



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前3-9-1 大賀博多駅前ビル2F 092-292-6538 <http://www.nichicomi.com>

謹賀新年



ソフトダーツ大会 (P2)



第48回東区高齢者演芸大会 (P12)

輝かしい一年を!

皆さんには、この一年が心身ともに健康で、喜びと発見に満ちた輝かしい年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

東区ねんりんクラブ連合会は、今年も「健康で生きがいのある毎日」をテーマに掲げ、会員の皆さん一人ひとりが、より一層笑顔で、活き活きと過ごせるための活動に尽力してまいります。

特に、世代や地域を超えた親睦・交流の場を積極的に広げ、皆さまの学びや趣味の機会を充実させる活動を展開してまいる所存です。

本年も変わらぬご指導、ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。



8月22日(金)、東体育館で高齢者ソフトダーツ大会を開催しました。参加者は約100名。会場には「狙いを定めて…！」と一投ごとに真剣なまなざしが並ぶ一方、得点が出るたびに歓声と拍手があがるなど、和やかな中にも熱気ある時間が流れました。

初心者の方も経験者の方も、互いに声を掛け合いながら挑戦する姿が見られ、得点よりも“楽しむ心”が光る大会となりました。終始笑顔がたえず、参加者同士の交流も深まるひとときとなりました。

★大会結果 (敬称略)

[カウント・アップ] 順位		
順位	氏名	校区
1	平島 芳子	名島
2	笠瀬 節子	照葉
3	森永 正登	和白東
4	山崎 哲司	香陵
5	江藤 幸一	馬出
6	津上ルリ子	多々良
7	永利 光正	西戸崎
8	馬場 英生	名島
9	荒島 正典	和白東
10	石本 潤韻	舞松原

[アンダー・ザ・ハット] 優勝者		
班	氏名	校区
A	土器 桂子	青葉
B	森 重行	若宮
C	行宗 昌弘	香椎東
D	高須トシ工	城浜
E	良 みよ子	香椎浜
F	宮崎 治郎	青葉
G	池田 千里	青葉
H	石橋 英夫	香椎東
I	日隈 正巳	照葉
J	廣瀬千恵子	城浜

最高齢者賞



高屋 邦利さん
(香椎浜校区)
91歳



高須 トシ工さん
(城浜校区)
93歳

毎週ダーツに参加しています。以前は写真クラブで20人ほどとフィルムカメラや会報作りに取り組みました。関心を持つて活動することが元気の源です。

健康の秘訣は毎日3食しっかり食べることです。昔からパンではなくご飯を中心に食べ、健康には気をつけてきました。毎週水曜日のダーツも楽しみにしています。

囲碁の部、将棋の部あわせて多くの参加者が集まり、静けさの中にも緊張感のある対局が続き、ピリッとした空気が会場に漂っていました。参加者は一手ごとにじっくりと考えながら盤面に向かい、長年の経験と知恵を駆使して真剣勝負を繰り広げました。勝敗が決した後には、互いに健闘を称え合い、握手や笑顔で交流を深める姿が印象的でした。また、盤を挟んだ対局だけでなく、控え席での歓談や情報交換も行われ、世代を超えた交流の場ともなりました。参加者全員が集中しつつも和やかな雰囲気の中で過ごし、充実した一日となりました。

静寂に響く一手!

(敬称略)

順位	名前	校区
■チャンピオン戦 (五、六段戦・フリー)		
優勝	荒巻 詳治	筥松
準優勝	平田 健二	香椎東
第3位	溝口 満義	筥松

順位	名前	校区
■初、二段戦		
優勝 上山根 弘 香椎東		
準優勝	永津 登志隆	香椎下原
第3位	丸田 研二	東箱崎

■三、四段戦		
優勝	宗末 範人	若宮
準優勝	善田 順一	三苦
第3位	水本 敏夫	八田

■級位戦		
優勝	野崎 さえ	千早西
準優勝	津曲 徹行	香椎下原
第3位	鶴 真太郎	香椎東

順位	名前	校区
■有段戦		
■級位戦		
優勝	宮地 雄一郎	松島
準優勝	山口 知明	美和台
第3位	江崎 泰敏	青葉

順位	名前	校区
■級位戦		
優勝 橘 元 舞松原		
準優勝 桃田 勇 香椎東		
第3位	上野 正男	若宮



私たち 東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

地域がん診療連携拠点病院・地域医療支援病院・災害拠点病院
社会医療法人財団 池友会

福岡和白病院 院長: 蒲池 浩文

TEL 092-608-0001 〒811-0213 福岡市東区和白丘2丁目2-75

福岡和白病院 検索

手術支援ロボット
「ダヴィンチ」による
がん手術を実施

鯛田矯正歯科

東区香椎駅前1丁目17-11

TEL 092-410-6701

おきた歯科 小児歯科クリニック

092-681-5588

診療時間 月火水木金土日祝
9:00~13:00 ●●一 ●●●●●一
14:30~19:00 ●●一 ●●●●●一
▲土曜午後 14:30~17:00 【第3土曜日は休診】
★日曜 スポーツ歯科外来(完全予約制)

東区香椎駅前1丁目12-2-3F

千鳥橋病院附属
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・ティケア・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 ○○○○○○
18:00~19:30 ○○○○○○

(休診日)日曜・祝日
東区千早1-6-8 TEL 671-3031

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
TEL 608-1511

★介護医療院 東福岡和仁会病院
★ティケアセンター 和仁会
★介護サービスステーション 和仁会
★ティサービスセンター 東福岡和仁会

第33回東区高齢者グラウンド・ゴルフ大会

曇り空を吹き飛ばす熱戦！

10月8日（水）雁の巣レクリエーションセンター球技場グラウンドにて、第33回東区高齢者グラウンド・ゴルフ大会が盛況のうちに開催されました。

当日は、曇り空が多く、天候を気にしながらのプレーでしたが、参加者は互いを応援し合いながら熱戦を繰り広げ、和気あいあいと楽しんでいました。中には、見事なホールインワンを達成する選手も現れ、会場は歓声に包まれました。

10月30日（木）に舞鶴公園にて開催された、市大会に推薦しました。



《大会結果》（敬称略）

赤コート	優勝	篠原 誠次	西戸崎
	準優勝	村吉 敏幸	舞松原
	第3位	吉良 武士	舞松原
青コート	優勝	橋口 秀晴	香椎
	準優勝	堺 孝彰	三苦
	第3位	山村 滋弥	笠松
黄コート	優勝	上山根 弘	香椎東
	準優勝	山田 勝	馬出
	第3位	安河内 成一	松島

最高齢者賞

小金丸 徳さん（和白校区）93歳
有吉 サキ子さん（舞松原校区）93歳

脳トレクイズ

答えは5ページ

問1

ことわざクイズ

下記はあることわざの「意味」を示しています。
□に入る文字を入れて、完成させてください。

意味

似た意味をもつことわざ

Q1 小さなことも繰けば
大きな成果を
生むこと

塵も積もれば□となる
□の上にも三年
雨だれ石を□つ

Q2 非常に慎重なようす

石橋を□いて渡る
転ばぬ先の□

Q3 名人でも失敗すること

□も木から落ちる
弘法も筆の□り
□童の川流れ

Q4 幸運は待っていれば
自然と来ること

果報は□て待て
待てば海□の日和あり

Q5 手応えがないこと

□れんに腕押し
豆腐に□すがい
糠に□

Q6 後はどうなっても
構わないこと

あとは野となれ□となれ
□の恥はかきすて

問2

バラバラ

文字クイズ

並び替えて、一つの単語にしてください。

Q1

う さ
な づ
く ひ

Q2

め な じ
か に づ

Q3

ま か く
く よ そ

私たちも東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人輝栄会

救急告示病院

福岡輝栄会病院

東区千早4丁目14番40号

092-681-3115(代)

【診療時間】9:00～13:00 / 14:00～18:00

■休診日／日曜・祝日（※急患は24時間受け付けます）

■各種ドック・健康診断（予約制）

どちらの処方箋も受付けております。

在宅訪問も行っております。

タナカ調剤薬局（株）

東区若宮5丁目3番45号

バステイユ香椎南1F

TEL.092-673-2347

FAX.092-673-2545



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)

精神科
神経科
内科
心療内科

さん ぜん

三 善 病 院

もの忘れ相談

〔介護保険対応・通所リハビリ〕

認知症デイケア・おおなデイケアセンター

唐原4丁目18-15

661-1611

国家公務員共済組合連合会

千早病院

内科・循環器内科・呼吸器内科・外科・整形外科・眼科・皮膚科

■受付時間 ■8:40～11:00 13:20～16:00

※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

香椎3丁目3番1号 TEL.662-1333(代)

「難しいけど楽しい！」
ラダーゲッター競技に弾む笑顔

11月21日（金）、東体育館にて第20回東区高齢者健康スポーツ大会を開催しました。大会には66名が参加しました。

「ユウスケ君」「ねこ」
と想援や興奮が一歩が飛び、終始明るい活気に満ちた
大会となつました。



最高齢者賞

最近楽しいことをお聞きしました！



高須 トシエさん
(城浜校区)
03巻

折り紙にハマっています。すぐできる所や手先を動かし、動物を作り、たくさんの作品を生み出しています。

今はクリスマス
に向けてたくさん
作品を作っています!!



福永 栄さん
(三苫校区)
22歳

みんなでわいわい
し、コミュニケーションしたりするこ
とが楽しいです！

今まで役員としてサポート側でしたが、プレーヤーとして、ラダーゲッターを初めてしまいます。難しいけど楽しいです

構えたりしながら得点を競い合いました。
会場には和氣あいあいとした雰囲気が広かり、プレーに集中する表情や、うまくいった瞬間に手を挙げて喜ぶ姿が多く見られました。観客席や仲間同士からは「ナイス一

今回は藤原会長も参戦され、競技はラダーゲッターを実施し、参加者の皆さんには思いのフォームで、時に慎重に、時に勢いよく投げたり

開会式では「長く続く大会」として、これからも仲間と楽しみながら体を動かしましょう」と藤原会長のあいさつがありました。



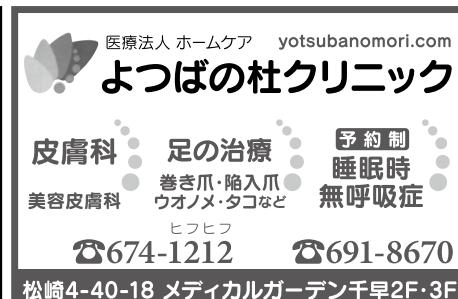
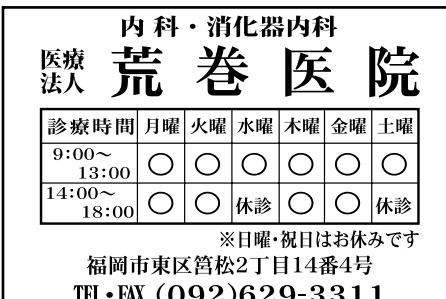
【大会結果】

(敬称略)

順 位	氏 名	校 区	得 点
優 勝	国川 光子	香椎東	50
準優勝	萩平奈々子	香椎下原	46
第3位	矢山 敬士	香椎東	45



私たち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





舞松原校区 神ノ木わかくさ会 河村 富美子

手話サークルの出番ですよ。

一人の男性が何やら一生懸命にうつたえている。相手の駅員も困ったように対応している。どうやら耳に障害のある男性が、判らない事を尋ねているようだ。

昨年、私が博多駅で出来た一場面で、手話が会った。心に残った出来事でした。

現代社会は福祉に力を入れています。私も何かでお役に立ちたい、自分自身も成長できればと、常々考えていました。手話を学ぼうと、手話サークルの開始を決意しました。幸いにも知人のKさんが手話の資格を有していましたので、講師にお願いできた事、耳の自由な方々の「デフリンピック」が、東京を中心に開催される事等が、私の決意をあと押しして下さいました。

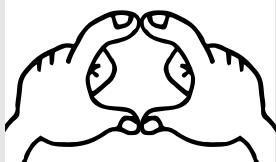
サークル名は「かがやき」と命名。この名前には、年を重ねても、様々な環境下

でも、人間的に「かがやいていきたい」との、私の願いが込められています。

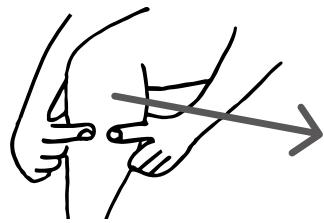
4月から舞松原公民館で、月一回、手話を学びました。サークル名の「かがやき」を手話で、次に自己紹介を手話で、最後に歌曲の「涙、そうそう」を手話で学んで行きました。

12名のメンバーは、「こう よ、こうよ」「そうじゃな んよ」と、賑々しく会話が弾みます。不思議なことに、途中もたもたしていません。A: ふくらはぎの太さを自分で測って、足の筋肉量を確認するテストです。

自分で行う“指輪つか”テスト



両手の親指と人差し指で輪をつくります。



椅子に座り、ふくらはぎの一番太い所を力を入れずに軽く囲みます。



筋肉量は足りています。



ちょうどいい



太くて囲めない



隙間ができる
筋肉量が減っている可能性あり!

ふくらはぎの太さを自分で測って、足の筋肉量を確認するテストです。

3ページ 脳トレクイズ

【問1】ことわざクイズ

Q1 山石穿 Q2 叩杖 Q3 猿誤河 Q4 寝路 Q5 のか釘 Q6 山旅

【問2】バラバラ文字クイズ

Q1 らいちょう Q2 なきつらにはち Q3 まんげきょう

私たちが東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

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~PM 12:30
星休み PM 12:30~PM 2:00
東区唐原1-2-1-2F 虫歯なし 良い歯に
JR九産大前駅まえ TEL 674-4182

日本医療機能評価機構認定
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)、リハビリテーション科
神経内科・歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科
八田1-4-66 代表電話 691-5508
通所リハビリ(ティケア)実施
直通電話 691-5694

内科・循環器科・呼吸器科
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
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●
14:00~18:00 ● ● / ● ● ● ●
イオン香椎浜店 アイランド側入口前
東区香椎浜3-2-1 ☎ 663-8828

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

吉田歯科医院
YOSHIDA DENTAL CLINIC
診療時間 月・火・木・金 9:00~18:00
(水・日・祝 休診) 土 9:00~13:00
東区香椎浜1-3-23 ☎ 672-7000

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
前 月~金 9:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ /
午 月・木 14:30~18:30 ○ / ○ ○ ○ ○ 17:00 /
後 火・水・金 14:00~18:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○

日本循環器学会認定
循環器専門医 総合内科専門医
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
9:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休診
14:30~18:00 ○ ○ / ○ ○ ○ ○ 15:00まで
※土曜日はお昼休みなしで診察しております。
三吉3丁目2-49 ☎ 605-6300

•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



元隊員や有志一同により昭和60(1985)年12月に建立されたもので碑の裏側に「碑文」の青銅板が埋められている。これに『昭和二十年春、筈崎隊、香椎隊、伏敵隊

博多海軍航空隊は現在の国営海の中道海浜公園の一帯にあった。昭和15(1940)年11月に水陸両用機を用いる練習航空隊として設置されたものである。この記念碑は公園管理センター(西戸崎18番25号)横のうつそうとした林の中にひっそりと建っている。



博多海軍航空隊之碑(戦争遺跡)

ふる里に
歴史あり
シリーズ
第38回

西戸崎校区 海の中道クラブ連合会
分山 俊英(西戸崎歴史研究会)

と特攻機編成、この地を基地として人吉、鹿児島に展開し、また水上機動部隊は沖縄への邀撃(ようげき)作戦に出撃し、多くの若人が散華』と刻んである。

ホテル『ザ・ルイガノズ』の芝生広場の海岸部に水上飛行機の揚陸に使用した斜路や勤労動員学生による航空隊敷地のレンガ造りの外壁が今も残っている。

隣接する地域に九州飛行機(現渡辺鉄工)の組立工場や対潜哨戒機「東海」など、陸上機の試験飛行場があった。戦後このエリアは米軍に接収され「キャンプ博多」基地と呼ばれ昭和47(1972)年11月30日まで米軍に使用され、後に日本に返還された。余談ながら西戸崎の街中には「モンロー通り」と呼ばれている通りがある。ハリウッドの名女優マリリン・モンローが朝鮮戦争時に慰問に立ち寄ったことに由来する。

私たち東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

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

本多歯科
一般歯科・小児歯科
水曜休診(祝日のある週は診療あり)
福岡市東区名島1-1-33 有り
☎ 092-671-4608

舟越歯科医院
口は生きる原点
東区松崎2-12-16 ☎ 682-0068

はっぱ歯科
福岡市東区奈多3丁目6番22号
TEL:092-231-9168
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
09:30~13:00 ● ● ● ● ● ● /
14:30~19:00 ● ● ● ● ● ● ▲休
▲17:00まで診療

つだ歯科クリニック
Tsuda Dental Clinic 院長 津田 翔真
診療科目 歯科・歯科口腔外科学・小児歯科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
9:00~12:30 / ● ● ● ● ● ● /
14:00~18:00 / ● ● ● ● ● ● /
★土曜日午後は17:00まで診療
休診日:月曜日、日、祝日 ※祝日がある週の月曜日は診療
東区千早6丁目6-20
Tel.092-405-7798

グリン薬局
GL株式会社
名島店 福岡市東区名島2-22-12
TEL:092-671-3110
奈多店 福岡市東区奈多3-206-1
TEL:092-608-5600
福津店 福津市日蒔野5-14-15
TEL:0940-39-3884

**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 ☎ 092-631-1100
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!

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

東区役所より お知らせ

活用しましょう!

ねんりんぐ 通信(33)

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のボタンを押すなどして「受信センター」へ自動的に通報し、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(固定電話型又は携帯電話型)をレンタルします。

※携帯電話型は通報専用機器です。電



話機としてはお使いいただけません。また、自宅内のみ使用できます。



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・2・3段階	固定電話型	携帯電話型
	0円/月	0円/月
第4~15段階	948円/月	1,145円/月

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…高齢者のみの世帯で、かつ心身機能の低下に伴う出火等への配慮が必要な世帯

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9~15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)

給付	品目	機種単価(令和7年度)
	火災警報器	4,400円
給付	自動消火器	36,300円から58,300円
給付	電磁調理器	13,970円または17,490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

私たち東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています

中原義也税理士事務所

税理士 中原 義也

東区舞松原5-8-31

TEL 092-683-3688

福交グループ 祐徳タクシー
Yutoku
長距離
割引有り
※業務用車
(働きやすい社風です)
タクシーの利用は
祐徳タクシーを
ご指定下さい
0570-08-1234
祐徳自動車株式会社 本部事業所092-621-3040
福岡市東区原田4丁目24番51号 春日原営業所092-581-3613

岩永啓孝 司法書士事務所

司法書士 岩永 啓孝

福岡市東区箱崎一丁目26-27

TEL 092-641-1558

青果の激安の殿堂
猿渡青果
東区名島1丁目1-33 1F
TEL 092-671-7612

氣
相談は無料です

松元圭三税理士事務所

税理士 松元 圭三

福岡市東区下原4丁目11番10号

TEL 092-692-1785

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

ちねんスポーツ整骨院

診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ● /
15:30~22:00 ● ● ● ● ● ● / /

休診日 日曜日・祝日

※20:30~22:00は完全予約制(1時間前までに予約)

TEL 092-682-5088

東区名島2丁目27-23



訪問看護ステーション

きらら

東区若宮4-6-14

TEL 092-980-1792

ケアプランセンター

かがやき

TEL 092-985-2299

文芸句俳

老いてなほ夢を携へ初詣	中野 弘子	荒波の寄する師走や志賀の浜	上野 幸吉	位置を変へ高さもえた新暦
香椎下原校区 みどりの会	平野 武司	青葉校区 第2みどり会	青葉校区 第2みどり会	一度醒め又寝る秋の気持よき
背を丸め帰宅うながす寒の月	山崎 順子	遠方の友の訃報や冬銀河	吉岡 桂子	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 香椎シニアクラブ	中村 量子	青葉校区 リーフタウンねんりんクラブ	竹内 敏恵	青葉校区 貴船会
記念日を二重丸記す初暦	吉次 洋治	千年後子孫も観るかレモンすい星	木本 美也子	初雪に小さき孫の手息「フツ」と
三苦校区 三苦2丁目シニアクラブ	稻富 義弘	香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ	大木 英二	土器 美爾男
初東風の煽る恋絵馬受験絵馬	小嶋 華代	福だるま片目のままに年明くる	木本 美也子	神原 朋子
香陵校区 香友会	上原 もと子	香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
一年の息災念じ初詣	高高と響く段雷みあれ祭	香椎東校区 仲哀まつる御社へ	千早校区 鎧坂シニアクラブ	またひとつ生き甲斐見つけ初御空
三苦校区 三苦2丁目シニアクラブ	香椎浜校区 あそぼう会	バースデイ子にもらいたる春帽子	山下 聖夫	はつみそら
豆躑躅と共に娘もお嫁入り	舞松原校区 水谷すみれ会	香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
城浜校区 さつき会	タワマンに初日を浴びて街醒む	木村 弘子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
東箱崎校区 グリーンガーデンクラブ	ゆく年に続くこの道八十路坂	柳瀬 敏子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
和白東校区 第2高寿会	去年今年余命図るや米寿かな	岩波 靖子	内田 義弘	香椎東校区 綾杉会
長兄に引き継がれし屠蘇器かな	三苦校区 三苦2丁目シニアクラブ	香椎東校区 サニータウン香椎さわやかクラブ	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
青葉校区 青葉長生会	沈丁花留まりたしや勝手口	西尾 昭彦	竹内 敏恵	土器 美爾男
青葉校区 青葉長生会	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	青葉校区 貴船会	神原 朋子
自信作バイクで配るクリカボチャ	松尾 公榮	柳瀬 敏子	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
青葉校区 青葉長生会	青葉校区 輝久	西尾 治子	山下 聖夫	またたびに反応薄きこたつ猫
来年もまた咲いてよねあさがお君	山浦 輝久	山本 紹美子	香椎校区 浜男クラブ	はつみそら
青葉校区 第2みどり会	香葉校区 増田 美智子	高高と響く段雷みあれ祭	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
七草の足らぬを代えて粥となす	香葉校区 増田 美智子	香椎浜校区 あそぼう会	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
青葉校区 第2みどり会	香葉校区 増田 美智子	豆躑躅と共に娘もお嫁入り	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	城浜校区 さつき会	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	タワマンに初日を浴びて街醒む	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	ゆく年に続くこの道八十路坂	竹内 敏恵	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	去年今年余命図るや米寿かな	木村 弘子	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	和白東校区 第2高寿会	柳瀬 敏子	青葉校区 貴船会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	長兄に引き継がれし屠蘇器かな	西尾 治子	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	土器 美爾男
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 敏恵	神原 朋子
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	木村 弘子	青葉校区 第2みどり会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	千早校区 香椎シニアクラブ	またたびに反応薄きこたつ猫
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	山下 聖夫	はつみそら
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	竹内 聰男	登校の笑顔に会えた冬の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	大木 英二	香椎校区 鎧坂シニアクラブ
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	吉川 光子	通学路犬も見おくる雪の朝
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	内田 義弘	香椎校区 綾杉会
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田 美智子	青葉校区 増田 美智子	田中 勇	初日の出柏手打つて和を祈る
香椎校区 綾杉会	香葉校区 増田			

花田 瑞枝	和白第一明生会	見知らぬ人と会釈を交わし
西尾 治子	和白校区	路地裏に金をかしげてすれちがう
西尾 治子	春告げる香る老梅今昔の	春告げる香る老梅今昔の
西尾 治子	歴史の移り如何に語らん	歴史の移り如何に語らん
西尾 治子	三苦2丁目シニアクラブ	三苦校区
西尾 治子	バス待てば人のざわめき千秋楽	バス待てば人のざわめき千秋楽
西尾 治子	買い物袋の春菊匂う	買い物袋の春菊匂う

中野	明日を夢見て悲喜交々	訪ね来し友と濡れ縁に眺む	庭先の老白梅は三分咲き
美和台校区	明寿会	小島 ムツ	香椎東校区 みなわ会
青葉校区	土井団地第二区明生会	宮邊 政城	護国 <small>もり</small> の杜の祭神となりて八十年
名島校区	第五健寿会	石川 光子	命日祭に平和を祈る
田中	國貞	香椎東校区 香友会	香椎東校区 綾杉会
新島校区	第五健寿会	田中	優しさが私の気持ち溶きほぐす
香椎東校区	第五健寿会	田中	新春の山ハイキング仲
名島校区	第五健寿会	田中	初春や目出たき料理並びおり
田中	第五健寿会	田中	願 <small>がん</small> を掛けつつ数の子食す

久本青果

一般社団法人ののか学園
Terra地球こども園

ゆめのもり 東区舞松原1-1-8
はなのもり 東区八田2-29-3
(企業主導型)

TEL & FAX 673-6380

立春の陽射し明るき庭先に
淡く匂うよ白梅の咲く
名島校区 第五健寿会

筑後川平和の証水清く
耳納連山見あげつ靡く

名島校区 第五健寿会

空の色水面に写し小雪舞う
大地の浮巢に小雪積りゆく
東区みどりが丘

前田 满生 弘子
アサエ

真鍋 峰子

川 柳

夫去りし手洗鉢の隅に（側に）彼岸花
東区美和台

香椎花
斎田 順子

香椎の杜カラス鳴く音も七、五、調
香椎校区 香椎シニアクラブ

江崎 征一
平野 武司

「介護です」久しい友の年賀状
東箱崎校区 グリーンガーデンクラブ

花田 豊
江崎 征一

真夜中の散歩三回トイレまで
和白校区 和白第二明生会

岩波 靖子
安村 真

初春や物価は太るわが身は細る
三苦校区 三苦2丁目シニアクラブ

西尾 治子
久原 義宣

齢米寿動作のろく口達者
青葉校区 青葉長生会

横溝 亮一
矢澤 伊久男

じいさんの料理教室生姜焼
青葉校区 青葉長生会

天神は首が疲れるビッグバン
香椎東校区 シニア若楠会

田中 龍一
西野 博

どうしよう勢いで成った国の大長
青葉校区 青葉長生会

山浦 輝久
町田 義郎

いま流行り部下との会議ラズホテル
青葉校区 青葉長生会

高橋 義一
橋口 千鶴子

初売りのニュース聞きつゝ寝正月
青葉校区 第2みどり会

石井 忠彰
林 壽子

戦争とは強者の弁が正義なのか！

金かかる酒飲み夫婦来世も

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

経験が役に立たない温暖化

香椎校区 鎧坂シニアクラブ

田中 勇

香椎東校区 第五健寿会

美和校区 明寿会

天国と地獄味わい雛の壇

名島校区 第五健寿会

糟糠の妻歩く姿は夢の花

山下 聖夫

林 壽子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

上村 元子

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子

塩サバの切身の薄さに涙する

馬出校区 第二寿栄クラブ

田中 勇

馬出校区 第二寿栄クラブ

池寄 順子</

原稿募集

あなたの投稿を待っています！

「東区ねんりんクラブだより」

原稿締切日

令和8年4月下旬

次回「東区ねんりんクラブだより第99号」に掲載する原稿をお待ちしております。
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。

俳句・短歌・川柳・散文

皆さんの豊かな感性を生かして、文芸作品を掲載してみませんか？



私の元気の源

健康のためにしていることや趣味など、皆さんの生きがいを教えてください



クラブ活動紹介

日頃の活動の様子や、クラブの自慢など、広報紙を通して情報を発信しませんか？



体験談あれこれ

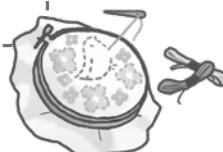
(懐かしい思い出・感動したことなど)

旅の思い出や、忘れられない感動話、失敗談…など何でもOK！



絵手紙・写真

絵手紙や写真、手芸作品など、趣味で作った作品を掲載します



原稿と一緒に
ぜひお写真も
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、電話番号を明記してください。

◎俳句・短歌・川柳・散文は1人各2作品までとします。
※紙面の都合上、変更・訂正・割愛・不採用の場合があります

宛先

〒812-8653 東区箱崎2-54-1 東区役所 福祉・介護保険課内
東区ねんりんクラブ連合会 ☎ 092-645-1074 FAX 092-631-5025

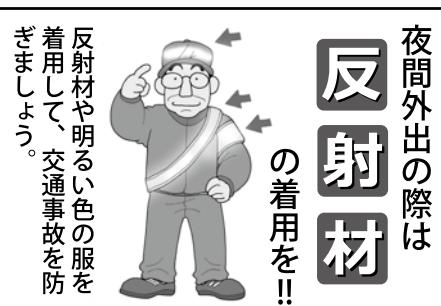
私たち東区ねんりんクラブ連合会の活動を応援しています



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！



反射
材

夜間外出の際は
の着用を!!



当時は、会員増強運動特別表彰も行い、新規加入クラブ1クラブ、会員5名以上純増した9クラブへ賞状とクオカードが贈られました。受賞された皆さん、おめでとうございます。

10団体が
表彰される

会員増強運動特別賞表彰



東区ねんりんクラブ連合会

広告スポンサーへのお礼
に人生のねんりんを刻まれた皆様方の素晴らしい作品が掲載されました。どうぞ楽しみください。今後も会員の皆様の活発なご投稿を広報部員一同心よりお待ちしております。

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。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あげます。

本紙は、会員が豊かで幸せな生活を送れるように願つ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あげます。

広報部長 田中 友春

編集後記

東区ねんりんクラブの皆様、明けましておめでとうございます。団塊の世代の方々も全て後期高齢者となられ日本の高齢者数も毎年記録更新の様相を示しています。また各種の高齢者向けアンケート等で百歳を目指すと答えておられる高齢者の方々も年々増えておられます。今後も年々会員の皆様におかれましてはお祈り申し上げます。

さて今回もたくさんの方からご投稿頂きました、ありがとうございます。今後ますます心身共に健康で長寿の人生を歩まれます事を心よりお祈り申し上げます。

会員の皆様をおかれましては

今後ますます心身共に健康で長

寿の人生を歩まれます事を心よ

りお祈り申し上げます。

さて今回もたくさんの方から

ご投稿頂きました、ありがとうございます。

今後も会員の皆様の活発なご投稿を広報部員一同心よりお待ちしております。

短歌、俳句、川柳、それぞれ

に人生のねんりんを刻まれた皆

様方の素晴らしい作品が掲載いま

した。どうぞ楽しみください。

今後も会員の皆様の活発なご

投稿を広報部員一同心よりお待ち

しております。

さて今回もたくさんの方から

ご投稿頂きました、ありがとうございます。

今後も会員の皆様の活発なご

投稿を広報部員一同心よりお待ち

</