苦しめられ、時には死に至ることもなる。

我々高齢者は特に重症化するリスクが高いという結果を目の当たりにすると、かなりの恐怖心に苛まれる。外出や老ク連の活動が抑制的にならざるを得ないのも、やむを得ないことである。

しかし、ウイルスとの戦いは、残念ながらこれから1年以上の長期にわたることを覚悟しなくてはならない。賢く恐れよと言われているように、我々はウイルスの実態を理解した上で、活動を進めなくてはならな

い。

今後、経済活動と感染防止策を両立させる政策が行われる状況下では、感染リスクはある程度存在する。その中で、今まで以上に感染防止策を強化して慎重に活動を行う必要がある。

西新白寿会連合会においては、まず6月5日に役員会を開催し、新型コロナウイルス下の活動を検討し、感染対策を強化した活動内容を決めた。公民館での活動は、基本的には公民館の方針に沿った形で実施。もちろん、館内で人との距離を保つための机やイスの配置、窓やドアを開放して通風を確保し、ウイルスの滞留を防ぐこと、マスクの着用、入館時の手指の消毒を徹底した上で、ダンス大会、押し花カレンダー作り講習会、みんなの遊び場西新と、予定された行事



みんなで元気に体操

を実施することとした。ただし、健康麻雀とカラオケは、密接・密閉の2密を回避できないことから、残念ながら活動を当面中止とした。

屋外のグラウンド・ゴルフ大会は、開閉会式やプレー中の待機時での密集・密接を避けるなど、対策を十分にとつて開催。年3回のバスでの研修は、3密を避けるための人数制限は不可欠であり、空席を確保した状態での車中はコミュニケーションが取りにくく、楽しさが半減する。また、訪問地での昼食も、感染対策がしっかりできている店を探す必要があるなど、難しい対応が必要であるため今年では中止とした。

しかし、緊急事態宣言中も毎日継続していた活動がある。公園で会員10名、非会員4名が行う、朝のNHK放送の体操である。毎朝集まって体を動かし、お互いの様子を確認できる場になっていた。10年間続いている活動であるが、自粛中のストレスの解消にも少し役立っていたのではないかと考えている。



私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

戸建・マンションのリフォーム



矢西建設(株)

福岡市早良区原1丁目41-3
TEL.092-844-4011 FAX.844-4013

金堀建材株式会社

早良区有田4-25-6
TEL:092-871-4053

技術革新を進め 環境と都市づくりに貢献する

樋口産業株式会社
福岡建材株式会社早良区有田5-5-16
TEL:092-863-8778旧イオン原店そば
耳鼻咽喉科・アレルギー科

池田耳鼻咽喉科医院

日本耳鼻咽喉科学会 耳鼻咽喉科専門医 院長 池田 研

診療時間 月・火・木・金 9:00~12:30 15:00~18:30 土 9:00~12:30 休診日 水曜(手術日)/日曜・祝日

TEL(092)851-8610

福岡市早良区原6-29-16(駐車場あり)

福岡市早良区原6-29-16(駐車場あり)

電気工事・空調工事・設計施工管理



永洩電業株式会社

早良区荒江3丁目28-15
TEL 092-843-2127

電気工事・設備

株式会社 シンデン

早良区有田5丁目29-17
TEL(092)864-4611

従業員募集中



株式会社 日豊建設

早良区内野1丁目25-5

TEL.092-872-4611
FAX.092-803-1411
http://nippon-k.net

NKA DENTAL CLINIC

Tel 092-866-0418

ヨイハ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30~13:00	○	○	○	○	○	14:00まで	△
15:00~19:00	○	○	△	○	○	△	△

医療法人 中歯科医院

www.naka-dental.net 早良区原8-17-3

校区 単ク 紹介

野芥校区

会員が幸せを 実感する老連へ

野芥老人クラブ連合会

会長 井上 博文

野芥校区は北から南に長い早良区のほぼ真ん中あたり、東南には油山がそびえ、平野には油山川や金屑川が流れていきます。池が4個、田畑も所々にあり、片田舎的なところも未だにあります。人口約1万2千人、65歳以上は約3600人、75歳以上は約1700人、高齢者率30%は、早良区で一番高い割合です。

野芥校区老連は11単位クラブ、会員数約500名で構成しています。就労年数の延長化などもあり、入会者がなかなかおらず、ますます高齢化になっていくのが現状です。この老連も同じ悩みを持っていますかと思いますが、どうにかして会員増を図りたいものです。

行事は「健康・友愛・奉仕」の全国三大運動を柱に「教養・レクリエーション」を加え、特に運動に重点をおいています。

「健康」では、校区グラウンド・ゴルフ大会（西油山公園）を春・秋の2回行っており、どちらも約100名が参加します。ソフトダーツ大会（公民館）も年1回（本年度より2回）、競技者55名で実施しております。和気あいあいとした雰囲気皆さん非常に楽しそうです。これらのスポーツが健康維持や増進につながり、とても喜ばれています。健康教室も油山病院の協力を得て毎年実施しており、昨年度は病院の講堂で「シナプソロジー」の勉強会を、72名が参加して開催いたしました。



ソフトダーツ大会

り、神社からも大変感謝されていますし、自分たちの心も清められています。町内や下校時の児童を見守るパトロール（ついで隊）、登校時の立ち番、青パト乗車など、それぞれ回数単位のクラブで異なるものの、頻繁に行っております。また、野芥小学校では九九の掛け算、ひらがな検定や昔遊び等の支援をしていて、児童からはお礼をいただいたため「感謝状」をいただいております。

「教養・レクリエーション」では、演芸大会の出し物はユニークな物と考えており、出演者も全くのド素人ながら毎年上位に入っています。昨年も「四太郎物語」でバラエティー部門賞をいただきました。その後、校区の夏祭りや文化祭にも出演し、笑いを誘っては好評をいただきました。研修では、一泊二日と日帰り旅行をそれぞれ年1回行っています。昨年9月の一泊研修旅行では、33名で島原に行ってきましたが、日帰り研修旅行は新型コロナウイルスの影響で残念ながら中止いたしました。これから会員がより幸せを感じる「魅力ある老連」を目指していきたいと思っています。

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

剪定・伐採・草刈り・その他お庭工事

誠心誠意をモットーに、
高品質な仕上がりを安心価格で
お見積りいたします。

早良産業

☎092-981-3293

福岡市早良区賀茂4-26-1 梅町ビル201号

害獣・害虫駆除・屋根・リフォーム工事

家電製品からリフォーム工事まで

タナマチ電器

お気軽に
ご相談下さい

TEL/FAX 092-864-3022

福岡市早良区賀茂4丁目3-5

Panasonic パナソニックの店

コンクリート構造物を切る・穿孔する・削る

九州ダイヤモンド工事株式会社

切断・穿孔
★コンクリートボーリング工事 ★ケミカルアンカー工事
★ワイヤーソーイング工事 ★各種アンカー工事
★ウォールソーイング工事 ★断り・解体工事
★エックス線透過検査 ★RCレーダー調査

TEL 092-864-7600 FAX 092-864-7638

福岡市早良区野芥2丁目28番36号

URL <http://kyusyu-dia.com/>



マンション
ビル等外壁改修工事一式

株式会社 結樹工業

早良区有田5丁目17-10
TEL:092-801-8313



エディオン オオスギ電設

TEL:092-834-8087

FAX:092-834-8087

福岡市早良区原7-11-21



電気設備全般

株式会社 メイデン

早良区賀茂 2-4-33

TEL:092-801-2221

福岡県知事許可第102395号



総合防水工事業
瀬戸装備株式会社

福岡市早良区原1丁目2-25

TEL 092-822-7333

FAX 092-822-7334



オーガニックの家づくり
リフォーム&リノベーション
自然素材の新築住宅

(有)ナガシマ建築工房

☎0120-58-0063

福岡市早良区飯倉8-10-17

TEL 092-871-0063 FAX 092-871-0092

<http://www.n-koubou.com>

校区 単ク 紹介

当日は、小さな子ども連れのファミリーで売店はいっぱいになり、大いににぎわい盛り上がりまします。男の子に人気がある竹とんぼ100個、ぶんぶんコマ80個、ガリガリコプター80個、女の子に人気があるプチ人形・

老人クラブとして活動を行っています。例年8月初旬、原小学校グラウンドにおいて校区内の諸団体とは別に、夜市として売店を作っています。老人クラブのブースでの販売品は7品目で、園児や小学生などの子どもたちを対象に作品を伝承しています。

自治会主催の 夏祭りへの参加



原校区

地域のために シニアパワーを発揮

白梅会
会長 石井 芳晴



男女ともに制作を進めました

プチパンダ100個、猫ピンチ50個、折り紙コマ50個を準備し、老ク連会員20数名が販売を担当して、品物はおおむね完売。20時過ぎからは3千名を超える参加者の抽選会となり、当選者からは歓喜の声が上がりまします。

夏祭りの作品づくり

夏祭りで販売する伝承品、竹とんぼは、各単位クラブより男女10数名の総勢30名が参加し、約2カ月かけて仕上げます。竹資材集め、竹資材づくりなど作業手順はそれぞれで、設計図通りの工程で進めます。最終的には、95%ほどを作品として売り出します。

バスハイク・お楽しみ会

毎年恒例の行事として初夏に実施しています。今回は、30数名の会員が参加し、

前原・糸島方面へ出発。緑豊かな山々の景観や名所巡り、史料館、海岸線の眺めを楽しみました。その後、昼食処、旅館へ向かい、待望の懇親会が行われ大満足です。しばらく時間が過ぎるとカラオケがスタートします。カラオケ好きの面々から始まり、皆さんの手拍子で大盛り上がり。和やかな楽しい1日が過ぎ、名残惜しく帰路につきました。

奉仕美化活動

原校区内には大小合わせて12カ所の公園があります。そのうち3カ所の公園を白梅会が担当し、毎月清掃活動を実施しています。除草をはじめ、花木の剪定などを20数名の男女会員で行い、燃えるゴミの袋20数個にもおよびます。数時間でかなりキレイになり、その後はお茶タイムです。

他に、老人クラブ憩の家、の清掃もしています。年間を通じて4回当番月があり、室内清掃や外庭の生け垣の剪定などを行い、約1時間で終了。その後、参加者全員が一堂に会し、茶菓子を食べながら座談会をして交流しています。

町内活動

段ボールや本、新聞紙、空き缶、空きビン、古着、衣類などの資源回収をしています。朝8時より約1時

間、1カ所に集めて支援を行っています。

また、健康・体力の増進を目指し、グラウンド・ゴルフやソフトダーツなど、それぞれ愛好会員として活動しています。毎月2回練習し、親睦を深めています。地域交流としては、原幼稚園、原小学校、県立聴覚特別支援学校で、運動会や昔遊びなどを行っています。男女ともに積極的に参加しており、子どもたちとふれあっています。

各団体との交流

自治会関連の各諸団体とも連携し、人権七夕祭りに参加しています。笹竹7竿のうち老ク連として1竿を担当し、100枚の短冊に標語を書き、各会員で飾り付けを行います。

社協主催の三世代餅つき大会では女性会員の出席となり、20数名が参加します。約400名が集まるなか、餅をちぎったり丸めたりとベテラン会員の手腕を発揮する場となり、大いに盛り上がりまします。会場ではつくたての餅を、おろし大根、きな粉、おしるこなどそれぞれ好みに合わせてアレンジし、引換券を渡します。皆さんにおいしく食べていただき、幸せを感じる1日となります。

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています


空気調和・給排水衛生設備・設計施工
株式会社 曙設備工業所
早良区田村4丁目15-10
TEL 092-801-7247


株式会社毛利建設
お住まいのご相談はお気軽に
早良区小田部2-18-13
TEL 831-0188 FAX 831-0088

一般材・新建材・銘木
株式会社 林材木店
早良区四箇2丁目9番27号
TEL 811-2170
TEL 811-0214
FAX 811-5518

(有)ナカ電器
この街が好き、人が好き

飯倉7-2-6 TEL.862-1186

個人向け販売ははじめました!
お店の味をご家庭でお楽しみ下さい!

焼鳥串・業務用食肉卸
株式会社 トーブ
早良区田村1-9-1
TEL:092-863-1801

土木・建設業
福岡県知事許可(般-23)第101260号

株式会社 早良ワーク
早良区田村7丁目2-11
TEL 092-801-8776 FAX 092-801-8867


物流保管設備・搬送機設備・事務所設備
株式会社 ナルセ設備
早良区野芥6丁目29-1
☎(092)874-7788

総合葬祭  **株式会社 やまお**
当社は老人クラブ協定斎場として、
会員皆様方万一の時、大きな割引を
提供いたします。
フリーダイヤル **0120-054-556**
本社/早良区野芥3丁目4-2

校 区 単 独 紹 介

内野・曲淵校区

早良ニュータウンの
老人クラブ「馬立会」

馬立会 会長 西村 浩介

「早良ニュータウン」と「馬立会」

早良区内野の「早良ニュータウン」から北方に、荒平山（標高396メートル）が見える。山頂にはかつて荒平城の本丸があり（1553～1579）、現在も堀



切、石垣、土塁などが残り、本丸跡には安楽平城（荒平城）の碑が建っている。肥前の龍造寺隆信の部隊が荒平城を攻める時に、荒平山を望む丘の上に「陣馬」を立てた所が現在の「馬立山」と言われている。

馬立山は、造成後、1989年（平成元年）に戸建ての建築が始まり、早良ニュータウンが誕生した。現在の老人クラブは、アンケート募集により「馬立会」と名付けられている。

結成経緯

2012年、私たちの団地に待望の老人クラブが誕生した。当時、全住人780余名中、高齢者の占める割合は年々増え続け、60歳以上が全体の20%を超えていた。

実は過去にも老人クラブ自体は存在していた。しかし、その活動も徐々に当初の趣旨から離れ、その実態は、ほとんどの集まりが一部の限られた人だけの活動になっていた。そして、他の会員からの不満、不信から、ついに解散を余儀なくされていた。

その後、数年を経て、現老人クラブの結成となった。

「馬立会」の現況等

新生老人クラブは、会員数わずかに15名でスタートしたが、現在は40名前後で推移している。現在の人員構成は66歳から89歳で、男性22名、女性18名となっている。

会長の任期は二期4年が普通のもので、2代目の会長も二期で無事に卒業した。

私は、前任の会長とは1か月年下のほぼ同い年で、団地内の飲み屋でよく飲んだものである。彼は74歳で今年から顧問として卒業したが、私は頭の方が78歳まで耐えられるのか不安である。

校区老連
グラウンド・ゴルフ開催

今年は、新型コロナウイルスの感染拡大防止等のため、5月半ばまで動きが取れない状況だったが、後半はグラウンド・ゴルフ大会の実施の検討に着手した。

事前に参加者の把握、体温検査、マスクの着用、消毒液の設置など、

初心者の私にとっては全てが初体験だったが、6月16日（火）、貴重な晴天の中、無事に開催できた。競技後半になると

続々とスコア表が提出され、スコア、ホールインワンのチェックもさることながら、掲示板への書き込みなど、終了に近くなるほど大変だった。ベテランの世話役の方々の的確な指示をいただきつつも、70名の参加者の順位決定のほか、かなりの量の賞品と参加賞の手渡しなど、役員一同、てんてこ舞いの半日であった。

次回以降、9月、11月、3月のグラウンド・ゴルフ大会が楽しみである。

発足時のビックリ談話

当時、筆者は町内会の法人化などに15年ほど関わっていたが、老人クラブ新結成の段階で会長から「会計をやってくれませんか？」と話しかけられた。私も67歳と年であったし、当たり障りのない話をする中、ふるさとの久留米の話になった。会長はなんと、牟田山中学校の先輩ではないか。4年

先輩である。さらに、高校も県立久留米高校の先輩……。おまけに父と同じ警察官OB。会計の承諾は決定したのだった。

【馬立会の例会・行事】

毎週の例会

グラウンド・ゴルフ（週2回）、カラオケ同好会

毎月の行事

公園清掃、ふれあいサロン（自治会主催・馬立会協力）

毎年度行事

3世代ゴルフ（自治会主催・馬立会協力）、夏祭り（馬立会テントで接待）、内野・曲淵校区老連主催グラウンド・ゴルフ大会（6・9・10・1月）



私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

「ニチコミ大賞 川柳!! 腕自慢!!」開催

大賞は商品券1万円!

シニア川柳
作品募集中

まずはクリック!

川柳 ニチコミ 検索

お任せください

句集・記念誌・自分史
「パソコン苦手」でもOK!

「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

春
潮

nichicom

認知症に勝つ!
楽しい脳トレ

クロスワード

クイズ など

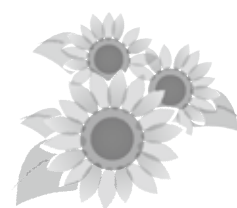
まずはクリック!

脳トレ ニチコミ 検索

文

芸

川柳



四箇田 名倉 政義

老いの坂登るわが身に鞭入れて
浮雲の自由を仰ぐカタツムリ

内野 太田 早苗

誕生日天國逝きが近づきぬ
福の神何処に居るのか捕まらぬ

俳句

大原 松浦 郁江

啓蟄や樹の洞覗く山の昼
弁当下げ桃の花山訪ふとせむ

内野 太田 早苗

初詣でおみくじ引いて恵比須顔
見上げれば背振の峰は雪化粧

内野 太田 静美

肌寒し闇にたたずみ螢る待つ
五月晴洗濯衣類が踊りだす

原 槌田 晴夫

ウイルスに負けじと満月花の舞
大濠の花火もしやと佇めり

飯倉 源五郎丸文恵

照紅葉墨書あざやか御朱印帳
自肅解けランドなごやか風薫る

入部 長 ハル

校庭に子の声なくもバラ薫る
久しぶりの陽射しすける若楓

原 西田 久子

一山のさま変わりして竹の秋
過しことみなうつろなる流れ星

短歌

内野 太田 早苗

潮風に寄せては返す波の音
磯の香りの懐かしきかな

飯倉 芳村 末子

健やかに暮せるよろこびを
卒寿むかえ我に幸あれ

原 古城 忍

校門の桜は満開万の花
コロナウイルス登校止める
末孫も塾に行かせよと連れ合いは
僅かの貯金娘にわたす

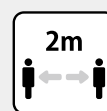
with コロナ時代の 新たな日常生活実践例

あなたと大切な人の命を守るために、新しい生活様式の実践をお願いします。

■基本的な感染対策



「密集」「密接」「密閉」の回避



人との間隔は、2m



外出時、会話をするときは、マスクを着用



家に帰ったら、手や顔を洗う

■日常生活のスタイル

買物

・通販も利用
・電子決済の利用

食事

・持ち帰りやデリバリー
・横並びで座る

公共交通

・会話は控えめに
・混んでいる時間帯は避ける

■働き方のスタイル

通勤

・テレワークや
ローテーション勤務
・時差出勤

職場

・オフィスはひろびろと
・会議はオンライン

- 高齢の方、基礎疾患のある方、妊娠中の方のような重症化リスクの高い方と会う際には、体調管理により一層注意しましょう。
- 毎朝、体温を測定し、体調をチェックしましょう。
- 発熱または風邪の症状がある場合は、無理せず自宅で療養しましょう。
- 県を越えての不要不急の帰省や旅行などの移動は避けましょう。

発熱や咳など風邪の症状がある場合は、直接受診せず、
かかりつけ医や新型コロナウイルス感染症相談ダイヤル
(☎ 092-711-4126) に事前に電話で相談してください。

あとがき

令和2年度は、新型コロナウイルスの感染拡大で幕を開けました。その影響で、区老連の行事も中止・延期が続いております。

会員の皆様におかれましても、外出自粛の日々を送っておられるかと思ひます。緊急事態宣言は解除されましたが、まだまだ油断はできません。引き続き、手洗い・うがいを行い、感染予防に努めましょう。

(広報部)

スポンサーへのお礼

このたびは「早良区老連あゆみ」の発行にあたりまして広告の掲載をいただき誠にありがとうございました。本紙は、会員が豊かで幸せな生活を送れるように願って発行いたしております。これからも末永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

早良区老人クラブ連合会

第1回早良区高齢者カラオケ大会

歌で輝く人生の後半戦

12月17日(火)、第1回早良区高齢者カラオケ大会を開催しました。

最初に、矢島会長から「出演者の皆さんは、日頃の練習の成果を晴れの舞台で余すことなく発揮され、入賞を目指してください」とあいさつがありました。その後、早良

区役所の西田福祉介護保険課長と、今回特別協賛をいただいた株式会社ベール福岡支社の綿谷支社長より激励の言葉が述べられ、いよいよ開幕。

出演した27名は、最初は緊張の面持ちでしたが、いざ舞台上に立つと堂々と歌声を響かせ、会場を魅了。観客席の皆さんは「かっこいいよ!」「頑張つて!」などと熱い声援を送り、手拍子や

横断幕で出演者を後押ししました。

最後は、那須野盛年部長より「皆さんの情熱あふれる歌声に感動しました」と講評があり、初開催のカラオケ大会は大盛り上がりで終了しました。



最高齢者



望橋明さん(百道浜) 85歳

昔はよく野球や卓球をして体を動かしていました。今はグラウンド・ゴルフを仲間たちと行い、気持ちのよい汗を流しています。

今回、カラオケ大会で歌ってみて、緊張もしましたが、会場の皆さんからの応援がとても嬉しかったです。

松本マシさん(大原) 89歳

健康の秘訣は様々なことを行っていることです。編み物やカラオケ、グラウンド・ゴルフなど、多くのことを楽しんでいます。ダーツでは優勝経験もあります。

これからもたくさんの方に挑戦し、健康長寿を目指していきます。



カラオケにこんなメリットが!

- ① 認知症予防につながる
- ② 腹式呼吸が身につく
- ③ 誤嚥防止に役立つ
- ④ 口腔環境が整う
- ⑤ ストレス解消になる

私たちは早良区老人クラブ連合会の活動を応援しています

井上内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~17:30	○	○	※	○	○	—

※訪問診療・往診のみ
■休診日…水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

TEL 801-5101 早良区田村7-7-2

医療法人 宮脇クリニック

外科・循環器科
胃腸科・心臓血管外科

早良区小田部4丁目4-1
TEL (092) 841-3636

あなたの街の素敵な施設 サンシャインセンター

●入所施設 特別養護老人ホーム (70名)
●短期入所 ショートステイ (10名)

福岡市早良区干隈6丁目10-20
☎(092)874-0045 (担当者:川上・濱崎)
FAX (092)874-0055

太田整形外科クリニック

日曜・祝日は休診

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

リハビリ中心の
デイケア
行ってます

早良区高取 1-1-21 ☎092-847-3633

認知症のご相談

TEL 092(871)2261(代)

精神科・内科

油山病院

早良区野芥5丁目6番37号

介護老人保健施設
からぎステーション TEL (871)8778

なかしま内科

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

休診日/日曜・祝日・土曜午後

早良区野芥4-2-16
☎092-407-3482
http://nakashima-n.com

白内障 緑内障 日帰り手術

ひじおか眼科

092-407-8122

ひじおか眼科 検索

福岡市早良区野芥4丁目2-15

医療法人 西耳鼻咽喉科医院

診療時間 月~金 9:00~18:00 土 9:00~16:00

■休診日 日・祝日

補聴器相談医 在籍
難聴のご相談はお気軽に

早良区南庄2丁目13-12 有り
☎092-846-1377