



南区

## シニア連だより

広報 第75号

●発行：南区シニアクラブ連合会 南区塩原3丁目25-1南区役所内 ☎092-559-5129

編集・制作 株式会社ニチコミ／福岡市博多区博多駅前3丁目9-1 大賀博多駅前ビル2F ☎092-292-6538

http://www.nichicomi.com

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを



## 「南区柏原からの箱の池と朝日」

東花畠校区シニアクラブ連合会 会長 古賀 忠彬

あけましておめでとうございます。

親水ため池（箱の池）は南区柏原地区と屋形原地区にあり、両地区的農業用水として利用されてきました。

昭和8年のこと、まれにみる干ばつで稲は枯死寸前、整理地をはじめ、すべての池は干上がってしまい、このため雨ごいをすることになり、大分県（旧）湯布院町にある山下湖の中ノ島から湧き出る水が靈験あらたかであるという言い伝えを信じ、水をもらいに行くことに。

使者2人は樽を自転車に積み片道数十時間かけて水をもらい、その水を池に流し込んだ途端、天はにわかに曇ってものすごい雨が降り出し、池は水かさを増し、万物がよみがえったそうです。

「親水ため池整備事業」で池の周囲をめぐるウォーキングロードなどが整備され、平成16年4月から憩いの場として利用されています。

私たち南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

### なかすが眼科

月・水・金 午前 9:00~12:00  
午後14:00~17:30  
火・木・土 午前 9:00~12:00  
※火曜午後・木曜午後は手術  
休診日/日・祝日

白内障日帰り手術 糖尿病・眼底疾患

福岡市南区向野2丁目5-7メディカルパーク大橋2F  
TEL 092-554-8855

地域医療支援病院 地域がん診療拠点病院 福岡市救急告示病院 便民定期入院ドック指定施設  
紹介診療 がん診療 24時間救急 人間ドック

すこやかに こころゆたかに

九州中央病院  
Kyushu Central Hospital

<https://www.kyuchu.jp> ☎541-4936

社会福祉法人 德和会  
特別養護老人ホーム  
**花の季苑**

介護サービスについて、ご遠慮なくご相談ください。  
南区和田4-16-1 ☎512-0668

特別養護老人ホーム ウィステリア福岡  
※令和7年5月開設(南区野多目3-3-1)☎555-5336

一人ひとりの笑顔のために ホームページ [徳和会](#)で検索

### 吉兼内科クリニック

<http://yoshikane-cl.com/>

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日 日曜・祝日

**YOSHIKANE**  
INTERNAL MEDICINE CLINIC

吉兼内科クリニック 検索

南区塩原1-4-21 (清水4丁目バス停向かい)  
TEL 092-554-3500 P 10台

ニチコミ nitchicomi

ずっと、元気に。  
誰もがいつまでも活躍できる社会へ

医療法人 悅可会

### 杉野眼科

杉野拓平/一宮雅子/貴福香織

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
午後14:30~17:30	○	○	○	休	○	休

火・水曜手術日  
博多区美野島4丁目5-3(美野島南公園よこ)  
駐車場有り ☎411-0315

『寝たきりゼロ』を目指しています

- 「寝たきり」「歩行困難」等で日常に支障がある。
- 脳梗塞・脳出血の後遺症で身体に麻痺がある。
- 「こわばり」「しづれ」「むくみ」がある。ご相談ください。
- リウマチ/パーキンソン病。

訪問マッサージ  
**こころ在宅ケア**

[本店] 南区寺塚1-15-9-1F ☎092-408-5604

高宮耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	●	●	/	●	●	▲	/
14:30~18:00	●	●	/	●	●	/	/

▲…土曜午前は9:00~14:00

南区高宮5丁目1-1-201 ピア高宮2F  
TEL.092-401-3077 FAX.092-401-3078

## 南区シニア連だより



南区シニアクラブ連合会  
会長 諸熊 昌晴

令和8年新年を迎える皆様にはお健やかにお過ごしのこととお慶び申し上げます。

ここ数年の異常気象による夏場の猛暑は、高齢期を迎えた私達にとっては、たいへんな環境であります。幸い、大きな風水害もなく、穏やかに年を越せたことを喜ばしく思います。

昨年は、グラウンド・ゴルフ大会等のスポーツ事業や芸能大会等の文化事業をはじめ、友愛訪問、美化活動、健康づくり、生きがい活動から

地域社会の奉仕活動など、様々な事業を実施することができます。

これもひとえに多くの皆様のご参加、ご協力の賜と心より感謝申し上げます。

特に、南区シニアまつりやカラオケ祭りには、多くの皆さんに参加していただき、盛況裏に終了することが出来ました。今年も更なる内容の充実に努めてまいりたいと考えております。

一昨年のグラウンド・ゴル

福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会には69人の選手を推薦できました。が、予定通り大会が実施され、3日間のうち、1日だけ予備日に実施することとなりました。が、予定通り大会が実施でき、福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会には69人の選手を推薦できました。

南区シニアクラブ連合会では、各校区連合会と連携しながら、本格化する高齢社会をもっと明るく豊かで活力あるものとするため、「健康」・「友愛」・「奉仕」の三大運動を基本とする各種事業に取り組むとともに、会員の増強を図るべく、「勧誘から始めよう!」「クラブをPRしよう!」「新規クラブを作ろう!」「解散ク

本年は、予備日を含め6日

南区シニアクラブ連合会で

は、各校区連合会と連携しながら、本格化する高齢社会を

もっと明るく豊かで活力ある

ものとするため、「健康」・「友

愛」・「奉仕」の三大運動を基

本年は、予備日を含め6日

南区シニアクラブ連合会で

は、各校区連合会と連携しながら、本格化する高齢社会を

もっと明るく豊かで活力ある

ものとするため、「健康」・「友



第9回南区シニアボウリング大会

**明るい笑顔と  
元気あふれるプレー！  
会場は大盛り上がり**



令和7年度南区シニアボウリング大会を、9月5日（金）に「大橋シティボウル」で開催しました。

今年は22チーム、87名の皆さんのが参加し、明るい笑顔と元気あふれるプレーで会場を彩りました。

テレビ局も取材に訪れ、地域の老人クラブの活動が広く紹介される貴重な機会となりました。

大会では、見事なチームワークと正確な投球で優勝を果たした「野多目Aチーム

ム」の皆さん、会場を沸かせました。ボウリン  
グの腕前は見事で、ストライクやスペアを決めるたびに歓声が響き、会場全体が大いに盛り上がりました。プレーする人、観る人も一緒に楽しめる大会となりました。

諸熊会長をはじめ、保健体育部会の皆様、大橋シティボウルのスタッフの方々に心から感謝申しあげます。

## 【大会結果】 (敬称略)

賞	校 区	チ ム	ス コア (点)
優 勝	野多目	野多目 A	1146

【女性の部】

賞	校 区	氏 名	スコア(点)
優 勝	三宅	百田 すみ子	338
準優勝	西花畠	若松 妙子	318
3 位	弥永西	大里 栄子	293

【男性の部】

賞	校 区	氏 名	スコア(点)
優 勝	玉川B	平田 堅一	414
準優勝	野多目A	米森 直人	374
3 位	筑紫丘	持田 定雄	359



## 優勝した野多目Aチーム



私たちも南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 福岡光明会

松月園デイサービスセンター  
松月園ケアプランセンター  
松月園ヘルバーステーション

盲養護老人ホーム 松月園  
特別養護老人ホーム 松月園

南区老司5丁目12-4  
**☎(092) 565-6264**

デイサービスセンターやまちゃん

南区柳瀬1丁目40-6 フェニックス柳瀬ビルディング101号

ひよ子本舗吉野堂・向新町店  
南区野多目1丁目1-17  
☎092-554-1203

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

第24回南区シニアグラウンド・ゴルフ大会



今年は53チーム、299名の皆さんに参加して、日頃の練習の成果を存分に発揮して熱戦を繰り広げました。大会中は、思わず悔しがる場面や、歓声が

参考者の皆さんに力を合わせ、楽しく競い合う様子は、地域のシニア活動の魅力を改めて感じさせる大会となりました。

ラウンド・ゴルフ大会を、10月1日(水)から2日(木)、3日(金)のため予備日の6日(月)の3日間、桧原運動公園自由広場にて開催しました。

が見られました。また、チームの仲間同士で声を掛け合いながらプレーする姿も印象的で、会場は終始和やかで活気にあふれていました。

私たち南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人さわやまクリニック  
**さわやま内科・総合診療クリニック**  
■一般内科 ■脂質代謝内科 ■糖尿病内科  
■感染症内科 ■いびき・睡眠時無呼吸症候群検査  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
8:30~13:00 ● ● ● ▲ ● ▲ / /  
14:30~18:00 ● ● ● / ● / /  
▲…木・土は12:30まで 休診日／木・土午後、日・祝  
**TEL 092-534-6590**  
南区大楠2-8-29 メディカルシティ平尾2F

産科 婦人科  
**桃崎レディースクリニック**  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日  
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ● △  
15:00~19:00 ● ● ● ● ● ● ▲  
休診日 ▲第1.3.5(土)午後 △第1.3.5(日)午前 (日)午後・祝日  
南区塩原3-17-5 パストラルミキ2階  
**092-557-2111**

医療法人チームU  
**うえはら整形リハビリクリニック**  
整形外科・リハビリテーション科・デイケア  
スポーツ整形・口コモ(運動器症候群)  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
午前 9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休  
午後 2:30~ 6:30 ○ ○ 休 ○ ○ 休 休  
南区西長住2-29-32 **555-3033**

医療法人 イースタンクリニック  
**老人保健施設 木の葉の里**  
見学等、お気軽にお問合せ下さい  
**092-557-3600**  
受付時間 9:00~17:30  
福岡市南区多賀2丁目4番6号  
<https://konohano-sato.com>

**ひめの胃腸内科クリニック**  
内科・胃腸内科・消化器内科・漢方内科  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●  
14:00~18:00 ● ● ● ● ● ●  
休診日／日曜・祝日  
南区大橋4-27-4 **559-5211**

保険調剤・くすりの相談・介護用品  
**スエタ薬局本店**  
南区大橋1丁目14-2  
**092-552-2725**  
**スエタ調剤薬局**  
南区大橋1丁目21-9宗雲ビル1F  
**092-552-0972**

特別養護老人ホーム  
**よしはら健洋**  
介護サービスについて、ご相談下さい。  
ショートステイ ケアプランセンター ヘルパーステーション  
南区大橋団地5-1 **092-557-8117**

**きらりえがお歯科 小児矯正歯科**  
●診療時間(日曜・祝日は休診です)  
月・火・木・金 9:00~13:00  
14:00~18:00  
土 9:00~17:00  
(13:00~14:00 休み)(祝日の週のみ水曜診療あり)  
★西鉄バス★  
桧原営業所すぐそば  
南区桧原4丁目5-10  
**TEL 092-566-1711**



## 入賞者の皆さん (敬称略)



1日目 (10/1)

部	順位	校区名	選手名	得点
午前	優勝	東若久 A	藤本 武宏	34
	準優勝	東若久 B	山本 嘉彦	38
	3位	日佐 B	田尻 正治	38
昼間	優勝	鶴田 D	松井 隆	35
	準優勝	鶴田 B	平田 蓉子	37
	3位	鶴田 D	松井 京子	38
午後	優勝	柏原 B	岳 正春	33
	準優勝	柏原 B	有村 則男	35
	3位	横手 B	川満 文子	37

2日目 (10/2)

部	順位	校区名	選手名	得点
午前	優勝	柏原 C	永松 清次	38
	準優勝	西花畠 A	大森 末子	38
	3位	柏原 C	松島 時治	39
昼間	優勝	筑紫丘 C	市川 繁徳	37
	準優勝	筑紫丘 C	有田 義一	37
	3位	東花畠 B	大野フクミ	38
午後	優勝	長住 A	中村 一機	31
	準優勝	柏原 D	笠作 康男	34
	3位	柏原 D	藤田 勝則	39

3日目 (10/6)

部	順位	校区名	選手名	得点
午前	優勝	柏原 E	野村 博子	35
	準優勝	弥永西 B	椎山 正弘	38
	3位	弥永西 A	原 伸博	38
昼間	優勝	西高宮 A	近藤 靖英	38
	準優勝	西高宮 B	林 武士	38
	3位	柏原 F	廣田 輝海	38

私たちには南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

「第23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】  
**初恋**

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:2026年1月1日~3月31日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索



  
**デイサービス  
あかいやね**

福岡市南区皿山3丁目8番29号

大産皿山ビル1F

TEL 092-710-1917

社会福祉法人福岡ひかり福祉会

**かしばらホーム**

〒811-1353 福岡市南区柏原 4-25-26

TEL:092(567)7766

FAX:092(567)7788

<https://hikarigroups.org/>

**学校法人 大里学園**  
**みどりがおか幼稚園**

福岡市南区中尾1-32-32

TEL 092-541-0350

FAX 092-541-1152



MANDAI CHIE DENTAL CLINIC

**まんだい千恵歯科**

TEL.092-408-1947

福岡市南区長丘5-25-19

診療時間  
●月・火・木・金 9:00~18:00

●水 9:00~14:00 (※祝日週は 9:00~18:00)

●第2土曜 8:30~14:00 (※第2土曜診療の週は水曜休診)

<http://mc-dc.jp/>

第47回南区  
市民の祭り文化祭 シニアのつどい カラオケ祭り

# 美しい歌声が会場を彩る

11月11日(火)、福岡市南区主催「第47回南区市民の祭り文化祭」の一環として、「シニアのつどい カラオケ祭り」を南市民センター文化ホールにて開催しました。

今年も南区在住のフリーアナウンサー・こはまもとこさんの軽快な司会進行のもと、諸熊会長のあいさつに続き、内藤南区長より主催者を代表してあいさつをいただき、華やかに幕が開きました。

今回は、シニアクラブ推薦26名、一般応募34名の総勢60名が出演。力強い歌声、澄み渡る美しい歌声、そしてきらびやかな衣装が次々と舞台を彩り、会場は終始あたたかな拍手と歓声に包まれました。

終盤には、86歳を迎えた黄田豊子さんが特別出演し、CD『おんなの独り酒』を披露。年齢を感じさせない堂々たる歌唱に大きな拍手が送られました。

最後には恒例のじゃんけん大会も行われ、会場中が笑顔と歓声に包まれながら、楽しいひとときの幕を閉じました。



三宅校区  
「宇宙戦艦ヤマト」



塩原校区  
「津軽海峡冬景色」



大楠校区  
「天使の誘惑」



宮竹校区  
「岸壁の母」



東花畠校区  
「男ごころ」



東若久校区  
「昴」



柏原校区  
「水見の雪」



横手校区  
「夕焼け雲」



玉川校区  
「博多恋物語」



筑紫丘校区  
「ラストダンスは私に」



花畠校区  
「翁」



西花畠校区  
「サントワ・マミー」



西高宮校区  
「さみだれ」



野多目校区  
「君といれば」



野多目校区  
「恋の町札幌」



特別出演の  
黄田豊子さん

「女の独り酒」



じゃんけんポン!



長丘校区  
「秋恋歌」



長住校区  
「道ひとすじ」



高木校区  
「川の流れのように」



私たち南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

(公認会計士) (税理士)  
**松尾忠昭事務所**

お気軽にご相談下さい

福岡市南区大池 1-19-21  
TEL 092-551-5475



税理士 熊手 幹彦

税理士法人  
くまで  
会計事務所  
福岡市南区高宮2丁目16番11号  
TEL 092-523-4159

**首藤電気工事**

電気工事業・電気通信工事業

福岡市南区柏原4-41-29  
TEL・FAX. 092-565-2357

凶器業 株式会社 セレクト

本社 福岡市南区弥永4丁目10-21  
TEL(092)915-7470

総合緑化 樹木 卸  
**(有)愛公園**

福岡市南区西長住2丁目29-24  
TEL 092-512-5378  
FAX 092-511-8067

**高木バルブ**  
株式会社

南区大楠2丁目10番6号  
電話:(092)521-2761~6

一般社団法人 日本公園施設業協会会員  
**遊景産業株式会社**

○遊具・景観施設  
○学校体育器具  
○サイン・モニュメント  
○公園土木資材  
○公園施設修繕

設計・製作・販売  
南区警弥郷1丁目15-10  
TEL 092-589-3123 FAX 092-589-3317

クルマを通じてお客様に喜んでほしい。  
出張作業はお任せください。

車載機器の販売・施工  
メンテナンス

RDAS  
RD Auto Square

**RDオートスクエア株式会社**  
南区桧原2丁目46-1  
TEL: 092-555-6480

# 市老連大会報告

今年度開催された福岡市大会、ねんりんピックにて、南区シニアクラブ連合会の代表が健闘されましたので報告いたします。

## 第55回福岡市高齢者美術展

南区からは36点の出展があり、井尻校区の大内田悦子さんが書の部で福岡市老人クラブ連合会長賞を受賞されました。また、写真の部で野多目人クラブ連合会長賞を受賞されました。校区の古賀忠彬さんが金賞を受賞するなど、南区から多くの方が健やかな創作活動の成果を示されました。さらに、最高年齢者賞には、今井照子さん(101歳)が選ばれました。

### 【入賞者】(敬称略)

賞	部門	受賞者	題名
会長賞	書	大内田 悅子	一期一會
金賞	写真	古賀 忠彬	夕陽に染まる浜辺
銀賞	洋画	鐘ヶ江 輝明	老花夜想
銀賞	工芸	小林代志子	ビルと大阪城
奨励賞	洋画	今井 照子	ぼたんの花
奨励賞	洋画	龍 陽子	奏でるピエロ
最高年齢者賞	洋画	今井 照子(101歳)	ぼたんの花



【金賞】  
夕陽に染まる浜辺(野多目)  
古賀 忠彬

最高年齢者賞も  
入賞されました！



【奨励賞】  
ぼたんの花(和田)  
今井 照子

【福岡市老人クラブ連合会長賞】  
一期一會  
(井尻)  
大内田  
悦子

## 熟練の技が集う 秋の美術展

11月11日(火)から16日(日)の6日間、福岡市美術館にて「第55回福岡市高齢者美術展」が開催されました。

## 第54回福岡市高齢者団碁・将棋大会

7月25日(金)、ふくづらで「第54回福岡市高齢者団碁・将棋大会」が行われ、各対局で白熱した勝負が繰り広げられました。

### 団碁入賞者(敬称略)

成績	氏名	段
チャンピオン戦 準優勝	楠川 晴重	六段

## 第24回福岡市高齢者 グラウンド・ゴルフ大会

10月30日(木)、福岡市舞鶴公園球技場・野球場にて「第24回福岡市高齢者グラウンド・ゴルフ大会」を開催し、各区から集まつた235名が日頃の腕前を発揮してスコアを競いました。南区からも多くの方々が参加され、健闘する姿を見せられました。



磨いた腕前が  
光る一日

### 南区入賞者(敬称略)

成績	氏名	スコア
赤コース 優勝	松本秀一郎	32
黄コース 優勝	村山 博	37
青コース 準優勝	山中 拓爾	38
赤コース 3位	遠田 薫	35

最高年齢者賞(女性) 神代恵美子(91歳)

私たちも南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

HARA TSUSHIN KENSEI  
株式会社 原通信建設

南区野多目1丁目11-2  
電話: 092-512-1775

建築板金工事一式  
株式会社 高倉ブリキ店  
南区松原7丁目53-23  
TEL/FAX: 092-211-8913

NODA RECYCLE 古紙リサイクル  
有限公司 野田商店

営業時間/午前8時~午後5時  
休日/日曜・祝日  
本社 福岡市南区大楠1丁目4-10  
TEL: 092-531-4756

空気調和・給排水設備 設計施工  
株式会社 古屋工業所  
南区高宮3丁目11番28号  
TEL: 092-531-1661

SAN K

サンケイ化学薬品株式会社  
福岡市南区大楠2丁目6番24号  
TEL 092-531-2735

Complete Equipment  
DRAW FACTORY 車検Lab  
格安車検・整備他  
クルマのことならお気軽に!  
TEL 092-574-5591  
有限会社 ドリームファクトリー  
福岡市南区弥永5丁目18-18

TB

有限公司 田中板金工業  
南区弥永1丁目29-12  
TEL 092-585-3223

BLUE

壁・内外装工事  
株式会社 BLUE  
福岡市南区弥永1丁目30-1  
TEL 092-707-8191

## 単位クラブ紹介

高木校区 寿会 会長 垂井 文夫

寿会の会員51名、その内訳は、80歳以上35名、70歳以上16名の計51名の会員で活動しています。

団地組織のため、なかなか顔を合わせることも少ない状況です。半数以上が80歳の高齢者で活動しています。

サレクルとして月は3回、健康ダーツを実施しています。

その他グラウンド・ゴルフと南区の大会等少数で参加しているのが現状です。

# 広報誌「睦み会たより」発刊18年の歩み

このたび、横四睦み会の広報誌「睦み会たより」発刊開始より18年（途中3年間程休刊有）の節目を迎えることができました。

これもひとえに、会員の方々のご協力とご支援の賜物と、心より感謝申し上げます。

労し、印刷や配布も手作業でした。が、編集委員を中心にして、心に知恵と工夫を凝らし、地道に発行を続けてまいりました。



## 南区シニア連だより

# 広報誌「睦み会たより」発刊18年の歩み

また、会員が会つことで、会話などで、健康が保たれているのではと思います。年一度バスハイクを実施し、食費を最小限におさえ活動をしていきます。

会として、高齢化が進んでいる現状で、60歳代の加入が？



私たちゆうゆう会は、役員総替えから今年で6年目です。今年から会長が体調不良のため、代わりに会長を引き受けました早田です。

私たち、女性ばかりの役員ですが、町内会長に支えいただきながら、毎日を楽しく活動しています。

週1のグラウンド・ゴルフですが、20数名の方々が集まって、暑さ寒さにも負けずプレーしています。

ソフトダーツは、月2回

や、温かいお便りに励まさ  
れ、広報誌は徐々に地域の  
情報源として定着してい  
きました。

現在では、会の活動や健  
康づくり、季節の話題など  
多彩な内容を盛り込んだ  
内容となり、多くの方に読  
まれる媒体へと育つてお

これからも「睦み会たよ  
り」が、会員の皆さまの心  
と心をつなぐ一助となる  
よう、歩みを止めることなく  
継続していく所存です。  
今後ともご愛読とご支  
援のほど、よろしくお願い  
申し上げます。

皆さんのお手伝いのもと、おしゃべりも楽しみつつ、草取りにはげんでいます。新年会・総会及び花見の会・音楽コンサート等々趣向を変えて、たくさんの参加者を募っています。年1回のバスハイクも皆さん楽しみにしています。

です  
が、  
和氣  
あい  
いと  
樂  
しんで  
います。

私たちは南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

水処理設備維持管理業務  
株式会社エムエステック  
福岡市南区柏原2丁目21-7  
TEL 092-710-2443

土木・建築防水・橋梁床版防水  
上下水防食工事・高圧止水工事  
耐震補強工事各種  
構造物長寿命対策工事

# 十島工事株式会社

本社 福岡市南区檜原7丁目23-13  
TEL 092-551-0111

鹿児島支店 鹿児島市上福元町5836-6

The logo for CHS CITY HOME SERVICE. It features the letters 'CHS' in a large, bold, italicized font where the 'C' and 'H' are connected. To the right of 'CHS' is the text 'CITY HOME SERVICE' in a smaller, regular font.



## あたらしい仲間が増えました 新規加入クラブの皆さんをご紹介!



### 西花畠校区 さわやかクラブ 会長 田中 裕之

以前から活動は行っていましたが、活動中断期間を経て、2023年4月から老人会活動を再開しました。

目的は、地域貢献と地域の高齢者の交流の場の拡大です。

2年間活動しましたが、活動の視野を広げようと、2025年4月より、新規加入しました。

月1回の会合は、皆さんに参加して楽しかったと思っていただけるように定例会で話し合い、茶話会や手しき和紙講習会を開催しています。参加されるメンバーも増え、メンバー同士も親睦を深めています。

今後も、全員で話し合い町内清掃、カラオケ大会など、楽しく活動していきます。

### 東若久校区 若久6丁目2区ニコニコ会 会長 丸山 秀夫

若久の地に住んで65年近く、亡き父親も自治会長を務めた事もあり、私も何か地域の役に立つ事ができれば良いと考えていました。

近年、嬉しい事に我が町にも子育て世代の方々が多く入って来られ、子どもの元気な声が聞けるようになりました。あとは、我々シニア世代が元気だったらこんな良い事はありません。

良い時も、そうでないときも、楽しく、ニコニコ笑顔で皆様と一緒に活動できたらと思っています。

11年ぶりの復帰ということで、大変ご迷惑をおかけしますが、内田久子副会長と共に頑張ってまいります。

## 言えるかな？方言早口言葉

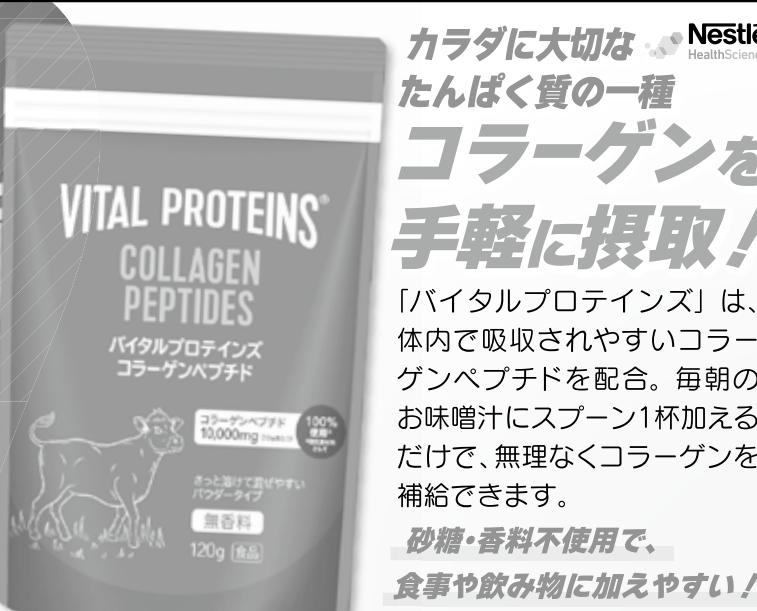
### ～筑後地方編～

□・舌を鍛えることで、食べる・飲み込む機能が向上します。  
方言を使った早口言葉で簡単に機能向上運動を行いましょう！

- ・まるより バッテンのほうが よかばってん
- ・どうでんこうでん なんでんかんでん 頼むバイ
- ・よかさっさ降りよった雨の よーよ降りやんだごたる



私たちちは南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています



**カラダに大切な  
たんぱく質の一種  
コラーゲンを  
手軽に摂取！**

「バイタルプロテインズ」は、体内で吸収されやすいコラーゲンペプチドを配合。毎朝のお味噌汁にスプーン1杯加えるだけで、無理なくコラーゲンを補給できます。

砂糖・香料不使用で、  
食事や飲み物に加えやすい！

### 冬場のお風呂に要注意

●急に熱いお湯に入ると、血圧が急激に上昇して脳卒中や狭心症、心筋こうそくなどの発症の原因になります。

●特に心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。入浴時間を短くし、胸のあたりまでしかつからないように気を付けましょう。

●お湯の温度や浴室の温度だけでなく、脱衣所の温度にも気を配り、寒すぎないように心掛けましょう。



## 南区シニア連だより

# 会員文芸

## ■川柳■

ボウリング投げたボウルを手で煽ぎ

またガタースコアはのびずブービー賞

花畠校区 酒井 重人

幸せは人肌程でいいんです

東花畠校区 平川 律子

妻ウマ年調教したつもりがされていた

温暖化四季の変化の邪魔をする  
除夜の鐘已年の禪午が受け

高木校区 小方 正敏

青空やひまわり咲くやよい眺め

若者や明るく元気未来かな

横手校区 川副 富美代

庭の草抜いてもすぐに草だらけ

横手校区 小田 ツヨ子

こたつ出す係の笑顔に足ゆする

初霜や杖の音にも季節知る

横手校区 児玉 英治

ラジオ体操行つたが帰りバテました  
花火見て眠気が先に上がりました

横手校区 加藤 修一

孫が来るうれしさ先に腰が抜け  
蝉の声耳遠くとも響いてる

横手校区 武藤 一見

西高宮校区 吉武 草径

爽やかに登り来し徑展望す  
露草や庭石拾ふ下駄濡らし

西高宮校区 吉武 草径

憧れの娘はフランスへ師走旅  
哀れやな道に一筋蚯蚓の死

柏原校区 笠作 藤子

かき氷歯にしみるので見てるだけ

横手校区 武藤 清子

秋うらら無口な兄の長電話

東花畠校区 大隅 和美

花合歎の花の縛れは風が解く  
海岸は昔ここまで合歎の花

曰佐校区 松尾 康乃

噛みしめる秋の味覚で幸福を

曰佐校区 吉田 明美

花合歎の花の縛れは風が解く  
海岸は昔ここまで合歎の花

曰佐校区 松尾 康乃

■俳句■

迎火や母の齡をとうに越え  
窓少し開け木犀の香を夫に

曰佐校区 西崎 邦子

露草の藍で目覚む朝かな  
新涼を求め遠くへ旅に出る

西高宮校区 逆瀬川 志津子

裏門を覆ひ尽くして夕化粧  
佇めば春の愁ひよ流れゆく

曰佐校区 下田 賢三郎

溪谷の移ろう氣節足元に  
落葉踏みつつ往く秋惜しむ

東花畠校区 大隅 保裕

爽やかに生老病死悟りたし  
風眩し阿蘇高原の枯尾花

大楠校区 石田 富男

公園の清掃すみてゴルフする  
米寿の我大声で笑う

東花畠校区 西山 紀子

晴れ渡る阿蘇の山かな赤とんぼ  
傘さして螢見に行く橋の上

東花畠校区 西山 紀子

秋の空他人の失敗皆はしやぎ  
ゴルフ楽しむ老後の日々かな

曰佐校区 前田 淳子

足腰もたたないくせになぜ外に

宮竹校区 松本 静子

## ■短歌■

あたたかきいたわり手紙敬老の日  
ベンもつこども目に浮かびたり

やさしき人の多かりしかな

若久校区 伊藤

猫たちの野間公園に安住す  
やさしき人の多かりしかな

若久校区 伊藤

迎火や母の齡をとうに越え  
窓少し開け木犀の香を夫に

曰佐校区 西崎 邦子

露草の藍で目覚む朝かな  
新涼を求め遠くへ旅に出る

西高宮校区 逆瀬川 志津子

裏門を覆ひ尽くして夕化粧  
佇めば春の愁ひよ流れゆく

曰佐校区 下田 賢三郎

溪谷の移ろう氣節足元に  
落葉踏みつつ往く秋惜しむ

東花畠校区 大隅 保裕

爽やかに生老病死悟りたし  
風眩し阿蘇高原の枯尾花

大楠校区 石田 富男

公園の清掃すみてゴルフする  
米寿の我大声で笑う

東花畠校区 西山 紀子

晴れ渡る阿蘇の山かな赤とんぼ  
傘さして螢見に行く橋の上

東花畠校区 西山 紀子

秋の空他人の失敗皆はしやぎ  
ゴルフ楽しむ老後の日々かな

曰佐校区 前田 淳子

足腰もたたないくせになぜ外に

宮竹校区 松本 静子



## 南区シニア連だより第76号



## 私の元気の源

趣味や健康の秘訣など、皆さんの生きがいを教えてください。

## 俳句・短歌・川柳・詩

皆さんの豊かな感性を生かしてみませんか?

## クラブ紹介

日頃の校区・単位クラブの活動の様子を広報紙を通して皆さんと情報を共有しませんか。

原稿と一緒にぜひお写真もご投稿ください!

次回発行の『南区シニア連だより 第76号』に掲載する原稿を募集しております。下記の他、ジャンルは問いません! お気軽にご投稿ください。

原稿には必ず、校区名、単位クラブ名、役職名、氏名、電話番号を明記ください。

※紙面の都合上、変更・訂正・割愛・不採用の場合があります。

**《応募締切》令和8年5月8日(金)**

## 【送り先】

〒815-8501 南区塩原3丁目25-1 南区役所内

南区シニアクラブ連合会

TEL 092-559-5129 FAX 092-512-8811

**頭の体操 漢字共通クイズ**

中央の四角の中に共通する漢字が入り、2文字の単語となります。その漢字を順番に4つまとめると4文字の単語になります。その単語とはいっていい何でしょう?

未	虚	安	金
補	皆	健	病
了	理	員	品

**【解答例】**

- ・白「米」 ◎4つの□の文字を並べてできた言葉が最終的な答えとなります。
- ・「米」儀
- ・南「米」
- ・「米」寿

正解者の中から抽選で**10名様**に  
クオカード(500円)をプレゼント!  
**《応募締切》令和8年5月29日(金)**

宛  
先

〒815-8501 南区塩原3丁目25-1 南区役所内  
南区シニアクラブ連合会 FAX092-512-8811

## ご応募ありがとうございました

前号に掲載した「頭の体操共通漢字クイズ」に応募された方に抽選で10名の方にクオカード(500円)をお送りしております。

今号の共通漢字クイズも皆様のご応募をお待ちしております。

前号74号  
「頭の体操共通漢字クイズ」

## 解 答

**春夏秋冬**

## 《編集委員一同》

部員	部員	部員	副部長	部長
田平井	奥平	岩瀬		
博子	正一	正継	好久	宣和
(柏)	(横)	(大)	(東)	(高)
原	手	池	花	木

來たる令和8年は、我々高齢者にとって素晴らしい年となりますよう、会員の皆様のますますのご活躍を祈念いたします。

広報部員 奥 正継

思えば、以前は編集委員が7~8名おられたと記憶いたしておりますが、その後、編集委員所属のシニアクラブの解散や編集委員の病気療養等で、今では5名の編集委員で活動を行っている状況であります。会員の皆様におかれましては、是非、広報紙の編集に携わってみたいと思われます方は、事務局にご連絡賜れば幸甚でございます。

さて、令和7年は、政治の世界では日本国初めての女性宰相の誕生、スポーツでは地元ホークスのパリーグ2連覇ならびに日本一の獲得、経済においては日経平均株価が5万円を超えるなど大きな変化があつた年でした。

このたび「南区シニア連だより」の発行にあたりまして、広告掲載のご協力をいただき、誠にありがとうございました。本紙は、会員の生きがい・健康・教養を高めながら交流の輪が広がることを願って発行いたしております。今後とも、どうぞ温かいご支援をいただきますよう、よろしくお願ひいたします。

## 編集後記

## スポンサーの皆様へお礼

このたび「南区シニア連だより」の発行にあたりまして、広告掲載のご協力をいただき、誠にありがとうございました。本紙は、会員の生きがい・健康・教養を高めながら交流の輪が広がることを願って発行いたしております。今後とも、どうぞ温かいご支援をいただきますよう、よろしくお願ひいたします。

南区シニアクラブ連合会

# 第50回南区シニア演芸大会 多彩な演目が観客を魅了!



7月30日(水)、南市民センター文化ホールにおいて「南区シニア演芸大会」を開催しました。

今年度は一般出演18チーム164名、特別出演4チーム12名、計22チーム178名の皆さんによる熱演が繰り広げられました。

参加者の皆さんには日頃の練習の成果を存分に発揮され、舞踊やフォークダンス、オカリナ演奏など多彩な演目で会場を盛り上げました。その迫力と華やかさに、観客も魅了されました。

最優秀賞には博多相撲甚句会(玉川)の相撲甚句「相撲甚句」が輝き、優秀賞はひまわり会(筑紫丘)の手話ダンス「わたしや百歳まで恋をする」と長住寿一會(長住)のフォークダンス「ビリーブ(レクリエーション)」が受賞しました。さらに3チームは、8月27日に開催された福岡市高齢者保健福祉大会へ南区代表として出演されました。

特別賞の4チームには、諸熊会長より記念品が贈呈され、皆さんの努力と活躍を讃えました。

参加された全ての皆さんの演技は、次回の大会も観客を楽しませてくれることでしょう。



私たち南区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

**医療法人 一會 とじたま 甲状腺・糖尿病クリニック**  
理事長 玉井 秀一 院長 時藤久保 正之

診療科目 内分泌内科・糖尿病内科・内科  
診療時間 月火水木金土日  
9:00~12:30 ● ● ▲ ● ● ■ -  
13:30~17:00 ● ● - ● ● -  
休診日 日曜・祝日 ▲~9:00~12:00 ■~9:00~13:00  
福岡市南区大橋1-9-16 ☎ 092-554-1100  
Lente FUKUOKA 2階 ホームページ <http://www.tojitama-clinic.com>

**消化器科・内科・外科**  
医療法人 光生会 かなざわクリニック

理事長 金澤 尚満

診療時間 平日 午前9時~午後6時 (休憩12時30分~2時)  
木・土 午前9時~午後1時  
休診 日曜・祝日

南区中尾3-37-20 (中尾2丁目バス停横) ☎ 551-3883

**古川整形外科**  
Furukawa Orthopedic Surgery

受付時間 月火水木金土日  
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●  
14:00~17:30 ● ● ● ● ● ●

092-557-8632  
南区長丘5-24-17 HPはこちらから ➤

**内科・小児科・糖尿病内科**  
**小林医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	-	●	●	-
14:00~17:30	●	●	-	-	●	-	-
15:00~17:30	-	-	●	-	-	-	-

休診日:木曜日・日曜日・祝日  
南区高宮1-9-26 ☎ 521-7977

**内科・呼吸器内科・アレルギー科・消化器内科・心療内科**  
**おやま内科クリニック**

往診 訪問診療

診療時間 休診/日・祝日  
火・金曜  
午前 9:00~12:30  
午後 14:00~18:00  
(受付は診察終了時間の30分前まで)  
月・水・木・土曜  
午前 9:00~12:30  
午後 14:00~18:00  
(受付は診察終了時間の30分前まで)  
月・水・木・土曜  
午前 9:00~12:30  
午後 14:00~18:00  
(受付は診察終了時間の30分前まで)  
月・水・木・土曜  
午前 9:00~12:30  
午後 14:00~18:00  
(受付は診察終了時間の30分前まで)

南区鶴田2-22-12 ☎ 092-566-7272

**内科・呼吸器内科**  
**よこやま内科**

診療時間 月火水木金土  
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ●  
14:00~18:00 ● ● ● ● ● ●

野間2-2-2(モスバーガーとなり) ☎ 555-6677

**エアコン 浴室 キッチン  
レンジフード クリーニング**

お掃除についてのお困りごとは  
お気軽にご相談ください!!

おそうじ車舗 大橋店  
0120-774-032  
南区折立町5-18-70 優秀賞 受賞店

(財)日本医療機能評価機構認定病院  
**福岡整形外科病院**  
医療法人 同信会  
院長 吉本 隆昌  
南区柳河内2丁目10-50 ☎ 512-1581