



西区 第65号 老ク連だより



発行 福岡市西区老人クラブ連合会 福岡市西区内浜1丁目4-1 ☎092-895-7107

編集・印刷 株式会社 二子コミ 福岡市博多区博多駅前1丁目13-6 竹山博多ビル7F
☎092-292-6538 ホームページ <http://www.nichicomi.com>

参加した各単位クラブの代表326名は、ボールの行方に一喜一憂しながらも、楽しい一日を過ごしました。

グラウンド・ゴルフの人気の秘密は、簡単なルールと高い技術を必要としないため初心者でもすぐに始められ楽しむことができること。そして何と言っても、個人戦のスポーツなので自分の腕で成績が決まることです。まだ始めていない方は、青空のもとで体を動かし、健康づくりと新しい仲間づくりをしてみませんか？ (体育部)

第23回 西区高齢者グラウンド・ゴルフ大会

青空のもとナイスショット!



10月3日(月)、小戸公園芝生広場にて第23回西区高齢者グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。前の週末まで雨が続き、昨年と同じく雨天順延かと心配しましたが、当日は気温が30度を超え10月とは思えない真夏日となりました。

最高齢者賞

～長寿の秘訣は〇〇です～



94歳
松原了一さん (玄洋)

「歩くこと」
毎日の1時間半のウォーキングが全身運動になっています



87歳
笹岡桃江さん (玄洋)

「チャレンジ精神」
常に前向きに考え何でもチャレンジすることがモットーです

大会結果

Aコース	優勝	虎谷 春子	愛 宕	Bコース	優勝	高橋三千夫	石 丸
	準優勝	吉原 文子	今 宿		準優勝	廣瀬 友雄	今 津
	第3位	深海 仁士	今 宿		第3位	重吉 四夫	石 丸
Cコース	優勝	富田 正信	元 岡	Dコース	優勝	鬼木 脩	今 津
	準優勝	池上 文代	壺岐南		準優勝	松本 明	下山門
	第3位	畠山 悟	玄 洋		第3位	面田 忠孝	石 丸

もくじ

- グラウンド・ゴルフ大会 1面
- 会長、区長新年のあいさつ 2面
- 表彰受賞者紹介、リーダー研修会 3面
- 新任会長・新任女性部長研修会
- 女性部研修会、老人施設慰問、女性部視察研修会 4面

- ソフトダーツ大会、シルバー芸能自慢大会、市高齢者美術展... 5面
- 福岡市大会結果報告、九州ブロック老人クラブリーダー研修会... 6面
- 校区活動紹介、単ク紹介、新設クラブ紹介..... 7～10面
- トピックス(ノルディックウォーキング)、会員文芸 11面
- 演芸大会..... 12面

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会医療法人財団白十字会
白十字病院
認知症対応型デイサービス
ドリームケア石丸 ☎894-3388
ドリームケア野芥 ☎874-1555
地域密着型デイサービス
ドリームケア梅林 ☎866-5809
訪問看護
訪問看護ステーション白十字 ☎891-2642

高齢者在宅複合施設
SAZAN
サザンII
福岡市西区拾六町1丁目26-22
☎092-812-3933

福岡 **和仁会病院**
●診療科目 内科・消化器内科・循環器内科・糖尿病内科
人工透析内科・外科・整形外科
リハビリテーション科・脳神経外科
特定健診・介護予防健診実施医療機関
スポーツ障害の治療・手術・予防相談 糖尿病外来
●併設 疾病予防施設 **メディカルフィットネスセンター三幸**
西区生の松原1-33-18 TEL.092-891-7621

医療法人 **高森 整形外科・内科・歯科**
整形外科・脊椎外科・リハビリ科
内科・消化器科・歯科・小児歯科
日本整形外科学会専門医
理事長 **高森 義博**
手術・入院可。リニューアルオープンしました。
福岡市西区橋本1丁目10-35
TEL (092)811-3236

株式会社 末広福祉会
介護付有料老人ホーム **フラワーガーデン**
後援型有料老人ホーム **フラワーガーデン・ララ**
早良区田村2-6-5 (平成29年3月オープン予定)
介護付有料老人ホーム
ショートステイ
デイサービス
グループホーム
居宅介護支援事業所
西区拾六町1-21-11 ☎883-2223

介護老人保健施設 **サンライズ香岐**
施設長 土居 壽孝
入所・短期入所(ショートステイ)
通所リハビリ(デイケア)
092-812-5010
福岡市西区野方1-16-32(西鉄バス香岐営業所より 徒歩3分)

(医) **タケシマ 整形外科医院** 院長 後藤 健志
092-811-4885
グループホーム **ひだまり** 092-812-5032
サービス付き高齢者向け住宅 **こもれび** 092-812-2585

特別養護老人ホーム
TEL 092-811-5528
マナハウス
社会福祉法人さわら福祉会
福岡市西区戸切3-20-8



会員の絆を深め 魅力ある老人クラブを!!



西区老人クラブ連合会
会長 岡田 光生

新年明けましておめでとございます。会員の皆様には、平成29年の元旦をお健やかに迎えのことがお慶び申し上げます。

昨年、皆様のご支援ご協力によって、予定していた諸行事はすべて無事に終えることができました。心よりお礼申し上げます。

さて今、我が国では、65歳以上の人口が3500万人に近づき、高齢化率も26.7%となり、まさに超高齢社会を迎えました。また、社会保障費も約32兆円に達し、なお毎年1兆円規模で増えていくと言われている。

そんな中、地域に密着して活動している老人クラブの存在がますます注目され期待が高まっています。私達は、平均寿命もさることながら、健康寿命を延ばし、日々の

生活をも明るく元気に「仲間づくり!! 生きがいづくり!! 健康づくり!!」に励み、過去に培った知識や経験を生かして地域社会に少しでも貢献していきたい。そのためにも、高齢化時代を迎え、確実に増えている高齢者を一人でも多く仲間に加え、クラブの活性化を図り、会員相互の絆を深め、開かれた明るく、楽しい老人クラブを目指してまいります。

最後に、本年が皆様方にとってお健やかで充実した、素晴らしい年となりますよう祈念申し上げます。今年も「健康、友愛、奉仕」の3大スローガンに沿った行事を積極的に展開してまいりますので皆様のご協力をお願い申し上げます。

新年のごあいさつ



西区長
中村 郁子

あけましておめでとうございます。

西区老人クラブ連合会の皆様におかれましては、すこやかに新年をお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。

皆様には平素より福岡市の社会福祉向上にご協力をいただき、多大の貢献をなさつ

ておられることに深く敬意を表します。福岡市は、昨年7月に人口155万人を突破し、元気なまちとして知られ、住みたいまち、働きたいまちとして選ばれています。この元気で住みやすいまちをさらに発展させるために、福岡市を次のステージへ飛躍させるチャレンジ「FUKUOKA NEXT」の取り組みをさらに推進していきます。

また、西区においては、身近にある多様な「自然」、温もりのある「市民」、「大学」の知と人材、という三つの宝を磨き上げ、地域主体の支えあい・助け合いの体制づくりに取り組み、にぎわいと楽しさがあふれる、安全・安心に暮らせるまちづくりに取り組んでまいります。

そのためには老人クラブ連合会の皆様をはじめとする、高齢者の皆様の豊富な経験と知識は欠かせないことと申します。これからも

皆様のご協力、ご支援をお願いいたします。西区役所も皆様と一緒に「自然と大学の知を生かし、安全で安心して、生き生きと暮らせるまち西区」の実現に取り組みでまいりますのでよろしくお願いたします。

本年も、昨年同様、西区老人クラブ連合会の皆様方にとりまして、幸多い年でありますよう心からお祈りいたします。新年のあいさつといたします。

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 永寿会
内科・皮膚科・リハビリテーション科・歯科
シーサイド病院
福岡市西区今津3810 ☎092(806)7171

心療内科・精神科
川添記念病院
福岡市西区今津4760 ☎092(806)7667

整形外科・リウマチ科
リハビリテーション科・内科
福岡豊栄会病院
福岡市西区大字田尻2703-1
TEL092-807-3567
FAX092-807-3568
URL <http://www.houeikai.or.jp>

**まるもと脳神経外科
クリニック**
MRI設置
西区周船寺1-5-25サンリットビル周船寺2階
☎092-407-2100

お薬をご自宅までお届け致します
24時間体制、年中無休
訪問調剤薬局
株式会社 **金本草**
TEL 405-1321 FAX 405-1325
西区野方3-45-18

いるかに関わる全てを笑顔にしたい!!
訪問介護 **いるか**
相談支援 **いるか**
ケアプランセンター **いるか**
デイサービス **いるか**
TEL 092-891-6722
福岡市西区上山門 1-2-41

—— きっと会える、笑顔に会える ——
お気軽にお問い合わせ下さい
介護付有料老人ホーム
西の丘
有限会社 精祥 西区西の丘1-6-1 西市民プール隣り
TEL(092)891-8715
福岡県指定第4071201620号
特定入居者生活介護(一般型) <http://www.seishou.biz>

医療法人
南川整形外科病院
整形外科・内科・形成外科・麻酔科
リハビリテーション科・リウマチ科
西区姪の浜4丁目14-17(西鉄ストア前)
☎891-1234

病院考案の住まい
Casa
住宅型有料老人ホーム カーサ今宿
西区今宿東2丁目30-24 ☎(092) 807-3667
内科・リハビリテーション科
茂木病院
西区姪の浜6丁目1-20 ☎(092) 881-0638

西区老ク連事業

リーダー研修会



表彰を受けた岡田会長

8月3日(水)、西市民センターにてリーダー研修会を開催し214名が参加しました。はじめに西警察署から高齢者の交通事故や、二セ電話詐欺の対策等をお話いただきました。またこのたびは西区老ク連が福岡県知事から「二セ電話気づかせ隊・団体表彰」を受賞し、

西区へ表彰状「二セ電話気づかせ隊」



講師の佐藤靖典さん

近藤課長より岡田会長へ表彰状が授与されました。続いて福岡県レクリエーション協会専務理事の佐藤靖典さんより「一生生き高年齢者の元気がまちを笑顔・元気にする」と題し講演をしていただきました。外出したり、老人クラブの役員を務めるなど、様々なことを進んで行うことは認知症予防にもつながり、また人のため、自分自身のためになる等、分かりやすい内容でした。(総務部云)

新任会長・新任女性部長研修会

新リーダー62名が参加



事例発表を行った吉田会長と高木女性部長

6月22日(水)、西市民センターにて新任会長26名、新任女性部長36名が集まり、新任会長・新任女性部長研修会を開催しました。はじめに西警察署生

活安全課の亀崎係長より二セ電話詐欺について、西区老ク連の生田副会長より老ク連の現状について、続いて石丸校区連合会の吉田一郎会長と、岐校区連合会の高木千鶴子女性部長から日頃の活動について事例発表が行われました。研修では活発な意見、質疑応答があり、参加された皆さんの今後のクラブ運営に向けての意気込みが伝わってきました。(総務部云)

平成28年度 表彰受賞者紹介

西区老人クラブ連合会より以下の方々が表彰を受けましたのでご紹介いたします

福岡市高齢者保健福祉大会 福岡市老人クラブ連合会会長表彰

☆ふくふくクラブ福岡「会員増強運動特別賞」(1単位クラブの会員数が5名以上純増)

Table with 2 columns: Club Name and Representative Name. Includes clubs like 西の丘ゆうゆうクラブ and 生の松原長寿会.

福岡市福祉のまちづくり推進大会

☆市長表彰(老人クラブ事業功労者)

Table with 2 columns: Club Name and Representative Name. Includes 玉の井会 and 今宿東町悠遊クラブ.

☆市長感謝状(老人クラブ事業功労者)

Table with 2 columns: Club Name and Representative Name. Includes 吉武老人クラブ長寿会 and 羽根戸老人クラブ高砂会.

☆福岡市社会福祉協議会会長表彰(老人クラブ事業功労者)

Table with 2 columns: Club Name and Representative Name. Includes 友鶴会 and あたご明寿会.

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

膝・肩など関節痛の治療

福岡リハ整形外科クリニック

092-812-1880

福岡県福岡市西区野方7丁目752-1

福岡リハビリテーション病院 横



http://frh.or.jp



医療法人三聖会 岸田内科医院

西区姪浜駅南2丁目19-22 Fax.892-3031

Tel.092-892-3030

内科・眼科・整形外科・緩和ケア内科・人工透析内科

村上華林堂病院

在宅療養支援病院 訪問診療・居宅介護支援・訪問看護・訪問リハビリテーション 西区戸切2-14-45 TEL092-811-3331



社会福祉法人 あすか福祉会

みなさまに笑顔と安心を捧げたい

特別養護老人ホーム デイグニティ内浜

(事業所登録番号:第4071203063)

ショートステイ デイグニティ内浜

(事業所登録番号:第4071203071)

西区内浜2丁目9-23

TEL:092-891-5118 FAX:092-891-5108

きむらしろうクリニック

内科・消化器内科・胃腸内科

・胃、大腸内視鏡検査・大腸ポリープ日帰り手術・生活習慣病

Table with 2 columns: Time and Days. Shows clinic hours for 9:00-12:30 and 15:00-18:00.

移転しました!スーパーマールキョウ前 ※予約検査

西区福重5丁目19-8 ☎892-4600

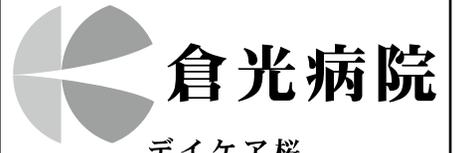
しおりクリニック

Table with 2 columns: Time and Days. Shows clinic hours for 9:00-12:30 and 14:00-17:00.

西区上山門1-14-1 1F(エフコープ横)

☎ 092-884-1112 (いいひふ)

医療法人社団 飯盛会



倉光病院

デイケア桜 グループホームいいもり

西区飯盛664-1 TEL.811-1821

昨年の演芸大会上位 7 チームが参加



楽しく交流重ね育む絆

当日は西区演芸大会の上位入賞 7 団体と、松濤園入所者 3 組で踊りや民謡、詩吟を披露

最後に、全員参加の炭坑節を踊り、入所者の方との楽しいひと時を過ごしました。

(伝承社会奉仕部云)

老人施設慰問

施設が 4 月に移転するため、今年度は例年より早い 9 月 27 日 (火) に福岡市立養護老人ホーム松濤園へ慰問を行いました。

しました。中でも施設の方によるギター演奏と入所者の方の創作ダンス「百万本のバラ」は、プロ顔負けの素晴らしいステージで会場を大いに盛り上げました。

(女性部云)

新開さんはぶどう栽培の農家に嫁がれ、大変苦

新開玉子さん
「生涯現役、元気に美しく、しなやかに生きる!!」

「いただきます。おごち

ことができました。

今年度は「福岡市高齢者

多の寺社めぐりで博多町

最後は東長寺へ行き、

挑戦された方は出口にたどり着くとほっとした表情に。

8 月 30 日 (火)、西市民センターホールにて女性部研修会を開催し、2 部構成で講演をしていた

先で学んだことのおかげで今があるということをお話いただきました。

続いて、小ノ上マン太朗さんの「健康漫談」と博多ひばりさんによる「美空ひばり歌謡メドレー」を歌っていただき、笑いあり、歌ありの充実した内容で、参加者 200 名は最後まで楽しく学びることができました。

今年度は「福岡市高齢者

多の寺社めぐりで博多町

最後は東長寺へ行き、

挑戦された方は出口にたどり着くとほっとした表情に。

女性部研修会

「食で世直し」 自然の恵みに感謝



講師の方々と記念撮影

「美空ひばり歌謡メドレー」

今年度は「福岡市高齢者

多の寺社めぐりで博多町

最後は東長寺へ行き、

挑戦された方は出口にたどり着くとほっとした表情に。

そうさまでした」と心を込めて言えるようにしたいとの思いから今の農産物直売所を始め、現在も続けておられます。

今年度は「福岡市高齢者

多の寺社めぐりで博多町

最後は東長寺へ行き、

挑戦された方は出口にたどり着くとほっとした表情に。

女性部視察研修会

見どころ満載の博多を散策

10 月 21 日 (金)、恒例の女性部視察研修会を行い、各校区から 2 名の女性会

多の寺社めぐりで博多町

最後は東長寺へ行き、

挑戦された方は出口にたどり着くとほっとした表情に。

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

松尾歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~12:30	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~19:30	●	●	●	●	●	●

※訪問診療致します※ 日・祝 休

西区今宿青木 536-1
TEL 807-1919

浜田内科クリニック

Hamada internal medicine clinic

内科 消化器内科 内視鏡内科

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

石丸 2 丁目 26-3 TEL 881-1177
http://www.hamada-imc.jp/

椎木歯科医院

入れ歯のお悩みありませんか?

受付時間
平日/午前 9:30~12:30 午後 2:00~6:30
土曜/午前 9:30~午後 4:30 ■休診/日曜・祝日

西区上山門 1 丁目 4-5 下山門 団地 31 棟前
TEL 891-8377

歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

ちしろ歯科医院

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

休診日/日曜・祝祭日

西区野方 3-1-2 Tel 092-407-7070

社会福祉法人 信和会

軽費老人ホーム

玄洋荘

西区田尻 2697-1
TEL (092) 807-0850

社会福祉法人 今山会

特別養護老人ホーム **寿生苑**

在宅サービスあります

介護に関するお困りごとは、お気軽にご相談ください

西区大字田尻 2705-1
TEL (092) 806-8822

地域密着型特別養護老人ホーム **美の里**
ショートステイ・デイサービス
西区大字田尻 2535 TEL (092) 807-3366

グループホーム 田尻の里

好きに暮らして、明るく安心!!

有限会社モリモト 福岡市西区大字田尻 1520 番地
TEL (092) 806-4111
FAX (092) 806-8788

訪問介護 介護相談 **さくら**

訪問介護事業所

訪問介護 **さくら**

福岡市西区野方 2-13-5
TEL : 092-407-1971

西区老ク連事業

参加者のコメント



川野美恵子さん(85)
金武校区

健康の秘訣は？
大好きなクラウンド・ゴルフを週3回行い健康づくりに励んでいます

11月29日(火)、西体育館にて第6回西区高齢者ソフトダーツ大会を開催しました。
競技はカウント・アップを2試合行いその総合得点で順位を決めます。皆さん狙いを定めて高得点を狙っていました。

第6回西区高齢者ソフトダーツ大会

狙いをしっかり定めて



大会結果

順位	氏名	校区	得点
優勝	本山 和子	姪浜	925
準優勝	三好 均	下山門	904
第3位	兼元 年勝	玄洋	893
第4位	福田 眞治	玄洋	876
第5位	石橋 みどり	周船寺	876



上位20名は2月23日(木)の市大会に出場予定です。皆さん頑張ってください。

90代も元気に参加



平田留吉さん(93)
玄洋校区

ダーツは年齢関係なく誰でも楽しめるスポーツです！

また今大会の最高齢者賞は、男性が愛宕校区の佐藤操さん(94)、女性が金武校区の川野美恵子さん(85)でした。川野さんは16位入賞と好成績を残されました。(体育部会)

点を目指しました。

【市長賞】前田美彦さん「裸婦」



第46回福岡市高齢者美術展
市長賞に前田美彦さん

10月20日(木)～25日(火)、福岡アジア美術館で第46回福岡市高齢者美術展が開催され、洋画、日本画、書、写真、工芸の合計127点が出展されました。西区からも21点出展し、金武福岡ハイタウン和みの会の前田美彦さんの洋画「裸婦」が見事、市長賞に輝きました。また、石丸校区ときわ会の上野サダ子さん(99)の工芸「白寿の健康法」が、工芸の部の金賞と、女性の部の最高齢者賞を受賞されました。



上野サダ子さん(99)

西区シルバー芸能自慢大会

舞踊「お初」



カラオケ「イヨマンテの夜」

43組が芸を披露
参加者増



フラダンス「一期一会」

西区の芸連者が集う西区シルバー芸能自慢大会を、11月11日(金)西市民センターホールで開催しました。出演者は前回は大きく上回る43組、99名でカラオケや吟詠、日本舞踊、創作ダンス、フラダンスそして尺八やハーモニカ演奏などバラエティに富んだ演目を披露しました。今回は西区老ク連の女性の皆さんも初めて参加し「おてもやん」を元気に踊りました。(教養文化部会)

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 福光会
ふくだ眼科クリニック
院長 福田恭江

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後2:00~5:30	○	○	○	休	○	休

日曜・祝日休診
西区今宿 3丁目19-10 ☎806-8550

内科 糖尿病内科
十緒方内科

受付時間
平日/午前9:00~12:30 午後14:00~18:00
土曜/午前9:00~12:30 午後休診
休診日/日・祝日

西区橋本2丁目17-31
☎811-4726

内科・小児科・呼吸器科・消化器科・循環器科
千鳥橋病院附属
新室見診療所

診療時間	午前(8:50~12:00)	午後(13:30~16:30)	夜間(17:30~19:30)	往診可
月・火・木	○	○	○	○
水	○	○	○	○
金	○	○	○	○
土	○	○	○	○

※12:30まで
訪問リハビリテーション / 通所リハビリテーション / ケアプラン作成
福岡市西区新室見1-27 (新室見信号東へスグ) ☎891-3711

ふちの眼科

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	※
午後2:00~6:00	○	手術	○	○	○	/

※土曜日は9:00~13:00迄 休診日/日曜・祝日
西区周船寺 1丁目10-7 TEL 092-807-6171 FAX 092-807-6176

地域密着型 通所介護 **デイサービスこの花**
福岡市西区下山門2丁目9-6
TEL(092)834-6748/FAX 894-5580
併設事業所 ■訪問看護ステーション はな ■ケアプランセンター はな

ご見学・お問い合わせは、お気軽にどうぞ
小規模多機能型居宅介護 **三丁目の花や**
西区今宿東2-2-10 TEL 805-8313/FAX 805-8312

溝上歯科
学研都市クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土・日・祝
9:30~12:30	○	○	○	○	○	休診日
14:00~19:30	○	○	○	○	○	休診日

西区横浜3-34-7 ☎092-805-1110
http://www.mizokami-do.com/

陽だまりのような空間
社会福祉法人 瀧仙
姪浜
デイサービスセンター

福岡市西区姪浜3丁目1-7
TEL(092)885-8323 FAX885-8324

医療法人 英慶会 **三愛クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~18:30	○	○	○	○	○	/

周船寺2丁目12-39 ☎806-1020 (周船寺郵便局前)

福岡市大会
結果報告

西区代表が健闘
最後まで意地みせる

福岡市7区より選抜された代表が集い熱戦を展開する福岡市大会が開催され、ゲートボール、ゴルフ・ド・ゴルフ、囲碁・将棋の各大会で西区代表の皆さんが健闘。見事な成績を残しました。

ゲートボール大会

雨のため1日順延となった10月6日(木)、博多区の山王公園にて、福岡市高齢者ゲートボール大会が開催されました。今年も西区代表として元岡校区から上川原楽笑会チームと石崎楽笑会チームが出場しました。



上川原楽笑会チーム



石崎楽笑会チーム

試合当日は、前日の雨とは打って変わった10月6日(木)、博多区の山王公園にて、福岡市高齢者ゲートボール大会が開催されました。今年も西区代表として元岡校区から上川原楽笑会チームと石崎楽笑会チームが出場しました。汗ばむような快晴のもと、参加18チーム101名で熱戦が繰り広げられました。大会結果は3コートとも博多区チームが優勝し、残念ながら西区代表は入賞を逃しました。また最高齢者賞として男性は石崎楽笑会の末松義太さん(89)、女性は上川原楽笑会の水崎サツノさん(91)が表彰されました。

ゴルフ大会

西区代表

3コースで準優勝

11月1日(火)、福岡市高齢者ゴルフ大会が開催され、西区代表として出場しました。11月に入り急に寒くなった中、各区の代表352名が3コースに分かれてプレーし、なんと西区代表が3つのコースの準優勝を独占しました。入賞者は次の通りです。

西区の上位入賞者

- 《赤コース準優勝》
橋本 栄さん 30 打(吉岐南)
- 《黄コース準優勝》
脇坂 四郎さん 33 打(吉岐南)
- 《青コース準優勝》
樋口 勝彦さん 35 打(姪 浜)



開会式の様子

九州ブロック老人クラブリーダー研修会

積極的な取り組みで会員増へ

女性部長 大森 節子

7月7日(木)、8日(金)、ヒルトン福岡シーホークホテルにて九州ブロック老人クラブリーダー研修会が盛大に開催され、441名が参加されました。今回は「のぼさう、健康寿命! 担おう地域づくりを!」をメインテーマに、はじめに「老人クラブ組織の発展に向けて」と題し、全国老人クラブ連合会参事の河野敦子さんから基調報告がありました。

今回は「のぼさう、健康寿命! 担おう地域づくりを!」をメインテーマに、はじめに「老人クラブ組織の発展に向けて」と題し、全国老人クラブ連合会参事の河野敦子さんから基調報告がありました。その後3つの研究部会に分かれ事例発表がありました。私は第3研究部会の「会員増強の推進」に参加し、西区老々連の生田副会長をはじめ計3名の事例発表を傾聴しました。

- ◆高齢者を取りまく社会情勢
高齢化が急速に進む中、認知症、要介護になっても住み慣れた地域で最後まで暮らしたい。そこで老人クラブの存在が重要になる。市町村が行う新地域支援事業が平成29年度までに施行。地域住民とともに参画しよう。
 - ◆高齢消費者被害の深刻化
被害者の9割以上が高齢者。単位クラブに見守りサポーターの設置が必要。
 - ◆100万人会員増強運動
老人クラブの会員は、
- ①同一校区外のメンバーも在籍するソフトボールチームが老人クラブとして認められ入会。会員増につなげた。
 - ②パンフレット、チラシを作成して、各校区で加入の呼びかけに力を入れている。
 - ③自治会の総会時に60歳以上は自動的に老人クラブに入会することが決定され、自治型老人クラブとして会員が増えた。
- 以上、二者三様の報

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

みついき
満生順子
税理士事務所
税理士 満生 順子
西区姪浜駅南3丁目1-9 第三城南姪浜ビル2F-C
TEL 092-894-1548
FAX 092-892-6489

社会福祉法人 明桂会
内浜保育園
西区小戸4丁目13-10 ☎881-3037
分園 花のおさなご
西区姪浜4丁目7-9
☎834-5171

学校法人
まつばら幼稚園
福岡市西区今宿1丁目25-3
TEL.092-806-0220

元幼
学校法人 元岡学園
もとおか幼稚園
西区大字 元岡 2791 ☎092-806-2555

~世の中 安穏なれ 仏法ひろまれ~
浄土真宗本願寺派
法裕山 善覚寺
西区徳永972番地
TEL 092-806-1890

社会福祉法人 児愛会
ひなぎく保育園
園児一人ひとりが楽しんで過ごせる保育園に!
保護者の方が安心して子どもを預けられる保育園に!
福岡市西区拾六町団地2番2号
TEL(092)881-2719

社会福祉法人 隆美会
飯盛保育園
西区大字飯盛534
TEL(092) 811-1309
FAX(092) 811-1755

社会福祉法人 ひまわり会
第2ひまわり保育園
福岡市西区生ノ松原2丁目12番6号
TEL.092-891-5040
FAX.092-891-5042



囲碁・将棋大会

7月26日(火)市民福祉プラザで福岡市高齢者囲碁・将棋大会が開催され、西区より8名が出場しました。

囲碁の部は、初・二段戦で松崎浩さん(西陵)と、級位戦の青木安廣さん(下山門)が2勝2敗で見事3位に入賞。将棋の部有段戦では、各パートとも接戦で、

原季樹さん(内浜)が4位、富永定何さん(内浜)が5位に入賞。また級位戦では、中富勲さん(下山門)が予選パート全勝で決勝に進まりましたが惜しくも4位となりました。

校区活動紹介

玄界

校区

西区の三島の一つ 玄界灘の海の幸豊かな「玄界島」

連合会会長 宮川 正

西区の三島の中の周囲約4kmの玄界島。一周するのに徒歩で1時間ぐらいかかります。島の高台に行き、福岡の方を見ると、志賀島、能古島などをみるのができ、見

晴らしは絶景です。

平成17年には、福岡県西方沖地震により一時、全島避難を余儀なくされるなど、甚大な被害を受けましたが、行政と島民が一体となって復興

事業に取り組み、住宅や道路などが約3年間という短期間で整備され、復興を成し遂げることができました。その間、西区

老人クラブ連合会をはじめ、各方面から多大なるご支援と励ましのお言葉をいただき、改めましてお礼申し上げます。

島の基幹産業は、もちろん水産業で、マダイ



発表する生田副会長

告がありました。いずれも目的は同じでも地域性があり、非常に参考になりました。

今後ますます高齢化が進む中で会員増強の問題は老人クラブの永遠の課題です。これからは、ともにアイデアを出し合いながら様々なことに積極的に取り組んでいく必要があると思います。

やブリ、アジ、イカなどの魚、そして特産品のサザエやワカメなど、玄界灘のおいしい魚介類が豊富に水揚げされています。農業は、震災後に

先客(いのしし)があり、野菜づくりをしています。したが、今は作ることに困難になりました。

島の住民も高齢化が進み、人口の3分の1ぐらいは高齢者です。しかし、私をはじめ老人クラ

ブの会員の多くは、まだまだ現役バリバリで漁に出ています。

さて、当校区の敬老の日の祝賀会の様子を紹介いたします。

当日は開催の案内が島内放送されます。男性は魚を休み参加しています。保育園児、小中学生が心

温まる言葉を綴ったメッセージを会場に出向いてきてくれて皆さんに披露してくれれます。メッセージ

今、会員は163名です。高齢者も何か地域の役に立てばと思い、子どもたちがよく遊ぶ公園の除草作業、社内外の清掃をみんなで行っていきます。美化活動に力を入

れているおかげで「きれいになりました。ありがとうございます。声をお聞かせください。これからも地域の皆さんとともに助け合い、住みよい島にしていきたいと思います。

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

タクシーのご用命は
ゲン気でカイ適な

玄海タクシー ☎881-1438

福交無線センター ☎822-1234

有限会社 玄海タクシー

社会福祉法人 飯盛会

デイサービス はねどの湯

入所 短期入所 通所介護

福岡市西区羽根戸521

☎(092)892-2310

体験無料

デイサービスセンター **193**

いっきゅうさん

TEL (092) 895-1936

福岡市西区上山門 1-9-3

介護付き有料老人ホームサンルーム松栄

一般・矯正・小児歯科・歯科口腔外科

松岡歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	17時まで

【休診日】日曜・祝日

西区太郎丸1-3-10 Tel 092-807-1388

社会福祉法人 福岡市民生事業連盟

拾六町

デイサービスセンター

福岡市西区拾六町団地 4-3

電話 **092(885)5511**

FAX **092(885)5527**

(株)ニチコミからの お知らせ

URL <http://www.nichicomi.com>

各地の老人クラブの活動の **今** 随時更新!!

「西区老ク連だより」の発行のお手伝いをしております株式会社ニチコミのホームページでは、全国の老人クラブの様々な活動を紹介しております。

「いきいきシア活動紹介」コーナーにて全国の元気なクラブ会員の「今」を紹介しています。

まずは **ニチコミ** 検索

夜間外出の際は **反射材** の着用を!!

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



吉岐南校区は西区南部の室見川と飯盛山・叶獄の裾野に抱かれた位置にあり、緑豊かな西部運動公園や羽根戸・野方遺跡群に恵まれた地域で、6

吉岐南 校区

地域カフェについて

つどおう・はなそう・つながろう

連合会会長 田尻 慶久



単位クラブ305名の会員が集う所です。校区内人口が、平成28年3月の資料で10429名。65歳以上の高齢者が33.5%と西区の平均33.6%とほぼ同じですが、中でも我が野方台叶会は39.8%と地区でも突出して高く、同じような地区が他にも2区あります。



大にぎわいの さらさらとカフェ
さらさらとカフェでは毎月第一日曜日に校区内の医療介護事業所の協力を

人、世代、団体 枠を越えた交流の場
このような実情を踏まえて、自治協議会が老人クラブや社会福祉協議会、民生児童委員に呼びかけて、高齢者が孤立しないように人と人が世代の枠や、老人クラブをはじめ諸団体の垣根を越

えて交流する「居場所」「たまり場」を作ったのが「さらさらとカフェ」で、野方台老人クラブ叶会では「ひだまりカフェエ野方台」として、いきがいつくりには会員が率先して動いています。

で送迎から場所の提供まで、商店連合会の協力や食事や野菜の販売などを実施。お茶やコーヒーを片手に健康チェックや健康相談、マッサージから

ネイルにメイク。はたまた折り紙に編み物、時には歌や踊りの催し、たまにはお勉強会もありま



元気になれる ひだまりカフェ
ひだまりカフェでは野方自治会の支援で老人クラブ、子ども会、ふれあいサロンなどから50名以上の団地住民の集まりの中で、小物作りやゲーム会、演芸会やDVD映画鑑賞などお互いに楽しみ、元気をもらい癒やされています。

我々世話する若無(若武)者も、交流や支え合いのさらなる充実・発展につながることを願っています。



私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

駐車場アスファルト舗装工事一式
(株)マツオコンストラクション
西区桑原1115-1
☎(092)807-7199
関連企業:(株)松尾管工(配水管布設工事一式)

K KYOWA
株式会社キョーワ
西区今宿2丁目11番16-1
TEL:092-806-0561

◆西部ガスエネルギー特約店
◆産地直送米取扱店
有限会社 甲山商店
福岡市西区周船寺 2-18-3
TEL 092-806-1421
<http://www.kouyama.co.jp>

土木工事業、とび・土工工事業、石工工事業
造園工事業、水道施設工事業、クレーンチャーター
測量業務、建築外構、舗装工事
細川土木株式会社
西区大字金武2047番地3
土木部:(092)811-2700
クレーン部:(092)811-0100

土木工事・産業廃棄物収集運搬
島村産業株式会社
西区今宿町539-23
TEL(092)806-6353

西区老人クラブ連合会を 応援しております!

単ク紹介

西陵校区 生の松原長寿会

ポジティブな活動で 元気な高齢者を目指します

会長 横地 茂

昭和46年に新興住宅（通称、生の松原団地）としてできた約400世帯程の町内にある老人クラブです。近くに



ゴミのないまちへ

生の松原長寿会の主な活動は4月に総会を開催して新年度がスタートします。総会後の懇親会、そして健康づくりのためのグラウンド・ゴルフを週3回と練習前の消防公園の清掃と整備、自治会の協力で集会所で

多彩な行事で絆深まる

生の松原長寿会は昭和49年に結成され、今年で43年になります。現在、会員は男性38名、女性42名の80名で、年齢は65歳から最年長者が101歳

のニュースポーツのペタンク、輪投げゲームを月2回、カラオケ同好会もあり月2回、自慢の歌を披露しています。また町内にある菜園での野菜づくりと、仲間内の品評会、そして月1回の菜園周辺道路掃除に取り組んで健康的な活動をしています。さらに、年2回の研修バスハイク



地域の清掃は私たちにお任せ

福重校区 福親会

チャレンジ精神を忘れず 楽しく元気に活動中!

会長 植木 伊津子

私たちは福親会（西区福重校区の老人会）です。

毎週、月、火、木曜日にグラウンド・ゴルフ、その他にもカラオケ、ダンス等々を行っており、いつも35名前後で活動しています。

また、年間行事としては、親睦会、出前講座（ビンゴゲーム）にこにこ体操、夏にはぶどう狩り、12月は忘年会&バス旅行。1月、2

月は三社詣りなど様々な行事を企画しています。福親会の行事に参加してもらい、笑ったり、声を出したりしておしゃべり談議に花を咲かせることで、脳を活性化し、健康寿命を延ばせることにつながります。

今、団地の周りに花をたくさん植えて、春には花が咲き、押し車を推して散歩する姿が増えました。今後もいろいろな活動に挑戦して、会員皆で仲良く元気に過ごしていきたいと思っています。



キレイな地域を次世代へ



で会員の親睦を図っています。校区の3つの単位クラブの交流会は午前中は講演会、午後には演芸大会。自慢の歌、踊りを披露し、楽しい1日を過ごしています。私たちの単位クラブも参加している小学校2年生との昔の遊びは、2時間程の交流ですが、

登下校中に言えば、子どもたちが声をかけてくれるので、私たちも笑顔がこぼれます。自治協が主催するグラウンド・ゴルフ、カローリング、夏祭り、海岸清掃等の地域行事や、町内

会のふれあいサロン、公民館の高齢者教室やサークル等の事業にも積極的に参加しています。そして町内会、民生委員と連携を取りながら地域づくり、仲間づくり、健康づくりを目指して行きたいと思っています。

私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

目を若く保ち 生活の質を 維持しましょう

しっかり見えていますか？

●60歳を過ぎたら…

定期的に眼科検診を受けましょう。緑内障や加齢黄斑変性は早期発見が大切。白内障はタイミングよく手術を受けましょう。

●“年のせい”とあきらめないで

ドライアイ・なみだ目・眼瞼下垂（まぶたが垂れ下がり上がらない状態）はれっきとした病気です。治療により改善する場合があります。



単 々 紹 介

元岡校区 若鶴会・鶴寿会

若さで奉仕の精神で

若鶴会 会長 濱地 隆
 鶴寿会 会長 濱地 洋

私たちの元岡は、後ろに学問の先端を行く「九州大学」を配し、前方に広々とした水田、そして、その背後に高祖山と雷山山系と、風光明媚な所に位置しています。この地に二つの老人クラブがあります。

まず「若鶴会」は(坂の谷・永田隣組で構成) 会員は63



名、そして「鶴寿会」は(山手・下の谷・馬場隣組で構成)78名で構成しています。両クラブともそれぞれ、会長、女性部長、隣組役員を置き、運営をしています。

■ 会話をしながらスポーツで心身健康 ■

その他に元岡町内会は、運動広場(軟式野球とゲートボール場)を持っています。現在市に管理を委託しています。元岡町内が優先して使用できるので便利です。この

広場で、グラウンド・ゴルフを毎月1回(6月・8月休み)練習会、その他、各隣組で週1〜2回行っています。また、ゲートボールも練習試合を、愛好会を中心に週2回楽しく

便宜上、総会、行事等は「元岡老人クラブ連合会」として合同で活動しています。

まず、総会の主なものとしまして、新会員の紹介(本年度3名)と米寿の方へのお祝い品進呈(本年度5名)でした。終了後の懇親会とカラオケ大会などは「仲間をつなぐ」ための大切な催しだと思っています。

奉仕活動も積極的に

奉仕活動として、元岡の産土の神を祀る「八坂神社」境内の清掃と、元岡町内周辺道路の空き缶拾いを年7回行っています。

私たち「元岡老人クラブ連合会」は、自分たちの健康維持と、社会奉仕の二つの活動を楽しく、笑顔でやっています。



茶 ち ち ち クラ ブ

校 区	姪 北	会 長	田 中 準 二
設 立	平成 28 年 10 月 12 日		
会 員 数	35 名 (男性 11 名、女性 24 名)		



茶ちちちクラブの主な活動

- ①健康増進事業
 - ・ラジオ体操・歩こう会・校区運動会
- ②社会奉仕活動
 - ・清掃美化活動・花壇植栽
- ③教養文化活動
 - ・講演会・手芸作品
俳句・短歌づくり等々



ほ く ほ く 会

校 区	姪 北	会 長	大 堂 眞 圓
設 立	平成 28 年 10 月 1 日		
会 員 数	39 名 (男性 20 名、女性 19 名)		



「ほくほく・元気」のほくほく会(11月22日の設立総会)

姪北校区第1号のクラブとして、姪浜北住宅の「茶ちちちクラブ」とともに誕生しました。姪北の北にちなんだ名前にふさわしく「ほくほく・元気」をモットーに活動を開始しました。人生90年代時代へ、いよいよ我らの時代が到来したと、高齢社会を前向きに捉え、主催行事を組むほか、校区の様々な行事にも積極的に参加していきます。2月には大宰府政庁跡と梅の太宰府天満宮を訪ねるバスハイクを計画しました。

新 設 ク ラ ブ 紹 介

topics



基本はニコニコペース

ノルディックウォーキング実技体験会

背筋伸ばして軽やかに

健康部会 瀬村 康代



10月27日(木)に西部運動公園で、第4回ノルディックウォーキング実技体験会を開催しました。今年の実技体験会は南ブロックの校区の老人クラブ会員を対象に実施し、53名の会員が参加しました。爽やかな秋晴れのも



心地よい風を感じながら

と、インスタトラクターの方の指導で準備体操を行い、歩き方の説明を受けた後、ポールを使って西部運動公園のウォーキングコースを歩きました。ノルディックウォーキングはヨーロッパのフィンランドで始まり、今では全世界に広まっています。体の90%の筋肉を動かす全身運動でカロリー消費も高く、正しい歩行姿勢になる効果もあるといわれています。そういえば、参加された皆さんは帰る時には背筋がピンと伸びていました。次回は、西ブロックの校区を対象に行います。ぜひご参加下さい。

会員文芸

多数の作品の中から、広報部会が厳選した作品を掲載いたします。

俳句

おもしろなわ 大注連縄見上ぐる家族の笑顔佳し

愛宕浜校区 マリナタウンシニア会 江副 史子



通学の子の自転車に注連飾る

壹岐南校区 壹岐南長寿会 船越 香代子

真剣に葉分類秋の夜

壹岐南校区 野方福寿会 的野 しづ子

川柳

元他人結ばれてこの大家族

姪浜校区 新寿会 片山 悦子

ポケモンGO程度過ぎればぼけもん

愛宕浜校区 マリナタウンシニア会 麻生 昭雄

短歌

友と行くいろは島の棚田には赤白の彼岸花咲く

今津校区 第三松寿会 相田 絹代



編集後記

最近の報道で特に多いのが、高齢者による自動車事故です。車は便利です。しかし昔からよく言われているように車は走る凶器です。運転する時は十分注意しなければなりません。万一事故を起こせば自分もとり相手も家族も皆に迷惑をかけます。広報紙の読者は高齢者です。皆さん気をつけましょう。

本号も各種行事の結果を掲載しましたが、それぞれの行事に関係された方はその時を懐かしく思い出されてはいかがでしょうか。また他のクラブの活動内容を参考にして自分のクラブ活動に生かして下されば幸いです。(広報部長 吉田 一郎)



ご協賛いただきました皆様方へ

このたびは、西区老ク連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。

本紙は会員が豊かで幸せな生活を送れるよう願って発行しております。

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。

福岡市

西区老人クラブ連合会

個性豊かな19演目 練習の成果、舞台で花開く

1年間の練習の集大成を披露



聖火ランナーも登場!



優勝 愛宕浜校区老人クラブ連合会(愛宕浜)「東京五輪音頭」

7月14日(木)、市民センターで演芸大会を開催し、一般出演14チームと特別出演を含む計19チームが出演しました。どのチームも手づくりのこだわりの衣装や小道具、オリジナルの振り付けなど、趣向を凝らした素晴らしい演技を披露。審査員泣かせの大会となりました。

そんな中、今回優勝を飾ったのは創作ダンス「東京五輪音頭」を元氣いっぱい踊った愛宕浜校区老人クラブ連合会。五輪カラーをイメージ

とした可愛い衣装が印象的で、息ぴったりのキレのある動きに「私も踊ってみたい」という声も客席からあがり会場を沸かせました。

あなたは大丈夫? 二セ電話詐欺



準優勝 生松会(壱岐)「生松台夏祭り一景(詐欺に注意)」

力強い太鼓演奏も見どころ



第3位 西の丘ゆうゆうクラブ(壱岐)「あばれ太鼓」

艶やかな踊りで会場を魅了



功労賞 生の松原長寿会(西陵)「恋の柳橋」

幻想的な世界観を表現



敢闘賞 福岡ハイタウン和みの会(金武)「アマテラス」

来年は、あなたのクラブも出場して一緒に楽しみましょう!



私たちは福岡市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・整形外科・リハビリテーション科
通所リハビリテーション

早良病院

西区姪の浜2丁目2-50

TEL 881-0536

株式会社 エス・エス・カンパニー
介護付き有料老人ホーム
生の松原ハッピーガーデン
TEL092-895-3101

生の松原デイサービスセンター
TEL092-895-3130
福岡市西区生の松原1-33-1

ケアハウス (公費補助施設)
桜ガーデン 生の松原

- 福岡ケアサービス ケアプランセンター
- 福岡ケアサービス ヘルパスステーション
- グループホーム 安養/花安養
- 小規模多機能ホーム 桜さろん
- 市立老人福祉センター 福寿園
- 特別養護老人ホーム 初花

F-C-S 社会福祉法人 福岡ケアサービス お気軽にご相談ください
TEL 881-0090

神田歯科医院
院長 神田晋爾
西区姪浜駅南1丁目6番22号
TEL092-882-5255

医療法人 S S C 入院部
坂口耳鼻咽喉科
SAKAGUCHI SURGICAL CLINIC

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

耳鼻咽喉科 アレルギー科
休診日: 水曜日午後/日祝日
TEL 092-894-1115

訪問診療・デイサービス・グループホーム
ときつ医院
【内科・小児科・神経科】

■診療時間 平日 午前 9:00~12:00
午後 1:30~ 5:00
休診 木曜午後・土曜午後・日曜・祭日

福岡市西区内浜2丁目6-7
TEL.092-882-3321

救急病院 開放型病院 臨床研修病院指定
医療法人 **西福岡病院**
医療機能評価 一般病院認定

理事長 安藤 文英 院長 中垣 充
TEL 092-881-1331(代) http://www.nishifukuho.jp

- 介護老人保健施設 西寿
- ケアプランサービス
- 通所リハビリテーション
- 訪問看護ステーション ふよう
- ヘルパスステーション 生きがい

医療法人 西福岡病院
介護老人保健施設
西寿 (せいじゅ)
施設入所・ショートステイ・通所リハビリ
TEL 819-0055
福岡市西区生の松原3-18-9
TEL: 892-3060