



すこやか 久留米

【発行】久留米市老人クラブ連合会 久留米市長門石1-1-32 久留米市総合福祉会館2階
 TEL 0942-39-1550 FAX 0942-65-7250
 編集・制作 株式会社二子コミ 福岡市博多区博多駅前3-9-1 大賀博多駅前ビル2階 TEL092-292-6538 <http://www.nichicomi.com>



炎のよう
な美し
さに
心を奪
われる



彼岸花は、鮮やかな赤い花を咲かせるのが一般的ですが、実は白や黄色の品種もあります。
 花の高さは40cm程度で、細長い茎の先端に数本の長い花弁が放射状に広がって咲くのが特徴です。その形状がまるで炎のように見えることから、仏典に由来し、梵語で「天上の花」を意味する「曼珠沙華（まんじゅしゃげ）」という別名でも知られています。

写真撮影：佐々木 徳登 氏（南薫校区）

医療法人 雄和会
つる眼科
 TSURU EYE CLINIC
 久留米市善導寺町飯田905-7
 0942-47-3678

私たちは久留米市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 堀川会 <http://www.horikawa.or.jp>
 外科・内科・心療内科・精神科・精神科ケア・ナイトケア・リワーク
堀川病院
 (路線6・55 養行バス停留所川原駅前) ☎0942-38-1200(代表)
 住宅型有料老人ホーム 天然かけ流し温泉「ほりかわ癒しの湯」
スパビレッジ・ホリカワ
 木造建築 西鉄花畑駅より徒歩五分 ☎0942-31-3600
 ホリカワ訪問看護ステーション
 スパビレッジ介護サービス
 ホリカワ相談支援室
 介護老人保健施設 サンダイヤル 久留米市西町636番地
 ☎0942-31-1255

社会医療法人天神会 KOGA 古賀病院グループ
 住宅型有料老人ホーム
**こがケアアベニュー野伏間
 グランデ**
 2024年3月1日開設 / 入居・見学 受付中
 久留米市野伏間1丁目13-35 ☎0942-27-6145
 [協力医療機関] 野伏間クリニック 新古賀病院

医療法人 布仁会
 介護老人保健施設 **わかほら**
 グループホーム **わかほら**
 デイサービスセンター
村岡外科医院
 久留米市東柳原町1356 TEL0942-30-0100

がんの専門治療病院として、がんの予防
 治療・緩和ケアまで統合的に支援します
 医療法人 松風海
内藤病院
 久留米市西町1169-1 ☎0942-32-1212
**内藤クリニック
 通所リハビリテーション**
 見学
 お問い合わせ ☎0942-27-8792

医療法人聖峰会 介護老人保健施設
サンライフ聖峰
 住所 久留米市田主丸町田主丸1001-2
 TEL 0943-72-3446

医療法人 日新会
久留米記念病院
 160床の医療療養型病院
 内科・胃腸内科・呼吸器内科
 循環器内科・外科・整形外科
 リハビリテーション科・放射線科
 久留米市東合川8丁目8番22号
 電話 0942-45-1811 FAX 0942-45-2765

そめや歯科
訪問診療も受付
朝8:30から診療
 通町4-11
 パイン石油さんとなり ☎46-2218

さね よし
実吉眼科医院
 日帰り白内障手術
土日祝日も診療(年末年始・お盆除く)
 水曜午後休診
 岩田屋ヨコ **TEL37-3111**

【表彰者一覧】 敬称略

久留米市長表彰

氏名	連合会名	氏名	連合会名
増崎 淳一	篠山	高木友三郎	草野
山田 衛	京町	藤吉 隆一	荒木
原 智子	鳥飼	大鶴 秀雄	荒木
永平 義人	鳥飼	最所 忠輝	荒木
中村 昌明	長門石	田中 二郎	荒木
笠 徳男	小森野	崎野 薫恵	田主丸
梶原 康資	金丸	秋山 廣臣	北野
神代 孝男	東国分	松隈要之介	北野
渡辺 徹也	御井	徳永 寛	城島
行武 正俊	合川	吉村 勝彌	城島
尾形 忠昭	上津	川内野大志	城島
百合野道生	上津	高尾 正隆	城島
吉田 正憲	宮ノ陣	尾嶋 昭	三潞
関 俊二	宮ノ陣		

久留米市老人クラブ連合会 会長表彰【団体】

単位(校区・町)老人クラブ名	連合会名
西国分校区老人クラブ連合会	西国分
野中南クラブ	西国分
京町校区老人クラブ連合会	京町
南薫いきいきクラブ	南薫
長門石校区老人クラブ連合会	長門石
長門石中央ささえ愛クラブ	長門石
金丸校区老人クラブ連合会	金丸
福寿会	金丸
御井校区老人クラブ連合会	御井
南校区老人クラブ連合会	南
市営花園老人クラブ	南
高良内校区老人クラブ連合会	高良内
山本・庄老人クラブ	山本
柳坂老人クラブ	山本
第1長生会	荒木
青峰校区老人クラブ連合会	青峰
今寺悠遊クラブ	北野



第54回久留米市老人クラブ福祉大会

福祉大会に 83名と17団体が輝く

11月15日(金)久留米シティプラザ・グランドホールにて、第54回久留米市老人クラブ福祉大会を開催しました。当日は、439名の方が参加され松栄会長のごあいさつをはじめ、原口市長、吉富市議会議長よりあたたかいお言葉をいただきました。表彰では83名17団体が受賞し、謝辞として長門石校区老人クラブ連合会の中村昌明氏よりごあいさついただきました。受賞された皆さんおめでとうござります。今後の老人



クラブがより発展していくことを心より願っております。

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

大城診療所

診療時間 月・火・木・金 9:00~18:00
水・土 9:00~13:00
(休診日:日曜/祝祭日)

久留米市北野町乙吉2番地
TEL 0942-78-2117

内科・消化器科・循環器科
医療法人 **俣野内科医院**
院長 俣野 淳

＝診療時間＝ 日曜日・祝祭日
AM9:00~PM6:00
休診PM12:30~PM2:30 水曜日・土曜日午後

久留米市梅満町1296 ☎32-5710

外科・消化器外科
ひろつおながクリニック
そけいヘルニア/痔/内視鏡検査

久留米市原古賀町27-1
0942-39-2228

内科・小児科・アレルギー科・リウマチ科
松枝医院

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

休診日/日曜日、祝日
荒木町下荒木9-1 ☎26-1453

◆住宅型有料老人ホーム
◆サービス付き高齢者向け住宅
◆グループホーム
◆看護小規模多機能型居宅介護
◆小規模多機能型居宅介護

いちよの杜グループ(関連事業)
久留米市山川町326
TEL 0942-41-1822

青木内科消化器内科クリニック
久留米市東町2-3 TEL0942-30-6030

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00	○	○	○	○	○	○
12:00	○	○	○	○	○	○
14:00	○	○	○	○	○	○
18:00	○	○	○	○	○	○

※休診日/水・土曜午後、日曜、祝日

さくら歯科
訪問歯科診療行っています
【訪問専用TEL】(0942)37-0667

診療時間 インプラント(30万~)
平日...午前9:00~午後7:00(昼休み1:30~3:00)
土曜日...午前9:00~午後6:00(昼休み1:00~2:00)
休診日...木曜日・日曜日・祝日

久留米市東町28-1
☎(0942)39-7435

医療法人 白壽会
安本病院

内科・外科・消化器内科・呼吸器内科・人工透析内科
リハビリテーション科
介護事業
グループホームやすもと 安本病院ケアプランサービス「すばる」
安本病院デイセンター 安本病院訪問リハビリ

久留米市三潞町玉満2371 ☎0942-64-2032
URL://yasumoto.or.jp



市老連ゲートボール大会

10月9日(水)、秋晴れの
下、昨年同様、城島町ゲート
ボール場で大会を開催しまし
た。

参加チームは10チーム。
ゲートボールが盛んな城島町
からは4チームが参戦し、戦
略の限りを尽くした頭脳プ
レーが随所に見られ、白熱し
た戦いが繰り広げられまし
た。

優勝は「西青木」チーム。
準優勝は「草野」チーム。3
位は「内野B」チームでした。
上位チーム
は来年の福
岡県老人ク
ラブ連合会
主催のゲー
トボール大
会に出場予
定です。



各グループ優勝者

	男性	女性
A	田中 弘一(城島町)	鈴木 紗代子(善導寺)
B	中知 一美(北野町)	薮内 是子(山川)

最高齢者賞

男性	女性
高山 勇之助 (96)	高尾 澄香 (94)

※いずれも敬称略



10月24日(木)、久留米市老連
ふれあいグラウンド・ゴルフ大
会をリバーサイドパークにて開
催し、約330名の方が参加され
ました。
この大会は会員外の方も参加
可能な大会のため、多くの方にご
参加いただきました。当日は、初
めて会われる方も以前の知
り合いのかように楽しそうな会
話や笑顔が多く見られました。

市老連ふれあい
グラウンド・ゴルフ大会
GG通じて
交流深まる



会場が一体
となった一日
となりました。



6月21日(金)久留米シテイ
プラザにて久留米市老人クラ
ブ連合会カラオケ発表会を開
催しました。参加者46組48名。
出演者の皆さんは日頃の練
習の成果を発揮。のびのびと
力強い歌声に会場も大盛り上
がり。なかには応援グッズを
作って駆けつ
けた方も。
出演者の皆さんは日頃の練
習の成果を発揮。のびのびと
力強い歌声に会場も大盛り上
がり。なかには応援グッズを
作って駆けつ
けた方も。

市老連カラオケ発表会
多彩な歌声に
大盛り上がり



10月16日(水)、福岡県老人ク
ラブ連合会主催のゲートボール
大会が春日市で行われ、各地区で
勝ち抜いた代表20チームが参加
しました。
久留米市からは、5チームが参
加しました。結果は江島チーム
(城島)が3位に入賞しました。
最年少者賞には西青木チーム
の今村様を受賞されました。チ
ームの要となって活躍されました。

県老連ゲートボール大会
秋空の下
元気にプレー

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

齋藤醫院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~17:30	○	○	○	○	○	○

※火・金の午後は要予約 休診日/日曜日・祝日
※火・水・木・金の午後は訪問診療を行っております
在宅での看取りにも対応しています
久留米市白山町390 ☎0942-34-3110

丸田皮膚科医院

津福今町 276-8
☎38-1252

むたほとめきクリニック

呼吸器疾患 / 消化器疾患 / 外傷治療 / 在宅支援診療
久留米市諏訪野町 2363-1
☎0942-46-0909

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
午後 15:00~18:00	●	●	●	●	●	●

(休診日)日曜・祝日 ◎火曜、木曜、土曜日の午後は訪問診療又は往診

小柳歯科医院

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

休診日/木曜午後、日曜、祝祭日
久留米市南2-5-13
TEL 0942-22-8818

しながわ歯科医院

Shinagawa Dental Clinic

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

●月初めには必ずマイナンバーカード又は保険証をご持参下さい
●予約日時変更の際はご連絡下さい
久留米市山川町1623番7
☎0942-41-4182

しめはら歯科医院

久留米市田主丸町益生田855-1
TEL 0943-72-0805

油断敵大

自転車の無灯火運転
カサさし運転はやめましょう

安達医院

内科 / 腎臓内科 / 透析内科

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
☎0942-27-5312
久留米市西町921-14
http://www.kidney-adachi.jp/



いきいきクラブ体操を披露

久留米オリンピック

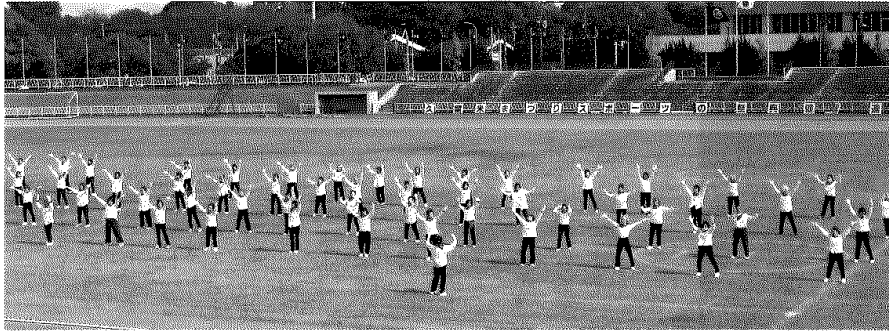
10月20日(日)、久留米市総合スポーツセンター陸上競技場にて久留米オリンピックが開催されました。

大会には、市内各地区老連より4名ずつ出場し、いきい

きクラブ体操を披露しました。服装も統一し、より美しく見える工夫を凝らし、元気いっぱい

の体操を披露しました。今年初めて参加する方も多

かったですが、日々の練習の成果を十分に発揮し、観客からも大きな拍手や声援が送られました。



わが町・わが校区 歴史探訪

田主丸町

柳瀬おくんち獅子舞

柳瀬のおくんち獅子舞は旧暦9月9日に無病息災・家内安全を祈り邪気を払う重陽の節句に開催されてきました。一般的に江戸時代末期に始まったと言われています。

先導役に赤鬼、青鬼。それと2匹の獅子。獅子は2人の舞手が動かし、頭は約7・5kg、胴体の棕櫚を用いた蓑まで入れると全総量は30kgにもなります。

祭りは柳瀬玉垂命神社で御祓いの神事から始まり、柳瀬地区の45軒を巡る「門付け」へ。太鼓やお囃子等は無く打ち込み(獅子頭を噛み鳴らす)を響かせながら巡ります。区長や宮座宅のほか、結婚や出産等のお祝いのある家では獅子舞を舞います。門付けが終わり、廻りが暗くなる頃、神社境内にて本番の「坪

舞」。観衆が息を呑む中、三種類の舞を舞います。舞手2人が呼吸を合わせ、打ち込みの音を響き渡らせると観衆からは拍手と歓声が上がります。祭りのクライマックスは舞手全員で拜殿へ駆け上がり「わっしょいーわっしょいー」と足を踏み鳴らし「祝いましょーもひとつせつー!祝つて三言!」と筑後地方独特の三本締め。舞手も観衆も大拍手の中、祭りは終わります。

興奮冷めやらぬ中、観衆は獅子舞に使われていた御幣を持ち帰り無病息災を願います。

柳瀬おくんち獅子舞は久留米市無形民俗文化財、久留米市の筑後川遺産登録2号「田主丸賑わう里」にも登録されています。田主丸には今も地域の人々によって200を超える祭りや神事、伝統行事が継承されています。



YouTubeにて獅子舞/獅子打ちを紹介中!

私たちに久留米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。



基礎工事・型枠工事

株式会社 阿南工業

久留米市宮ノ陣4-43-15

TEL/FAX 0942-55-8134

高齢者講習受付中



久留米自動車学校

〒830-0052 久留米市上津町2192

0942-22-1236(代)

お気軽にお問い合わせください

善導寺耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	-
14:00~18:00	○	○	○	-	○	17:00まで	-

TEL.0942-64-8338

久留米市善導寺町飯田396-7

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。

社寺銅板葺・建築板金

株式会社 **銅申**

代表取締役 岡田 和申

久留米市三潁町川田1795-2

TEL.0942-55-2896 Mobile.080-3954-1795

竹上歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	△
14:00~19:00	●	●	●	●	●	△	△

△土曜の午後は17時まで
□奥外来:土曜の午後のみ/予約制

久留米市田主丸町上原619-3

TEL.0943-74-1181

第54回 久留米市老人クラブ福祉大会

多彩な芸風と 抽選会で大盛況

田主丸町

【日舞】 槍さび



金丸校区



【詩吟】 西南の役 陣中の作

第2部 アトラクション

11月15日(金)、久留米市上りを見せました。米シティプラザにて第54回久留米市老人クラブ福祉大会アトラクションの部を開催しました。

1町4校区から12団体が出場し、カラオケやダンス、舞踊、さらにスリッパ三味線など、バラエティに富んだ芸風で会場を魅了しました。観客は多彩なパフォーマンスに見入り、演技の終わりには大きな拍手と歓声が湧き、会場は一層の盛り上がりを見せました。

大会の最後には抽選会が行われ、参加者たちは当選番号が呼ばれるたびにドキドキしながら結果を待ち、一喜一憂する様子が見られました。皆さんは笑顔を交えながら和やかな雰囲気の中で楽しい時間を共有しました。



田主丸町

【日舞】 寿



長門石校区



【剣舞】 月冴えて

田主丸町

【日舞・書道・吟詠】 富士山



私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

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

白地整形外科
スポーツクリニック

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

※木曜日の午前中は、手術日のため休診となっております。午後からは、通称外来となります。

久留米市御井町2159-1
Tel.0942-41-0379

合川さかもと内科

内科・呼吸器内科・アレルギー科・感染症内科
☎0942-41-8585 合川小学校南側

株式会社ササキ工業

代表取締役 佐々木 和彦
KAZUHIRO SASAKI

外構工事・土木工事・舗装工事
〒839-0809 福岡県久留米市東合川3丁目6-14
Tel 0942-43-2872 Fax 0942-43-1603
E-mail:sasaki-k@kpd.biglobe.ne.jp

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

新型特別養護老人ホーム(ユニットケア)

みづま敬和苑
久留米市三瀬町西年田6128-1 天然温泉

☎0942-51-6666

- みづま敬和苑ショートステイ(全室個室/ユニットケア)42床
- みづま敬和苑デイサービスセンター(定員100名)
- みづま敬和苑ケアプランサービス

高齢者介護でのお困りはお気軽にご相談下さい

医療法人 **小川眼科病院**

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

久留米市北野町山 572-1
TEL 0942-41-3701

D.K.S
Den Kuu System

電気工事
空調工事
AVシステム設備
建築

株式会社 **デンクウシステム**
久留米市山川通分1丁目4-3
TEL:0942-48-1405



わくわく抽選会
 アトラクションの後は、抽選会を行い、そば、カレー、お菓子など合計31個の賞品が用意されました。

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ずっと、元気に。
誰もがいつまでも活躍できる社会へ



みぞべ内科クリニック
 内科 / 胃腸内科 / 循環器内科
 外科 / 肛門外科
 発熱外来 / 胃カメラ
TEL/0942-27-8605
 久留米市諏訪野町1785-1

思いをカタチに
句集
 春潮
 久留米市老人クラブ連合会
TEL 092-292-6538
ニチコミ

Nestlé HealthScience 見逃さないで!!
他人事ではない
フレイル、予防の要に
栄養あり!

なんだか疲れやすい 体重が減った
 そんなあなたは
フレイル予備軍かも!?
 フレイルって?どんな栄養をとればいいのか?
 こちらで学び、いざ!フレイル予防!

校区活動紹介

三漕町

「新規イベント」 「昭和の懐メロを 歌う会」の開催

三漕町尚寿会
会長 平尾 光位

お盆明けの8月18日(日)に、三漕生涯学習センター集客室で「昭和の懐メロを歌う会」を新規に開催しました。

この催しは、昨年の「魅力ある尚寿会検討委員会」において、会員減少対策として、何か一つ会員の皆様に参加でき、楽しいイベントはないかと検討した結果開催することとしたもので、単なるカラオ

鳥飼校区

輪投げ大会開催 笑顔溢れる交流

円心会 会長 村上 正成

5月26日(日)、今年度最初の行事であります輪投げ大会を実施いたしました。予定通り29名が集まり10時ちょうどにゲームを開始いたしました。1回に6本の輪を持ち、どこに入れても表示板の数字に関係なく1点ということにしました。1番の人から投げ始め、最後の

ケ大会ではなく、私たちのなつかしい青春時代の演歌を歌うため、「昭和の懐メロを歌う会」と命名しました。歌う会は、会員のカラオケ機器の借用と学習センターの音響機器を使い、事務局で運営しましたので、ほとんど経費はかかりませんでした。

当日は、20支部の中から、最高齢91歳の会員を含め35名の出演者が青春時代の自慢の演歌を3時間に及び熱唱しました。会場は、立ち見席もできる観客150名の満員で「おひねり」を渡す方もあり、皆さん若いころを思い出しながら、盛大な拍手で大いに盛り上がりとともに、会員同士の親睦

人から終わったら2回目を投げる。最後まで回ったら3回目を投げ、3回のトータルで高い方から順位をつけ、同点の場合には生年月日の早い人の勝ちとしました。最後に表彰式まですべて終わることができました。みんなが喜んでくれたことがなによりでした。

も深まり楽しい時間でした。今後も、各種イベントを企画し、会員増強につなげたいと思います。



青峰校区

食事やカラオケで ともに誕生日を祝福

青峰校区老人クラブ連合会
会長 緒方 隆寛

青峰校区老連では会員の方々の誕生日会を4ヶ月に一度行っています。

今回は、4月〜7月生まれの方、8名の誕生日会を行いました。

会場は、青峰校区コミュニティセンター内にあります老人いこいの家で、参加者は26名でした。内容は、誕生をお祝いし、皆で食事をしながらお喋りや、カラオケをして楽しみました。

久し振りに会う仲間もいて、皆さん大いに盛り上がった様子でした。2時間程の間でしたが、楽しかったと言っていました。良かったことができました。



久々の再会に会話も弾む



私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

昭和12年創立
学校法人 久留米大谷学園
認定こども園
大谷幼稚園・こども園
久留米市西町540-1
TEL 0942-32-3062

「自分らしく過ごせる場所、共に育ちあう場所」

かおりこども園 かおりガーデンこども園
久留米市宮ノ陣1丁目12-10 tel.0942-33-8570

社会福祉法人 なの花会
千歳保育園
久留米市宮ノ陣町大杜1065番地1
TEL 0942-33-3778 FAX 0942-33-3787

すくすくのびのび
にこにこ きらきら
社会福祉法人
長門石保育園
久留米市長門石町538番地
TEL:(0942)38-7964

社会福祉法人コスモス会
大橋保育園
久留米市大橋町合衆85番地1
TEL.0942-47-0258

社会福祉法人 三宝福祉会
文殊乳児保育園
久留米市東合川7丁目6-10
TEL:0942-44-3388

社会福祉法人 白鳥福祉会
つばさ保育園
久留米市合川町235-1
TEL.0942-43-5585

社会福祉法人 屏山福祉会
かやのみ保育園
久留米市善導寺町飯田 359-2
TEL0942-47-3683

南薫校区

おもしろさ、楽しさを 次世代と共有！

南薫文化クラブ

永田 進

シニア世代になると、今まで培ってきた自分の経験や技術を活かしたい、楽しさや面白さを次世代と共有したい、と強く思うのではないのでしょうか？

南薫校区老人クラブ連合会では、老人いこいの家を利用し「南熏いきいきクラブ」を立ち上げ、傘下の「南薫文化クラブ」でこのような活動をしています。

2年前よりクラブ員の経験を活かし、「小・中学生夏休み／冬休み理科実験室」を行い、理科のおもしろさを伝えていきます。

初回は、小・中学校の理科

善導寺校区

高齢者・子どもの交流 グラウンド・ゴルフ大会

善導寺校区老人クラブ連合会

会長 林 勝利

10月14日に善導寺校区老人クラブ連合会・子ども育成会合同のグラウンド・ゴルフ大会を小学校グラウンドで行

の教科書の調査より始め、実験の内容決め、実験機器の手作り、校区だよりでの参加者募集、模擬実施の後、本番の実験室を開催しました。その後、見る・聞く中心ではなく、より深く経験できるように理科工作（製作）教室に変えてきました。

今夏休みは、子ども、大人だれでも参加できる活動に変え、「夏休みでんぱ・でんき体験会」と名付け実施しました。

午前の部は自由参加の、携帯やスマホが使えない災害時でも使用できる最新トランシーバー（送受信機）の使用体験会を行い、往年の機器より、最新の機器まで、使用体験し、また特設のアマチュア無線公開実験局の交信の様子を見学いただきました。

午後の部は申し込み制の、「簡単な【電子ゲーム機・実用機】の製作会」とし、電子ルー

いしました。

両会より56名（小学生19名、高齢者等37名）が参加しました。子どもたちは、老人クラブのおじいちゃん、おばあちゃんの手ほどきを受けながら楽しんでプレーし、親睦も深めることができました。最後に、子ども部も大人の部も優勝から7位までの者を表彰し賞品も贈呈し、大会は無事終了することが

レットや電子温湿度・大気圧計の製作に取り組んでいただきました。

参加者は、午前・午後合わせて30名程度でした。

催しの中では、技（わざ）や知恵を伝え、応える会話が弾み、また通信や作るおもしろさや楽しさを経験していただき、世代を超えた交流が出来ました。この催しは、今後も、継続していく予定です。

このような活動が出来ているのは、校区内のメンバーだけでなく、他校区の複数の同好の友人の賛同も得、協力・応援をいただいているからです。

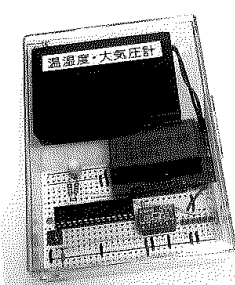
今後の課題として、現在の広報活動では、十分な参加者を得られていないこと、また、他校区の方を含め、同好者のさらなる協力が得られれば、今以上に発展した活動ができると思っています。

できました。

この大会も10年の歴史がありますが、当初は参加者も100名以上で、用具も全員分準備することができず、大会運営も大変でした。現在では、子ども育成会との協力のもと、高齢者と子どもとの相互理解も進んできたように思います。来年も頑張ろうと思われた方は、多いように感じられました。



世代を超えた交流



製作された電子温湿度・大気圧計



活動内容に興味のある方は、是非、市老連事務局を通し、連絡ください。

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

病気の早期発見と予防につとめよう

1. 健康診断や健康相談を活用しよう
2. 健康について学習しよう
3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう
4. 歯を大切にしよう

食事のヒント

高血圧予防

- ポイント
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

減塩は



社会福祉法人マリアの園福祉会
船越保育所
久留米市田主丸町船越418番地3
TEL 0943-72-0965

社会福祉法人 愛柳福祉会
かわい保育園
KAWAI HOIKUEN
久留米市田主丸町志塚島972-2
TEL.0943-72-3584

子どもの未来は 地域の未来!!
学校法人九州聖学園
久留米天使子ども園
ieishi
久留米市野中町1279
☎0942-38-5448

鼻炎・花粉症を和らげるツボ
指でツボをしっかりと押さえましょう。

合谷 迎香 大腸

学校法人 光琳学園
巨瀬川幼稚園
久留米市田主丸町田主丸743-5
TEL 0943-73-3066
<https://www.kosegawayoutien.com>

学校法人 森山学園
正進幼稚園
企業主導型保育所(0~1歳)
クルメキッズランド
<http://www.seishin-kg.jp>
久留米市津福今町471-10
TEL:0942-35-8732



交通事故とカラス達

金丸校区シニアクラブ 福寿会
会長 梶原 康資

◆プロローグ

やっと秋らしい気候になってきたパイ！
今年は幸いに台風が我が故郷（山）に来ないので助かってるタイ！
くり・柿の実等が「大豊作」パイ！
ところで何で人間は「交通事故」ば起こすとじゃろうかのう？
ある町の交差点近くの電線の上で4～5羽のカラス達がつぶやいていた。

下記の①～⑯に入る言葉を考えてみましょう。頭を使うことは認知症予防にもつながりますので、想像をふくらませてぜひ皆さんもチャレンジしてみてください！

カラス A

人間のオゴリタイ！
車の機能ばよく知らずに
運転しよるけんタイ！

カラス B

すぐ「①」ば出してのう～
「あ～気持ちがよか～」と言うてのう

カラス C

道路上ば「レースのコース」と
勘違いしてのう～
80km…100km…120km…

カラス D

気がついた時には
交通事故ば起こしたあと！
しまった～と、「あとの祭り」タイ！
我に返った後、反省ばかりタイ…

カラス C

そうしてのう、
「人間達の②」がどんどん進んでのう～
ハンドルば握って運転している人は
高齢者ばかり！

カラス A

早よう「運転免許証」ば「③」して、
鉄道・タクシー・バス等に切り替えたら、
どうかのう？

カラス B

そう云うても、
山間部の人達は足が無かタイ！
買い物等の生活が大変タイ！
人間の足が無いのと同じで、困るパイ！

カラス C

そこのう、カラスのエリートたちが
考えた「名案」ば教えようかのう？

カラス B

各地区にある「④」ば活用してのう、
日常生活品等は車で近くの集落（公民館）
で巡回販売してやればヨカタイ！
また、何年か先は「⑤」で各家庭の
指定した場所に配達してやるパイ！

カラス D

よかろうが。
そこで、早く「⑥」返納せんの～
「交通事故」ば起こしてからでは遅かパイ！

カラス E

後悔先に立たずタイ！

カラス A

周りの人、家族の人達が云うことは
聞いてのう、「⑦」ばおろしたらどうね？

カラス B

温泉等に行つての、
家族とともに「⑧」ばセンノウ（洗脳）？

カラス E

あの時「返納」していて良かった～
と「⑨」する日が来るパイ！

カラス A

ところで「運転免許証」の
取得年齢は「16歳」から！
返納する年齢は「80歳」までにと、
「⑩」で決めたらヨカタイ！

カラス B

高齢者の交通事故が激減するパイ！
本人もおまわりさん等も、助かるタイ。
家族も安心！「⑪」タイ！

カラス A

人間の起こす交通事故は、
死亡事故が大半パイ！

カラス B

カラス達も人間の交通事故の現場は
空から見るタイ。大惨事が多かタイ…
可哀そうでのう…

カラス C

カラス達は交通事故じゃなか、
空中事故は起こさんパイ～

カラス B

大空での広い空間は、
ゆうゆうと飛んでのう～
気持ちがヨカパイ～
そんな時には「⑫」に感謝するパイ。

カラス C

自動車の運転も、広い空間ば取つてのう～
「法定速度」ば守り、
あわてずに運転したらヨカパイ！
メクラカーブでの「⑬」は重大事故の前触れ！
スピードの出しすぎは絶対禁止！

カラス A

「交通事故」を起こして「⑭」はいても、
「喜ぶ人」はいないことを肝に命じ、
真剣にハンドルを握って運転してね～
以上

◆まとめ

「交通事故」防止！
人間の「⑯」の課題タイ！
そこで近い将来！「空を飛ぶクルマ」が
出現するとか～？
カラス達の大問題パイ！
頭がイタイのう～？
と夢の中で言っていた！

クルッパ君のくるまの「安全運転」の
お願いタイ！

【解答は11ページ】

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

防水工事業・塗装工事業

有限会社 **吉村防水工業**

雨漏り・外壁塗装のご用命は当社へ

☎0942-51-4221

大善寺町宮本107-32

SHINSEI

快適な人の暮らしと環境をクリエイトする

信成建設有限会社

久留米市藤山町1022番地

TEL.0942-21-6140

地域の **あんしん** **あんぜん** を創造する

九州環境建設(株)

久留米市津福本町1649-51

TEL.0942-39-2361

有限会社 **倉員建設**

Kurakazu

神社仏閣建築施工・一般建築

久留米市善導寺町飯田338-4

TEL:0942-47-1176

トータルリフォーム

かごしま内装

かごしま自動車販売

久留米市山川退分1-1-15

TEL/FAX 0942-45-0532

お中元・お歳暮・引出物・返礼品・記念品

ギフトセンター **三和商会**

☎特約引出物 **内祝** 香典返し

TEL.0942-32-6472

久留米市津福今町444-1

●総合塗装工事

●総合防水工事

●総合注入工事

有限会社 **ハヤシ・プロップ**

久留米市上津町1386-155

TEL 0942-21-8318

福岡県知事許可(特定)第081093号

株式会社 **高嶋造園**

代表取締役 高嶋 智久

本社 〒839-0807 福岡県久留米市東合川町514番地
TEL(0942)43-8454 FAX(0942)43-4016

福岡営業所 〒816-0911 福岡県大野城市大城4丁目1番4-5号
TEL(092)503-6355 FAX(092)503-6357
E-mail:tkz@ruby.ocn.ne.jp

会員文芸

川柳

鳥飼校区 広津 猛

大鼓の音境内に響く夏祭り

帰郷した息子も帰り二人きり

夜明け前つくつくほうしの鳴き声聞く

ベトナムの作務衣が似合う女の子

夏休み五日間のラジオ体操

猛の字新聞にぎわす猛暑かな

草刈りも暑さ理由に先伸ばし

若いと思えど息子も早六十歳

老人会「幼なじみ」の唄披露する

楽しみは三度の食事と老人会

子供の頃鳥に貝がら割ってやり

一度の人生国の為世の力を尽くす

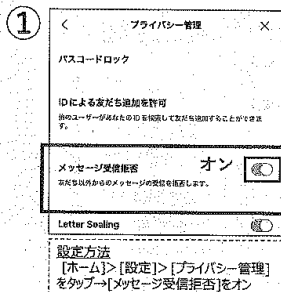
夏祭り子らと一しよにみこしかつぐ

なつかしのくるめ小唄で盛り上り

まだ若い七十八は鼻たれ小僧

【LINEによる被害勧誘の遮断措置】

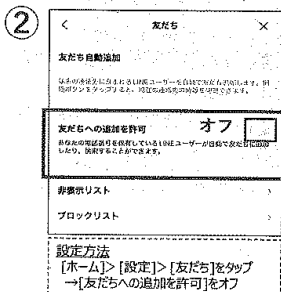
犯人側から一方的に送られてくる投資話の持ちかけ(宣伝広告)やグループ招待が届かないようにするための設定方法



① メッセージ受信拒否をオンにする

【効果】

登録している友だち以外からのメッセージの受信が拒否されるため、犯人側から一方的に送られてくる投資話が届かなくなります。



② 友だちへの追加を許可をオフにする

【効果】

何らかの経緯で、あなたの電話番号を保有しているLINEユーザー(犯人側)であっても、自動的に友だちに追加(グループへの招待)することができなくなります。

【注意】この方法は、犯人側からの一方的な送りつけを遮断するものです。投資等に興味を抱き、自ら宣伝広告等を検索して相手のLINEアカウントに勧誘される場合には、自分でそれを拒否するしか方法がないので注意してください。

ニセの投資話等を持ち掛ける SNS型投資・ロマンス詐欺に注意!

絶対儲かる

あなただけ

元本保証



あなたの夢を手助けしたい

投資しませんか?

すぐ返すので、お金を肩代わりして

〈予防のポイント〉

- SNS・インターネット上の投資話に、注意しましょう。
- 最近では、著名人になりましたSNS上の広告が、被害の入り口になっています。
- SNSを通じた投資話のもちかけや投資関連のグループトークへの勧誘に注意しましょう。
- 面識のない人からお金の話が出たら詐欺を疑いましょう。
- 「絶対儲かる」「あなただけ」という話は詐欺です。

こちらから被害勧誘の遮断措置方法もご確認ください!

<https://guide.line.me/ja/security/investmentfraud.html>

福岡県警察本部 生活安全総務課 特殊詐欺予防対策係

久留米市水道指定工事店 久留米市下水道指定工事店 マルキプロパン特約店 株式会社 坂田ガス住設 久留米市東柳原町283 TEL (0942)32-5410

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

梓建設株式会社

久留米市田主丸町石垣675-1
TEL:0943-72-1434

設備機器・工業用・業務用
プロパン冷暖房設備・オートガス

渡辺プロパンガス(株)

代表取締役 渡辺 精一
久留米市野中町1288(市場通り)
【本社】TEL0942-32-8291(代)
【オートガス】TEL0942-35-7545

久留米市水道指定工事店
久留米市下水道指定工事店

株式会社 **坂田ガス住設**

久留米市東柳原町283
TEL (0942)32-5410

濱崎建設株式会社

HAMASAKI CONSTRUCTION CO., LTD.

本社
久留米市宮ノ陣6-27-16
TEL 0942-34-1049

総合建設業

株式会社 **崎野工務店**

久留米市田主丸豊城95番1
TEL 0943-73-0540

西日本仮設株式会社

NISHINIHON KASETSU Co., Ltd

福岡県知事許可(般-2)第105568号

代表取締役 三島 健一

久留米市山本町豊田134番地3
TEL 0942-27-5557

白蟻 白蟻駆除・予防工事

56年の実績

株式会社 **衛専**

久留米市御井町244
TEL (代) 0120-43-1227
TEL (代) 43-1213 FAX 43-1221

環境整備・総合会社

共栄環境開発株式会社

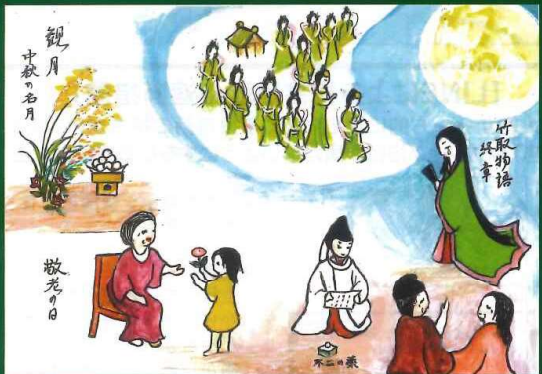
■本社 大牟田市汐屋町5番地15
TEL (0944)52-6732
FAX (0944)54-1525

■久留米支店 久留米市東合川干出町2番1
TEL (0942)45-3311
FAX (0942)45-3317

■大牟田支店 ■熊本支店

脳トレの時間

【間違い探し】



2つのイラストには、よく見るといくつかの違いがあります。よく見比べて探してみましよう。
【問題制作者】高良内校区老人クラブ連合会
山ノ手クラブ 会長 天野 彰徳

第46回 久留米市シニアアート展 作品募集

今年度も以下の日程で開催します。皆さんのたくさんのご応募とご来場をお待ちしています。

開催日

令和7年2月6日(木)~9日(日)
【開催時間】10:00~17:00 (最終入場時間16:30まで)
【開催場所】久留米市美術館 1階展示室

募集要項

- 【部門】絵画、手芸・工芸、書道、写真、共同作品
- 【資格】市内居住の60歳以上のアマチュア ※専門的な技術者の方は不可
- 【規定】
 - ・100cm×180cm×100cm以内の作品
 - ・1人1点 (共同作品と個人作品の同時応募は不可)
 - ・作品は製作後2年以内で、未発表のもの。
 - ※作品の取り扱いには十分注意しますが、壊れにくく搬入・搬出が容易な作品をご出品ください。
- 【応募申込期限】 令和6年12月24日(火)16:00まで ※平日9:30~16:00のみ、土日祝 受付なし

【出展申込】

- ・出展料無料
- ・事前申込にて、「出展申込書」に必要事項をご記入の上、郵送・FAXまたは下記申込先までお持ちください。受付後、事務局から連絡いたします。

申込先

久留米市老人クラブ連合会「シニアアート展」事務局
〒830-0027
久留米市長門石1丁目1-32 久留米市総合福祉会館2階
TEL 0942-39-1550 FAX 0942-65-7250

【編集後記】

久留米市老人クラブ事務局の勤務も来年3月までとなりました。あっという間の5年間が過ぎ去ろうとしています。就任当時は未曾有の危機?そう、コロナ禍真っ最中で、行事を開催するにしても何をどうしたらいいのか、手探り状態の日々でした。色々な方々からご支援や協力をしていただき今日を迎えます。そんな5年間を振り返って、自分の好きな武田信玄さんの名言が浮かんできました。「一生懸命だと知恵が出る 中途半端だと愚痴が出る いい加減だと言いつけが出る」

言い訳ばかりを愚痴ってたような気がしますが、これからも市老連をよろしくお願ひいたします。なお、掲載記事について要望や意見などありましたらドンドン事務局までお知らせください。
久留米市老人クラブ連合会 (小)

広告協賛へのお礼

このたびは「すこやか久留米」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。久留米市老人クラブ連合会

【副】 櫻宮 1: 月の子 2: 天女の 3: スキの 4: 団子の 5: 老母の 6: 子どもの 7: 不死の 8: かなの 9: 燈籠の

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

日本医療機能評価機構認定病院
医療法人 かぶとやま会
久留米リハビリテーション病院
理事長・院長 柴田 元
久留米市山本町豊田 1887
☎0942(43)8033
http://www.kurume-reha.or.jp

独立行政法人地域医療機能推進機構
Japan Community Healthcare Organization
JCHO(ジェイコー)
久留米総合病院
久留米市榑原町21番地
☎0942(33)1211
久留米総合病院附属介護老人保健施設
ジェイコー久留米老健

施設の特徴
・介護職員が24時間常駐、介護が必要な方が入居可能。
・運営母体が医療法人で、24時間医師と連絡可能。
・眺望に恵まれています。住環境に適しています。
・在宅に近い生活が可能。
ケアタウンしらゆり
ケアタウンしらゆりの第 久留米市小森野4丁目2番15号
入居者募集中【お問い合わせ】☎38-2211(ケアタウン)

内科・呼吸器内科・消化器内科・糖尿病内科
ファミリークリニック陽なた
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●
15:30~19:00 ● ● ● ● ● ●
休診日…水、土曜日の午後・日曜・祝日
訪問診療可 夜7時まで診療
久留米市梅満町1253-1 ☎36-5050

ホワイト歯科クリニック
西鉄宮の陣駅 徒歩1分
診療時間 月 火 水 木 金 土 (休診日)
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ● (日曜日)
14:00~18:30 ● ● ● ● ● ※ (祝祭日)
※土曜日午後は16:00まで
久留米市宮ノ陣1-8-15 ☎37-2244

医療法人恵有会
森山整形外科
診療受付時間のご案内
月・水・金 午前9:00~12:30 午後14:00~18:00
火 午前9:00~12:30 午後15:00~18:00
木・土 午前9:00~12:30 午後 休診
(日曜・祝日/休診) 入院誌
久留米市長門石2丁目9-63
TEL0942-30-1625

MRI
まるやま 脳神経内科 クリニック
内科・頭痛・もの忘れ・めまい・パーキンソン
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
9:00~13:00 ● ● ● ● ● ●
14:30~18:00 ● ● ● ● ● ●
☎0942-33-2250 豆津バイパス沿い
久留米市白山町482-20 白山町交差点そば

ハートケア21
◆住宅型有料老人ホーム ハートケア21
◆小規模多機能型居宅介護 小規模多機能ハートケア21
◆地域密着型通所介護 ハートケアデイサービス
◆訪問介護 ハートケアサービス
◆障がい者居宅介護 ハートケアサポート
◆自費サービス ハートケアホーム
久留米市大善寺町宮本165-3 ☎0942-51-3787

遺品整理・生前整理
ご相談ください。
有荒巻商店
☎0942-47-5281
許可番号:久留米市家庭系一般廃棄物第1002号

IG 愛宅グループ
有限会社 愛宅運輸
ホームページ インスタグラム
【本社】久留米市東合川新町11-70

ブームのズーと前から 1995年第1回
太陽光補助制度自社設置
太陽光発電がよくなる会社です!
福岡県知事許可第58903号
電気工事業・建築工事業
水道施設業・管工事業
izumi oaks
フリーコール
0120-59-3380 株式会社 和泉プロバン

不用品回収 片付け
遺品整理 24時間対応可能!
ハウスクリーニング・エアコンクリーニング
引越し・各種代行・買取等もおまかせ下さい。
株式会社 HIROリサイクル
☎0942-65-3272
久留米市荒木町白口1745-2