



東区シンボルマーク

発行：福岡市東区ねんりんクラブ連合会 福岡市東区箱崎2丁目54-1 TEL 092-645-1074

東区ねんりんクラブだより

編集・印刷：株式会社 ニチコミ 福岡市博多区博多駅東 1-13-6 いちご博多イーストビル 7F ☎092-292-6538 <http://www.nichicomi.com>



謹賀新年

明けましておめでとうございます
本年もよろしくお願ひ申しあげます
東区ねんりんクラブ連合会

仲間との絆より強く

昨年は、新型コロナウイルス感染症への不安から、家族や友人がいる幸せや、地域に仲間がいることへの安心感を実感する一年となりました。東区ねんりんクラブ連合会では、今年も地域の絆を大切にしながら「健康・友愛・奉仕」を柱に今できることを一つずつ取り組んでまいります。



ソフトダーツ大会



グラウンド・ゴルフ大会

8月25日(火)、第11回東区高齢者ソフトダーツ大会を東体育館2階競技場にて開催し、48名が参加しました。当日は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加人数を昨年の半分にし、カウント・アップとアンダー・ザ・ハットの2種目を行いました。

コロナ禍の影響で、演芸大会や囲碁将棋大会が中止となり、このソフトダーツ大会が4月以降初めての行事となりました。そのため、競技に参加する皆さんはやる気いっぱい。応援者も駆けつけ、会場は熱気であふれていました。



暗算で頭を使い
認知症予防にも!

【大会結果】

(敬称略)

[カウント・アップ] 順位		
順位	名前	校区
1	野口 秋義	東箱崎
2	辰島 久	舞松原
3	坂口 久代	舞松原
4	本郷 信子	香椎下原
5	竹野 静香	東箱崎
6	大淵 久美子	名 島
7	北島 千津子	香 陵
8	吉村 尚恭	青 葉
9	西尾 寛治	香椎東
10	増田 伊眞雄	多々良

[アンダー・ザ・ハット] 優勝者		
班	名前	校区
A	永嶋 良典	照 葉
B	上床 正一	照 葉
C	松田 昭房	三 苦
D	本郷 信子	香椎下原
E	神崎 湊子	松 島
F	長野 衛	松 島
G	吉村 尚恭	青 葉
H	田村 民雄	城 浜
I	江崎 征二	東箱崎
J	大津 和之	香椎東

参加者の声

◎ダーツは練習を重ねることで、成果が出るので高得点が出ると嬉しい。

◎週1回でダーツをしているが、仲間とわいわいできる時間が楽しい。



高須 トシエさん
(城浜校区)
88歳

日頃、健康管理には気を付けており、健康づくりの一つとして体操を5年続けています。仲間と身体を動かすことが、とても楽しいです。



宮邊 政城さん
(香椎東校区)
88歳

ダーツを始めて2年になりますが、大会には初めて出場しました。87歳の誕生日にはスイスのマンハッタンに登り、まだまだ元気に頑張ります。

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

地域医療支援病院・災害拠点病院

カマチグループ 社会医療法人財団 池友会
福岡和白病院 院長：富永 隆治

TEL092-608-0001
〒811-0213 福岡市東区和白丘2丁目2-75

福岡和白病院

検索

手には技術、
頭には知識、
患者さまには愛を。



医療法人 院長 岡田 朗 副院長 黒坂 謙

岡田内科クリニック

月・水・金 夜8時まで診療

ステーキガスト九大前店2F
(貝塚バス停1分) **P**あり

糖尿病専門医

☎651-7011

社会医療法人財団 池友会

香椎丘リハビリテーション病院

医師・看護師・リハビリスタッフのチームが365日、安心のサービスをご提供しています。

リハビリテーション・内科

病床数120床

(回復期リハビリテーション病棟)

TEL(092)662-8881

(地域医療連携室・入院に関するご相談はこちら)

東区下原2丁目24番36号

http://www.kashii-rh.net

TEL(092)662-3200(代)



内科・外科・脳神経外科・リハビリテーション科

介護保険事業

医療法人 和 仁 会

東福岡和仁会病院

東区奈多1丁目4番1号

☎608-1511

★介護医療院

東福岡和仁会病院

★デイケアセンター 和仁会

★介護サービスステーション 和仁会

★デイサービスセンター 東福岡 和仁会

講演内容

【薬の正しい使い方】

- ・健康長寿は「薬」を正しく使うことから
- ・使い方の難しい薬が増えた
- ・正しく使わないと危険な薬が増えた
- ・薬は一か所の薬局で受け取ろう
- ・良い薬剤師を見つけることの大切さ
- ・意外と多い薬の勘違い



【薬の健康被害を防ぐ知恵】

- ・正しい薬物治療とは
- ・薬は整理が大切
- ・怖い薬の副作用
- ・知ってほしい間違った習慣
- ・かかりつけ薬剤師を見つけよう



講演の様子

東区男女リーダー研修会

9月8日（火）、東市民センターホールにて東区男女リーダー研修会を開催しました。

当日は、283名が会場に

集まり、講師のNPO法人健康サロンの水内義明氏より薬の正しい使い方についてお話をいただきました。

講演では、残薬について

やおくすり手帳の使い方、薬の健康被害を防ぐ知恵を教えてください。き、薬を一つひとつ納得して飲むことが大切だということを学びました。

薬を正しく服用することは、健康長寿にもつながります。上手に使用して、いつまでも健康でいきいきとした毎日を過ごしましょう。



最高齢競技者賞

平山博通さん(88)
香椎下原竹下伊都子さん(87)
城浜

【大会結果】

順位	名前	校 区
優勝	中松 瑩子	美和台
準優勝	荻原 寿子	名 島
第3位	井倉 令子	松 島

(敬称略)

入賞された皆さん
おめでとうございます！

11月25日（水）、第15回東区高齢者健康スポーツ大会を東体育館2階競技場にて開催しました。今回は68名が参加し、ニュースポーツの一つであるラダーゲッターに挑戦しました。

はじめに、福岡市レクリエーション協会の担当者よ

なコントロールで中松瑩子さん（美和台校区）が優勝を飾りました。おめでとうございます。なお、大会結果は左記の通りです。

ラダーゲッターはルールも簡単で室内で行えるスポーツです。ぜひクラブの活動として取り入れてみませんか。

第15回東区高齢者健康スポーツ大会

ラダーゲッターに
68名が挑戦

りラダーゲッターのルールを学び、実際に練習を行った後、いよいよ競技開始。

ラダーゲッターとは、ボールを投げてラダー（はしご）にどれだけかけられるかを競うポイント制のゲームで、参加者の皆さんはラダーとの距離を考えながら、慎重にボールを投げていました。

競技の結果、見事

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

救急告示病院

福岡輝栄会病院

脳神経外科 整形外科 形成外科 外科 内科 呼吸器内科
消化器内科 眼科 肛門外科 循環器内科 泌尿器科
リウマチ科 リハビリテーション科 放射線科 麻酔科 アレルギー科

●各種ドック・健康診断（予約制） ●脳健康相談
人間ドック・脳ドック・特定健診・健康診断
【外来受付時間】9:00～12:30 / 14:00～17:30
■休診日／日曜・祝日 ※急患は24時間受け付けます
東区千早4丁目14番40号 **092-681-3115 (代)**

医療法人輝栄会

好評募集中!!
(入居一時金なし!)

サービス付き高齢者向け住宅
トリニテ千早館
JR千早駅徒歩5分
東区千早5丁目2-22 **092-410-1000 (代)**

トリニテ松崎館
3号線バイパス「火の見下」スグ
東区松崎2丁目7-21 **092-663-0500 (代)**

精神科 さん ぜん
神経科
内科
心療内科

三善病院

もの忘れ相談
〔医療型〕**重度認知症デイケア**・〔介護保険対応・通所リハビリ〕**おこなデイケアセンター**
唐原4丁目18-15 ☎ **661-1611**

社会医療法人

原土井病院
HARADOI HOSPITAL

内科・整形外科・リハビリテーション・緩和ケア
福岡市東区青葉6-40-8
☎ **092-691-3881 (代)**

●入居者募集中●

みどりの介護医療院
福岡市東区名子1-18-9
☎ **092-691-5022**

みどりの介護医療院1階・デイケア併設
みどりのクリニック
内科・リハビリテーション科
☎ **092-691-0045**

呼吸器内科 外科 血管外科 画像診断科

ふるがきCLINIC

Tel.092-405-0757
東区香椎駅前1-12-2 ASSET香椎2F(JR香椎駅下車すぐ)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
15:30～19:00	●	●	●	●	●	●	●	●

※当院は予約優先です。土曜日/17時～19時は完全予約制となります。
※月曜日は訪問診療のみ対応しております。

太陽の丘クリニック
内科 / 皮膚科 / 心療内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
14:00～18:00	●	●	●	●	●	●	●	●

☆日曜・祝日も診療しています。水曜日は隔週で休診 予約制

福岡市東区蒲田5丁目7-30
TEL **092-663-2100**

福岡市福祉のまちづくり推進大会 受賞者一覧

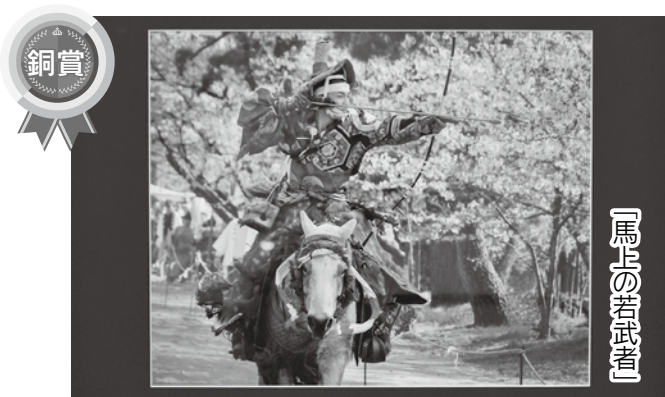
毎年、福岡市民会館にて福岡市福祉のまちづくり推進大会が開催されていましたが、今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中止となりました。

そのため、今回は表彰のみ行われ、東区ねんりんクラブ連合会からは20名が受賞しました。おめでとうございます。

市長表彰	
■老人クラブ事業功労者	
山口 一四	第十四明寿会（箱崎校区）
脇山 恒美	勅使道シニアクラブ香寿会（香椎東校区）
辻本 功	城浜6区老人クラブなごみ会（城浜校区）
野田 稔	大名持クラブ（多々良校区）
木附 敏弘	第二みどり会（青葉校区）
岩本 松枝	つくし会（城浜校区）

市長感謝状	
■老人クラブ事業功労者	
長野 衛	清松ねんりんクラブ（松島校区）
舟越 俊允	松崎第三松寿会（名島校区）
栗川 賜郎	綾杉会（香椎東校区）
宮石 勇喜夫	第二福寿会（筥松校区）
加茂 美智子	あそぼう会（香椎浜校区）
西 憲二郎	第一栄寿会（舞松原校区）
大淵 章	リーフタウンねんりんクラブ（青葉校区）

第50回 福岡市高齢者美術展 濱嶋寛和さんが見事入賞



10月13日（火）～18日（日）、福岡市美術館にて第50回福岡市高齢者美術展が開催されました。今回は洋画や写真などの5部門で計87作品が出展され、来場者の皆さんを魅了。

東区からは、写真の部で濱嶋寛和さん（三苫第二福寿会）が見事銅賞を受賞されました。おめでとうございます。

市社会福祉協議会会長表彰

■老人クラブ事業功労者	
福永 榮	三苫友愛クラブ（三苫校区）
川崎 一正	明老会（青葉校区）
山田 勝	第一寿栄クラブ（馬出校区）
平塚 國男	第二栄寿会（舞松原校区）
矢嶋 辰夫	グリーンガーデンクラブ（東箱崎校区）
吉原 マル子	ふようクラブ（香椎浜校区）
安部 幸子	第三福寿会（筥松校区）

（敬称略）

これからも
皆さんのさらなるご活躍を
期待しております



私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

国家公務員共済組合連合会

千早病院

内科・循環器内科・外科・整形外科・眼科・皮膚科

■受付時間 ■ 8:40～11:00 13:20～15:00
※但し科によって異なる場合があります。お問い合わせを。

■休診日 ■ 土・日・祝日
年末年始（12月29日～1月3日）

東区千早 2-30-1 ☎661-2211(代)

医療法人 原三信病院

香椎原病院

内科、リハビリテーション科
回復期リハビリテーション病棟
療養病床、介護医療院、通所リハビリ、
居宅介護支援事業所、体力向上支援センター
地域ケアセンターかしの杜

香椎3丁目3番1号 TEL.662-1333(代)

伊東内科小児科医院

在宅療養支援診療所

内 科 緩和ケア内科 小児科



診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	／
14:00～17:30	●	●	／	●	●	／	／

※午後は内科医師が訪問診療の為、不在となります。
※水曜午前は内科、緩和ケア内科は休診となります。

福岡市東区名島2丁目41-5
☎ 092-681-1000

医療法人 ホームケア

よつばの杜クリニック

◆皮膚科(一般皮膚・小児皮膚)
◆フットケア(巻き爪・陥入爪・外反母趾等)※予約制
◆美容皮膚科(美容／自費診療)※予約制

休診日：木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

東区松崎4丁目40-18 メディカルガーデン千早2F・3F

皮膚科・フットケア 092-674-1212(ヒフヒフ)
美容皮膚科 092-674-1239(ヒフサキュウ)

ふくどめ内科医院

〈令和元年7月より診療時間が以下のように変わります〉

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

※日・祝日は休診 ※水曜・土曜日は12:30まで

東区水谷2-8-50
TEL (092)681-1516

内科・胃腸内科・消化器内科・内視鏡内科

松井内科胃腸クリニック

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

休診日：木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

東区名島2丁目2-22(名島交差点カド)
☎092-673-7800

まつしま整骨院

営業時間	月	火	水	木	金	土
8:30～12:30	●	●	●	●	●	●
14:30～18:30	●	●	●	●	●	－

【休診日】日曜・祝日

福岡市東区松島1丁目25-13
☎ 092-623-3686

外科・整形外科・リハビリテーション科

井本クリニック

長期療養型入院諾（窓口にてご相談下さい）

原田1丁目41-15 ☎621-3455



希望の春へ、賢く生きよう

舞松原校区 神ノ木わかき会 河村 富美子

「春よ来い。早く来い。歩きはじめてみたいちゃんが、赤い鼻緒のじよじよはいて、おんもに出たいと、待っている」

令和3年の新年、あけましておめでとうございます。昨年のコロナ禍の時は、みいちゃんのようにならないうと待っていた人々が多数いたことだろう。未経験の出来事、耳慣れない言葉の数々…。今でも新型コロナウイルスのパンデミック（世界的大流行）が起こり、世界中で100万人以上の命を奪い、広がっている。しかし、人間は賢い。三密を避けるソーシャルディスタンスやマスクの着用、アルコール消毒、手洗いなど、コロナに負けず闘ってきた。

私もこの歳で「おやこ」というグループや友人同士で、オンラインでの対話に挑戦している。娘から「招待します」と来て、私は「参加」を押す。「おばあちゃんマイクを押して」「マイクはどこ?」「斜めに線が入っているところよ」と、当初は戸惑うこともあったが、孫から教えてもらってすぐに慣れた。東京に3家族

がいたので、日にちと時間を決めて対話している。孫から「おばあちゃん、希望した大学の法学部に推薦入試で合格できたよ」と言われ「おめでとう」と、3、4人が同時に答える。スマートフォン操作に苦手意識があつたが、やってみるとなかなか楽しい。コロナ禍の中で、またポストコロナ禍に向かって、つながりを意識して活用している。どんな時代になることも、予測不能のことが起きても、希望を持ち、賢く前向きに生きたいと願っている。

私が尊敬している緒方貞子さん（日本初の国連難民高等弁務官、令和元年10月逝去）は、現場主義で「大切なのは苦しむ人々の命を救うこと。自分の国だけの平和はありえない。世界はつながっているのだから」と、また次世代へ向けて「難局は乗り越えるもの」と、言葉を残している。

本年も難局を賢く乗り越え、楽しくねんりんクラブの活動に取り組んでいきたいと思っている。皆さんの笑顔とともに。



追憶 エビネ蘭

舞松原校区 東水谷ひまわり会 菅 邦雄

流れる雲を分けてそびえる高峰の、雄大に連なる九州山脈。その奥懐を流れる川筋に出張した時のことである。地本の鶯が、山に分け入っては野草を採って来る。その中に、ピンクの可憐な花があつた。これが私とエビネの出会いである。これを機に、札束を懐に九州一円をさまよう半狂乱のマニアと化したのである。家族からのブライニングを背に受けながら、エビネがわが家の庭を占拠するのにそう時間はかからなかった。

春まだ浅き3月。新芽がポツポツと顔を出す。歓喜の一瞬である。それを朝な夕な摘んでみては、花芽か葉芽かと一喜一憂するのである。

花の4月。花茎も伸びて朝



可愛らしいエビネ蘭

見れば夕に、夕見れば朝に、一気に開花する。決して豪華絢爛たる花ではないが、楚々とした気品あふれるその優雅な姿は、満天の夜空に輝く星座のごとく、見る人の心を魅了して、千差万別の輝きを放っていた。エビネの甘い香りに身を委ね、絶頂の日々がしばし続くのである。

しかし、栄枯盛衰は世の習い。あれだけ隆盛を誇ったエビネブームもいつしか下火に。それにつれて私の情熱もたけのこの皮を剥ぐかのよう消滅。気が付けば、熱砂のドバイで稼いだ金も消滅。よほど腹に据えかねていたのである。愚妻が「あなた、エビネにいくら使ったと思うてんの。無駄金を。この宮崎のヤカンたぎりが（宮崎弁で好きやすの飽きやす）」とたたもった。あの日、あの時、あのピンクの花と出会いさえしなかったらと、はかなくもほろ苦い追憶だけが残った。

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 永聖会
松田耳鼻咽喉科病院
耳鼻咽喉科・アレルギー科

理事長 松田 峻一良
院長 江崎 嘉十

東区箱崎2丁目10-2 (箱崎紺屋町バス停前) ☎651-0522

あだち
耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
09:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日：火曜午後・土曜午後・日曜日

補聴器の事もご相談下さい

TEL 092-710-8733
福岡市東区名島二丁目30-16

内科・消化器内科
医療法人 **荒巻 医院**

診療時間	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	休診	○	○	休診

※日曜・祝日はお休みです
福岡市東区筥松2丁目14番4号
TEL・FAX (092)629-3311

田村 医院

胃がん・乳がん検診 通所リハビリ

福岡市東区箱崎1丁目24-31
TEL 651-2310

いしまる 歯科
歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~19:30 (土曜 14:30~17:00)	●	●	●	●	●	▲

フルフル松崎本店前 休診日：日曜・祝日

東区松崎 2-14-14-2F ☎092-672-2010

黒木クリニック

院長 黒木 祥司

乳癌検診 日本乳癌学会認定 乳腺専門医

東区箱崎1-3-6
TEL.631-2311 (完全予約制)

医療法人 **和田美也内科クリニック**

院長 和田 美也(糖尿病専門医)

東区香椎駅前1-11-1 JR香椎駅 駅ビル3F

TEL092-683-3838 **要予約**

坂本 歯科医院
TEL 092-611-0623
福岡市東区原田1丁目3-10

西鉄バス②④⑦⑨ 原田バス停前
JR九州バス 箱崎原田バス停前

院長 坂本文比古

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~19:00	○	○	○	○	○	○

休診日：日曜・祝日



初夢

舞松原校区 あかつき会 田尻 和馬

なぜか、似たような計算を伴う2つの新聞記事に遭遇しました。左記の記事①、②です。折しも「新型コロナウイルス」の流行期。家にこもって「その計算をやってみるか」と、パソコンに向かいました。

記事① 紙を折り続けたら 宇宙まで届くかな？

「1枚の紙を2つ折りにして二重にする。さらにそれを2つ折りにして四重にする。次々に『2つ折りにして重ねる』ことを50回繰り返せばどうなるか。月まで到達できる厚さになるかな？」と答えをばかしていました。

これを計算するにあたって「2つ折り」にするところを「2つに切断する」に変更し、形態を明確にしました。つまり、1枚の紙を2つに切った2枚にする。それを2つに切った4枚にする。さらに2つに切った8枚にする。このように「2つに切断して重ねる」動作を50回繰り返せばどうなるか、検討することにしました。

1操作ごとに紙の枚数は2

倍になるので、最後の50回の

動作では2の50乗の枚数にな

ります。しかし、単に50乗だ

けを求めるのではなく、途中

経過も含め(2の1乗、2、

2乗、4、3乗、8、4乗、

16、50乗、1千百兆)と、

50個のマスを埋めました。

その中から2つ取り上げて

みます。ひとつは42乗です。

値は4兆4千億となりました。

つまり、1枚の紙からス

タートし「2つに切った重ね

る」動作を42回繰り返せば、

4兆4千億枚になります。も

し1枚の紙の厚さが0.1ミ

であれば、重ねた紙の厚さは

約44万キロとなり「地球から月

までの距離38万キロ」をオーバ

ーするのです。



2つ目に取り上げたのは50乗です。「2つに切った重ねる」動作を50回繰り返せば、

1千百兆枚になります。厚さは

1億1千万キロとなり、太陽

までの距離1億5千万キロに近

づくのです。もし51回まで続

ければ、2倍の2億2千万キロ

となり、太陽をはるかにオー

バーするのです。

このように、紙片を切った

重ねると「月」や「太陽」に

到着できるということが分か

りました。

ここで、紙の形を考えてみ

ましょう。もし「44万キロの帯

状の長い紙」を準備すれば、

42回の動作で月まで到達でき

る紙片ができます。しかし、

その紙片の幅は0.1ミリです。

「幅・厚さともに0.1ミリの

紙」、いわば髪の毛(日本人

の髪の毛は直径0.08ミリ)の

ような紙片の積み上げでは

「月まで到着した」というイ

メージは湧きません。

そこで発想の転換。紙を一

方向だけ切断するのではな

く、縦方向、横方向ともに切

断します。すると、状況は一

変するのです。

準備するのは、地球がどう

にか隠れる大きさの紙、つま

り「地球の直径(一万三千キ

ロ)を二辺とする正方形の紙」で

す。縦方向を21回、横方向も



21回、都合42回「切断して重

ねる」動作を行えば、月まで

到達できる4兆4千億枚の紙

片が得られます。しかも驚く

ことに、その紙片は一辺が6

分の正方形となり、髪の毛と

は雲泥の差です。人が5、6

名は乗れるでしょう。人を乗

せて月まで積み上がったとし

たら、お月様は「日本から人

がやって来た。『かぐや姫』

以来だな」と喜んでくれるか

も。

次に、太陽までを考えてみ

ましょう。前と同じ大きさの

紙を準備し、縦26回、横25

回、都合51回「切断して重ね

る」を繰り返します。厚さは

2億2千万キロになり、太陽に

到達します。紙片は38センチ

×19センチ、A4用紙を細長く

した大きさです。人が乗るこ

とは無理ですが「寿司」でも

乗せて届けられれば、太陽は「こ

れはおいしい」とほほえんで

くれるかも。夢物語です。

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

入れ歯でお困りではないですか？

たけ歯科医院

平日 AM9:30~PM7:00

(昼休み PM1:00~PM2:30)

土曜 AM9:30~PM1:00

夜は6:30まで受付しています

東区原田3丁目6-17 TEL.623-3386

一般歯科・小児歯科・口腔外科

あおばデンタルクリニック

<http://www.aoba-dental.info/>

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	9:00~
15:00~19:00	○	○	○	○	○	17:00

休診日:水・日・祝(※祝日のある週の水曜日は診療)

東区青葉2-14-26

TEL 092-776-8363



Murakami Heart Clinic

村上循環器内科クリニック

診療科目/循環器科・内科・呼吸器科

院長 村上 敦

東区和白東1-25-7 ☎092-606-7998

日本医療機能評価機構認定
ISO 9001 認証取得

199床 在宅療養支援病院

たたらリハビリテーション病院

内科・内科(緩和ケア)・神経内科・リハビリ科
歯科・矯正歯科・小児歯科

八田1-4-66 代表電話 691-5508

通所リハビリ(デイケア)実施

直通電話 691-5694



あべなおこ 歯科クリニック

歯科・歯科口腔外科(インプラント)
小児歯科・矯正歯科

月・火・木・金 AM 9:00~PM 6:00

水・土 AM 9:00~PM12:30

昼休み PM12:30~PM 2:00

東区唐原1-2-1-2F 虫歯なし 優しい歯に
JR九産大前駅まへ TEL674-4182



診療時間 月・火・木・金 9:00~18:30
水・土 9:00~13:00

東区香椎浜 1-3-23 ☎672-7000
(香椎浜保育園となり)

24時間電話予約受付

河原歯科医院

<http://www.happiness-1.com/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 月~金 9:00~13:00	○	○	○	○	○	9:00~	○
午後 月・木 14:30~18:30	○	○	○	○	○	16:30~	○
火・水・金 14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○

東区青葉7-23-1 TEL092-691-2002

地域福祉への貢献を目指しています 社会福祉法人 百友会

地域密着型 フレンドピーチ ちはや

特別養護老人ホーム ももいろハート

小規模多機能型 百友会

居宅介護事業所 ケアプランセンター

施設内保育施設 こもも保育園

東区千早1丁目17-16 TEL671-6500

ケアハウス フレンドピーチ

デイサービスセンター

東区松崎4丁目17-1 TEL662-8888

香椎参道には、百数十本のクスノキ並木がある。よそから来た人は、その景観を「美しい」と褒める。私も以前はそのように思っていた。



随想 大きくなりすぎたクスノキ

香椎東校区 みなわ会
安村 眞

私は最近、歩行が不自由となり、1年前からセニアカー（電動車）を利用している。セニアカーは、道路交通法により歩道を通らなければならないと定められている。

ある日、セニアカーで参道を通ってみたところ、至るところで大きな木の根が盛り上がり、通ることができないのである。香椎参道は大事な生活道路であり、唯一のバス道路でもある。香椎方面へ通院や買い物に行く高齢者も多いと思われる。近年の異常気候で、大型台風も増加している。強風で木が倒れたりすると、交通はマヒしてしまうのではないかと憂慮するものだ。

記事②

チェス盤に米粒を置いていくと…?



「西洋の将棋『チェス盤』の1マス目に米1粒、2マス目に2倍の2粒、次のマス目にさらに2倍の4粒と、マス目ごとにコマ粒を2倍ずつ増やしていくと、あるところで国中の米がなくなってしまう」と、この記事も具体的な数字が出ていませんでした。

…と割り当てることは、数学的には2の0乗1、1乗1、2乗2、3乗4、4乗8…と2の累乗で表すことができ、最後の64番目のマス目には、2の63乗119億2226万5000粒（京の1万倍）を乗せることになる。

途中のマス目も考えてみましょう。①日本の年間の米生産量は1千55万ト、527兆粒であり、49番目の

マスに乗ることになります。②タイは3千338万トであり、52番目のマスに乗ります。③中国は世界で最も生産量が多く2億1268万トであり、58番目のマスに乗ります。④全世界の生産量は7億6996万トで60番目のマスです。⑤最後の64マス目に乗る米粒は、全世界の年間生産量の約240倍にもなるのです。「チェス盤」の収容力はなんて大きいことでしょうか？

今年の「初夢」

このように記事①、②ともに「倍・倍ゲーム」となりました。はじめはゆったり、やがて大きな「夢物語」へと進展します。私は2月早々には91歳になります。計算で得た「夢物語」は、90歳最後の「ゆめ」だったのでしょうか？ いやいや「大きいことはいいとだ」。令和3年の「初夢」ということにしましょう。今年がいい年でありますように。

老人クラブ会員向け保険のご案内

老人クラブ会員向けに 傷害保険・賠償責任保険で安心補償

2020年10月版 傷害保険

自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)

8,000円タイプと12,000円タイプについては、他人の物を壊したり、他人にケガをさせた場合も対象となります。

①対象:老人クラブ会員に限り。1人1口加入で年齢制限はありません。加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者に取りまとめる団体保険です。

②保険期間

保険加入月(年2回のみ)	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
2020年10月加入の場合	2020年7月1日～9月15日まで	2020年10月1日午後4時から1年間
2021年4月加入の場合	2021年1月1日～3月15日まで	2021年4月1日午後4時から1年間

③掛金払込の条件:申込みの人数に関わらず1回の払込につき掛金総額3,000円以上(追加の場合も同様)※払込手数料は申込者負担

④補償範囲・掛金タイプ:

24時間型/4タイプ = 自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償や熱中症危険補償を付加したタイプもあります。



6タイプから1人1つ選択してください。複数口加入はできません。

賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。(自分のケガは対象になりません。)

①対象

老人クラブ(全員加入が条件となります)

②保険期間

毎年10月から1年間

③掛金

1人年額100円(最低引受保険料3,000円)

④補償

支払限度額1億円

公益財団法人全国老人クラブ連合会 保険係

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

加入申請書・資料請求先 専用FAX 03-3597-8767 お問い合わせ先 03-3597-8770

ホームページ <http://www.senior-ita.com/> (老人クラブ傷害保険) (賠償責任保険) メールアドレス hoken@senior-ita.com

(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL 03-3597-8768

(引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 TEL 03-3515-4144

※この広告は、以下の商品についてご紹介したものです。

「老人クラブ傷害保険」

■活動型:老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険

■24時間型:総合生活保険(傷害補償)

「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」

ご加入にあたっては、必ず「(フットプリント)」「(重要事項説明書)」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてあります保険約款により、ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。

20-T00405 2020年4月作成

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

千鳥橋病院附属
福岡医療団 FUKUOKA RYU DAN
予約制 歯科診療所
福岡市東区馬出4丁目8-21
TEL: 092-631-2500
(診療時間) 火・木 9:00～20:00
月・水・金・土 9:00～17:00
歯科往診もおこなっています。お気軽にご相談ください

訪問診療・訪問リハビリ・デイクア・夜間診療・健診
千鳥橋病院附属
城浜診療所
診療時間 月 火 水 木 金 土
8:50～12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
14:00～16:30 ○ ○ ○ ○ ○ 12:30まで
18:00～19:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
(休診日) 日曜・祝日
東区千早1-6-8 TEL 671-3031

内科・循環器科・呼吸器科
医療法人 **かわさき内科**
循環器科クリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
AM9:00～PM12:30
PM2:00～PM 6:00
水 土 AM9:00～PM12:30
イオン香椎浜店 アイランド側入口前
東区香椎浜3-2-1 6663-8828
ウィルマーク香椎浜1階 <http://www.kawasaki-clinic.net>

予防一秒、歯は一生。
ばん歯科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
9:30～13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
14:30～18:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
訪問診療します
東区若宮2丁目2-43 TEL 674-1177

口は生きる原点
舟越 歯科医院
東区松崎 2-12-16 ☎682-0068

●外科・胃腸外科
●肛門外科・内科
医療法人 **高野胃腸科**
福岡市東区筥松 2-24-11
☎622-1461

日本循環器学会認定 日本内科学会認定
循環器専門医 総合内科専門医
しもじ内科クリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
9:00～13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
14:30～18:00 ○ ○ ○ ○ ○ 15:00まで
※土曜日はお昼休みを以て診療していません。
三苦3丁目2-49
【福岡銀行横】☎605-6300

消化器科・内科・外科
おおがみ医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
午前9:00～12:30 ○ ○ 1:00まで ○ ○ 1:00まで
午後2:00～6:00 ○ ○ / ○ ○ /
休診日/日曜・祝日
東区多々良1丁目7-2
TEL 092-663-1919

ふる里に 歴史あり

第28回

まちの発展とともに歩む

■青葉校区の歴史

青葉校区は、多々良町政時代の八田および土井、名子地区の一部から形成されている地域です。

昭和30年代以降、開発の波が急速に発展し、昭和47年の福岡市の政令指定により、その波はさらに強まります。行政区画により、青葉校区は多々良地域の一地区として東区に所属するとともに開発の最盛期を迎え、いくつもの新しい自治会が誕生していくことになります。当時、5自治会、人口6100人で船出した青葉校区も、現在は13自治

青葉校区ねんりんクラブ連合会

会長 弥富 勇

区の編成に伴い、青葉校区という校区名になりました。



そして昭和56年4月6日、青葉小学校が開校します（児童数609名）。昭和59年には東福岡養護学校（現在、東福岡特別支援学校）が、馬出小学校分校教場跡より移転・開校。青葉小学校と隣接し、交流教育が始まります。

昭和60年4月1日、青葉校区が誕生し、同年5月10日に青葉公民館も落成しました。平成2年には、青葉中学校が多々良中央中学校より分離開校。さらに平成

23年、東部地区における就学前の障がい児支援の拠点施設として東部療育センターが開設されるなど、子どもたちの学びやが閑静な住宅地の一画に集中して設立・整備されました。これは、昭和43年8月1日、福岡市と八田自治会長によりゴミの埋め立て等に関する覚書が交わされ、八田の水田や畑、原野等の23万㎡を提供し、ゴミの埋め立てがされたことに始まりま

■青葉校区ねんりんクラブ連合会の歴史

昭和60年、青葉校区発足のクラブ数は5クラブでしたが、住宅団地の開発により次々と自治会が誕生し、現在は11クラブ（会員数608名）の組織に発展しました。もとより自治会ごとのクラブ設立を目指してきたことから、未設置地域の自治会の会長さんのご理解・ご協力をいただき、令和に入って2クラブが設立されました。残る1自治会は若年層が多く、設

立要件を満たし次第、クラブ設立の予定となっております。これからも、会員増強のため、さらなる勧誘活動が続けてまいります。

また、校区内には高齢者農園「青葉近隣農園」があります。これは昭和61年、福岡市老人クラブ連合会から土井近隣農園として委託を受けたものです。収穫の喜びを味わいつつ、29名が助け合いながら旬の野菜づくりに励んでおります。

また、校区内には高齢者農園「青葉近隣農園」があります。これは昭和61年、福岡市老人クラブ連合会から土井近隣農園として委託を受けたものです。収穫の喜びを味わいつつ、29名が助け合いながら旬の野菜づくりに励んでおります。

校区内唯一の神社「貴船神社」

雨乞いの神・貴船神社は古来、八田に鎮座していましたが、筑紫左遷で立ち寄った菅原道真公の心を奉るため建立した天満神社と昭和初期に合祀され、以来、天満貴船神社として今も地城住民に厚く信仰されています。毎年元旦には早朝より香椎宮の神官さんが訪れて新年祈願が行われ、境内ではたき火を利用したカップ酒が振る舞われます。



私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

水の処理から環境アセスメントまで

藤吉工業九州地区代理店

九州藤吉工業株式会社

FUJIYOSHI KOGYO CO.,LTD

東区多の津4丁目7番14号

TEL.092-611-1890

株式会社 **たから**

空調・電気・給排水設備工事

東区若宮4丁目14-18

TEL 092-661-9644

内科・循環器内科

福岡ハートクリニック

院長 安永 智彦

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
午前（9～13時）	○	○	○	○	○	○	○
午後（15～19時）	○	○	○	○	○	○	○

東区若宮1-28-8

TEL:092-663-3806

<http://fukuoka-heartclinic.com/>

精神科

医療法人 山水会

香椎療養所

○診療時間:AM9時～PM5時
土曜午後・日曜・祭日休診

〒813-0011 福岡市東区香椎1丁目9番15号

TEL (092) 661-1083

お住まいのお悩み解決します

住宅リフォーム 専門店

皆様の快適な住まいづくりのお手伝い

ロックホームサービス 株式会社

福岡市東区蒲田2-32-29 一般建設業(般-26 第108253号)

『緑の看板が目印!』TEL **402-6969**

空調・電気・給排水設備工事

ディ エス イー

TSE 株式会社

福岡市東区松崎1丁目16-11

TEL.092-410-8440

FAX.092-410-8447

社会福祉法人 福和会

高美台保育園

東区高美台2丁目18番1号

TEL (092) **607-1327**

九州合同法律事務所

東区馬出 1-10-2
メディカルセンタービル九大病院前 6 階

TEL **092-641-2007**

kyushugodolo@me.com

東区役所より お知らせ

活用しましょう!

ねんりんぐ
通信 23

高齢者在宅生活への支援

福岡市では、高齢者の方が安全・安心に暮らしていただけるよう、様々なサービスを行っておりますが、その中から2つご紹介させていただきます。

1、緊急通報システム

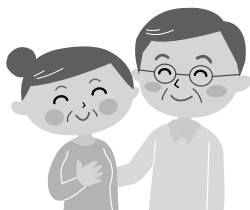
■ サービスの内容

家の中で急病や事故などの緊急事態が起きたとき、胸にかけたペンダントか本体のボタンを押せば「受信センター」へ自動的に通報する機器を自宅の固定電話にとりつけます。

緊急時には「受信センター」から消防局や近隣の協力員などに連絡して生活の安全を守ります。(協力員は申請時に原則として2名、登録をお願いします)

また、緊急時以外にも相談をお聞きして、日常生活での不安を解消します。

これらの緊急通報用機器を貸与、もしくはレンタル・給付します。



■ サービスの対象者

- ① 65歳以上で福岡市に介護保険料を納めている方
- ② 健康状態・身体状況に不安があり、緊急時における連絡手段の確保が困難なひとり暮らしの方、またはこれに準ずる方

■ 費用（毎月の利用者負担額）

介護保険料所得段階	利用者負担額			
第1～3段階	貸与	0円		
第4・5段階	レンタル	948円	給付	17,600円
第6・7段階		948円		28,600円
第8段階		948円		39,600円
第9～13段階		948円		44,000円

2、日常生活用具

■ サービスの内容

在宅のひとり暮らしの高齢者などに対し、火災警報器、自動消火器、電磁調理器の3品目を給付し、日常生活の便宜を図ります。

■ サービスの対象者

市内に居住する65歳以上で、次のいずれかに該当する人

- ① 火災警報器…寝たきりの高齢者、ひとり暮らしの高齢者、これに準ずる世帯
- ② 自動消火器…寝たきりの高齢者、ひとり暮らしの高齢者、これに準ずる世帯
- ③ 電磁調理器…高齢者のみの世帯、これに準ずる世帯

■ 費用（市の助成率）

(介護保険料段階) 利用世帯の階層区分			助成率
第1段階	A	生活保護受給者、支援給付受給者、市民税世帯非課税の老齢福祉年金受給者	100%
	B	「第1段階A」に該当しない第1段階の方	90%
第2・3段階			90%
第4・5段階			60%
第6・7段階			35%
第8段階			10%
第9～13段階			助成対象外

※第1段階のA、Bという区分は、当該事業独自の区分になります
※下記の機種単価に上記助成率を乗じた額が助成額となります
(1円未満切り上げ)

	品目	機種単価(令和2年度)
給付	火災警報器	6,050円または8,658円
	自動消火器	21,389円または29,945円
	電磁調理器	13,241円

【お問い合わせ先】 東区保健福祉センター 福祉・介護保険課 高齢者福祉係 TEL: 092-645-1071

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

遊技場のトータルプランナー

株式会社 トマス

福岡市東区多々良1丁目8番37号

TEL(092)672-9312 FAX(092)672-9311

株式会社九州機工

◎ガスタービン、コージェネ及非常用電源設備
◎水管式、炉筒煙管式及小型貫流ボイラ
◎川重冷熱各種吸収式冷温水機
◎上記物件の販売据付工事及アフターサービス
◎コンクリート養生用温調設備工事
◎ボイラ及空調用工業薬品の販売
◎産業用各種ポンプの販売

東区多の津4丁目3番20号
TEL:092-622-6340

道路照明設備・設計施工
一般電気設備

大和電業株式会社

福岡市東区松島3丁目24-2
TEL(092)621-3391

「旬の味・おふくろの味」

さいさい

手作りにこだわったお弁当で
安心・安全をお届けしています
会議用弁当、鉢盛等も承っております。

東区社領1-12-1
☎0120-236-138

株式会社フジネツ工業

空調・給排水・衛生設備・設計施工
福岡市上・下水道 指定工事店

東区松島1丁目15番29号
TEL(092)622-1120

福島自動車 株式会社

福岡市東区松島1丁目3-18
TEL 092-611-2603



幌シート・テントの事なら
何でもお気軽にお問い合わせ下さい。

株式会社 中尾商会

福岡市東区松島3丁目27-27
TEL 092-621-4466

保温・保冷・断熱吸音材料の総合商社

株式会社 セイコー

東区松島4丁目9-17
TEL:(092)611-6777
FAX:(092)611-6792

文芸

俳句

もういいよ山茶花の壁尻ひとつ

和白東校区 和白東3丁目レインボークラブ親和会 船越 幸子

清掃日一汗かきていわし雲

和白東校区 和白東3丁目レインボークラブ親和会 前田 照代

グラウンドゴルフ今朝も出かける冬の朝

美和台校区 明寿会 中野 茂

日だまりに兵児帯巻きて曾孫負ふ

美和台校区 美和会 大寺 千恵子

天空に黎明告ぐる初日かな

香椎下原校区 みどりの会 中野 弘子

立ち上る度に掛け声冬日和

香椎下原校区 たちばな会 西岡 俊明

達筆な友の賀状のたのしさよ

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ 柳瀬 敏子

雀の子読経の響きに静まりぬ

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ 山下 聖夫

海風にゆらぐコスモスピンク畑

香椎東校区 シニア若楠会 豊村 幸子

立山は一連真白冬景色

香椎東校区 シニア若楠会 西坂 英己

電線を揺らすスキップ春雀

香椎東校区 シニア若楠会 田中 よし江

春うらら紋付鳥の来て遊ぶ

香椎東校区 綾杉会 木下 美都子

正月や芭蕉も一茶もお神酒飲む

香椎東校区 みなわ会 安村 眞

点と線香椎の駅に桜舞う

香椎東校区 シニア若楠会 西野 博

マスクしてコロナ退治か富士の山

香椎東校区 シニア若楠会 町田 義郎

夢はかなつわぶぎの花咲きみだる

香椎東校区 綾杉会 栗川 賜郎

朝焼けに落ちては消える牡丹雪

香椎浜校区 オーククラブ 近藤 清

忘年会恩師とまちがう友の顔

香椎浜校区 オーククラブ 犬塚 典子

秋風にほつと一息散歩道

香椎浜校区 オーククラブ 丸林 貴美子

ベランダで望める寒空ビルばかり

香椎浜校区 オーククラブ 立山 滯子

花吹雪ロマンの香りしのばせて

城浜校区 さつき会 小嶋 華代

春愁や待合室の大大時計

千早校区 香椎団地ひまわり 酒見 とみ子

終息を願うコロナや冬花火

千早校区 香椎団地ひまわり 木本 美也子

冬日和日向に集うメダカかな

多々良校区 蒲寿クラブ 都地 正範

大晦日細く長くに運氣蕎麦

青葉校区 土井団地第二区明生会 永沼 一成

歳時記の表繕う年始め

名島校区 第四健寿会 平木 弘子

迎春と書きては浮かぶ友の顔

名島校区 第五健寿会 田中 友春

除夜の鐘この世のきづな春の音

名島校区 第一健寿会 大坪 耕一郎

池の底鯉口閉じて冬近し

名島校区 ソロン名島シニアクラブ 佐藤 幸晴

春きざす無防備の猫塀に這ふ

名島校区 第五健寿会 荻原 渥美

秋日和木玉叩いてたわむれし

名島校区 第五健寿会 満生 弘子

初硯老ひの抱負を筆太に

箱崎校区 第三明寿会 山崎 千津子

佇ず見る稚児の指先玉せせり

馬出校区 第二寿栄クラブ 内田 義弘

日暮れゆく岸にかたよる春の鴨

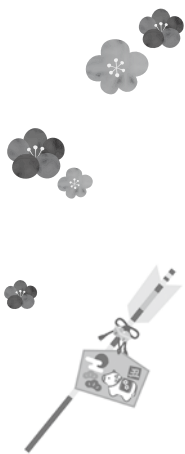
馬出校区 第二寿栄クラブ 内田 久子

新春の集う家族や人心地

馬出校区 第一寿栄クラブ 下川 孝代

凜として大厄の子に破魔矢受く

馬出校区 第二寿栄クラブ 永尾 静子



お下がりの青い帽子をかぶりたる

曾孫は春の庭駆け回る

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ 小崎 恵美子

歳の暮母が作りし甘酒の

甘酸っぱい味未だ忘れず

香椎東校区 みなわ会 安村 眞

くれなずむ秋の夕暮れ散歩道

垣根のむこう人影さがす

香椎東校区 みなわ会 竹下 正見

短歌

初打ちやグラウンドゴルフみな元氣
この幸せと共に生きなむ

和白東校区 和白東3丁目レインボークラブ親和会 前田 照代

和白湾潮の満干もつれづれに

我故郷が偲ぶるる

美和台校区 明寿会 中野 茂

友おもい話し掛ければ意外にも

おだやかなりし一件落着

美和台校区 美和会 大寺 千恵子

庭石の割れ目に芽吹くつはぶぎの

春重ねしも丈のみじかき

香椎東校区 若杉会 江頭 一枝

この春も織田美術館を訪ねたり

「赤い帽子の女」愛しく

香椎東校区 若杉会 大宅 弘子

来る年へ祈りを込めて年玉の

袋に書きけり「入試ガンバレ」

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ 山下 聖夫

先の見えぬ外出自粛に里庭の

草伸びをりやと夢みて眠れず

香椎東校区 香友会 宮邨 政城

この朝は年神様に献茶して

イクラ・鮭入り雑煮を供う

香椎東校区 みなわ会 小島 ムツ

お下がりの青い帽子をかぶりたる

曾孫は春の庭駆け回る

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ 小崎 恵美子

歳の暮母が作りし甘酒の

甘酸っぱい味未だ忘れず

香椎東校区 みなわ会 安村 眞

くれなずむ秋の夕暮れ散歩道

垣根のむこう人影さがす

香椎東校区 みなわ会 竹下 正見

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

句集・記念誌・自分史など
パソコン苦手でもOK!
予算に合わせて
作れます!
株式会社 ニチコミ
TEL 092-292-6538

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

DAISHIN SHOKAI
介護人材 御紹介できます
企業を大きく伸ばす
財をご提供いたします。
株式会社 大伸商会 労働派遣事業(派)40-300899
お気軽に電話下さい 0120-44-3171
東区多の津5丁目6-22津屋本町バス停前(大伸ビル2F)
TEL.092-292-3171

有限会社 室野タタミ・フスマ店
福岡市東区松島1-13-12
TEL 092-622-4265

気合い入れ打った行方に肩落とす
はずんだ玉はあらぬ方へと

香椎浜校区 オーククラブ 近藤 清

フリージャの甘き香り吾が庭に

漂ひ来て亡き人思う

香椎浜校区 オーククラブ 犬塚 典子

土いじり植えて満足ガラス越し

かれんな花に心癒さる

香椎浜校区 オーククラブ 原田 和枝

カーデイガン色が好きだと友寄りて

若き昔を共に語らう

城浜校区 さつき会 竹下 伊都子

散歩中四ツ葉のクロバー目にとまり

思わず手が延び笑顔頂く

城浜校区 さつき会 志和 ケイ子

冬も来てコロナに負けず歌声で

友の心に希望の虹が

城浜校区 さつき会 小嶋 華代

「しょうがつのおはなししてよ」三歳の

曾孫はわれの膝に座れり

舞松原校区 第三栄寿会 石堂 寛子

子と共に久伊豆神社に詣でたり

「転ばぬように」願い込めつ

舞松原校区 第三栄寿会 有地 紀美子

瀬の音をききつつ浸る岩風呂に

一会の人の方言をきく

舞松原校区 高寿会 伊東 文枝

山粧い米寿となる病いやし

卒寿までもとねんりんを積む

青葉校区 土井団地第二区明生会

永沼 一成

秋の夜半寒さに目覚め布団たぐれば
七十路なれど寝相悪し

名島校区 第五健寿会 田中 友春

おしなべて萌黄色なる庭の木に

日ざしやわらか春の息吹き

名島校区 第五健寿会 真鍋 峰子

八十三路まで踏窮めたる我道よ

心静かに逝く己道

名島校区 第五健寿会 満生 弘子

五行歌

昔懐しい童謡は

優しい心育てる歌

皆んな貧しかったけど

楽しかったあの頃

昭和三十年代

名島校区 第五健寿会

田中 友春

川柳

探しもの鎮座まします冷凍庫

和白東校区 和白東3丁目レインボークラブ親和会

前田 照代

めぎめの朝カーテンそよそよギョツとする

和白東校区 和白東3丁目レインボークラブ親和会

高山 玲子

コロナ禍で家族は出るな俺は行く

美和台校区 明寿会

中野 茂

ばあさんのマスク姿に二目惚れ

美和台校区 美和会

西牟田 宣子

転た寝はポスト・コロナに遊ぶ夢

香椎下原校区 みどりの会

中野 弘子

コロナ魔も日輪刀でたち切れ炭治郎

香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ

山下 聖夫

自粛して会話の大切気づく我

香椎東校区 シニア若楠会

豊村 幸子

デジタル化脳ミソ肥やすオンライン

香椎東校区 シニア若楠会

西坂 英己

取りあえずくすりサプリで元氣です

香椎東校区 みなわ会

井上 和彦

福は内鬼も一緒に入れとくれ

香椎東校区 みなわ会

安村 眞

パシッてる古稀過ぎてなおシニア会

香椎東校区 シニア若楠会

西野 博



今年米五感を刺激一気食む

香椎東校区 シニア若楠会

矢澤 伊久男

かけ言葉みなわ会とはこれいかに

・気が若い

・和を願う

・輪になって助けあう

香椎東校区 みなわ会

竹下 正見

アマビエを買ってくるぞと魚屋へ

香椎東校区 シニア若楠会

町田 義郎

物言いは思案の後に何事も

香椎浜校区 オーククラブ

近藤 清

カードふえ暗証番号裏に書く

香椎浜校区 オーククラブ

丸林 貴美子

傘寿越えコロナ負けじとマスク作り

香椎浜校区 オーククラブ

立山 滯子

マスクして散歩道行く色の列

城浜校区 さつき会

竹下 伊都子

姪っ子の便が届く丸い文字

城浜校区 さつき会

山下 政子

気分良く百円ショップで無駄遣い

城浜校区 さつき会

鬼崎 田鶴子

コロナマスクいまに外出のファッション

青葉校区 土井団地第二区明生会

永沼 一成

年喰えば「昔は良かった」つい口に

名島校区 第五健寿会

田中 友春

次ぎ次ぎと予定変更コロナ秋

名島校区 第一健寿会

大坪 耕一郎

丑年やモウコロナとは断菌す

名島校区 第五健寿会

満生 弘子

手も足も気持ちも伸びるお留守番

東箱崎校区 グリーンガーデンクラブ

鈴木 国昭



第28回東区高齢者グラウンド・ゴルフ大会

青空のもと フルスイング!



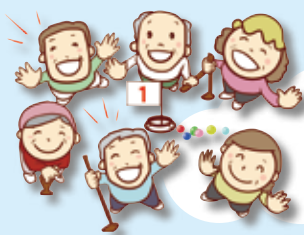
10月7日(水)、雁の巣レクリエーションセンターにて第28回東区高齢者グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

当日は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数を制限し、各校区より151名が参加。開会式では吉田会長より「残念ながら演芸大会等の行事が中止となりましたが、今日はめいっぱい身体を動かして楽しんでください」とあいさつがされました。

その後、3つのグラウンドに分かれていよいよ競技開始。晴れ渡る青空のもと、参加者の皆さんは上位を目指してのびのびとプレーし、競技の合間には参加者同士で会話に花を咲かせていました。また、ホールインワンが出るたびに拍手や歓声が沸くなど、和気あいあいとした雰囲気の中、大会は終了しました。

《大会結果》 敬称略

赤 コート	優勝	戸次 國利	【筈 松】
	準優勝	石井 久大	【松 島】
	第3位	森川 久男	【千 早】
黄 コート	優勝	井上 徳範	【香 椎】
	準優勝	秋山 勝成	【香椎東】
	第3位	常盤 洋一	【香椎東】
青 コート	優勝	藤田 寛三	【三 苦】
	準優勝	田中 恒男	【舞松原】
	第3位	上野 幸吉	【青 葉】



編集後記

令和2年は、新型コロナウイルス感染症が収まらず、東京2020オリンピックを開催することができませんでした。皆様におかれましては、自粛の日々を過ごされたかと思ひます。

そのような中、世の中の風景や情景をよく観察され、心情あふれる文芸作品や随筆をご投稿いただき、誠にありがとうございました。文芸作品については、63名の方から150作品と、多くの投稿がありました。広報部一同、とても嬉しく思っております。次回も皆様からのご投稿を心待ちにしております。

最後に、1日も早く新型コロナウイルスが収束し、皆様と笑顔で会える日が来ることを願っています。今後も感染予防対策を心がけながら、どうぞお元気に過ごされてください。

(広報部 寺師 幹男)

広告スポンサーへのお礼

このたびは、東区ねんりんクラブだよりへ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。東区ねんりんクラブ連合会

私たちは東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

中村眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:30~17:30	○	○	○	○	○	○

休診日/日曜日・祝日、月曜午後と木曜午後は手術のため休診

西鉄香椎駅前 ☎671-3678

寝付かない健康に老いる人生を

たつやま ファミリークリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:30~6:00	○	○	○	○	○	○

東区香住ヶ丘 6-8-14 ☎092-674-2066

http://tatsuyama-clinic.com

医療法人 秋桜会 日帰り白内障手術

福山眼科

院長 福山 会里子 日本眼科学会認定 眼科専門医
【診療時間】 月~木曜日 9:00~17:00
金・土曜日 9:00~12:00
(日・祝日休診) ◆先進医療認定施設◆
福岡市東区土井 1-8-37 (JR土井駅より徒歩6分)
TEL. 092-691-7200
http://www.cosmos7.com 駐車場完備

五斗蔵 サービス付き高齢者向け住宅

- 24時間看護士常駐のスタッフ体制
- 母体のクリニックと充実の医療連携
- 認知症、重介護の方も幅広くご入居可

ご相談お待ちしております。
TEL 092-626-7111
志免町別府北4丁目1番38号(五斗蔵信号そば)
運営:(株)メディカルサポート

筈松病院

精神科・心療内科・内科・神経内科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00 (受付時間8:30~11:30)	●	●	●	●	●	●	○

東区筈松1-3-9 ☎092-621-2258

箱崎駅東口より徒歩8分 筈松病院 検索

認知症・うつ病・不眠などお気軽にご相談下さい。

実家の片付け

生前整理 遺品整理 施設入居
仏壇処分 永代供養 墓じまい

不用品や家財の処分・買取り
お掃除・ハウスクリーニング

株式会社マルジュン ☎409-5466

まつうらハート歯科

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

東区原田3丁目6番7号
TEL:092-626-5588

感染症対策診療室 新設
スタッフ全員が歯科衛生士のクリニックです。

シニア川柳 作品募集中

(お題)趣味 大賞:商品券 10,000 円(1名)
優秀賞:商品券 5,000 円(5名)

募集期間:令和3年3月31日まで

まずはクリック!
川柳 ニチコミ 検索