

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

福岡市老人クラブ連合会創立60周年記念
第60回 福岡市高齢者保健福祉大会
主催/福岡市 福岡市老人クラブ連合会（ふくふくクラブ福岡） 共催/福岡市社会福祉協議会

第60回福岡市高齢者保健福祉大会
9月1日（木）、福岡市民会館において、3年ぶりに「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



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 橋橋 貞雄

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。

新型コロナウイルス感染症が確認され、3年が経過しようとしているところですが、ようやくWithコロナということで、感染拡大防止と社会経済活動の両立が推進されてまいりました。

市老連の事業につきまして、中止や内容を縮小せざるを得ないものもありました。

が、3年ぶりに高齢者保健福祉大会や高齢者囲碁・将棋大会を感染防止策を十分に取ながら開催し、久しぶりにみなさまにお会いすることができ大変嬉しく思いました。

さて、昨年、全老連は創立60周年を迎え、11月に開催された全国老人クラブ大会では、天皇后陛下をお迎えし、天皇陛下からおことばをいただきました。また、福岡市老連におきましても、今年1月で創立60周年を迎えることになりました。老人クラブ活動が、このように長きに亘り継続されてきたことは、ひとえに、歴代の役員の方々や会員のみなさまのご尽力によるものと感謝いたしております。

しかし、老人クラブ数や会員数につきましては、全国的に減少しており、本市におきましても、平成9年度をピークにクラブ数、会員数とも減少傾向にあります。

市老連といたしましても、クラブ数、会員数の減少は、重要な課題と考え、会員増強運動に取り組んでおります。単位クラブの各種事業や勧誘活動も感染拡大に留意しながら行われていることと思っております。引き続きご協力をお願いいたします。

老人クラブ連合会主催事業の実績報告	2	特集「七区の投稿」	8・9
ねんりんピックかながわ2022、愛顔のえひめ2023の紹介	3	全国老人クラブ大会の報告、厚生労働大臣表彰等の紹介	10
終活、はじめてみませんか?	4	九州ブロック老人クラブリーダー研修会の報告	10
福岡県警啓発記事(自転車安全利用五則)	5	「みんなの広場」文芸欄、第52回高齢者美術展講評	11
保健福祉大会(演芸発表会)実績報告、「会員増強運動」表彰	6	詰碁・詰将棋問題・解答	4・11
高齢者向けレシピ、消費生活センター啓発記事	7	第52回福岡市高齢者美術展	12

紙面のご案内



第21回福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会

10月26日(水)、第21回福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会を中央区の舞鶴公園球技場・野球場で開催しました。

大会は当初、25日開催予定でしたが、雨天により翌26日へ変更になりました。選手や関係者の皆様には、急な日程変更でご迷惑をおかけしましたが、当日は清々しい秋晴れに恵まれました。

大会は、櫛橋市老連会長のあいさつの後、市福祉局高齢社会部の林部長から市長の祝辞

を受け、西区の勝島滋さんの選手宣誓の後、赤・黄・青の3コースに分かれ、熱戦が繰り広げられました。

今回は、7区の代表者320名が参加し、8ホールを2ラウンド行い、ホールインワンは、全体で92本出ました。内訳は、赤コース25本、黄コース39本、青コース28本でした。



《大会結果》 (敬称略)

順位	赤コース	黄コース	青コース
優勝	江淵 由美子 (中央区 33打)	小野 文義 (東区 30打)	河津 浅行 (博多区 35打)
準優勝	谷 佳憲 (博多区 35打)	西川 登 (南区 34打)	曾我部 忠利 (中央区 35打)
第3位	篠原 誠次 (東区 35打)	佐々木 宥彰 (中央区 34打)	安河内 成一 (東区 36打)
第4位	清水 正則 (東区 35打)	高橋 武雄 (南区 35打)	吉浦 幸男 (中央区 36打)
第5位	藤山 典子 (早良区 35打)	柿本 石男 (博多区 35打)	横山 邦宗 (南区 39打)
最高年齢者賞	男性: 片山 伸也 92歳 (西区)		
	女性: 草野 英子 92歳 (早良区)		

《大会結果》 敬称略

順位 (ダブルバリア方式)	氏名	区	GROSS	NET
優勝	西田 葉子	早良区	76	71.2
準優勝	藤崎 佳子	早良区	87	71.4
第3位	国部 敬徳	城南区	84	72.0
第4位	金子 琢一郎	城南区	99	72.6
第5位	田中 貢	城南区	98	72.8

順位 (グロス)	氏名	区	GROSS
優勝	西田 葉子	早良区	76
準優勝	国部 敬徳	城南区	84
第3位	中園 正孝	早良区	84
第4位	山下 公弘	早良区	84
第5位	松本 實	早良区	84

最高年齢者賞



三浦 忠男さん(89) 南区

《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
- ・島手そうめん販売株式会社
- ・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
- ・株式会社まちふる



ナイスショット

第4回福岡市高齢者ゴルフ大会

100名が豪快ショット

9月29日(木)、第4回福岡市高齢者ゴルフ大会をセブンミリオントリークラブにて開催しました。参加したゴルフ愛好家26組100名は、コロナ対策を万全にした上で、豊かな緑に囲まれたコースをまわり力強いショットを次々放ちました。

今大会のグロススコア上位3名は、令和5年10月28日(土)〜31日(火)開催予定の「ねんりんピック愛媛のえひめ2023」の福岡市代表候補者となります。



熱気高まる会場

7月29日(金)、ふくふくプラザ601研修室にて第51回福岡市高齢者囲碁・将棋大会を開催しました。本大会は、多くの高齢者に親しまれている囲碁・将棋を通じて、広く高齢者の交流を図り、仲間づくり、生きがいづくりを進めるため開催しています。

第51回福岡市高齢者囲碁・将棋大会

昨年、一昨年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止していましたが、3年ぶりの大会となり、各区から選出された代表者囲碁32名、将棋29名により熱戦が繰り広げられました。

《大会結果》

(敬称略)

市長賞	チャンピオン戦優勝	東区	村岡 節夫	六段
市議会議長賞	三・四段戦優勝	中央区	中川 進一	四段
市老連会長賞	初・二段戦優勝	城南区	砥綿 久	二段
	級位戦優勝	西区	大野 辰夫	1級
	チャンピオン戦準優勝	東区	島本 隆芳	六段
	三・四段戦準優勝	南区	東 俊一	三段
	初・二段戦準優勝	たちばな会	平野 さなえ	二段
	級位戦準優勝	中央区	雑崎 懋	1級

※準優勝までを掲載しています。

【将棋】

(敬称略)

市長賞	有段戦優勝	西区	久安 登四男	四段
市議会議長賞	級位戦優勝	南区	宮川 一矢	1級
市老連会長賞	有段戦準優勝	東区	宮地 雄一郎	三段
	級位戦準優勝	早良区	清水 一男	4級

※準優勝までを掲載しています。

【最高年齢者賞】

(敬称略)

囲碁	早良区	今川 壽登	91歳	二段
将棋	中央区	榊 留夫	90歳	二段

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

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

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>

眼科ドック始めます

- ☑ 40歳以上の方
- ☑ 近視が強い方
- ☑ 糖尿病・高血圧の方
- ☑ 片頭痛のある方
- ☑ 血縁者に緑内障の方がいる
- ☑ 不定愁訴が長い方

上記にあてはまる方に特におすすめ致します

医療法人 社団研英会

林眼科病院

院長 林 研

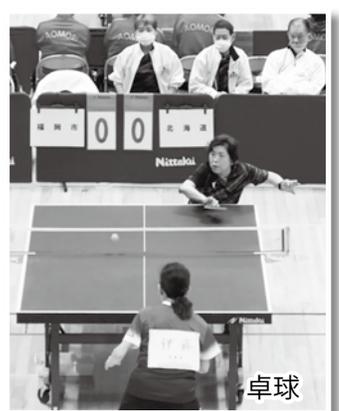
博多区博多駅前4丁目23-35
TEL 092-431-1680

ねんりんピックかながわ2022 福岡市選手団 多くの種目で大活躍

第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会（愛称…ねんりんピックかながわ2022）は「神奈川に咲かせ長寿のいい笑顔」をテーマに、全国から選手、観客を含め延べ約61万人が参加し、令和4年11月12日（土）～15日（火）の4日間にわたり、32種目の大会が神奈川県内各地で開催されました。

これに先立ち、10月28日（金）、ふくふくらげのふくふくホールにおいて、荒瀬副市長が出席し、福岡市選手団の結団式が行われました。式では、選手代表としてゴルフの木村日登志さんが力強い決意表明を行いました。

今大会は、福岡市選手団の榎橋貞雄団長以下、総勢120名が、スポーツ交流大会（卓球等5種目）、ふれあいスポーツ交流大会（グランド・ゴルフ等10種目）、文化交流大会（囲



碁等3種目）の合計18種目に参加しました。

横浜アリーナで開催された総合開会式では、榎橋貞雄団長以下、選手団の代表者が福岡市旗を掲げ入場行進を行いました。

ゴルフ、グラウンド・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、また、神奈川県民ホール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点を出品しました。

各交流大会の主な成績は、以下の表のとおりです。

主な成績

（敬称略）

種目	表彰内容
卓球	団体戦：第1位グループ第3位
マラソン	個人戦：70歳以上5km(女) 優秀賞 濱邊 正子
剣道	団体戦：優秀賞
サッカー	リーグ戦：ブロック第3位
ソフトバレーボール	リーグ戦：第3位グループ第1位優秀賞
なぎなた	交歓試合 個人戦：優秀賞 松尾 順子
太極拳	高齢者賞：(男) 山口 忠志(83歳)
囲碁	個人戦：ブロック全勝賞 松村 緑 高齢者賞：(女) 松村 緑(88歳)
健康マージャン	個人戦：ブロック優秀賞 永田 幸子 個人戦：ブロック優秀賞 宮地 宏吉
インディアカ	男女混合：優秀賞 最高齢者賞：(女) 林田 礼子(80歳)
ダンススポーツ	高齢者賞：(女) 村田 悦子(81歳)

※優秀賞は、優勝、準優勝、第3位に次ぐ表彰です。

来年度は愛媛県で開催

ねんりんピック愛顔のえひめ2023

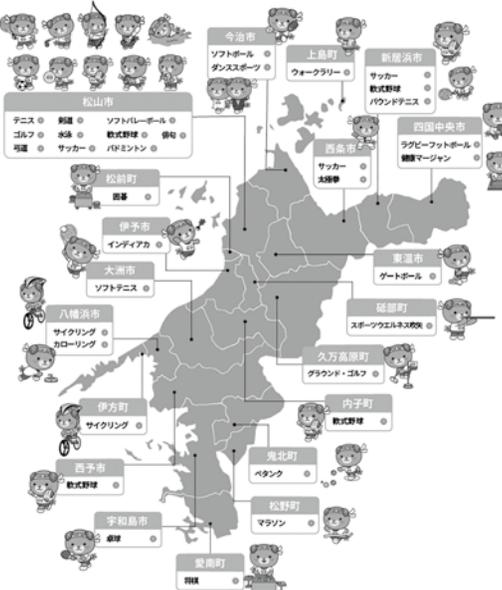


スポーツ、文化、健康と福祉の祭典である「ねんりんピック」の参加募集は、全国健康福祉祭参加事業福岡市実行委員会にて実施しています。

来年度の「ねんりんピック愛顔のえひめ2023」は、「ねんりんを重ねた愛顔伊予に咲く」をテーマに、令和5年10月28日（土）～10月31日（火）の日程で開催されます。

期間中は、卓球やグラウンド・ゴルフ大会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29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掲載予定ですので、奮ってご応募ください。



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

お問合せ先

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

電気・通信・交通信号機・設計・施工
九信電設株式会社
 代表取締役社長 黒木 善崇
 福岡市東区千早1丁目35-11
 TEL 092-671-5025
 FAX 092-671-5065

電気通信工事業
西日本電通工業株式会社
 福岡市博多区諸岡1丁目6-25
 TEL092-915-7411

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 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 火 水 木 金 土
 9:30~13:00 ● ● ● ● ● ▲ (土曜日18:00終了 受付17:30まで)
 15:00~19:00 ● ● ● × ● ▲ (休診日) 日曜日・祝日・木曜日午後
 (受付18:30まで)
 ◎診療時間に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

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

有限会社
福岡タイヤサービスセンター
 福岡市博多区東那珂2丁目13-1
 TEL 092-475-3691

Fukumoku
 合法木材供給事業者認定 第1725号
株式会社 福博木材センター
 直営市場運営(年3回記念市開催)
 木材・建材・住宅設備機器・プレカット加工等
 サイディング工事・サッシ工事・一般建築工事
 福岡市博多区西月隈1丁目7-29
 Tel:092-411-9311

医療法人 光竹会
平尾 り 脳神経外科
 クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
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 2-8-29 ☎092-534-5219

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

最期まで自分らしく生きぬくために 終活、はじめてみませんか？

終活とは？

誰にでも訪れる「老い」や「死」を見つめ、人生の最期に向けて必要な備えを行うことにより、これからの人生を自分らしく送るための活動です。

終活サポートセンター

福岡市社会福祉協議会では、市内にお住まいの高齢者やその家族などを対象に、「終活」に関するご相談を受け、その方に合わせた支援や情報提供を行います。

出前講座

福岡市内のふれあいサロンや地域カフェ、住民福祉講座など、皆さんが集まる場で、終活に関する出前講座を実施します。出張相談会も同時に開催できます。

■所要時間
1時間程度(目安)

相談窓口

「終活」に関するご相談を受け、さまざまな情報提供を行っています。総合的なご相談や法律関係のご相談については、予約制で対応いたします。

- 通常相談
月～金曜 9時～17時
(祝日・年末年始を除く)
- 予約制専門相談
毎週水曜 13時～16時(1時間/人)
▶第1・3・5水曜 終活アドバイザー相談
▶第2・4水曜 弁護士相談

死後事務

契約した方が亡くなったときに、葬儀や納骨・家財処分などの死後事務を、ご親族に代わって実施します。契約のための条件や費用などの詳細については、お問い合わせください。

- ずーっとあんしん安らか事業(預託金方式)
- やすらかパック事業(月額利用料方式)

※相談や出前講座は無料です



【問合せ先】
福岡市社会福祉協議会 終活サポートセンター
 〒810-0062 福岡市中央区荒戸 3-3-39 福岡市市民福祉プラザ4階
TEL.092-720-5356 FAX.092-751-1509

1 2 3 4 5 6 7

一							
二	●	●	○	○			
三	○	●	○	●			
四	○	○	●				
五		○	●				
六	○	●					
七	●	●					
八							

【黒先】
黒先でどうなりますか。初手がポイントです。

出典「死活妙機」から

詰碁問題

【答えは11ページ】

ヒント

角のうち場所は？

4	3	2	1
△	王	将	皇
歩			
			歩
		香	角

出題者 小宮 信行
持駒：角、銀(5手詰)

詰将棋問題

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

ハグルマ

店舗デザイン・設計施工

株式会社ハグルマ 福岡市博多区山王2-12-24
TEL:092-710-6970

M-RISE SPECIAL SELECT

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

FEP 電気めっき業

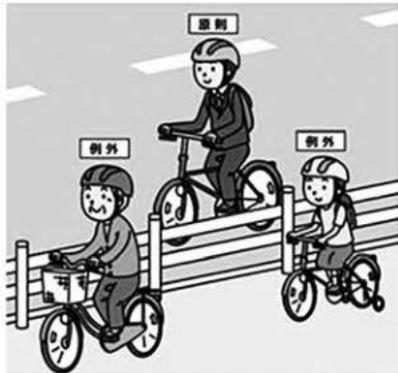
福岡メッキ技研工業(株)

本社工場 福岡市博多区上牟田1丁目2-6
TEL(092)411-3107(代表)

守りましょう！ 自転車安全利用五則

R4.11.1~

① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先



道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられています。歩道と車道の区別があるところは車道通行が原則です。



対向車との衝突や交差点での出会い頭事故の危険性が高まります。車道では左側（車両通行帯のない道路では左側端）を通行しなければなりません。



上記の標識*などにより歩道通行が認められる場合でも、車道寄りを徐行し、歩行者の通行を妨げることとなるときは一時停止しなければなりません。

② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認



③ 夜間はライトを点灯



④ 飲酒運転は禁止



⑤ ヘルメットを着用



- ヘルメットは頭のサイズに合ったものを選びましょう！
- 先端はまゆ毛の上辺りに合わせて水平にかぶりましょう！
- あごひもは、指が1~2本入る程度に調整しましょう！

次の運転も危険です。絶対にやめましょう！

「ながら」運転

傘差し運転！

携帯電話の操作や通話！

周囲の迷惑！

横断歩道上の歩行者妨害

安心への備えもお忘れなく！

定期的な点検整備！

自転車保険への加入！

※ 県条例で自転車保険への加入が義務化（令和2年10月~）

福岡県警察

出典：福岡県警察ホームページ

(<https://www.police.pref.fukuoka.jp/kotsu/kotsukikaku/anzenkyoiku/jitenshagosoku.html>)

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

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。



おばあちゃん
最近、元気かな？

#ニチコミ @nichicomi_tweet
#老人クラブ広報紙

(株)不動産環境研究所

福岡市博多区諸岡3丁目17-25
TEL 092-400-2990

有限会社 ケイ建築事務所

設計・監理

福岡市博多区諸岡1丁目4-14
TEL 092-502-0790

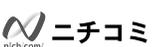
認知症に勝つ！
楽しい脳トレ

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

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ





南区



城南区



早良区



西区



寿楽園

9月1日(木)、福岡市民会館において、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会共催で「第60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開催しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、昨年、一昨年は中止になりましたが、今年は、感染症対策を十分に取

り、3年ぶりの開催となりました。

第1部の式典は、国歌斉唱、物故者への黙祷、大会名誉会長の高島市長のあいさつ、橋本市老連会長のあいさつその後、100歳を迎えられた方を代表して、博多区の須藤サカエさ

と披露されました。

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23団体と老人福祉センター2園の25団体が出演し、素晴らしい踊りや歌唱などが次々と披露されました。

3年ぶりに待ちに待った大会

第60回福岡市高齢者保健福祉大会



百歳代表者



東区



博多区



中央区

令和4年度ふくふくクラブ福岡「会員増強運動」表彰受賞者（敬称略）

区名	校区(地区)	被表彰団体	代表者等	増員人数等	
				会員純増	クラブ純増
博多	板付	麦2いきいきクラブ令和会	富永 道雄	31	新規設立
中央	舞鶴	第三松寿会	高窪 恵美子	7	—
	笹丘	笹丘1丁目れいろう会	大野 節子	7	—
南	柏原	デュオ柏原柏朋会	田平 博子	5	—
	東花畑	屋形原3区寿会	古川 幸男	11	—
早良	原	原1・2丁目長寿会	武石 弘海	10	—
合計：単位老人クラブ				6団体	(71名会員増)

令和4年度福岡市老連「会員増強運動」表彰

ふくふくクラブ福岡「会員増強運動」指針に基づく運動目標を著しく達成した団体を9月1日開催の福岡市保健福祉大会において表彰しました。

【表彰基準】

- ①単位クラブを新設し、校区連に新規加入した団体
- ②1単位クラブにおいて、会員が5名以上純増した団体

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

時代を見つめ創造をかたちに。
各種防水工事 防食工事 シーリング工事

株式会社 草野

本社 福岡市博多区上牟田1丁目21-6
☎092-473-7292

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 櫛崎商事

福岡市博多区金の隈2-19-12
TEL.092-513-3160

飛鳥レンタカー ASUKA ハイブリッドカー専門店 Garage PEOPLE

ASUKA ASUKA High Speed & Low Price

アフラット7 カルロスギョウ バン・トラック

整備・板金・塗装 任意保険 LEDビジョン

飛鳥自動車株式会社

福岡市博多区東那珂3丁目11-15
TEL.092-471-7008

Yobashira Clinic

医療法人やまびこ会
福岡東 ぼばしらクリニック

092-672-1201
福岡市東区名島1丁目28-22

土日診療

内科 糖尿病 高血圧 血液透析

全国の老人クラブ活動はコチラ!
まずはクリック!

クラブ特集 ニチコミ 検索

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 福岡市東区千早1-19-24
さわらび保育園 福岡市東区八田4-0-5
新宮つぼみ保育園 福岡市東区新宮町新宮東5-1-18

なかに幼稚園

学校法人 吉住学園

福岡市博多区那珂1丁目18-12
TEL 092-431-2602

介護付有料老人ホーム
ネオステージ博多

ご入居者様募集中 即入居可

パンフレットご郵送いたします TEL.092-631-1100

ネオステージ博多 検索

福岡市博多区千代5丁目15-1 千鳥橋病院のおとなり!

高齢者向け レシピ



たんぱく質をしっかりとって、フレイル予防 たらの唐揚げ ヤンニョムソース

作り方

- ①たらは、表面の水分をふき取り、食べやすい大きさに切る。
- ②片栗粉に水大さじ 1/2 を入れて溶き、卵を混ぜて衣を作る。
- ③フライパンに揚げ油をたらの半分の高さになるくらい入れて加熱し、たらに衣を付けてカリッとなるまで、両面揚げ焼きにして取り出す。揚げ油も取り出し、フライパンの油をサッとふき取る。
- ④フライパンにヤンニョムの材料をすべて入れて加熱し、フツフツ沸いてきたら、たらを入れて全体を絡める。
- ⑤器にサラダ菜を敷き、魚をのせて、白ごまをかける。

【1人分の栄養素価】

エネルギー 197kcal、たんぱく質 13g、脂質 11g、炭水化物 11g、食塩相当量 0.8g

フレイルは、年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指し、そのまま放置すると要介護状態を招きま



材料と分量 (2人分)

たら	2切(120g)	【ヤンニョムの材料】
卵	1/2個(30g)	コチュジャン 小さじ1(6g)
片栗粉	大さじ1(8g)	ケチャップ 大さじ1と1/3(20g)
揚げ油	適量	酢 大さじ1/2(8g)
サラダ菜	8枚(40g)	さとう 大さじ1/2(4g)
白ごま	小さじ1/2(2g)	おろしにんにく 小さじ1(6g)
		おろししょうが 小さじ1/2(2g)

「たら」は、たんぱく質を多く含む白身魚です。切り身は骨が少なく、淡泊な味がどんな味付けにも合うので、鍋物だけでなく、韓国料理の辛い合わせ調味料「ヤンニョム」と合わせてもおいしくいただけます。

消費者トラブルが多い契約方法や手口

【電話勧誘販売】

販売業者が電話で、商品やサービスを販売する方法。強引な勧誘、身分を偽っての勧誘、虚偽説明、説明不足などの問題もみられます。

【訪問販売】

販売業者が消費者宅を訪問し、商品やサービスを販売する方法。強引な勧誘や長時間に及ぶ勧誘、虚偽説明、説明不足などの問題もみられます。

【通信販売】

オンラインショッピングやカタログ販売、テレビショッピングなどの取引。注文した商品が届かない、注文した商品と全然違う商品が届いた、などのほかお試しと思っていたら定期購入の契約だったという相談がみられます。

【訪問購入】

買い取り業者が消費者宅を訪問し、消費者から依頼を受けた物品等を買取る方法。買い取りの依頼をした物品以外の貴金属などを安い金額で、強引に買い取られたという相談がみられます。



【還付金詐欺】

市役所等の自治体、税務署や社会保険事務所などの職員を名乗り、ATM を操作させ、自己の口座から相手方の口座へ現金を振り込ませるなどの手口。

消費者トラブルが多い契約方法や手口を知ることにもトラブルにあわないためには有効です。そこで今回は、その契約方法や手口についていくつかご紹介いたします。

福岡市消費生活センター相談コーナー

☎ 092-781-0999 (相談専用電話)

《受付時間》

月曜日～金曜日(祝休日を除く)9時～17時
第2・4土曜日(祝日を除く)10時～16時(電話相談のみ)
祝日、年末年始(12/29～1/3)はお休みします。
※来所による相談は事前に予約が必要です。

インターネット消費生活相談

福岡市消費生活

検索



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

「第11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】
初夢

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5年3月31日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索



早良区 大原校区 「花みずき会」の紹介

大原校区花みずき会
会長 福田 澄子

ソフトダーツ、カラオケ、演芸、出前講座、読み聞かせと盛りだくさん。時間が経つのが早い様です。

「健康づくり」
小学校校庭で元気ハツラツと、男女仲良く、グラウンド・ゴルフにホールインワンを目指して汗をかいています。

「奉仕活動」
毎月第一月、火、水と見守りあいさつ運動をし、子ども達や通勤する人達のあいさつに明るい笑顔で私達も元気をもらい癒やされています。

「友愛訪問」
コロナ禍の中でしたが、訪問員が安否確認をし、情報を共有しています。

皆様こんにちは、私達大原校区老人クラブ連合会は、芙蓉会・原3丁目ひまわり会・花みずき会の3単位クラブで構成されています。

その中の「花みずき会」の紹介をいたします。

世帯数が多く高齢化が進んでいて、会員数48名で活動しています。

「定例会」
第一月曜日10時から。出席率が良く、元気な姿で又楽しみに参加され、お互いに安心する様に元気にお茶を飲み、老く連や自治協又公民館等の報告、連絡を聴き入ってメモ等を取っています。

第一・第三水曜日は、

「仲間づくり」

毎年恒例のバスハイク、初詣等には大勢の方が参加していました。コロナ禍で出来ない時もありましたが、今年はお出の事を期待しています。

又、区老く連の演芸大会に参加する事になり熱心に汗をかき、はじをかきながら老体にむち打ち練習し、楽しい仲間づくりや交流も出来ました。

「その他」

今後は、一人でも入会者が増える事を希望し、皆で努力し「花みずき会」への入会を進めてまいりたいと思います。

最後に校区の方々のご健康で活躍する事を願います。



博多区 千代校区老人クラブ連合会 悠遊くらの活動紹介

千代校区悠遊くらぶ
熊本 光吉

千代校区には5つの単位クラブがあります。校区全体として、又は、単位クラブ毎に、やって楽しいこと、面白いこと、仲間と触れ合い、交流すること。誰もが気軽に参加できること。などを

モットーに様々な活動を行っています。

毎週、月曜日には千代公民館でダーツの練習会をします。お揃いのユニホーム(ジャンパー)も作り、1時から3時までで毎回、10、15人ほど参加し、和気藹藹の中にも真剣な眼差しでダーツ盤に向かっています。その成果は、区のダーツ大会で毎年、数人が上位入賞する等に表れています。

カラオケの練習会は月2回、第2、第4土曜日です。カラオケは、肺活力を使い身体によく、大声を出すことでストレス発散にもなり、私も健康



に、週1回、東公園で練習会をしています。参加者は毎回12人程度です。切磋琢磨し腕を磨いています。

レクリエーションだけでなく、月1回の公園清掃など社会奉仕・ボランティア活動にもたくさんの方が参加しています。

老人クラブ活動は楽しく、面白い。だから仲間ができ、長続きする。長続きすると自ずと健康になる。元気になる。健康であれば、社会奉仕にも積極的に参加できる。と言う好循環を老人クラブは生んでいると思っています。

城南区

人生 100 年時代の到来を見据えて

鳥飼校区シニアクラブ トリヨン
会長 堀 充博



新年あけましておめでとうございませう。

老人クラブ会員の皆様も希望に満ちた新年をお

迎えることと拝察しています。

さて、福岡市では「人生100年時代の到来を見据え、プロジェクト「福岡100」を進めている」と伺いました。

昨年9月に開催された「第60回福岡市高齢者保健福祉大会」で高島市長の挨拶をお聞きしましたところ、福岡市で100歳を迎えた方が、平成元年度で29人でしたが、令和4年度は897人に

驚異的に進んでいるとお話でした。大変興味深くお聞きしたので覚えて

「福岡100」を進める中の一つに、市民が要

介護状態の発症を予防するには「咀嚼能力の向上」「朝食を食べる」「こまめな歩行速度の低下を防ぐことが重要である」とのことがあるされていました。

私たち老人クラブの活動にとっても福岡市が掲げる「日本一元気な街」を作り上げるため行政と市民が一体となって取り組む必要があると思っています。

コロナの感染拡大で老人は家に引きこもりがちになります。健康を維持するためにはできる限り外に出て筋肉低下を防ぎ危険因子を取り除くことが重要です。私もでき

る限り健康づくりの催しに参加しようと思っています。

もともと歩くことが好きで様々な「歩け歩け大会」に参加してきましたが、最近では鳥飼自治協議会が開催する月例会の「歩こう会」にも参加させて頂いています。また、機会を捉えて大濠公園のウォーキングを楽しんでいます。

福岡市は延期になっていました「世界水泳大会」が今年やっと開催されます。

世界中から水泳のアスリートが福岡に集まってくる。楽しみながら世界大会です。

私も「おもてなし」ができればと願っています。

また、3月27日には地下鉄七隈線の天神南から博多駅まで延伸して開業します。私達城南区に居住する市民にとっては乗換なしで博多駅まで行くことができ、とても便利になります。

いろいろな機会を使って、健康づくりのため外に出て「健康寿命」を維持しましょう。

今年も「個人と地域コミュニティのつながりを強くして」元気で明るい街「鳥飼」を作ってください。よう微力ですがガンバろうと思っています。

「福岡100」を進める中の一つに、市民が要

介護状態の発症を予防するには「咀嚼能力の向上」「朝食を食べる」「こまめな歩行速度の低下を防ぐことが重要である」とのことがあるされていました。

私たち老人クラブの活動にとっても福岡市が掲げる「日本一元気な街」を作り上げるため行政と市民が一体となって取り組む必要があると思っています。

コロナの感染拡大で老人は家に引きこもりがちになります。健康を維持するためにはできる限り外に出て筋肉低下を防ぎ危険因子を取り除くことが重要です。私もでき

る限り健康づくりの催しに参加しようと思っています。

もともと歩くことが好きで様々な「歩け歩け大会」に参加してきましたが、最近では鳥飼自治協議会が開催する月例会の「歩こう会」にも参加させて頂いています。また、機会を捉えて大濠公園のウォーキングを楽しんでいます。

福岡市は延期になっていました「世界水泳大会」が今年やっと開催されます。

世界中から水泳のアスリートが福岡に集まってくる。楽しみながら世界大会です。

私も「おもてなし」ができればと願っています。

また、3月27日には地下鉄七隈線の天神南から博多駅まで延伸して開業します。私達城南区に居住する市民にとっては乗換なしで博多駅まで行くことができ、とても便利になります。

いろいろな機会を使って、健康づくりのため外に出て「健康寿命」を維持しましょう。

今年も「個人と地域コミュニティのつながりを強くして」元気で明るい街「鳥飼」を作ってください。よう微力ですがガンバろうと思っています。



香椎浜校区ねんりんクラブ連合会(通称はまゆう会)は、6単位クラブから構成されており、社会貢献と仲間づくりをテーマに活動しています。

社会貢献としましては、第2火曜日に校区一斉清掃、毎週水曜日は各単位クラブが交代で香椎浜小学校の正門前であいさつ運動をしており、子どもたちに元気をもらっています。これらに参加された方には30歳のごみ袋を2枚差し上げています。児童が安心して安全に登下校ができるようにパトロールも行っています。また、独楽回しや竹

東区

はまゆう会の活動について

香椎浜校区ねんりんクラブ連合会
会長 稲富 義弘



あいさつ運動

馬などの昔遊びを伝承しています。

仲間づくりや生き甲斐と健康維持のためにグラウンド・ゴルフ、ソフトダーツ、カラオケ、ハーモニカ、囲碁、習字、健康麻雀などの同好会も活発に活動しています。

春と秋の年に2回、日帰りのバスハイクを行っており、和気あいあいと仲間同士の親睦を図っています。

香椎浜3丁目にマンションが増設されたので、新規の単位クラブを創設するよう取り組んでいます。

中央区

ボランティア活動を楽しんで

当仁校区第二仁寿会

瀬戸 初美



私達が、5名で「もみじ会」としてボランティア活動を始めて、早くも今年で5年になります。メンバーの変更はありませんが、常に5人のメンバーで活動しています。

「もみじ会」の名前は、メンバーが5人で紅葉の葉っぱも五葉なのでもみじがいいし、高齢者の運転マークも、もみじマークだし、全員高齢者の私達にぴったりだと命名しました。

最高齢91歳のハーモニカ担当の爺爺さんとオカリナ担当の4名のお婆さんで老人施設や福祉施設に慰問に行っています。

活動内容は、童謡唱歌を7、8曲となつメロを7、8曲演奏し、途中に健康体操(腰掛けたま、出来る簡単な運動)や紙芝居をします。

最初の内は、ほとんどの方が寝たま、で、紙芝居など聞いては下さいません。その内、聞いて

もらえればいいよね、なんて言いながら私達は笑い飛ばしていました。

ところが、本当に3ヶ月ほど経ったら、ちゃんと座って聞いて下さるようになりました。内心嬉しくて嬉しくてボランティアを始めて良かったと心から感じました。

そして、皆さんに喜んで頂きたいと始めたボランティア活動から、私達の方が反対に皆さんから喜びを頂いたとも思いました。

老人会の集会の時も何度か呼ばれて公演をさせて頂きました。がコロナ禍の為に、今の所、集会もなくなりません。

コロナ禍が終息して、元の元気な老人会に戻った時には、少し成長した「もみじ会」の紙芝居を見てほしいものです。

終わりに一句

去年今年
心寄せ合ふ老人会

西区

下山門校区老人クラブ連合会の活動

下山門校区老人クラブ連合会
会長 池田 洋子

御多分に洩れず当校区も10クラブが5クラブに減少。現存の各単位クラブも新規入会が殆ど無い。如何に会員数の減少を食い止める増加を図れるかが喫緊の課題となっている。

然し、今期から校区会長を引き受けることになり気づいたことは、活動内容が会員以外には、否、会員

ですら校区の活動となると知らない人が多い事である。勿論コロナ禍で活動休止が続いた事もあるが今一度「やっつけていることを知らせよう」の原点に戻り、まずは「いきいき事業」のグラウンド・ゴルフ大会では、会場の校門入口に今年頂戴したのぼり旗を並べ、道行く人へ「見える化」を試みた。また、単位クラブにおける個々の活動の際にも、のぼり旗を立てる事をお願いした。早速効果があり一つのクラブで飛び込み入会があった。老人クラブ、老人会という名前に抵抗のある人でもやっている活動内容が楽しく面白い



ものど知れば参加したいという気持ちになつてもらえるのではないかと。

第2弾の「見える化」は11月の校区老朽演芸大会。九州大学の落研とゴルフ、踊りやカラオケ等若者を交えて多彩な内容とする予定。

新しい風が吹くそんな活動にしたいものである。勿論、5単位クラブの旗が立ち並び、

南区

私と皆と地域活動と地域貢献に向けて

横手校区シニアクラブ連合会
副会長 石井 正一



本連合会では、町内単位の老人クラブの代表者が毎月第2火曜日10時より横手老人会(この家(写真))で上部団体からの連絡の内容検討とか、単位老人クラブの地域での活動報告とか来月の予定を報告して、特に顕著な内容の事項は、知恵を借りたり、取り入れたり、協力し合って話し合い、よ

り良き活動運営をしています。重きを置いていることは、高年齢者の外出促進で、多少体が弱い、足が痛い腰が立たない等々ありますが、皆で出合いが出来るように手助けできる努力をしています。

上記の件は、どの地域も実施されている清掃活動やグラウンド・ゴルフ

等を活用しております。清掃内容は、町内一斉清掃ではなく、ゆつくりと落ちているゴミを一つ拾う程度の活動でやっています。出会いですから、家から出ることが目的です。人と会い話すとが目的です。

ささやかな活動の様ですが、勇気が、多少必要です。勇気を持つてのお誘いです。声掛けです。このチャンスは、結構あります。多少とも知人であるなら遠慮せずに行動に移せるよう努力しております。

いろいろ苦労はありますが、ただで勉強させて貰えるのですから役員一同任期を全うするつもりです。

<厚生労働大臣表彰>

全老連創立60周年記念全国老人クラブ大会の開催に当たり、老人クラブに対して多年にわたりその発展向上に尽力し、功績のあった者や優良老人クラブ、優良市区町村老人クラブ連合会に対し、表彰を行うものです。

◆育成功労者表彰(敬称略)

柴田 宏(福岡市老人クラブ連合会理事)
佐藤 光(福岡市中央区老人クラブ連合会運営委員)

◆優良単位クラブ表彰

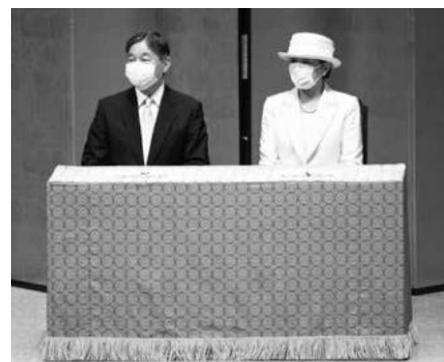
福岡市中央区春吉校区第九老社会

◆優良老人クラブ連合会表彰

福岡市博多区老人クラブ連合会

本市老連からは、会長等9名が参加し、次の役員、団体が表彰されました。11月8日(火)、東京都(会場:国技館)にて、天皇后両陛下のご臨席を仰ぎ、全国から老人クラブ代表者850名の参加のもとに「全国老人クラブ連合会創立60周年記念 全国老人クラブ大会」が開催されました。第1部では、天皇陛下よりおこしを賜り、厚生労働大臣表彰および全老連会長表彰が行われ、第2部では、記念講演が行われました。

全国老人クラブ連合会 創立60周年記念 全国老人クラブ大会



天皇后両陛下
写真提供 全国老人クラブ連合会

天皇后両陛下がご臨席

全国老人クラブ連合会会長表彰

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模範となるクラブ・連合会を表彰しています。令和4年度は、次の2名およびクラブ、連合会が表彰されています。

【育成功労表彰】敬称略

阿部 悦子(福岡市老人クラブ連合会理事)
楢橋 貞雄(福岡市博多区老人クラブ連合会会長)

【優良老人クラブ表彰】

◆デュオ柏原柏朋会(南区)

平成4年度から、柏原地域を守り、育て、支えるシニアのボランティア団体として活動を行っている。

コロナ禍で活動ができない中、広報紙「シニアクラブ柏原会かわらばん」による広報や外でできるグラウンド・ゴルフ、清掃など、役員会を中心に着実に活動を行っている。メンバー一人ひとりの経験則を生かし、町内全体の発展を図るための提案を実現化し、老人クラブの意気込みを見せている。

【優良郡市区町村老人クラブ連合会表彰】

◆春吉校区老人クラブ連合会(中央区)

59年の長きにわたり、クラブを維持継続し、マンションや商業ビルが建ち並び、昔の面影はなくなりつつあるなか、昔ながらの高齢者のコミュニティを維持している。創設当初から、老人クラブ会員のみでなく3世代参加の事業にも取り組み、地域全体の親睦を図っている。各種事業も工夫を凝らしながら、3世代交流事業の観点から実施し、地域コミュニティの形成における功績は大きい。

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単位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4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】

◆南区 柏原校区 デュオ柏原柏朋会

コロナ禍で、おうち時間が増える中、会報を用いた工夫ある会員増強の取り組みは、他のクラブの模範となり、記事は、シニアクラブの魅力や関心を引く内容となっており熱意が感じられる。コロナ禍で活動の制限を受ける中、できることを模索し行動する姿勢は、見習うべきものがある。

【健康づくり活動】

◆東区 香椎東校区 香椎東校区ねんりんクラブ連合会

小学校の昔あそび、グラウンド・ゴルフ、ソフトダーツ、ラダーゲッター大会等実施。特に健康に重点を置いた活動に力点を置いている。

【ボランティア活動】

◆博多区 東光校区 東光なかよしクラブ

老人クラブの三大運動である「健康・友愛・奉仕」について、地域の活動団体と連携をとりながら意欲的に活動している。特に、地域の小学校と連携して、清掃と花壇の手入れにより、環境改善に尽力した。日頃の活動が地域に感謝されており、参加者の参加意欲を醸成し、クラブの活気となっている。

◆博多区 東月隈校区

下月隈第一常磐会・下月隈第二常磐会・下月隈第三常磐会

庭木の剪定や草取りボランティアは、地域の単身高齢者や高齢夫婦等が困っていたものを地域有志老人クラブが環境美化の観点も含め始めたもので、当事者や地域から高く評価を得ている。多くの会員が、月1回地域内にある6か所の公園清掃活動を実施し、コロナ禍にあっても、地域と共同し地域に根差したボランティア活動を推進しており、他の模範となっている。

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

《開催日》7月7日(木)、8日(金)
《会場》長崎県「ホテルニュー長崎」
《参加者》市老連会長等 11名



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 業務部長 岡本まゆみ氏

◎事例研究

第1研究部会

「健康づくり・介護予防活動の推進」

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

「会員増強の推進」

※福岡市からは、第1研究部会で城南区シニア連の内原会長が事例発表をされました。

第2日目

◎講演

《テーマ》

「絵はがきに見る古き良き長崎」

《講師》

長崎総合科学大学 特任教授
ブライアン・パークガフニ氏

◎全大会

3つの研究部会の事例発表が各研究部会の司会者から発表されました。



みんなの広場 文芸欄

俳句

野火果てて羊の群れの動き出す

東区 香椎東校区 シニア若楠会

田中

よし江

夫の亡き三たびの秋をさびしめり

博多区 那珂校区 東光寺町 光会

日下部

洋子

おち椿散歩の母とみあげおり

中央区 春吉校区 第八老社会

平尾

静子

初暦早黒々とスケジュール

城南区 別府校区 別府第四鶴寿会

野口

久美子

蓑虫の糸で漂う浮き世かな

早良区 西新校区 第二白寿会

野口

一弘



短歌

子等孫と逢瀬指折り日々過ごす

博多区 奈良屋地区 第二豊園会

吉田

玲子

早や三年なり希望あるなし

博多区 奈良屋地区 第二豊園会

吉田

玲子

油山稜線かすみ紅葉の

南区 若久校区 柳河内1丁目シニアクラブ

藤原

ミツ子

初冬の風は音立てて吹く

南区 若久校区 柳河内1丁目シニアクラブ

藤原

ミツ子

朝なれば青空染

早良区 野芥校区

荒平

太和

夕なれば環状線に列陽落ちる

早良区 野芥校区

荒平

太和

新しき年のしじまの夜は明けて

西区 玄洋校区 亀齢会横町老人クラブ

吉村

俊亮

川柳

兵糧も弾も売り切れ露天商

東区 名島校区 第五健寿会

田中

友春

五つの輪今現われる裏の顔

中央区 当仁校区 第三仁寿会

高橋

績

あの日から濃厚接触してません

南区 野多目校区 寿会

谷富

鈴代

新春や社会が杖の幸(高) 齢者

城南区 田島校区 第6桜会

金子

琢一郎

ホールインまた逃げたかどびりくやむ

西区 石丸校区 ときわ会

上野

タミ子

第52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。

◆洋画 川副了造先生

作品は32点でしたが作者の熱意が伝わる作品が多く、又入賞の他にも心ひかれた作品もありました。色彩、質感、フォルム、抽象、具象などの表現方法を加味し、作品が何を表現したいのかを感じ取れる作品を特に選びました。金賞の成瀬幸子さんの「仲直り」確かなデッサン力で筆のタッチが作品全体を引きしめ力強いものになっている。子供が喧嘩した後の仲直りの様子がほほえましい。見る人の心をほのぼのとさせる。銀賞の竹下啓子さんの「ランプ」モチーフが、しっかり描かれている。ランプを引き立たせる為バックをやわらかな色調で処理しており表現が巧みである。銅賞の栄村喜好さんの「はがき絵集」旅先で見つけた心にくる風景を見たままを写し取るだけでなく独自の風景画に仕上がっており、何枚も作品を描き込んだ人にしか出せない線存在感のある作品です。奨励賞の高田照光さんの「湖畔」水面にうつる景色が美しく、光と空気の透明感と静寂が伝わってくる。見る人の心を静かな世界へ誘う作品です。

◆日本画 榊孝陽先生

今回、日本画は出品者が減少し残念でした。しかし作品は、いずれも個性豊か、楽しんで描かれた事がよくわかります。その中で野口一弘さんの水墨画「花王」が会長賞に選ばれました。墨の濃淡の使い分け、筆使いの強弱、特に技法を学び、描き込まないと、表現が難しいと言われる、水墨での花びらの描き方など実に達者、作品から96歳とは思えぬ若さ、力強さを感じさせる作品です。

◆書 池末礼禧先生

コロナ禍も落ちついている中、市老連高齢者美術展が開催され優秀な作品が、入賞・入選されました。市長賞の鳥羽富貴子さん、般若心経を60×140cmの大きい紙に中字で読みがなまで大書され、起承転結もしっかりで敬服する作品。銅賞の日高悦子さん、奨励賞の南郷豊子さん、小作品ながら線質もしっかりあたたかさを感じ取れる秀作でした。今は人生100年とされています。健康で生きる目的をもって日々の生活、楽しみを目標に活動されている姿が思い浮かび取れました。

◆写真 松永楠生先生

金賞に田中賢次さん「秋のなごり」を選出。モミジが落葉し幾重にもなり、ローキー画面に光が射しとても美しい。銀賞の佐藤洋子さん「花とシャボン玉」はスローシャッターでシャボン玉の流れが美しい。奨励賞の森口正一さんの作品は砂の造形を的確にとらえている。来年は新型コロナが収束し皆様の出品が増えるよう願っています。

◆工芸 松尾まさこ先生

今年も力作揃いでした。局長賞の吉村菊子さんの「ハウステンボスの風景」は非常に繊細な「ちぎり絵」で、空や水面の表現も幻想的な美しさです。銀賞の竹田久己さんの「郷愁」も細部まで丁寧な造りでした。奨励賞の越智一彦さんの「ラン・らん・蘭」はインパクトのある色遣いが魅力的でした。

4ページ問題の解答

詰碁解答

黒1のサガリが正解です。白2には3、5で勝ち。
死活の基本である3のハネや2のオキは、この場合失敗です。ご確認ください。

詰将棋解答

(○印内の数字は手順)

① 二銀 ② 三王
③ 三角成 ④ 同桂
⑤ 二一角まで

【読み上がり図】

4	3	2	1	
香		角	王	一
	王	銀		二
		王		三
歩	王			四
			歩	五
		香		

解説
初手 2 二銀に対して 3 二王は必然の成り行きですが、3 三角成が好手です。同桂に 2 一角で詰みです。3 手目 2 三角は 4 三王で詰みません。



第52回福岡市高齢者美術展

表彰式・ギャラリートークを開催

福岡市老連会長賞（日本画）



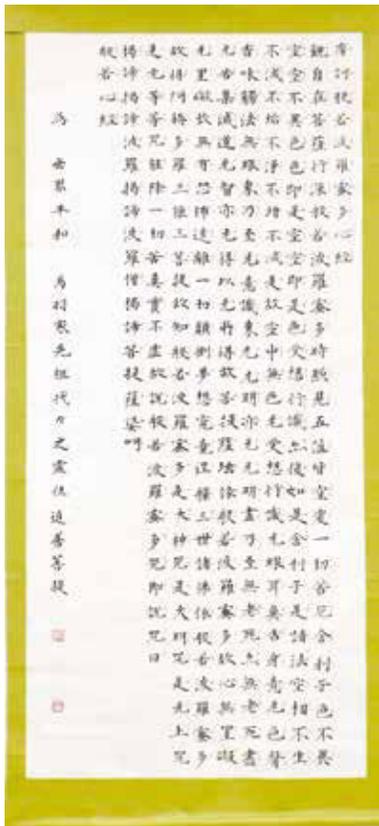
花王 野口 一弘(早良区)

福岡市福祉局長賞（工芸）



ハウステンボスの風景 吉村 菊子(中央区)

福岡市長賞（書）



般若心経 鳥羽 富貴子(西区)

10月12日(水)〜16日(日)の5日間、福岡市美術館ギャラリートークを開催しました。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ことを目的に毎年開催しています。

今回は、洋画33点、日本画5点、書8点、写真14点、工芸18点の計78点の応募がありました。

審査員による審査の結果、市長賞をはじめ各賞を選出し、最終日には、新型コロナウイルス感染症対策で2年間中止していました表彰式及びギャラリートークを開催しました。

表彰式では、各賞が授与されるたびに大きな拍手が起こり、また、審査員によるギャラリートークでは、審査員の講評に出品者は熱心に耳を傾けていました。

受賞者一覧（敬称略）

Table with 4 columns: 賞 (Award), 部門 (Department), 氏名 (Name), 作品名 (Work Name). It lists winners for Special Award, Gold Award, and Highest Age Award.

※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。

- ◆ 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。
◆ 今年もたくさんの出品をお待ちしています。

ご意見 お寄せください!



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

編集後記

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。昨年は、2年間中止していた高齢者保健福祉大会や高齢者囲碁・将棋大会を開催することができ、事務局としても大変嬉しく思いました。

広告協賛へのお礼

このたびは、福岡市老連広報紙「ふくふくクラブ福岡111号」への広告掲載をいただきまことにありがとうございます。本紙は、老人クラブの活動状況などの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、皆様の交流の輪が広がるよう願って発行しております。

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

Advertisement for '快適空間づくり' by Kojihara Co., Ltd. featuring free unit buses and contact information.

Advertisement for 福岡脳神経外科病院 (Fukuoka Neurological Hospital) with contact info and services.

Advertisement for 特別養護老人ホーム (Special Nursing Home) with location and contact details.

Advertisement for ささえ手ホーム (Sasaete Home) with contact info and services.

Advertisement for とじたたまクリニック (Tojitama Clinic) with medical services and contact info.

Advertisement for ウィズグループ (With Group) with contact info and website.

Advertisement for 句集・記念誌・自分史 (Haikai, Memorial Book, Autobiography) with contact info.