

第72号 城南区シニアクラブ連合会

ふれあい

発行

福岡市城南区
シニアクラブ連合会
福岡市城南区鳥飼6-1-1
☎092-833-4107

編集・印刷 株式会社二子コミ 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 ☎092-292-6538

撮影者：浜田義明氏
(SEIEN 写真倶楽部 主宰
シニア教養講座写真教室講師)



「7月の由布岳を望む」

このような中
でも皆様には、今ま
で培ってきた経験
や知恵を生かして、
この困難を克服さ
れていると信じて
います。この状況
を、仲間と連携し
ながら乗り越えま
しょう。そして、新

型コロナワクチン接種に期待を寄
せつつ、いつの日かこの試練が遠
のいた暁には、シニアクラブの活
動を復活させ、また元気に実行し
ていきたいと考えます。
昨年度はコロナ禍の中、感染拡
大防止に配慮しながら実施した事
業につきましては、皆様のご理解
のもと多くの方にご参加をいた
できました。これもひとえに、城南
区長をはじめ、区役所、社会福祉
協議会の皆様のご指導とご支援の
賜物と感謝申し上げます。また、
当連合会の役員ならびに単位クラ
ブ会長、女性部長の皆様が平素か
らのご尽力に衷心より厚くお礼申
しあげます。
私たちシニアクラブは、高齢者
の健康づくりや生きがいづくりの
場として、スポーツやレクリエー
ション活動を通して仲間づくりを
行い、孤立することなく、地域で
支え合う基盤をつくりあげてまい
りました。今後シニアクラブを
活性化させ、老人クラブ創立の基
礎である「自主・自立・共助」の
精神を発揮していきましょう。会
員の皆様におかれましては、一人
ひとりが生き生きと心豊かに暮
らせる社会を目指し、活力と魅力
あるクラブづくりに向けて、より
一層のご協力をお願い申しあげま
す。
城南区シニアクラブ連合会は、
今年度も「仲間づくり」や「生き
がいと健康づくり活動」をはじめ、
地域社会や関係機関との連携を行
い、諸事業を推進してまいります。
会員の皆様の今後ますますのご
健康とご活躍を祈念して、私のあ
いさつといたします。

しかし、ご周知の
通り、コロナ対策の
ため、昨年度に引
き続き書面表決と
なりました。また、
当初計画していた、
囲碁・将棋大会や演
芸大会等の事業も
自粛せざるを得ま
せん。各単位クラ
ブでも同様に、様々
な活動を縮小また
は中止・延期を余
儀なくされている
かと存じます。
このような中
でも皆様には、今ま
で培ってきた経験
や知恵を生かして、
この困難を克服さ
れていると信じて
います。この状況
を、仲間と連携し
ながら乗り越えま
しょう。そして、新

盛夏の候、会員の皆様におかれ
ましては元氣でお過ごしのことと
お喜び申し上げます。
今年度も新型コロナウイルス感
染症の感染拡大という困難な状況
下で迎え、皆様には健康維持のた
め、コロナ対策にご尽力いただい
ていることと拝察いたします。
さて、城南区シニアクラブ連合
会では、5月11日(火)に令和3
年総会を開催し、令和2年度の事
業・決算と令和3年度事業および
予算等についてご審議いただき計
画しております。

盛夏の候、会員の皆様におかれ
ましては元氣でお過ごしのことと
お喜び申し上げます。
今年度も新型コロナウイルス感
染症の感染拡大という困難な状況
下で迎え、皆様には健康維持のた
め、コロナ対策にご尽力いただい
ていることと拝察いたします。
さて、城南区シニアクラブ連合
会では、5月11日(火)に令和3
年総会を開催し、令和2年度の事
業・決算と令和3年度事業および
予算等についてご審議いただき計
画しております。

会長あいさつ
仲間と連携し
困難に打ち勝とう
城南区シニアクラブ連合会
会長 内原 悟

私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

社会福祉法人 城南福祉会
特別養護老人ホーム
油山緑寿園
ショートステイ・緑寿園デイサービスセンター
居宅介護支援・昭代デイサービスセンター(早良区)
城南区南片江4丁目14番1号
☎861-3111(代) FAX 861-3181

社会福祉法人 白熊会
しろくま園
城南区別府7丁目5番45号 <http://www.hakuyuu.or.jp>
通所介護 デイサービスセンター
☎092-831-8583
居宅介護支援 ケアプランサービス
☎092-831-8590

医療法人社団 江環会
さくら病院
24時間内科救急病院
福岡市城南区南片江6丁目2-32
☎092-864-1212

- あたたかい医療 -
福岡大学病院
平日 初診 8:30~12:00
再診 8:30~15:00
土曜 休診
☎: 092-801-1011 (代)

私たちのクラブに入いませんか?
生活と地域を豊かにする楽しい活動
仲間がいるから面白い
多様な活動(旅行や会食など)に参加して知り合いが増えます。
新しい挑戦が次なる目標を生む
趣味・文化活動・軽スポーツなどで生きがいや健康づくりを。
美しい街を次代に残す
清掃活動や花いっぱい運動で高齢者の技能を生かし、次代に美しい環境を残せます。
声かけ、見守りで孤独を防ぐ
一人暮らしや高齢者世帯への声かけ、情報提供で孤立を防ぎます。
まずはお問合せください。■城南区シニアクラブ連合会 ☎092-833-4107

高齢者複合施設 とりかい
グループホーム
小規模多機能ホーム
住宅型有料老人ホーム
福岡市城南区鳥飼6-7-14
☎092-851-9760
併設サービス: ケアプランサービス・訪問看護・訪問介護
特定医療法人 弘医会 福岡鳥飼病院
<http://www.kouikai.jp/>

特定医療法人 弘医会
とりかい介護老人保健施設
入所 ショートステイ デイケア 訪問リハ
体験デイケア・訪問リハビリも随時受付中
城南区鳥飼6丁目3-7 TEL 831-6062

長く安心して暮らせるまちへ



城南区長 細川 浩行

盛夏の候、城南区シニアクラブ連合会の会員の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

皆様には、日頃から、区政の推進や各種事業の実施にご理解、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。城南区シニアクラブ連合会におかれましては、地域の高齢者のリーダーとして、「健康・友愛・奉仕」の理念のもと、長年にわたりソフトダーツ大会やグラウンド・ゴルフ大会を開催されるとともに、友愛訪問活動を行うなど、高齢者の方々が元気に生きがいを持って、地域で安心して暮らせるようご尽力いただ



ており、深く敬意を表します。昨今は、新型コロナウイルス感染症のため、事業の実施において大きな影響を受けておりますが、皆様におかれましては細心の注意を払って感染防止に努めていただいていることに、心より感謝申し上げます。城南区におきましても、職員が一丸となつて、マスクの着用、消毒薬の常備、換気の徹底、飛沫

防止板の設置などの感染防止対策に取り組んでおります。今後とも、皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。健康管理には十分留意され、暑い夏を乗り切ってくださいたいと思います。末筆となりましたが、城南区シニアクラブ連合会のみならず、ご発展と会員の皆様のご健勝、ご活躍を心から祈念申し上げます。

城南区シニアクラブ連合会 令和3年総会

コロナ禍のため 昨年引き続き書面表決



城南区シニアクラブ連合会の令和3年総会は、5月11日(火)に開催を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染予防の観点から、開催を中止しました。そのため、郵送による書面表決を行い、賛成多数で4議案ともご承認をいただきました。

令和3年度の事業につきましては、囲碁・将棋大会および演芸大会が中止となりましたが、今後の状況を見ながら慎重に判断し、実施に努めてまいります。今後とも会員の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

なお、書面表決の結果は以下の通りとなりました。

総会(書面表決)結果 ※各クラブ会長宛にお知らせ済み

会員(単位クラブ会長55名・校区女性部長9名)64名 表決参加59名:会員総数の過半数の参加により総会成立

【議案表決】

議案第1号	令和2年度事業報告	賛成59名(100%)で成立
議案第2号	令和2年度決算報告・監査報告	賛成59名(100%)で成立
議案第3号	令和3年度事業計画(案)	賛成59名(100%)で成立
議案第4号	令和3年度事業予算(案)	賛成58名(98.3%)で成立

友愛訪問説明会

郵送対応で感染対策を徹底



過去の説明会の様子

3月4日(木)に予定しておりました友愛訪問説明会は、新型コロナウイルス感染症対策のため開催を中止し

されました。次回は、コロナが収束し、無事に開催できることを願っています。

また、福岡市補助金の説明等の資料も区役所より郵送



私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

おだ内科クリニック
CHAYAMA ODA CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	日曜
14:30~18:00	○	○	○	○	○	○	祝祭日

城南区茶山1丁目6-10 電話:822-1651

医療法人 **英内科クリニック**
院長 田中英明

診療時間
月~金 9:00~12:30 14:00~18:00
水・土曜 9:00~12:30 日曜・祭日 休診
経鼻内視鏡・大腸内視鏡行っております

城南区茶山2丁目15番1号 電話:092-873-2200

内科・整形外科 リハビリテーション科
医療法人 敬天会

武田病院

平日 9:00~17:00 土曜 9:00~12:30
別府 4-5-8 (弓の馬場) 電話:822-5711

油山観光道路 下堤バス停そば

志田整形外科リウマチ科
整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

城南区堤1丁目11-18 電話:092-874-0770

社会福祉法人 **とりかい**

特別養護老人ホーム飛鳥
ショートステイ飛鳥
デイサービスセンター飛鳥
ケアハウス しらさぎ
飛鳥ケアプランサービス

各事業所の見学やデイサービスセンター無料体験受付中です
お気軽にお問い合わせください。
城南区鳥飼 6-2-16 TEL092-841-6701

社会福祉法人 シティケアサービス

シティケア神松寺

軽費老人ホーム:自立された方専用高齢者住宅
デイサービス:日帰りでの通所介護
グループホーム:認知症の方の入居施設

友丘三丁目バス停目の前
ご見学・お問い合わせは...
福岡市城南区神松寺1丁目7番1号
TEL 092-874-1294

みずあし 歯科クリニック
MIZUASHI DENTAL CLINIC

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

▲15:00~18:00 休診日/日・祝・水曜午後
(※祝日のある週の水曜日は午後も診療します)
城南中学校すぐそば 荒江1丁目18-8 電話:852-8937

寿司割烹 **江戸銀**

城南区別府2丁目10-24 ■定休日/第3水曜日
TEL(092)821-4156 FAX.821-3467
http://www.edogin-sushi.jp

令和3年度 城南区シニアクラブ連合会 行事予定表

Table with 4 columns: 実施日, 行事, 対象者, 会場. Contains monthly event schedules for the senior club union.

Table with 4 columns: 実施日, 行事, 対象者, 会場. Contains monthly event schedules for the senior club union.

開始時間について
◎ 運営委員会 10:00~
◎ 運営委員会と同時開催の会議、研修会等は概ね13:30~
◎ 市民センター、体育館等で実施する事業は事業ごとに事前にご案内します

私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

みつば動物病院 Mitsuba pet clinic. 診察時間 平日/午前9:00~12:00 午後3:30~6:30. 完全予約制となります.

お口のお掃除しませんか? 梶原歯科 kajiwara dental office. TEL 092-832-2088. http://kdental.or.jp/

かば歯科クリニック. 受付時間 月火水木金土日. 休診日: 木曜・祝日. 092-873-1111

医療 かみかわじ 法人 上川路クリニック. 呼吸器内科 内科 アレルギー科. 092-851-5222

菊池神社. 福岡市城南区七隈7丁目10番1号. TEL (092) 871-7075

夜8時半まで診療 土日診療. おかもと歯科 こども歯科クリニック. 0519-2712

YAMASHITA CLINIC. 山下循環器内科. 0801-7731

高宮外科内科医院. 外科・内科・脳神経外科. 0861-0001

令和3年度
城南区シニアクラブ連合会

運営委員

今年度も委員一丸となり、魅力的なクラブづくりに努めてまいります。

役職	校区	氏名	役職	校区	氏名
会長	金山	内原 悟	委員	鳥飼	永井 耕一
副会長	堤	戸高 輝美		田島	野崎 賢治
	女性部(七隈)	門田 行子		長尾	津留崎 利雄
庶務	女性部(堤丘)	安藤 カズ工		南片江	山本 厳
会計	女性部(鳥飼)	小野 やす子		女性部(金山)	筒井代志恵
監事	別府	大野 晴信			
	七隈	丸田 正博			

令和3年度 老人クラブ表彰 (敬称略)

1 老人クラブ育成功労者(単位老人クラブ会長)

(要件:単位老人クラブ会長として、5年以上在職し、老人クラブの育成発展に尽力した者)

受賞団体名	代表者	校区
第2五葉会	木本 己恵子	鳥飼
田島華の会	赤松 瓊子	田島
風雪会	武富 孝二	金山
金山櫻	星野 弘	金山
東油山長寿会	若林 静代	南片江
樋井川4丁目豊寿クラブ	戸高 輝美	堤
堤1丁目長寿会	松吉 良典	堤丘

2 老人クラブ育成功労者(地区・校区女性部長)

(要件:地区・校区女性部長として、5年以上在職し、女性部の育成発展に尽力した者)

受賞団体名	代表者	校区
七隈本町健寿会	門田 行子	七隈
堤1丁目長寿会	安藤 カズ工	堤丘

3 優良老人クラブ表彰

(要件:設立5年以上の単位老人クラブでその活動が優秀で、他の範と足りると認められるもの)

受賞団体名	代表者	校区
第2五葉会	木本 己恵子	鳥飼
中浜団地老人クラブすみれ会	森田 美智子	鳥飼

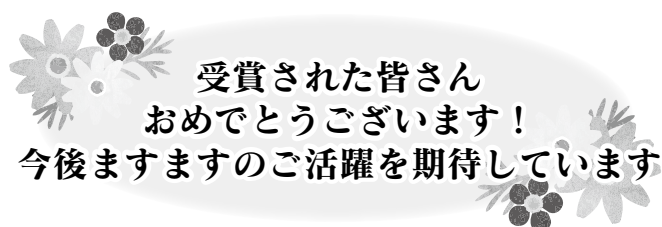
4 地域活動賞

(要件:地域活動賞表彰規程第4条の規定に基づき、老人クラブ活動として優れた地域活動を実践している団体を表彰するもの)

部門:その他(自治会との連携活動)

受賞団体名	代表者	校区
七隈南町長寿会	臼杵 利勝	七隈

*優良老人クラブ、及び地域活動賞の代表者名は、令和2年度の単位クラブの名簿に基づくもの。



私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

地域に根差して半世紀

(株)井口工務店

一級建築士事務所
バリアフリーなどの高齢者向け
リフォームも提案いたします
城南区堤1-13-43 ☎092-871-1587
MAIL▶info@iguchikoumuten.com

有限会社
サクセスエクスプレス

本社 城南区片江2丁目10-20
TEL(092)865-4719 FAX(092)865-3334
久山配送センター 粕屋郡久山町大字久原字於田3202-1
TEL(092)976-4050 FAX(092)976-4060

有限会社 **マコト建設**

福岡県知事許可(般)第74510号

福岡市城南区長尾3丁目22-3
TEL.092-531-6089
FAX.092-526-9240

(株)五十嵐工務店

城南区大字梅林495-1
TEL(092)801-3788

宮大工さんが
古民家などの修理をします

社寺建築専門 設計・施工
(株)大喜工務店
TEL:092-862-0712
城南区樋井川6丁目11-34
事務所:糸島市志摩町
[ホームページ] http://www.taiki.site/

創業
享保年間

ゆめのみ保育園

城南区南片江4丁目22-3
TEL/FAX 092-836-6072

福岡幼稚園

城南区友泉亭18-12
TEL(092)761-2566
FAX(092)761-3326

電気・通信設備設計施工

横田電気工事株式会社

城南区七隈7丁目24番32号
TEL (092)871-5362
FAX (092)861-2904
http://www.yokoel.co.jp

活動紹介

私たちの町、長尾校区を紹介します。地図では、ちよと「象」のような形をしています。自治会は、11自治会あり、校区の中心を流れている樋井川をはさんで両側に存在しま



超少子高齢化が進む

長尾校区 長尾第一朋友会

子どもは宝物

会長 津留崎 利雄 (87)

す。また、単位シニアクラブを設立しているのは唯一、長尾5丁目のみで、会員の加入もみんな協力を進めています。

さて、校区の人口と世帯の状況を少しお話しします。長尾校区の人口数はほぼ横ばいで、世帯数は増加しています。人口は区内で4番目に多く、高齢化率は2020年に初

めて区の平均をはるかに超えた状態です。ちなみに、区の65歳以上の高齢化率の平均は25.3%、長尾校区は25.5%です。内訳は、世帯数は6450で、総人口は12877人、市統計令和2年9月末現在のものです。

私が住んでいる長尾5丁目は、1015世帯、人口数は1942人です。70歳以上の高齢者は217人以上で高齢化率は約11%です。実態はもっと多いと思います。その反面、出生率は、6.7%と低い状態です。

また、私たちの単位シニアクラブは、ふれあいサロンと表裏一体の構成で、現在はコロナ対策のため諸々の行事を中止しています。本来なら出前講座を年に3回ほど行っており、その他にも認知症の予防、男の料理、歯の健康、毎月の誕生会、ひな祭り、端午の節句、七夕まつり、ダーツ、輪投げ等を行い、和気あいあいと楽しい日々を過ごしている。本日に感謝しています」という声を



し、高得点ゾーンに狙いを定めてダーツを投げ、熱戦を繰り広げました。大会の結果、カウントアップの部では、別府校区の大野晴信氏が539点の高得点で見事優勝。アンダー・ザ・ハットの部では、各班で最後まで勝ち抜いた12名が優勝しました。おめでとうございます。両部門の上位者、優勝者は重複が少なく、両種目の特徴がよく現れた結果となりました。

なお、福岡市高齢者ソフトダーツ大会は、2月4日(木)に福岡市民体育館にて開催し、城南区からは6名が出場予定でしたが、コロナの影響で、残念ながら中止となりました。

大会結果

☆カウント・アップ☆

順位	班	氏名	校区	得点
優勝	12班	大野 晴信	別府	539
準優勝	12班	大津山 喬弘	南片江	526
第3位	2班	谷脇 喜理	田島	469

特別賞 今大会の最高齢者は次の方々でした

男性	小林 峯	鳥飼 94歳
女性	原田 サツエ	七隈 89歳

☆アンダー・ザ・ハット☆ ※各班優勝者

班	氏名	校区	班	氏名	校区
1班	古賀 修一	堤丘	7班	斎藤 邦子	別府
2班	中原 博司	鳥飼	8班	中嶋 純一	七隈
3班	瀧田 晋	城南	9班	田中 定義	七隈
4班	森 俊夫	堤丘	10班	金子 琢一郎	田島
5班	永野 美恵子	田島	11班	竹堂 義夫	鳥飼
6班	雲上院 亮介	堤丘	12班	島田 正太郎	堤丘

(敬称略)

した。ソフトダーツは、小さいスペースでプレーすることができ、また得点を暗算で出すことが多いため、身体だけでなく「脳の運動」にもなります。

各校区の公民館やいこの家などで取り組まれていますので、ぜひ皆さんも参加してみてください。そして今年も区大会に参加してみませんか。

私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

有限会社 陣工務店

特定建設業 / 一級建築士事務所

城南区梅林3丁目8-23
TEL:092-865-0111
FAX:092-865-0112
URL https://zin-k.com

花田税理士事務所

税理士 花田 肇

城南区梅林5丁目12番3号
TEL:092-862-6970
FAX:092-862-6980

株式会社 ライフ

城南区梅林3-25-42
TEL 092-862-5599

軽作業(駐車場工事、草刈等)
お請けします。

*** 作業員 募集中 ***

有限会社 富永建設

代表取締役 富永 久雄
城南区樋井川 1-22-11
TEL 092-862-5786
FAX 092-862-5730

©仮設足場メンテナンスリース
(ピケ足場・次世代足場・吊り足場)

株式会社 ダイワ

福岡市城南区東油山4丁目17番1号
TEL(092)865-2000

株式会社 サンエイプラス

福岡県知事 許可(股-28)第109601号
ビルリフォーム工事一式

城南区南片江5丁目18-3
Tel:092-407-6911
Fax:092-407-6921

ART WALL SERVICE

有限会社 興成建装

塗装工事業
屋根・外壁、断熱塗装しませんか? ※要相談

城南区梅林2-8-11

電話 / 092-865-4038

http://www.kouseikensou.com

お車のことなら何でもご相談下さい。
乗らなくなった車、1万円で購入します。

(株)宮元石油 鳥廻橋カーケアSS

24時間営業 年中無休
受付時間 9:00~20:00
城南区片江1-1-32

キズへこみ直し・レンタカー・車検のご予約・お見積りはコチラ

☎092-801-0505



一隅を照らす

あいさつ運動

七隈本町健寿会 福島 貞昭 (81)

継続は力なり

「おはようございますいませ。いつごろっしょい」

七隈小学校の子どもたちにあいさつを呼びかけて、今年で16年が経過しました。七隈本町健

寿会のあいさつ運動です。この運動は、町内で人を大切にするため、子

どもたちへのあいさつを通じて、人と人とのつながりを広め、あいさつが飛び交う明るい町にしようという意図から始めました。

当初は、なかなかあいさつの意図が浸透せず、無視されることが多く虚しい現象が続きました。しかし、継続するう

ち、少しずつ心の温かさが通じ合うようになっ

台風時のあいさつの呼応に感動

ち、少しずつ心の温かさが通じ合うようになっ

てきて、成果が見られるようになり、あいさつが飛び交うようになりま

した。強い風雨を受けな

がら、傘も前に倒しながら登校してきた時に、私たちは「おはようござい

ます。台風にも負けるな、がんばれ」と大きな声で呼びかけ励ましまし

た。子どもたちも呼びかけに呼応するように「おはようございませ、台風

はようございませ、台風なんかに負けんぞー」と大きな声を出し、友達同士で励まし合いながら、たくましく登校していき



ました。私たちが地域の者と子どもたちの心が一体となったよう

で感動しました。心の琴線が

揺さぶられる思いでした。今では、子どもたちのあいさつは、自分たちから先に行くようにな

何時の間にか...

七隈校区 菊寿会 会長 轟 達也 (75)

私は今年75歳になります。標題のように、まさに「何時の間にか」75

歳になったように思われます。退職後、12年が

経ち(63歳まで現役でした)、今思えばこの間は、大変短かったように感じています。

退職してしばらくは「爆睡してやろう」と思ったのですが、1カ月も経たない内に「もういいや!」と思い、なにげなく天神の「アクロス福

岡」に通ったもんです。

ところが、ここで見たものは、日本の古代史でした(漫画ではありません!)。私は元々、親の勧めもあり、工業系の学校に通っていま



したが、私の心の奥底に流れていたものが、目をさましたのです。先に日本の古代史のとりこになりました。

それ以来12年間、この問題が私の趣味の一番手になりました。日本の古代史と言っても、600~800年代より前の時代のことです。

それ以前は、日本の高名な先生方も明確な答え

城南区シニアクラブ連合会

ふれあい 投稿文掲載

を出されていません。だからこそ、それぞれの立場から自説を展開されますし、ロマンもある!

(最近テレビでも言っていました!) 私も日頃から疑問に思っていたことが少しずつ分かり始めました。

この間の私にとつての12年間は早いものでした。これから先はどうなっていくのか? 誰も分かりません(過去に

つなぐた現在・未来がある!) 古代史の謎のよう

私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

おばあちゃん 最近、元気かな?

#ニチコミ @nichicomi_tweet

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

日建工材株式会社

《各種防水工事》お気軽にご相談ください

城南区片江 4-8-8 TEL (092) 801-7822 (代表) FAX (092) 801-0253

新築・リフォーム・一般屋根工事 全日本瓦工事業連盟 加盟店

有限会社 木下瓦工業

城南区樋井川2丁目1-37 TEL (092)871-3077

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

電気・空調・太陽光・環境 省エネ・通信・防犯設備

株式会社 grow

城南区樋井川6丁目27-58 TEL:092-407-0366 FAX:092-407-0393

古代の国際交流拠点 鴻臚館

南片江第一長寿会

天本 宏 (80)

大宰府政庁の外交施設。飛鳥・奈良・平安の403年間、倭国の迎賓館や客館の役割を果たし、その後は対外交易の拠点。はじめ、飛鳥・奈良時代までは筑紫館、その後、鴻臚館の名は唐の外交施設・鴻臚寺から取りました。

できた理由は？

百済とは非常に友好的な関係にあり、660

年唐・新羅連合軍により百済は滅亡。663年百済復興支援で、白村江の戦いに2万7千人の軍を率いて渡海、結果として大敗。世界国家だった唐・新羅連合軍の報復を恐れ、防衛のために、664年対馬・志岐・筑紫館の防人・烽を配置。水城を築き、665年に大野城、基肆城の山

城を築き、那の津口にあった那津官家(軍事・外交・政治を司る)を筑紫平野の奥に所在を移した。大宰府政庁である。結果的には報復はなかった。ヤレヤレ。

外交の時代

唐の政治・宗教・文化の吸収のため、遣唐使である山上憶良・阿倍仲麻呂(唐で「科挙」に合格した唯一の日本人)、留学生の吉備真備、留学僧である最澄・空海の派遣。630年から264年間に15回渡海で8回遭難、渡唐は7回。唐の衰運に菅原道真遣唐大使の建議で中止。(894年)外来植物の梅の木・桜の木も持ち帰る。遣新羅使派遣は22回。

以上で焼き、せいぜい700度で瓦を焼く技術しか持っていなかった。唐がいかに先進技術を持っていたか、奈良時代のトイレも出てきて、わが国最古のもので、トイレ跡からちゅう木と呼ばれる木製トイレトペーパーも大量に出土。



フルディックウォーキング どんたく隊にも参加



山笠ガイドツアーにて【写真左より2番目】

笑涯現役！ 生きがいあふれる毎日を

南片江第一長寿会 天本 宏 (80)

こんにちは、ご機嫌よう！アクティブシニアで、笑涯現役(人生2度なし)で博多祇園山笠や博多どんたく松籬子などの祭りや観光案内のボランティア・ガイド活動に取り組んでいます。

遊び心を忘れず楽しく、面白く、生きてまいります。今日も楽しいなあー、オッショイ！

【ボランティア・ガイド活動】

- ・ 鴻臚館・福岡城・櫛田神社・冷泉山龍宮寺
- ・ 南岳山東長寺・萬松山勅賜承天禪寺
- ・ 横岳山勅賜萬年崇福禪寺・博多祇園山笠ツアー など

今までの活動

- ①福岡歴史探訪ガイドの会：平成26年5月～
- ②博多ガイドの会(博多区役所) 平成26年10月～平成28年6月
- ③太宰府天満宮(権禰宜・田中教介さんによる案内ガイド&補助) 平成27年2月
- ④令和の里巡り(太宰府展示館～太宰府政庁跡～坂本八幡宮～太宰府天満宮コース：レジメ有り)：令和元年5月～
・平成26年3月：第1回福岡検定 初・中級、官兵衛検定 保有

交易の時代

唐・宋や新羅商人が来訪し、対外交易の拠点となる。中国産陶磁器・新羅陶器・西アジア産ガラス容器・イスラム陶器など、ここから出土した。陶磁器は1300度

追記

5年間(月4日・土日)、ボランティアで常駐ガイドを「鴻臚館」でやっていました。お客様は県外の方が95%以上で、予備知識を持たれた方が大半でした。



私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

「第5回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催 シニア川柳作品募集中

【お題】
食

- 大賞：商品券 10,000円 (1名)
- 優秀賞：商品券 5,000円 (5名)
- 努力賞：商品券 1,000円 (10名)

募集期間：令和3年9月30日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

甦れ!! ふれあいの原点まつり.

田島校区 第4校区
会長 野崎 賢治 (79)

このたび私は、城南区シニアクラブ連合会の田島校区の会長を、金子前会長より引き継ぐことになりました。

現在私は、田島5丁目1区の町内会長と第4校区の会長もさせていただいております。また、平日は福岡市の文化財発掘の作業員として従事しております。

その中で今回、校区の連合会である田島校区の会長を拜命していただきました。誠に光栄なことではあります。経験の浅い私としては、とても不安でもあります。

しかし、引き受けたからには、何としても責任ある行動をし、微力ながらも会のお役に立てたいと思います。皆様のご支援とご協力のほどよろしくお願い申しあげさせていただきます。

さて、城南区シニアクラブ連合会広報紙「ふれあい」に投稿を田島校区の事



務局より依頼があり、非常に多忙で困惑しているところですが、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、ふれあいの少ない今日、何が良いか私なりに思いを述べさせていただきます。

私は佐賀県唐津市の生まれで、旧国鉄東唐津駅の近くで育ちました。近所に

は八幡神社や松浦川を小舟で渡ると唐津城がありました。

幼い頃の思い出として、八幡様の境内で盆踊りで夜通し踊り明かしたことが、また秋には唐津神社の大祭「唐津くんち」に父の肩

車で見物や山車に乗せてもらったこと等、本当に楽しい思い出があります。盆踊りやおくんちには、じいちゃんやばあちゃん、父ちゃん、母ちゃん、兄ちゃん、弟、友達、近所のおじちゃんやおばちゃん、子どもも孫も多くの人が総出で繰り出し、夜通し楽しく過ごしていました。

そして、盆踊りやおくんちを楽しんで、帰って行きました。

このように祭り事は人々をなごませ、またいろんな人と出会い、ふれあいがあると思います。これぞまさにふれあいの原点ではないでしょうか。

昔から「向こう三軒両隣」と言い伝えがありますが、せめてこれだけは実行してあいさつを交わし、親睦を深めていきたいものです。

毎日が楽しく、面白かったです。また、新町の住吉神社の夏越しまつりには猿まわしが来ます。投げ銭を猿が集金する境内に提灯が灯され昼間のような明るさになりました。

米作りはできず、又カルミになり、その中に鮎やらなまずがいました。手づかみしようとする、とれなかった魚の方が多く、また逃げるのが早く、やっとな

まえた魚を母が焼いてくれる横で食べたこともありま。あれから80年以上、人生50年は昔のこと。今は人生100年時代。ともに頑張りましょう。

つれづれに思う昔のこと

田島華の会 相談役 大神 裕太 (89)

私の一家は福岡市の姪浜に住んでいました。父は九州帝国大学医学部付属病院の職員でした。

早良炭坑、坑道掘りさげ、都町のたんぼは陥没し、

健康長寿を目指そう

布団は下暖かく上軽く
不眠で死んだ人居ナイ
くすりは非常時 たべもの毎日
糖尿病 負かせる為には万歩計
ホットレモンは 風邪予防
健康法 多すぎて 気が迷い
人生は動 食 眠の盛り合わせ
腹八分 病魔 ギブアップ
塩分 抜けば 血圧も力ぬけ
お袋の うす味 あとで生き
笑ってる間は 年とらぬ
日々の運動 善玉ふやす
病いの半分 ストレスが原因
塩味ひかえ 酢を生かす
夜食そっくり 体にたまる

～ いつまでもお口を健康に保つために ～

知っていますか? パタカラ体操

パタカラ体操とは…?

加齢に伴う、食べたり話したりするときに必要な口回りの筋肉や舌の動きの衰えを「パ・タ・カ・ラ」と発音することで、鍛えることができるトレーニングです。

- ◆ 飲み込む力や嚙む力の維持・向上
- ◆ 発音がはっきりする
- ◆ 誤嚥（ごえん）性肺炎の予防
- ◆ だ液分泌の促進 ◆ 表情が豊かになる
- ◆ いびきや歯ぎしり、口の乾きの改善



いきいき活動を支える 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

2021年10月期 2022年4月期 傷害保険 (掛金・補償内容) 改定

自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)。

一部のタイプでは特定感染症に感染した場合や、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。

- 2021年4月期契約より24時間型のすべてのタイプに「特定感染症危険補償特約(新型コロナウイルス感染症を含む)」が追加されました。
●保険の対象となる方は老人クラブ会員に限ります。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。

Table with 3 columns: 保険始期月および保険期間, 保険始期月, 手続き期間(締切日厳守), 保険期間. Rows for 2021年10月 and 2022年4月.

- ②掛金払込の条件: 加入申込の人数に関わらず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)
③補償内容・掛金タイプ: 「24時間型:4タイプ」「活動型:2タイプ」の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。

④掛金内容・補償内容【下記重要と併せてご確認ください】
補償内容のうち上段は老人クラブ活動中のケガの補償額、下段()内は老人クラブ活動中以外のケガの補償額です。

Main table with columns for 補償内容(保険金額), 1名あたりの年間掛金, 24時間型 (12,000円, 8,000円, 5,000円, 3,500円), 活動型 (1,000円, 500円). Rows include 死亡保険金, 後遺障害保険金, 入院保険金, 通院保険金.

Table for 特定感染症危険補償 and 個人賠償責任補償. Includes details for 地震・噴火・津波危険補償 and 熱中症危険補償.

- ◆重要◆
(注1) 往復途上とは、自宅(マンション、アパートなどの集合住宅は専用部、戸建ては敷地を含む)を出てから、クラブ活動場所までの通常経路を指します。
(注2) 後遺障害保険金は、死亡保険金と合算した金額が補償の上限額となります。後遺障害の程度に応じて、後遺障害保険金の4%~100%が支払われます。
(注3) 手術保険金として、入院中は入院保険金日額の10倍、外来(入院中以外)は5倍がお支払対象となります。傷の処置や抜歯等お支払いの対象外の手術があります。
(注4) 特定感染症危険補償特約、2021年4月期契約より24時間型の全タイプに追加となりました。新型コロナウイルス感染症を含む特定感染症を発病した場合に、後遺障害保険金、入院保険金、通院保険金について(除く死亡保険金、手術保険金)補償の対象となります。
(注5) 特定感染症、地震・噴火・津波危険補償、熱中症危険補償はクラブ活動中・活動以外を問わず24時間対象ですが、補償額はA死亡保険金(除く特定感染症補償)、⑥後遺障害保険金、C入院保険金日額、⑩通院保険金日額の下限()内の補償額(活動中以外の補償額)となります。
(注6) 1事故について1億円を限度に保険金をお支払いします。自動車等を運転中に生じた事故については対象外となります。

賠償責任保険 (掛金・補償内容)

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: 単位老人クラブ(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(中途加入可)
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
〒100-8822 東京都千代田区霞が関3-3-2 新館が関ビル5階
専用FAX 03-3597-8767 03-3597-8770
ホームページ http://www.senior-ltd.com/

※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】
老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険・総合生活保険(傷害補償)
【老人クラブ賠償責任保険】
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「パンフレット」「概要」「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おります。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。

老人クラブ会員向け 保険のご案内



お得な 保険です!

クラブ活動も 日常生活も 備えて安心の毎日!!

全国老人クラブ連合会では、会員の方向けに3つの保険をご案内しております。
傷害保険24時間型は、クラブ活動中のケガのみならず、日常生活でのケガも補償の範囲になっております。傷害保険活動型は、活動

中のケガのみの補償です。また、他人にケガをさせてしまった時などの賠償責任保険もあります(単位クラブ全会員加入が条件)。
万が一に備え、会員みなで、そしてクラブでぜひ加入しましょう。



クラブ活動は新しい生活様式で楽しもう!

以下の10カ条を守り クラブ活動を続けましょう

Grid of 10 numbered tips for safe club activities: 1. Health check, 2. Hand washing, 3. Mask wearing, 4. Avoiding crowds, 5. Avoiding close contact, 6. Avoiding enclosed spaces, 7. Avoiding droplets, 8. Avoiding contact, 9. Record participants, 10. Don't bring home. Each tip includes an illustration.

ふれあい原稿募集

次号「ふれあい第73号」に掲載する原稿を募集しております。
下記の要領にて募集いたしますので、皆様ぜひご投稿ください！

- 原稿のジャンルは、クラブ活動、旅行記、郷土史、随想、文芸(俳句、短歌、川柳)など
 - 写真もあわせてぜひお送りください。(写真はきれいなものをお願いします)
 - クラブ名、氏名、年齢、連絡先を明記してください。
 - 縦書き原稿用紙400字詰、2枚以内(※楷書でお願いいたします。ワープロも可)
 - お送りいただく原稿は、全て自作未発表のものに限ります。(二重投稿はご遠慮ください)
- ※紙面の都合上一部割愛、掲載見送り等する場合があります。

原稿締切：令和3年9月30日(木)

宛先はこちら

〒814-0192
城南区鳥飼6-1-1 城南区役所1階
城南区シニアクラブ連合会事務局
TEL：092-833-4107



事務局通信



＊第1回目＊

「ハイサイ。グスーヨー
チュー ウガナビラ。ワン
ネー 木下勝範 ヤイビー
ン。ユタサルグトウウニ
ゲーサビラ」
本年4月から、活動推進
員として城南区シニアクラ
ブ連合会の事務局に務めて
います。木下勝範としま
す。突然のごあいさつを沖
縄の言葉で書いてみまし

た。内容は「皆さん、こんにちには。私は、木下勝範と申します。よろしくお願ひいたします。」という意味です。
私自身は生まれも育ちも福岡県です。なぜ、沖縄の言葉かといえば「海の青さに空の青…」の歌詞で始まる「芭蕉布」に描かれる自然や風景、そして人との出会いにひかれて20年余。何より「泡盛」大好き。「ソーキそば」大好き。
沖縄は「長寿の邦」と言われています。沖縄の皆さんも苦しい時代を乗り越えて、小さなことにこだわらず「ナンクルナイサー」の

おらかな気持ちで、人生を楽しんでいるようです。
コロナ禍が収束した暁には、城南区シニアクラブ連合会の会員の皆さんが、仲間と一緒に豊かなシルバークライフが送れますよう、様々な活動のお手伝いをしてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

おまけ

さて、なんと読むでしょう。沖縄の地名です。

- ①大工廻(沖繩市)
- ②南風原(島尻郡)
- ③東風平(八重瀬町)

【答えは10ページ下】

頭の体操 クロスワードパズル



タテ、ヨコのヒントをもとに答えを見つけ出し、マスを埋めていきましょう。A～Fのマスの文字を順に並べると、ある単語が出来ます。

1	2	3		4		5
6				7	8	
9			10			
11		12			13	14
		C				A
		15		16		
			F			
17				18	19	
					B	
		20			21	
			D			

タテのかぎ

- 1 水泳、自転車、ランニングで競う鉄人レース
- 2 才知や徳のある、すぐれた人
- 3 門前〇〇を為す
- 4 畳表になる植物といえば
- 5 噛んだ後は紙に包んで捨てよう
- 8 物が見えにくく、目が疲れる。
二重に見えたりもする
- 10 〇〇〇無援だが、負けないぞ
- 12 同類の動物が互いに食い合う
- 14 赤ちゃんはこの中ですやすや
- 16 その道の、玄人です
- 19 〇〇の筈のように乱立

ヨコのかぎ

- 1 札幌の名所といえばここ
- 6 お昼の12時だ。今日は何にしようか
- 7 重さの単位ですね
- 9 同じ状態を保ち続ける。〇〇費がかかるなあ
- 10 新参の反対は？
- 11 輪になった紐で、いろんな形を作るよ
- 13 〇〇に交われば、赤くなる
- 15 床を拭く清掃用具ですね
- 17 ゴルフでパー5のホールは〇〇〇ホールと言う
- 18 殿中、松の〇〇〇で刃傷事件が！?
- 20 英語で書くと pond
- 21 アフタヌーンです

文芸

■ 川 柳

田島校区 第6桜会 金子 琢一郎(86)

入ったと合図の拍手にバーンザイ

ホールインワン三個も出たが50です

ホールインワン出しても冷静マグレです

七隈校区 菊寿会 はる(79)

手作りでひときわめだつマスク美人

「おーいお茶」はーいと出てきたドクダミ茶

耳が鳴る古希古希骨も鳴り出した

田島校区 第6桜会 山野井 豊子(92)

生きて来た証しが欲しい五輪待つ

新型コロナ特效薬に夢をかけ

この辺で手を打ちましょう遺産わけ

モヤモヤを佛に語る一人者

長尾校区 第一朋友会 津留崎 利雄(87)

遠山の緑を隠すうす霞

初曾孫誕生餅踏みえびす顔

コロナ禍が人を狂わす罪と罰

■ 短 歌

鳥飼校区 第2五葉会 上原 喜進(84)

コロナ禍もシニアのパワー衰えず

西南の杜のグラウンドゴルフ

恒例のどんたくパレード演舞台

出来ぬコロナの博多は寂し

堤地区 東油山老人クラブ 石井 和子(84)

運命か生死も知れぬコロナ禍の

兄弟姉妹の無念さや (姉の病死)

不自由な手ががんばり折りし二輪を

トイレの花瓶にそっと生け (主人)

■ 俳 句

別府校区 第四鶴寿会 野口 久美子(79)

手に馴染む筆の穂先や夜の秋

衿足に張り付く残暑きのふけふ

処暑となり積ん読くづす夜のありて

堤地区 東油山老人クラブ 石井 和子(84)

猛暑日の休憩中か蝉の声

昼さがり蝉も鳴かぬ猛暑なり

頭の体操 クロスワードパズル

1	ト	2	ケ	3	イ	4	ダ	5	ガ	
6	ラ	ン	チ			7	グ	8	ラ	
9	イ	ジ			10	コ	サ	ン		
11	ア	ヤ	12	ト	リ		13	シ	14	ユ
	ス		15	モ	16	ツ	17	フ		リ
17	ロ	ン	グ			18	ロ	19	ウ	カ
	ン		20	イ	ケ		21	ゴ		ゴ

解 答

ユウヤケグモ (夕焼け雲)

編集後記

爽やかな夏、暑い夏、酷暑な夏…、会員の皆様はどのような夏をお過ごしのことでしょうか。「ふれあい第72号」をお届けいたします。

さて、昨年に引き続き新型コロナウィルス感染症の影響を受けて、総会をはじめ囲碁・将棋大会や各種事業も、感染拡大防止のため自粛を余儀なくされております。

今回も会員の皆様から多数のご投稿をいただき、ありがとうございました。これからもう文芸作品(短歌、俳句、川柳など)のご投稿を心よりお待ちしております。

今年度も広報部員一同、張りきっております。この広報紙を通じて、城南区シニアク

ラブ連合会のいろいろな取り組みや、楽しみなどを皆様にお伝えしてまいります。これからもどうぞよろしくお願いたします。

城南区シニアクラブ連合会 広報部一同

スポンサーへのお礼

このたびは「ふれあい」の発行にあたりまして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、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。

これからも未永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

城南区シニアクラブ連合会



グランドゴルフ大会



会員募集中

シニアクラブで毎日が充実!

城南区シニアクラブ連合会では、一緒に活動する仲間を募集しています。
シニアクラブは、仲間づくりや健康づくりなどの活動だけではなく、長い人生で得た知識や経験を生かして地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会奉仕活動にも取り組んでいます。シニアクラブと一緒に第2の人生を輝かせましょう!

演芸大会



作品展



生きがいのある
楽しい人生を

こんな方にオススメ!

- ★同世代の仲間がほしい方
- ★健康の保持増進をしたい方
- ★知識や経験を生かしたい方

60歳以上の方ならどなたでも!

囲碁・将棋大会



《連絡先》

お気軽にお問合せください

〒814-0192 城南区鳥飼6-1-1 城南区役所1階

城南区シニアクラブ連合会 TEL: 092-833-4107

私たちは城南区シニアクラブ連合会を応援しています

建築工事 リフォーム リノベーション
店舗内装デザイン ビルメンテナンス

CLEANTEC Co., Ltd.
(株)クリーンテック工業
代表取締役 平田 正徳
城南区堤2丁目12-18 篠崎ビル103
TEL/FAX 092-834-7636

救急病院
医療法人 和浩会
安藤病院
外科・胃腸科・脳外科・整形外科
城南区別府1-2-1
TEL 092(831)6911(代)

リウマチ科 リハビリテーション科 内科 デイケア
進藤整形外科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ● ● ●
14:00~18:00 ● ● ● ● ● ● ● ●
☎092-866-1660 城南区茶山5-2-6
有料老人ホーム (福大前) ☎090-2096-4336
グランジュテな花 参番館 新規募集中

社会福祉法人 天寿会
中央区梅光園3-4-1 梅光園3丁目交差点南
診療所のある介護付有料老人ホーム
ヴィラ梅光
見学・体験入居 (2,000円/日)
随時、受付中
☎737-8165
《併設施設に特別養護老人ホーム梅光園もございます》

介護施設をお探しの方は…
グループホーム **ウイズライフ別府** 随時見学受付中
城南区別府3丁目7-18 ☎833-4150
介護付有料老人ホーム **生活倶楽部ウイズ南片江**
城南区南片江6丁目25-1 ☎866-0065
介護付有料老人ホーム **生活倶楽部ウイズ長尾**
城南区長尾2丁目14-31 ☎534-7700
ウイズグループ

ほとけ様の話を聞きましょう
浄土真宗本願寺派(お西)
紫藤山 **徳常寺**
法話会/毎月16日 1:30~
福岡市城南区七隈3-10-18
TEL (092)871-2613

医療法人 格心会 精神科・心療内科
清明病院
http://www.seimei-hp.jp
☎871-5573
七隈8丁目20-10(福大正門よこ)

もろくまクリニック
内科 往診応相談
◆一般外来診療もいたします◆
診療時間 月 火 水 木 金 土 休診日
8:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 日曜 祝日
13:30~16:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 日曜 祝日
☎737-2121

*「城南区シニアクラブ連合会 ふれあい」は、地域のスポンサー各位のご協力により発行されています