



博高連だより

広報
第59号

発行 福岡市博多区老人クラブ連合会 福岡市博多区博多駅前 2-19-24 ☎092-419-1085
編集・印刷 株式会社ニチコミ 福岡市博多区博多駅前 1-13-6 竹山博多ビル7階 ☎092-292-6538

謹賀新年

第13回博多区高齢者カラオケ大会



会場の声援を力に
表情豊かに熱唱

10月11日(木)、博多市民センターにて第13回カラオケ大会を開催しました。年に1度開催する、博高連の恒例行事であるカラオケ大会ですが、今回は32名の歌声自慢が集い、日頃の練習の成果をステージで発揮しました。出演者の熱唱と、観衆の声援とが相まって、今回も大いに盛り上がった歌の祭典となりました。



関連記事は3ページに掲載

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

外科 整形外科 リハビリテーション科
医療法人
山本外科・整形外科
通所リハビリテーション
救急患者は常時受付けています。
吉塚2丁目7-27 ☎621-3297

日本医療機能評価機構認定病院
救急指定 緩和ケア **友田病院**
併設
介護老人保健施設ケアセンター サンハウス
グループホーム サンテラス
居宅介護支援事業 サンライフ
友田病院訪問看護リハビリステーション
歯科医院 ゆうあいデンタルクリニック
博多区諸岡4丁目28-24 TEL092-591-8088

医療法人 悦可会
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 14:30~17:00 ○ ○ ○ 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

救急指定
原三信病院
日本医療機能評価機構認定病院
診療時間 平日 9:00~17:00
土 9:00~13:00
※但し急患の患者様は24時間診療いたします。
博多区大博町1番8号 TEL092-291-3434
<https://www.harasanshin.or.jp>

救急病院・開放型病院・緩和ケア
24時間365日救急対応
日本医療機能評価機構認定
社会医療法人 社団至誠会 **木村病院**
地下鉄千代田駅下り2分(地下鉄出入口1番)
千代2-13-19 ☎641-1966

■内科 ■糖尿病内科
やまじ内科クリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●
14:00~17:30 ● ● / ● ● ● ●
博多区住吉 5-18-9 休診日/日・祝日
旧松口クリニック TEL 292-8910

医療法人
山口整形外科医院
整形外科専門医
院長 山口 登
リハビリテーション科 リウマチ科
博多区那珂 3丁目11の15 TEL411-3205

腰痛・膝痛の方におススメです!
酸素カプセル O2 BOX
◎老化予防 ◎疲労回復
◎ボケ防止 ◎体調維持 など
高齢者のリハビリに最適です
詳しくは H-Pで イレイト 検索
株式会社イレイト ショールームで体験が可能です。
福岡市博多区金の隈1-36-15 FSビル2F
TEL.092-586-8230 FAX.092-586-8232

新年のあいさつ

ともに支える明るい長寿社会



博多区長 宮島 哲瑞

新年、明けましておめでとう
ございます。

博多区老人クラブ連合会「博
高連」の皆様には、すこやかに
新年をお迎えのことと心からお
慶びを申し上げます。

現在、福岡市では、花と緑が
あふれ、豊かな心が育まれるま
ちを目指して「一人一花」運動
を行っています。「博高連」の
皆様にも、以前から様々な形で
ご協力をいただいております。区
内各所で美しい花を見ることがで

きるようになっていきます。ま
た、平素から会員相互の親睦と
交流を深められ、健康づくりや
教養の向上、多くの社会奉仕活
動など、地域を豊かにする活動
に積極的に取り組んでおられま
すことに深く感謝と敬意を表し
ます。

さて、このところ毎年のよう
に、豪雨や台風、地震など、全
国各地で自然災害が発生してい
ます。昨年7月の豪雨では、幸い、
福岡は大被害を免れましたが、

日頃の備えの大切さ、地域コミュ
ニティにおける繋がりの大切さ
を改めて実感いたしました。

一方、明るい話題もありまし
た。平昌オリンピックでの羽生
結弦選手をはじめとする日本選
手団の活躍には、大いに勇気づ
けられました。また、リーグ2
位から日本シリーズに進み、2
年連続の日本一に輝いたソフト
バンクホークスの活躍に、福岡
の街は大いに盛り上がりまし
た。学術部門では、本庶佑氏が
ノーベル医学生理学受賞とい
う快挙を成し遂げました。

スポーツや学術など様々な分
野で、目標に向かって邁進して
いく人々には、それを支える
多くの仲間がおり、仲間も含め
て多くの出会いがあると思いま
します。

新年のあいさつ

博高連も新しい幕開けを



博多区老人クラブ連合会
会長 榎橋 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
な初春をお迎えのこととお慶
び申し上げます。

私は、昨年4月に会長に就
任いたしました。会員の皆
様には温かいご支援、ご協力
をいただき感謝申し上げます。

皆様方には、日頃から博高
連事業のスポーツ活動、文化
活動、社会奉仕活動などに参
加され、住みやすい地域づく
りにご尽力いただいているこ
とに敬意を表します。併せ
て、昨年7月の西日本豪雨災
害に対する義援金のご協力を
いただき、厚くお礼を申し上

げます。
また、本年度は会員増強運
動5カ計画の最終年度にもな
ります。厳しい環境ではあり
ますが、さらに努力してまい
ります。

今後とも、博高連の皆様が
楽しく交流でき、健康づく
り、仲間づくり、生きがいづ
くりなどのお役に立てるよ
う、さらに工夫していきたく
と考えています。

今年は、5月1日に改元が
行われ、新しい時代の幕開け
となる年でもあります。私た
ち老人クラブにおいても気持
ちを新たにし、時代の要請に
合った活動を進めることが肝
要だと思っています。

博高連では、会員の皆様の
ご意見をお聞きしながら、高
齢者が元気に活躍できる場を
つくり、高齢者が安心して楽
しく暮らせる地域社会を目指
して、老人クラブ活動をさら
に発展させてまいれる所存で
ございます。

最後にになりましたが、本年
が皆様にとりまして、幸多い
年となりますことを祈念いた
しまして、新年のごあいさつ
といたします。

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

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

内科
武井クリニック
診療時間
午前9:00~1:00
午後2:30~6:00
休診日/日曜・祝日
福岡市博多区店屋町8-24 九輪呉服町ビル2F
TEL(092)291-6600

●整形外科 ●消化器内科 ●内科
●麻酔科(小野恵子) ●リウマチ科
医療法人 **小野病院**
診療時間 平日/AM9:00~PM6:00
土曜/AM9:00~PM1:00
〒812-0017 福岡市博多区美野島3丁目5番21号(3丁目バス停前)
TEL 092-431-1788(代)

医療法人 聖療会
青木胃腸科・内科
内科/消化器科/アンチエイジング
診療時間
午前9:00~12:30
午後2:00~6:00
休診日/日曜・祝祭日
博多区吉塚7-1-50 TEL 611-7806

TOMO
とも整形外科スポーツクリニック
診療科目:整形外科・リハビリテーション科
診療時間
9:00~12:00
14:00~19:00
休診日/水・土曜午後/日曜祝日
博多区豊1丁目4-32
TEL:092-432-3025 FAX:092-432-3026

博多駅東クリニック
内科・胃腸内科・各種健康診断・特定健診
診療時間 月~金 9:00~18:00
(昼休み 13:00~14:00)
休診日 土曜・日曜・祝日
博多区博多駅東1-13-9 博多駅東113ビル2F
TEL 092-473-9177

あべ胃腸内視鏡・内科
苦しくない
胃・大腸カメラを目指します
ナント ロゴイナ
TEL 092-710-6517
博多区東那珂3-2-30

第13回博多区高齢者カラオケ大会

元気の秘訣、歌にあり
舞台は私のパラダイス

毎回素晴らしい熱唱に感動いっぱい博多区高齢者カラオケ大会を10月11日(木)、博多市民センターにて開催しました。

ちわを準備したり、サプライズで花束を贈ったりなどの熱い応援で出演者を後押しし、会場はさらに盛り上がりしました。

午前と午後の部に分かれて行われ、博高連が誇る32名の歌い手が、それぞれ自慢の歌声を披露しました。美しく澄んだ歌声や力強い歌声など、出演者それぞれの素敵な歌声が会場いっぱいに響きました。

今大会の特筆すべきは、90歳以上の男性が3名出演された点です。歌うことは心と体の健康維持になり、健康寿命を伸ばすことにもつながります。歌うことが好きだという方は、ぜひステージに出て、自慢の歌声を披露してみませんか。

最優秀歌唱賞

桐谷きのみさん
「百万本のバラ」



老人クラブに入会したばかりの頃に大会出場のお話をいただきました。緊張しましたが素晴らしい賞をいただけて大変嬉しいです。カラオケは腹式呼吸で大きな声を出したり、姿勢も良くなるため、健康づくりにも役立っていると思います。これからも楽しく歌い続けます。

桐谷きのみさんが最優秀歌唱賞

《特別出演》



来賓の笹山自治協会長もご参加くださり、見事な歌声を披露されました

入賞おめでとうございます



大会結果 (敬称略)

賞	校区・地区	氏名
最優秀歌唱賞	冷泉	桐谷きのみ
優秀歌唱賞	那珂南	伊都山律子
	千代	豊田イサ子
	三筑	沼田 勲
奨励賞	東光	野瀬 恵子
	長生園	大石 悦子
	堅粕	森山 和義



川本三恵子さん(81)
春住校区

最高齢者賞



飯田勝敏さん(91)
美野島地区

次回もたくさんの歌声自慢のご参加をお待ちしています!



私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

胃カメラ・大腸カメラ
検査いたします

住吉クリニック

☎651-8931

博多区千代4丁目1-33 西鉄千代県庁口ビル1F

出前『健康講座』などご相談ください。

千鳥橋病院

福岡市博多区千代5丁目18番1号

救急告示病院

☎641-2761

外来総合クリニック
往診・訪問診療いたします

千代診療所

千鳥橋病院向け

☎651-0726

やまかわ眼科クリニック

便利な博多駅内 眼科専門医 山川慶太

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:30~13:30	○	○	○	○	○	○	○	休
15:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○	休

アミュエスト(旧博多デイトス)地下1階
☎092-436-2239

あかり薬局

- 千代店 博多区千代4-1-33 TEL 092-643-8181 FAX 643-8182
 - 九大前店 東区馬出2-1-10-1 TEL 092-643-6811 FAX 643-6812
 - 九大東 東区馬出2-1-11 TEL 092-292-7801 FAX 292-7802
- http://www.akari-ph.com

- 地域から健康づくりのお手伝い
- 株式会社 福岡保健企画
- ちどり薬局 博多区千代5-18-7 ☎651-8086
- ひよこ薬局 博多区千代5-11-20-105 ☎641-5100
- くるみ在宅薬局 博多区千代5-16-1 ☎631-7200

医療法人 柏愛会 **入院諾**

林整形外科医院

院長 林 廣青
副院長 山岡 和弘
医師 岩永 安弘

博多区東月隈4丁目1番20号
TEL(092)503-2828

福岡市老人クラブ連合会

17・筑紫通りペットクリニック

F・Chikushi-dori pet clinic

博多区博多駅南 6-1-10 ウィル・ブ 1F
http://www.fpet-clinic.com/
TEL 432-4400 / FAX 432-4430



9月5日(水)、山王公園にてゲートボール大会を開催し、10チーム50名が参加しました。

ゲートにボールを通すのは、簡単なようではなかなか難しいです。また、ボールの配置を見て、どこに打てばいいかもよく考えなければいけません。参加者の皆さんは、持っている技量と知力の限りを尽くして勝負に臨み、真剣そのものでした。

一打に心と脳をこら

第40回博多区高齢者ゲートボール大会

大会結果

成績	チーム名	校区・地区
優勝	金の隈	月隈
準優勝	親和会A	那珂
第3位	博多南	春住

最高齢者賞

校区・地区	氏名	年齢
那珂	廣田 利勝	88
月隈	田中十三恵	89

(敬称略)

ゲート通過で心ワクワク



ゲートボールは頭脳プレーを通して認知症予防にもなるスポーツです。最近では参加チームが減少している傾向にあります。5名集まれば試合に参加できますので、皆さんもぜひ、ゲートボールを一緒に楽しみませんか。

博多区高齢者3大スポーツ大会報告

大会結果

成績	チーム名	校区・地区
優勝	板付B	板付
準優勝	板付A	板付
第3位	ローレルA	那珂南

最高齢者賞

校区・地区	氏名	年齢
板付	木下 利行	87
春住	尾崎 栄子	86

(敬称略)



狙え一発逆転

第14回博多区高齢者パタンク大会

板付がワンツーフイニッシュ!

11月13日(火)、気持ちのよい青空のもと、山王公園にてパタンク大会を行い、32チーム104名が参加しました。

パタンクは簡単なようでは、なかなか奥が深いスポーツです。投げられたボールの位置関係、残りの玉数、相手との点差など、状況によって戦略を考えたり、変えたりしていきま

す。思いもよらない好投があり、どの試合も最後まで目が離せませんでした。

大会成績は、総合で板付Bが優勝、板付Aが準優勝を飾りました。

■パタンク好会

連絡先 板井 通子さん
TEL 092-431-3806
携帯 090-9405-7810

■グラウンド・ゴルフ好会

連絡先 宝迫 正夫さん
TEL 092-291-7854
携帯 090-8839-2109

好会 会員募集

博高連では、パタンクとグラウンド・ゴルフで好会をつくり、月例会を開催しています。皆さんもぜひ競技と一緒に楽しみませんか?

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

岡眼科医院

院長 岡 義祐

診療時間

月・火・水・金曜日 9:00~13:00 14:30~17:30
木・土曜日 9:00~13:00 午後休診
日曜・祭日 休診

土居通り冷泉公園前
(土居ビル2F) **TEL 092-262-7387**

原皮フ科クリニック

診療時間
平日 AM9:00~PM1:00
PM2:30~PM6:00
木・土 AM9:00~PM1:00
(休診日 日曜・祝祭日)

博多区下呉服町
2番13号 双和ビル3F **TEL 281-2115**

■歯科■口腔外科■小児歯科

井上歯科医院

TEL:092-581-1687

診療案内
平日 AM9:00~PM1:00
PM2:30~PM7:00
土曜 AM9:00~PM1:00
休診 日・祝祭日

博多区寿町2-4-22 【JR南福岡駅前】



嘉村産婦人科

博多区西春町1-7-14(博多南郵便局近く)

TEL 581-0441

Kt 木梨整形外科医院

診療時間
月火木金 午前9:00~午後6:00
水 午前9:00~午後1:00(午後休診)
土 午前9:00~午後4:00
昼休み 午後1:00~午後2:00
日・祭日 休診

博多区下川端町9-18 **TEL 092-291-6828**

双和薬局

SOWA PHARMACY

本店 福岡市博多区下呉服町2-13

TEL 271-5350 FAX 092 271-5468

医療法人 えいこう

眼科 開星堂 諸岡診療所

休診日/日曜・祝日

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

診療受付は診察時間終了30分前までです。

博多区諸岡1-23-14 **TEL 589-5890**

内科・胃腸内科・呼吸器内科

医療法人 永野病院

診療時間
平日 8:30~12:15
1:15~5:30
土曜 8:30~12:30
休診日 日曜・祝祭日

福岡市博多区浦田1丁目31番1号
TEL 092-504-0611

第25回博多区高齢者
グラウンド・ゴルフ大会



芝生のコートに苦戦

174名の笑顔集まる
心身の健康にスポーツで交流

9月26日(水)、山王公園にてグラウンド・ゴルフ大会を開催し、174名が参加しました。大会当日は曇りで、風が少し強かったものの、過ごしやすい気温の中で行われました。

コースは砂と芝生の2種類あり、それぞれ真つすぐ進まなかったり、芝生でボールの勢いが削がれるなど四苦八苦でしたが、参加者の皆さんはホールインワンを果敢に狙い、力強いショットを

放っていました。

競技の間には仲間と一緒に和気あいあいと談笑を楽しむ場面も。

グラウンド・ゴルフの魅力は、プレーを通じて様々な方と出会い、交流できることです。リラックスメしておしゃべりを楽しむことは、精神的にも肉体的にも元氣になれるます。年齢に関係なく楽しめるスポーツで、皆さんも健康長寿を目指しましょう。

大会結果

成績	氏名	校区・地区
優勝	熊本 光吉	千代
準優勝	村上 久幸	三筑
第3位	中原 正秀	那珂南

成績	氏名	校区・地区
優勝	大石 和子	大浜
準優勝	佐藤 鈴子	東月隈
第3位	宝迫 澄子	住吉

(敬称略)

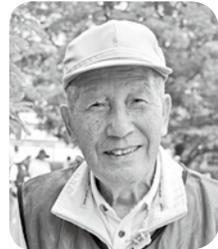


狙いをしっかり定めて



男性

女性



天本剛さん(87)
板付校区

元氣の秘訣は体をよく動かすことで、畑で野菜を育てることも趣味の一つです。これからの目標は、孫やひ孫たちとワイワイにぎやかに過ごすことです。



下田艶子さん(86)
東住吉校区

元氣の秘訣はスポーツやカラオケです。老人クラブでも活動を通してたくさんのお会いがあり、元氣になります。毎日楽しく充実しています。

最高齢者賞 元氣の源は何ですか?

榑橋会長も参加されました



会長に

今大会には榑橋連合会長も参加し元氣にプレーされました。会長にとって「老人クラブの魅力」とは何かお伺いしました。

老人クラブの魅力は、幅広い年齢層の方と交流を図れることです。心身ともに健康になると健康寿命がのび、医療費削減につながります。グラウンド・ゴルフなど楽しい活動を体験し、ぜひ多くの方に入会してほしいです。

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

皮膚科

一木医院

受付時間 ■平日は往診もいたします

月火水金	9:00~12:30	14:00~18:00
木土	9:00~13:00	休診

休診 日曜・祝祭日

博多区銀天町 1-5-8 ☎581-1013

内科・胃腸内科
内視鏡内科・消化器内科

にしやま内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○

休診日/日曜日、祝祭日

博多区麦野4-4-6 TEL.092-502-0024

根木 歯科 医院

受付時間 AM9:00~PM7:00
日曜・祭日・第2土曜日 休診
土曜日 午後 休診

春日市千歳町2丁目23

☎581-3013

博多座・博多リバレイン前

内科 血液内科

禁煙指導
生活習慣病の健康相談

たかひら内科クリニック

医師 高比良 宏之

月・火・水・金	9:00~18:00 (休診13:00~14:00)
木・土	9:00~13:00

☎(092) 262-3903
博多区上川端町13-3(青龍ビル2階)

外科・整形外科・胃腸科

伊東外科医院

診療時間

- 平日 9:00~17:00
- 土曜 9:00~12:00
- 昼休 12:00~13:00
- 日祭 休診

博多区博多駅南5丁目11-16
TEL.431-7685 FAX.431-7686

ケア・ルートサービス株式会社

業務内容

- ・紙おむつの販売/回収/リサイクル(水溶化処理)
- ・福祉用具の販売/レンタル及びメンテナンス業務
- ・私物衣類洗濯及びマットレス等の消毒殺菌業務

〒816-0906 福岡県大野城市甲1丁目2番1号
TEL092-504-5766 FAX092-504-3281
http://www.careroot.co.jp

あなたに寄り添った あなたらしい暮らしを

グループホーム
小規模多機能ホーム

月の丘とめさん家

利用者・入居者 見学随時受付

博多区金の隈 3-18-15
☎092-513-0028

高齢者グループホーム
小規模多機能ホーム

ふあみりー那珂

利用者・入居者 見学随時受付

- ◎いつも顔なじみの職員がケアを行います
- ◎少人数登録のため、アットホーム
- ◎安心の24時間年中無休
- ◎認知症実践者研修修了済みの職員を配置

博多区那珂 3-14-6 ☎483-2335



区長賞 麦畑 (オヨネーズ) (那珂良し会)

年に1度の刺激あり 芸達者たちの夏の祭典

7月18日(水)、博多市民センターにて第43回博多区高齢者演芸大会を開催し、139名が参加しました。今大会には25組の芸達者たちが集い、この日のために積み重ねてきた練習の成果を遺憾なく発揮しました。

凛とした日本舞踊や、優雅な社交ダンス、ユーモラスな踊りなど、いずれ劣らぬ個性的で見事な演技は、観衆を大いに楽しませました。審査委員長より「大きな差はなく、皆さん素晴らしい演技でした」と講評いただき、どの審査委員泣かせの演芸大会となりましたが、今回は那珂良し会の那珂良し会が見事区長賞に輝きました。おめでとうございます。



入賞者の皆さんおめでとうございます



会長賞



会長賞



会長賞



演技賞



熱演賞



チームワーク賞



ユーモア・アイデア賞

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

食べ物数え歌

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

肉いち 魚(うお)いち 卵いち 牛乳2杯に豆ひとつ 野菜は5皿に ご飯食べ おやつは果物 かぞえうた♪

よく噛んで、歯を大切に!

医療法人 相生会
ピーエスクリニック
LTA
内科・リウマチ科・糖尿病内科
人工透析内科・人工透析外科
月～金 9:00～18:00
土曜日 9:00～13:00
昼休 13:00～14:00
店屋町6-18 ランダムスクエアビル8F
☎092-283-7777

お弁当のご予約・お問い合わせはお気軽に
博多 松屋
Lunch Matsumiya
博多区堅粕 3-21-6 ☎472-5350

社会福祉法人 敬愛園
高齢者福祉施設・専門学校 **ケアスタ福岡**
博多区千代 1-30-25 ☎092-645-2155
複合型高齢者福祉施設 **アットホーム福岡**
博多区千代 1-1-55 ☎092-631-1007
介護老人福祉施設 **アットホーム博多の森**
博多区大字下月隈 73-1 ☎092-623-6236
介護老人福祉施設 **アットホーム諸岡**
博多区諸岡 2-13-32 ☎092-588-5885
通所介護 **千代パピヨンデイサービスセンター**
博多区千代 1-30-25 ☎092-633-3141
居宅介護支援事業所 **ケアセンター県庁口**
博多区千代 4-1-2 ☎092-402-7111

指定特定施設入居者生活介護
グッドタイムホーム5・山王公園
入居者募集・スタッフ募集
※見学・問合せ受付中
www.goodtimehome.com
☎092-436-9900
〒812-0015 福岡市博多区山王 1-11-26

社会福祉法人 清風会
ケアハウス エスペランザ
博多区金の隈3-24-53 TEL 092-504-0155
金隈老人保健施設 フラワーハウス博多
博多区金の隈3-24-16 TEL 092-504-3355
特別養護老人ホーム 洗 寿 園
博多区金の隈3-24-55 TEL 092-503-1085

社会福祉法人 シティ・ケアサービス
シティケア博多
事業内容 特別養護老人ホーム
ショートステイ
デイサービス
博多区博多駅前4丁目22番2号(博多消防署前)
☎092-452-2294

第48回福岡市高齢者美術展

芸術の秋、円熟の作品集う

10月11日(木)～16日(火)にかけて、第48回福岡市高齢者美術展が福岡アジア美術館にて



会場に揃う秀作

開催されました。

この美術展は、高齢者の生きがいを高めることや高齢者の福祉への関心と理解を深めることを目的に毎年開催されており、市内各区から計102点が出品され、博多区からは12点の出品がありました。

今回出品された日本画、書、写真、工芸、洋

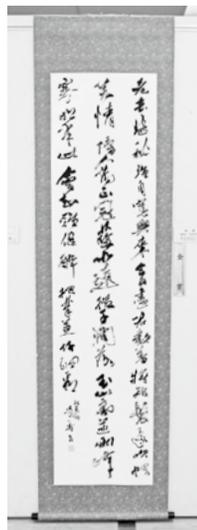
画などの作品は、いずれも出品者の熟練の技や個性が発揮され、作品に対する情熱や愛などを感じさせるものばかりでした。会場を訪れた方々は、完成度の高い作品群に驚嘆し、芸術の秋を堪能しま

した。

最終日には表彰式も行われ、博多区では、書の部門で高田喜代子さん(第一そうたん会)が金賞を受けたほか、計3名が表彰を受けました。



「杜甫詩」
高田 喜代子
(第一そうたん会)



「花燦燦」
黒木 朋子



「艶やかな秋」
田中 賢次



「博高連」地域リーダー研修会

輝くセカンドライフへ

何でも、まずはやってみよう!!

8月3日(金)、博多市民センターにて平成30年度「博高連」地域リーダー研修会を行い、168名が参加しました。

今回は「音楽で輝くセカンドライフ」と題して「テレベルト・グリーン」により演奏と講演を行っていただきました。「テレベ

ルト・グリーン」は2006年に西南学院大学OBで結成された4人編成のアカコースティック・フォークグループで、平均年齢は68歳とのこと。

演奏では「なごり雪」「また君に恋してる」などの曲を行っていただきました。会場では一緒



「テレベルト・グリーン」の皆様

に口ずさむ方や、涙ぐんで聴いていた方もおられました。続いて行われた講演では、宮島直行氏より「退職後もやることがあるのは大切だと思えます。仲間を持つこともまた大切です。何でもまずやってみることが大切ではないでしょうか」とお話いただきました。

「仲間が元気の原点」という「テレベルト・グリーン」の演奏に感動し、元氣も受けた研修会となりました。

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

食事のヒント

高血圧予防

ポイント塩は

1. だしを効かせる
2. 香りを利用する
3. 酸味を利用する
4. 油を利用する
5. 食材本来の持ち味を生かす

人を活かし、明日に活かす。

人と企業の潤いと調和を願い、たくましい明日を創造し、社会に貢献することが、私達の決意です。

中野税理士法人

代表社員 中野 武志

福岡市博多区須崎町7-18 中野第2ビル3階
TEL(092)291-4882 FAX281-5685

「進まない相続手続」「書けない遺言書」等々ありませんか?

相続・遺言相談専門の行政書士事務所

☎092-292-8800
お問合せはお気軽に!(受付8:30~22:00)
(オノウエタクロク)

尾上拓郎行政書士事務所
福岡県行政書士会所属(登録番号 第09400945号)
〒812-0017 福岡市博多区美野島1-13-11

行政書士 尾上拓郎

相続税申告・相続税試算
新規開業支援・記帳指導

古賀税理士事務所

《ご相談は》税理士 古賀 照章

☎092-985-1898
福岡市博多区堅粕5丁目5番16号

納骨堂加入受付中

曹洞宗 明光寺

博多区吉塚3丁目8-52
TEL 092-621-2698
FAX 092-621-2647

宗教法人

妙楽寺

福岡市博多区御供所町13-6
TEL.281-4269

一行寺

福岡市博多区中呉服町9-23
☎092-291-4495

先祖供養の総本山

阿含宗

九州本部 ☎611-6901
博多区吉塚5-6-35

友愛の輪で支え合う社会へ

冷泉老人クラブ連合会 会長 中尾 敏勝



女性部 友愛のわ

《施設訪問の感想》

博高連女性部友愛活動の一環として、私たち冷泉老連女性部は「ウィズランド博多」と「博多さくら園」の施設を訪問し、施設業務の一部のお手伝い、簡単な手芸指導、入所者の皆様との対話、スキニップ等を体験しました。私たちの体験から感じたことについて「高齢社会の課題と私たち人生への指針」と受け止め、まとめましたので、ご参考になればと思います。紹介いたします。

《友愛活動の必要性実感》

訪問時の第一印象は、施設スタッフの皆さんが絶えず笑顔で忙しく仕事をしておられたことでした。人生いろいろ、身体が不自由な方々が入所されておられ、日常生活を一同にお世話されるのだから、大変な仕事だと思いました。



簡単な手芸指導

何かお手伝いをしてあげたいと率直に思いました。入所者の皆様と対話、スキニップにより思っていた以上に喜んでいただいたことは驚きでした。洗濯物の整理をしていると、衣類の名前が消えかかっているとか、ボタンが取れて付いていないとか、衣類の縫い目がほころびていたりとか、家族の対応に差が感じられることからなお一層、友愛活動の必要性を感じました。



洗濯物の整理

《埋めたい家族との距離》

一方、この度の体験から自分の行く末を想像し、自分の残りの人生への取り組みを真剣に考えるようになりました。遠く離れた実家の母が養護施設にいらっしゃる、今回の体験を通じて無性に、母を見舞いに行きたいとの思いが募りました。

以上、部員の施設訪問の感想から、日本は高齢化が止まらず、お年寄りの割合が年々増えていきます。75歳を過ぎると寝たきりや認知症になるなど、心身が衰えやすくなり、全国的に介護人材や施設不足が言われ続けています。私たちにできることは、入所者の皆様とご家族との距離をいかに埋めてあげられるかであり、友愛活動の課題の1つと思えました。

一方、私たちは施設訪問することにより、自分自身の人生を見直す転機になったり、施設に入所している身内との絆を強くするきっかけにもなっています。

最後に、友愛精神で元気な高齢者が不自由な高齢者を支え合うことが今後、ますます必要になってくると思えます。いずれ自分たちも通る道ですから、年をとっても社会の役に立つことは素晴らしいことだと再認識し、これからも友愛活動を推進していきたいと思っています。

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

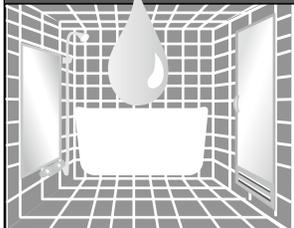

 一般区域貨物自動車運送事業
新九州クレーン工業(有)
 博多区東那珂2丁目10番55号
 原まるまん第一ビル201号
TEL 441-3400 FAX 411-8296

ジャックス警備保障(有)
 TEL:092-585-7447
株式会社 城建設
 TEL:092-582-1068
 代表取締役 城本 哲也
 博多区麦野5丁目13-5

 **高橋電業株式会社**
 代表取締役 高橋 政隆
 博多区井相田3丁目12-21
 ☎092-581-5305(代)
 FAX092-581-5385
 http://www.takahashi-elec.co.jp
 E-mail:takahashi@takahashi-elec.co.jp

産業廃棄物処理業
 **株式会社 スカイ**
 産廃処理・解体工事のご相談は
0120-92-5354
 福岡市博多区月隈1-10-18
 http://www.sk-sanpai.com/

ご注意を！冬場の入浴



浴室って、冬は寒いですよ〜
体に負担のかからない入浴を心掛けましょう！

- 家族に入ることを知らせ、途中で声を掛けてもらう。
- かけ湯、シャワーなどで体をお湯に慣らしてから入る。
- 42℃以上の熱いお湯での入浴は避ける。
- 入浴前後に水分をたっぷり取る。
- 冬場は居間との室温差があるので、脱衣所、浴室をあらかじめ温めてから入る。

日本温泉気候物理医学会が提唱する
安全な入浴のための方法より抜粋

一緒に集団回収・廃品回収しませんか？
お手伝い致します。 製紙原料

 **株式会社 寺松商店**
 TERAMATSU GROUP
 福岡集荷センター 古紙のお持込み自由！
 福岡市博多区東比恵3丁目15-5
TEL 474-1347 寺松商店 検索

**校区・単位クラブ
活動報告**
三筑校区
シニアクラブ連合会

**3大交流事業で
仲間づくり推進**

会長 木原 正道



グラウンド・ゴルフ
で交流の輪広がる

◎三筑の地名の由来
三筑という地名は、戦後間もない昭和22年、当時の筑紫郡春日村、日佐村、那珂村の3村が「三筑中学校」を開校したことに由来しています。老人クラブの歴史も古く、昭和49年4月1日、当時の5町が結成。現在は三筑校区11町内に老人クラブが存続し、8町内が博多区老人クラブに所属しています。

◎三筑校区シニアの活動

①定例会の実施
11町内の役員32名が毎月集まり「機関紙・三筑・シニアだより」にて前月の活動報告とその月の議題を明確にし、役員で議論の上、事業を推進しています。特に3大事業を

「警察官+金融庁職員」の
二セ電話に要注意!!

警察官や金融庁の職員を語った二セ電話詐欺の被害が増えています。以下の手口を参考にして、万が一の時には冷静に対応できるようにしましょう。

だまされないためには!!



- ①警察官や金融庁職員が電話でキャッシュカード等の暗証番号を聞き出すことはありませんので絶対に教えないでください。
- ②キャッシュカード等を警察官や金融機関の職員に預けることは絶対にしないでください。
- ③不審な電話があった場合は、必ず家族や警察に相談をしてください!

**「電話」で「お金」はすべて詐欺!
すぐに相談 110番!**

中心に会員の融和と親睦を図っています。

②3大事業の内容
(1)グラウンド・ゴルフ交流会

平成30年度の「グラウンド・ゴルフ交流会」は、5月15日に諸岡中央公園で85名が参加し実施。上位入賞者は博多区大会に出場。三筑校区はグラウンド・ゴルフの愛好者が多く、博多区大会においても好成績を収めています。

(2)カラオケ交流会

平成30年度の「カラオケ交流会」は7月10日に三筑会館

(3)ソフトダーツ交流会

平成30年度の「ソフトダーツ交流会」は、10月16日、三筑会館で75名が参加。上位の男性6名、女性4名が博多区大会に出場しました。

で実施。出演者は18名、来場者は107名。賞は「最優秀歌唱賞」「優秀歌唱賞」「熱演賞」「会場を盛り上げたで賞」で、審査は来場者が行います。「最優秀歌唱賞」「優秀歌唱賞」は博多区大会に出場。悩みは今回で8回目となり、出場者が少なくなったことです。

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 育愛会
福岡リズム保育園
福岡市博多区吉塚7丁目12-35
☎092-622-6727

ASUKA 社会福祉法人 あすか福祉会
博多とみひろ保育園
福岡市博多区麦野5-12-7
TEL.092-558-1066

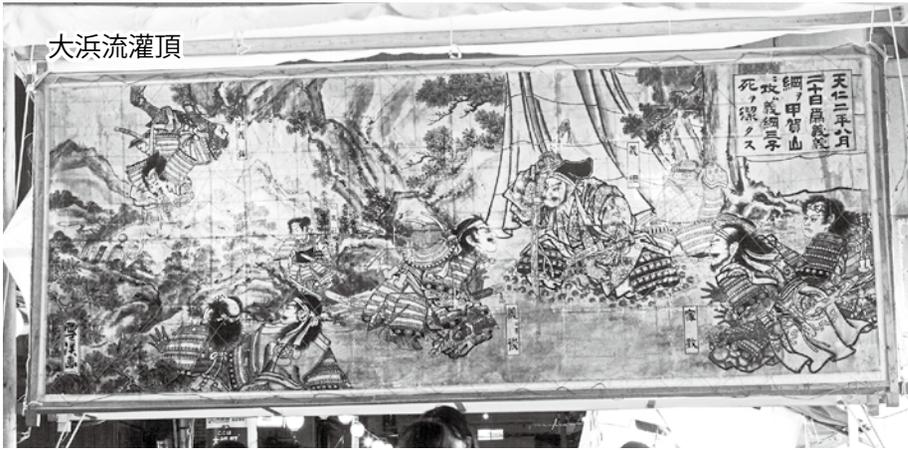
一人ひとりに寄り添う保育を目指します。
未就園児クラス有 お預かり保育有
正光寺ひかり幼稚園
福岡市博多区三筑2丁目31-1
☎092-581-1959

学校法人 河口学園
レバノン幼稚園
博多区西春町1-1-37
TEL.092-581-0528

楽しく 清らかに すくすくと
社会福祉法人 光薫福祉会
光薫寺保育園
福岡市博多区山王1-11-11
☎092(471)0600

宗教法人 聖福寺
花そのの保育園
福岡市博多区御供所町12-12
☎092-271-3981

わたしたちは
「博多区老人クラブ連合会」の
活動を応援しています!!



大浜流灌頂

おおはまながれかんじょう

大浜流灌頂の歴史と現状

明治中期の武者絵は多く保存されていますが、博多最後の絵師、海老崎雪溪（1876年～1941年）作の武者絵は福岡県有形民俗文化財の指定を受けています。現在は4基が建立され、残りの武者絵は期間中、町内の旧公民館にて公開されています（大浜流灌頂祭）。

◆ 大灯籠武者絵

だいてんろうむしやえ

明治中期の武者絵は多く保存されていますが、博多最後の絵師、海老崎雪溪（1876年～1941年）作の武者絵は福岡県有形民俗文化財の指定を受けています。現在は4基が建立され、残りの武者絵は期間中、町内の旧公民館にて公開されています（大浜流灌頂祭）。

◆ 流灌頂施餓鬼の由来

ながれかんじょうせがき

宝暦5年（1755年）、暴風雨により博多湾で難船、溺死した多数の人々や家屋倒壊で圧死した人々、さらに翌6年の疫病にて亡くなった人々の霊を施餓鬼供養するため、その年の7月24日（旧暦）から26日まで、東長寺僧侶によって施餓鬼供養を行ったのが始まりで、以後年々盛んになり、綿々と今日にいたったのが大施餓鬼法要です。

今日まで263年の歴史を保ちながら、昔懐かしい下町情緒を今に伝えています。世の移り変わりとともに近年衰退の傾向が現れ、平成10年頃には参拝者も激減し、夜店業者の出店も皆無という最悪の状態になり、まさに「風前の灯」となりました。しかし、その消滅の危機を救ったのは地元の大浜自治協議会（大浜まちづくり協議会）で、「このままでは先祖や亡くなった先輩方に顔向けができません。何とかして子どもたちに、この歴史や下町の情緒を伝えていこう。そのため

◆ 流灌頂の危機、地域が救う



施餓鬼供養

せがき 施餓鬼について

施餓鬼とは、お盆の時期に行われることが多い仏教行事の1つです。餓鬼とは、生前の悪行によって亡者の世界に落とされた魂や、無縁仏となっている霊や魂のことを言い、常に飢えと乾きに苦しんでいるとされます。

施餓鬼では、そんな餓鬼にも食べ物や飲み物などの供物を施し、餓鬼の供養を行う法要行事です。お盆には亡くなった祖先や家族たちの供養を行うのと同時に、餓鬼の供養も行って徳を積むことで自分にも救いがあるとされています。そのため、お盆に僧侶が檀家を廻って先祖の供養を行う法要行事の際には施餓鬼も同時に行うため、初盆の法要以降のお盆では「お施餓鬼」として行事を行い、お施餓鬼法要や施餓鬼供養などと呼ばれます。

以上、大浜流灌頂の衰退の危機を地域住民で共有し、見事に復活を成し得たことは、まさに永い伝統に培われた「地域力」そのものであると確信している次第です。

に、自分たちの手で夜店を出そうや」と決起し、各自で趣向を凝らし出店を出しました。その甲斐あって以前にも増して活況を呈し現在に至っています（夜店の約80%以上が地域の各種団体によるものです）。なお、施餓鬼堂や大灯籠の建設その他の事業については、大浜流灌頂継承保存会にて管理運営されています。



【大浜流灌頂施餓鬼の日程】

- ◆ 毎年 8月24日～26日
- ◆ 午後6時～9時

博多区老人クラブの皆様におかれましても、博多の夏のお祭りとして、ぜひお誘い合わせの上お出かけください。

会員文芸

～多数の寄稿ありがとうございました～

俳句

炎天に鍵を落として老いを知る

東吉塚校区 西嶋 梯子

山登りあげびやむかごてんこ盛り

東吉塚校区 小佐野 範子

干し竿に産着ふわふわ風纏う

東吉塚校区 福田 一二三

放生会良い音するなチャンポン音

東吉塚校区 柴田 末松

愛犬と毎日苦勞をマメ太郎

那珂南校区 中原 英治

彼岸花朝公園に競い咲く

那珂南校区 伊藤 恵

初春の山に登りてご来光

那珂南校区 中原 正秀

秋の虫小声でやつと縁の下

那珂南校区 末永 小枝子

沈みゆく夕日に染まる秋・アカネ

千代校区 高田 倭代

父さんが種まくそばにスズメたち

東月隈校区 本浦 アイ子

噴水や夢ではないよ卒寿まで

東月隈校区 元田 照代

異邦人憩ふ神社の日除かな

東住吉校区 熊谷 栗子

秋の日と一人娘くれなそうであぐれ

東住吉校区 坂本 晶子

若き目を思い重ねる櫛田入り

大浜地区 田中 寛

短歌

どんたくの祭りばやしに出た目をば
思い出しつつテレビの前で

那珂南校区 大塚 陽子

台風の進路聞きつつ願うのみ
祖父母の在所襲うなかれと

東住吉校区 高野 久美子

新聞の集金人で四半世紀
旧き博多の人情を得る

冷泉地区 太田 紀子

いつもより亡父の声似の弟は
彼岸御仏供を山高に盛る

那珂校区 廣田 すみ子

晩秋の時雨日和に空見あぐ
琵琶湖にかかる七色の橋

奈良屋地区 吉田 れい子

虫干や形見の着物樟脳の
においの奥に舐の香さがす

美野島地区 柴崎 榮子

川柳

大相撲一瞬の勝機立ち合いに

東吉塚校区 佐谷 寛義

物忘れ置き場を決めるルールにて

東吉塚校区 作永 ヨシ子

なおみちゃんやっぱりなでしこの会釈

東吉塚校区 内藤 多美子

初恋を年老い明かす同窓会

東吉塚校区 安武 浩二

雲早しベッドの義姉の目に涙

東吉塚校区 坂本 ナズエ

孫かわいい電話でお経ありがとう

東吉塚校区 十亀 喜久子

高齢者ヨサコイ踊り若がえり

東吉塚校区 宮本 コトミ

負け試合今日も早めにテレビ切る

東吉塚校区 稲益 宏子

ツマズキに振り向いたなら年だから

東吉塚校区 渡辺 春雄

高齢者外出するも命がけ

東吉塚校区 市川 和枝

あゝ何故か釣れ始めると餌が切れ

東吉塚校区 前之園フヂエ

節電でうちわの出番夕涼み

那珂南校区 木村 美弥子

かさかさと落葉踏みしめゴルフかな

東光校区 阿部 努

健康は全ての人を幸せへ

冷泉地区 中尾 敏勝



第7回

はかた熱中人

ねっちゅうびと

会員の皆さんが、いま熱中している
趣味や活動をご紹介します。

ダーツは生き甲斐ー吉川鐵義さんー

奈良屋老人クラブ連合会会長 青木 望

今回、奈良屋老人クラブ連合会の熱中人として、前会長の吉川鐵義さんをご紹介します。

《冷めないダーツ熱》

吉川さんは今、ダーツ競技に熱中なさっております。若いときから釣り、マージャン、ゴルフと様々なゲームがお好きでしたが、今、もっとも熱中なさっているのはダーツです。

そのきっかけとなったのは、7、8年前に福岡市高齢者ソフトダーツ大会出場の予選を兼ねた、博多区高齢者ソフトダーツ大会で予選落ちという、まさかの結果に終わったことでした。持ち前のゲーム好きの負けん気が沸き起こった吉川さんは、それ以来、自宅にダーツ練習場を造り、つらえて練習に励まれています。

そして、舞鶴園でのダーツ会、天神キタムラでのダーツ大会にも毎回出場し、活躍なさっています。今では、奈良屋公民館でダントツの実力を持っておいで



《大切なのはメンタル》

です。昨年の博多区ダーツ大会で3位に入賞なさいましたが、まだ優勝のご経験がないのが不思議です。

どんな競技でも同じでしょうが、このダーツ競技もメンタルの動揺が矢を投げる動作に大きな影響を与えます。実力があればあるほど勝ちにこだわるでしょうし、そうであればより緊張するでしょうから、本場に難しい競技だと思えます。吉川さんはそんな緊張感も楽しんでおられます。昔からお好きなゴルフにダーツのそんな経験が役に立つと期待していらっしやるのではないのでしょうか。

10月、久留米市で開催されたダーツ大会では、成績でランク付けが行われ、それ以降もそのランクを上げていくための大会に継続して出るおつもりのようなので、熱中度は半端ないものになりつつあるようです。これからの活躍をお祈りします。

あとがき

明けましておめでとございます。おだやかな初春をご家族でお迎えのこととお慶び申し上げます。

私は博高連の広報部長を担っています。広報紙の制作も何とか進んでおり安堵しております。「博高連だより」も池田事務局指導のもと、全員で充実した紙面にするべく努力をしております。

内容を十分考えたつもりです。部員の皆様の協力の賜物だと思っております。全会員の皆様に喜んでいただける紙面を作りたいと思っておりますので、今後ともご協力よろしくお願い致します。(博多区老人クラブ連合会 広報部会長 福井 良一)



「ご協賛頂きました皆様方へ」

このたびは「博高連だより」の発行にあたりまして広告の掲載をいただき誠にありがとうございます。

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。

博多区老人クラブ連合会

私たちは博多区老人クラブ連合会の活動を応援しています

木原内科クリニック

内 科 呼吸器内科 循環器内科 糖尿病内科

院長 木原 孝治
日本内科学会認定総合内科専門医

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

博多区東那珂 1-14-46
フォレオ博多2F TEL 409-3337

ご高齢の透析患者様のご入居が可能です

サービス付き高齢者向け住宅(有料老人ホームに該当)

メディケアホーム南福岡
(くまクリニック隣)

博多区銀天町2-2-3 TEL 092-575-3112

H&V 博多心臓血管病院
HAKATA HEART & VASCULAR HOSPITAL

心臓内科・血管内科 心臓カテーテル治療
320列CT(心臓検査) 下肢動脈カテーテル治療

博多区中呉服町3番15号 ☎283-1200

デイサービスセンター らいふ南福岡

無料体験・見学受付中

☎ 092-588-8877
福岡市博多区寿町 2-4-38
http://www.for-life-kaigo.jp

医療法人平和会福岡 鳥谷歯科医院

入れ歯でお困りの方はお電話を

☎092-432-1008

診療時間	月	火	水	木	金	土	【休診日】
午前/9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	日曜・祝祭日
午後/2:00~6:30	●	●	●	●	●	●	不定水曜日

博多区博多駅中央街 5-14 福さ屋ビル6F

冠婚葬祭 ベルコ シティホール博多

博多区博多駅前3丁目18-21 ☎092-452-4242

冠婚・葬祭のことなら 私たちにおまかせください

ベルコ博多支部 代理店
博多区諸岡1丁目15-25
☎092-588-5460

しばやま歯科

予約優先 TEL:092-260-7337

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00~14:00	●	●	●	●	●	●	×
15:30~20:00	●	●	●	●	●	×	×

休診 日曜・祝日・土曜午後 FAX:092-260-7334
http://shibayamashika.com
〒812-0851 福岡市博多区青木1丁目19-1

どなたでもご利用できる社会福祉法人の葬儀場

みんせい葬祭

私たち「みんせい葬祭」は、助葬事業を目的とした専門的な社会福祉団体として市民福祉に寄与する葬祭事業を行っています。

・福岡市職員厚生会指定
・福岡市民間社会福祉従事職員福利共済制度指定
・福岡市中小企業従業員福祉協会指定

年中無休 24時間受付

社会福祉法人 福岡市民生事業連盟 葬祭部
TEL:092-271-7422 / FAX:092-271-7458
〒812-0033 福岡市博多区大博町7-5