

北九州市老連だより

題字揮毫
北九州市長
北橋健治

第 61 号

発行：一般社団法人 北九州市老人クラブ連合会

〒 804-0067 北九州市戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた 7 F

Tel 093-871-2910 / Fax 093-871-2977 E-mail w07f201@wel-tobata.jp

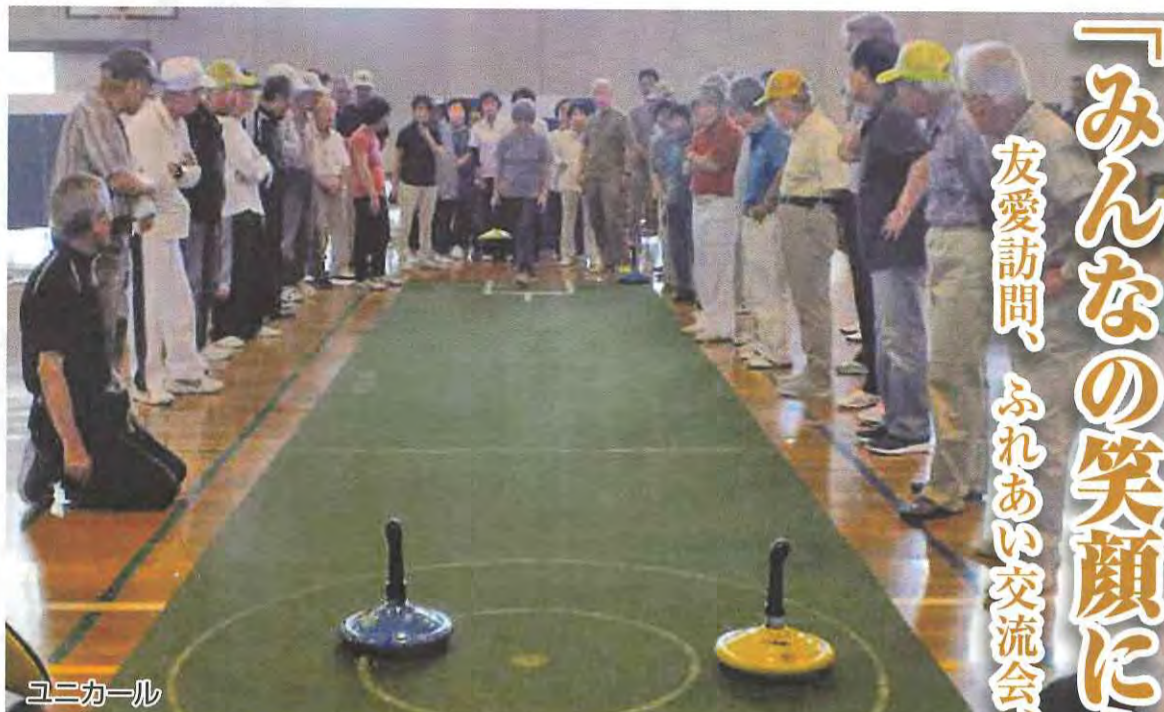
編集協力：(株) 博報社

大阪市平野区喜連西 4 丁目 6-69

Tel/06-6797-0212



世代間交流 (花植え)



ユニカール

「みんなの笑顔に支えられて」 友愛訪問、ふれあい交流会、 三世代交流



サロン活動

私達の曾根校区では、友愛の基本である訪問活動を、月に概ね 2、4 回程度行っています。訪問対象者の方のニーズや季節を考え、赤飯やお寿司、1 月は餅つき大会があるのでお餅を手土産に持参します。訪問対象者の方の話し相手になったり、悩みを聞いたり、相談に乗ったりして喜ばれています。また、ふれあい交流会は、ベタンク、グラウンドゴルフ、ユニカール、輪投げなどスポーツ的なものや、サロン、講演会なども実施しています。

本校区でユニークな企画としては、他団体とのタイアップ事業があります。餅つきや、ソーメン流し、花植えは三世代が交流する良い機会です。どうしても対象の方々が喜んで参加していただけるのか、いつも行事の内容等を工夫しています。

小倉南 曾根 加来 正



私たちは、北九州市老人クラブ連合会の活動を応援しています

MORI CLINIC
もり耳鼻咽喉科・皮膚科
八幡東区山王1-17-5 (山王バス停前)
☎(093) 616-8751

社会福祉法人 本城会
ひびきの虹色館
●地域密着型特別養護老人ホーム 29床
●小規模多機能型居宅介護 25名
●グループホーム 18床
若松区ひびきの南1-2-3
☎(093) 695-7788
FAX(093) 695-2116

田原整形外科
整形外科・リハビリテーション科
八幡東区枝光4-3-14
☎681-8651

一般歯科・小児歯科
口腔外科・在宅訪問歯科診療
ふたむら歯科医院
(診療時間)
月～金 9:00～13:00 14:00～18:00
土 9:00～13:00
休診日 日曜・祝日
八幡東区荒生田3-5-1 WAVE高見1F
☎651-2331

福井麻酔科内科
●痛みの相談受け付けております
麻酔科(福井 滋)
内科・整形外科・リハビリテーション科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
AM9:00～PM1:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ /
PM2:30～PM6:00 ○ ○ / ○ ○ ○ /
八幡東区中央3-1-11
☎663-5670

皮フ科
黒田クリニック
八幡西区町上津役西3-2-14
☎611-5225

(有)精祥
介護付有料老人ホーム **のぞみのぞみ**
グループホーム **のぞみ**
八幡西区陣原3-25-1
☎(093) 621-0770
FAX(093) 621-0774

入れ歯・昔の治療・口臭・歯槽膿漏ケア
治療前イソジン洗口実施
上田歯科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
午前9:00～12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
午後2:30～8:00 ○ ○ ○ ※ ○ /
※午後5:00まで 休診日 日曜・祝日
八幡西区下上津役1-10-5
はいしゃさん
☎0120-814830(携帯不可)
TEL(093) 613-1230

普通科 食物調理科
Seirin HIGH SCHOOL
星琳高等学校
北九州市八幡西区青山3丁目3-1
TEL 093-631-5350
ホームページ www.seirin.ac.jp

黒崎合同法律事務所
相談料 初回30分無料です
弁護士 安部 千春
弁護士 田邊 匡彦
弁護士 横光 幸雄
弁護士 東 敦子
弁護士 溝口 史子
弁護士 平山 博久
弁護士 朝隈 朱和
弁護士 三 苦 喜
八幡西区黒崎3-1-7 アースコート黒崎駅前ビル4F
TEL(093) 642-2868 代 FAX 642-2856



新年のご挨拶

北九州市長 北橋 健治

明けましておめでとう... 感謝申し上げます。皆様

SDGsには、「すべての人に健康と福祉を」という目標があります

SDGsには、「すべての人に健康と福祉を」という目標があります

SDGsには、「すべての人に健康と福祉を」という目標があります

SDGsには、「すべての人に健康と福祉を」という目標があります



新年のご挨拶

北九州市老人クラブ連合会 会長 篠塚 忠二

新年あけましておめでとう... 会員をはじめ関係者の

各区分老人クラブ連合会... 運営にご理解とご協力を

各区分老人クラブ連合会... 運営にご理解とご協力を

各区分老人クラブ連合会... 運営にご理解とご協力を

各区分老人クラブ連合会... 運営にご理解とご協力を

市老人クラブ連合会並び... 死に至ることもあるこの

市老人クラブ連合会並び... 死に至ることもあるこの

市老人クラブ連合会並び... 死に至ることもあるこの

市老人クラブ連合会並び... 死に至ることもあるこの

市老人クラブ連合会並び... 死に至ることもあるこの



私たちは、北九州市老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 いさやま整形外科医院

社会福祉法人 もやい聖友会

青山どうぶつ病院

引野口循環器クリニック

医療法人 神原クリニック

永犬丸調剤薬局

健和会町上津役診療所

さっか眼科

医療法人 佐々木病院

株式会社 K&H とも調剤薬局

令和 2 年度 各種表彰受賞おめでとうございます

第 55 回 年長者の祭典

～市老連から 6 名、22 クラブが表彰される～

第 55 回年長者の祭典は、9 月 1 日に小倉北区の総合福祉センターで開催されました。今年度は新型コロナウイルス感染防止対策のため、会場を変更して、式典の参加者も各表彰の代表受賞者のみと、縮小して行われました。市老連関係では、今年度は「老人クラブ育成指導功労者」に松本頼光常任理事他 5 名と「優良老人クラブ」に門司区の百寿会他 21 クラブが受賞されました。

◆老人クラブ育成指導功労者 (敬称略)

区	氏名
門司区	吉積 英夫
小倉北区	岩男 浩
	石佛満壽美
小倉南区	松本 頼光
八幡東区	溝田 幸男
八幡西区	原 嘉納



◆優良老人クラブ

区	単位クラブ名	校(地)区名	会長名
門司区	百寿会	西 門 司	二階堂 茂
	第二小東老人クラブ	小森江東	近藤栄之進
小倉南区	中曽根長生会 B	曾 根	平野 政俊
	若藤会	曾 根	中島 大策
	錦日の出	北 方	下川 寅雄
	楽寿会	北 方	犬塚 則正
	東水町寿クラブ	湯 川	豊村 俊文
	沼老人クラブ B	沼	千代丸弘之
若松区	30区喜楽会	江 川	高橋 稔
	親和会	古 前	山口 史郎
八幡東区	旭ヶ丘第 5 老人クラブ	東 高 槻	伊藤 文生
	第五福寿会	槻 田 2	東田 義弘
	第四暢生会	尾倉東 2	坂田龍一郎
	明正クラブ 1	前 田 1	岩田 重美
八幡西区	小野田第 3 親生会	上津役南	佐川 順哉
	学園台クラブ	浅川第一	上野 時功
	里中美鈴会	永 犬 丸	原田 隆英
	鷹見台悠遊会第 2	永 犬 丸	福富 弘行
	陣山寿クラブ	陣 山	越智 朝子
戸畑区	第四亀山会	陣 原	重岡 洋
	福柳木福寿会第二クラブ	福 柳 木	松木 和子
	牧山寿会第二クラブ	牧 山	城戸 正博

全老連会長表彰

永年に亘り老人クラブの育成発展に功績のあった全老連会長表彰は、今年度は 2 氏 4 団体が受賞されました。

- ◎育成功労表彰 (敬称略)
井上 徹 (北九州市老連常任理事)
山本ミチ子 (北九州市老連理事)
- ◎優良老人クラブ連合会表彰
八幡西区陣山老人クラブ連合会 (八幡西)
- ◎「活動賞」受賞団体
シニア門司クラブ (門 司)
第一七福会 (小倉南)
修多羅高塔会 (若 松)

福岡県知事表彰

日頃から高齢者福祉の推進に尽力された個人や団体に贈られる県知事表彰は、今年度は、以下の部門で 5 氏 4 団体が受賞されました。

- ◆老人クラブ会長 (敬称略)
大庭末子 (若松)、中尾道子 (八幡東)、青木克己 (八幡西)、後藤光生 (八幡西)
- ◆優良老人クラブ
寿壮年第一クラブ (小倉南)、清心会 (小倉南)、三六長寿会第 9 クラブ (戸畑)、南沢見八千代会第一クラブ (戸畑)
- ◆市・区老人クラブ連合会女性部長 (敬称略)
大庭末子 (若松)、中尾道子 (八幡東)、井手ヨシエ (戸畑)

福岡県社会福祉協議会会長表彰

永年にわたり社会福祉の推進に努め、その功績が顕著であり、他の模範となると認められる者に贈られる県社会福祉協議会会長表彰は、今年度は以下の 2 氏が受賞されました。

- ◎社会福祉事業特別功労者表彰 (敬称略)
福田義信 (戸畑区老連理事)
片山スミ (八幡東区老連事務職員)

私たちは、北九州市老人クラブ連合会の活動を応援しています

<p>たなか整形外科 診療時間 月火水木金土日祝 午前 9:00~12:30 ○○●●●○ 午後 2:00~6:00 ○○●○/○/○ 休診日 木・土の午後、日・祝日 北九州市八幡東区大蔵 1-14-2 TEL(093)654-5656</p>	<p>原内科クリニック 循環器科・内科 指定通所リハビリテーション ☎ 681-0700 指定居宅支援事業所 ☎ 681-0711 (西鉄バス平野市民センター下車) 八幡東区祇園 2 丁目 12-16</p>	<p>まつもと内科クリニック 内科・リウマチ科 院長 松元 茂 ☎ 693-2120 診療時間 月火水木金土日祝 午前 9 時~12 時 ○○●○/○/○ 午後 2 時~6 時 ○○△/△/△ △は午後 3 時~6 時 八幡西区日吉台 1-25-29</p>	<p>田中産婦人科 母体保護法指定医(入院諾) 院長 中村 修治 八幡西区折尾 4 丁目 29-15 ☎ (093) 691-0519 折尾スターレーンそば</p>	<p>ひろた消化器科・内科クリニック 月・火・木・金 ▶ 8:30~12:30/14:30~18:00 水・土 ▶ 8:30~12:30 休診日 ▶ 日曜日・祝日 八幡西区竹末 2-1-28 ☎ 093-645-1211</p>
<p>福の里グループホーム 結 認知症デイサービスセンター結 シルバーハウス結 デイサービスセンター福の里 デイサービスセンター福の里 楠橋別館 ヘルパーステーション福の里 ケアプランセンター福の里 八幡西区楠橋上方 2 丁目 18-37 ☎ (093) 619-2970 (代)</p>	<p>本城駅前 歯科クリニック 歯科一般・ホワイトニング 診療時間 午前 10:00~午後 9:00 年中無休 八幡西区千代ヶ崎 1 丁目 15-5 ☎ (093) 601-2800</p>	<p>くすもと歯科医院 一般歯科・小児歯科 八幡東区宮の町 2 丁目 8-4 ☎ 654-5777</p>	<p>うえの歯科クリニック 医療法人 博栄会 理事長 上野 聡子 ☎ (093) 692-6480 FAX 692-8258 診療時間 月火水木金土日祝 午前 9:00~12:00 ○○●○/○/○ 午後 2:00~6:30 ○○●○/○/○ 休診日 日曜・祝日 ※受付 午後 6:00迄 八幡西区長崎町 10-2</p>	<p>筒井歯科医院 医療法人 理事長 筒井 祐介 八幡西区折尾 3 丁目 1-5 ☎ 601-8181</p>

「友愛訪問活動時の心構えについて」心やわらかに～ご縁を喜んで歩む～

昨年の研修会は感染症予防として、参加人数を制限し、会場の定員の半数とするなどの対策を講じて開催し、全市より59名の参加がありました。講師は、日蓮宗浄泉寺副住職渡邊晃司氏で、コロナ禍での友愛訪問活動時の心構えなどについて学びました。友愛訪問活動は、女性リーダーに限らず老人クラブ全体で取り組んでいる事業のため、次年度以降も、友愛訪問活動について理解を深める機会を設けたいと考えています。



「喜んでいただく」人は、愛されること、ほめられること、役に立つこと、必要とされることで幸せを感じると言われています。そしてこれらは、働くことによって実現することができます。元来「はたらく」とは、大和言葉(古くから使われていた日本の言葉)であり、「はた(まわり)をらくにする」という意味でした。つまり、働くというものは、職をこなすことではなく、まさに喜んでいただける振りができます。

女性リーダー研修会(友愛活動研修会)

— 令和2年10月21日・23日ウエルとばたで開催 —

【講師からのコメント】
講師/日蓮宗 浄泉寺
副住職 渡邊 晃司氏

「喜んでいただく」人は、愛されること、ほめられること、役に立つこと、必要とされることで幸せを感じる言われています。そしてこれらは、働くことによって実現することができます。元来「はたらく」とは、大和言葉(古くから使われていた日本の言葉)であり、「はた(まわり)をらくにする」という意味でした。つまり、働くというものは、職をこなすことではなく、まさに喜んでいただける振りができます。

様々な働き方があるように、それぞれが自分ならではの「幸せのレシピ」を創作して行けます。他者に喜んでいただける行いをすることを感じて幸せを多くの方と共感して行きたいと願っています。私もお坊さんとして喜んでいただける生き方を目指し、今日も笑顔で「はたらく」します。



【参加者の声】
● 周りから長寿の秘訣をよく聞かれますが、その度に「みなさんのおかげです」と伝えていきます。今日のご縁のお話を聞き、これからの人の役に立てるよう、努めていきます。
(90代・門司区)

● 自分の今出来ることを、出来る時に、出来る限り続けていきます。もっと友愛訪問員を増やすために、友達に声かけをします。
(60代・戸畑区)

事務局からお知らせ

「仲間のしるし」全老連 60周年記念会員章

全国老人クラブ連合会は、令和4年の創立60周年を記念して会員章を販売しています。記念会員章を着用して、老人クラブの輪をさらに広げましょう。

- 直径 17mm タック式
- 1個 1,000円(収益の50%は、区老連の活動費となります)



ボランティアウィーク2020で老人クラブ活動をPR!!

会員募集中



令和2年10月17日から25日の1週間、ウエルとばたで開催された「ボランティアウィーク2020」で、7区の老人クラブ連合会のポスターを掲示し、区老連だよりの紹介を通じて、老人クラブへの加入をPRしました。

広めよう! 「いきいきクラブ体操」CDとDVDを販売!

「立ってする体操」「椅子に座ってする体操」を収録しています。
CD / 1,050円(税、送料込)
DVD / 2,280円(税、送料込)



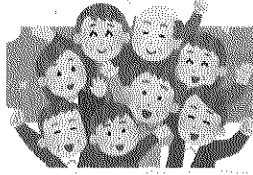
お申込み 市老連事務局 Tel:871-2910 Fax:871-2977

私たちは、北九州市老人クラブ連合会の活動を応援しています

想いをかたちに

株式会社 阿部光林社
青山斎場・家族葬のこうりん
本館/家族葬の家 馬場山/則松/ひびきの/永犬丸
黒崎サロン
☎(093)641-3333(代) 年中無休・24時間対応

<p>御賛助</p>  <p>学校法人石井学園 八幡みなみ幼稚園 北九州市八幡西区永犬丸5-10-35 TEL.093-691-3751</p>	<p>KACHO KINDERGARTEN</p> <p>華頂幼稚園 学校法人 華頂学園 八幡東区春の町3-2-2 ☎662-4318</p>	 <p>高温・高圧・特殊バルブ設計・製作 製極東製作所 本社 門司区新門司三丁目42番地 TEL(093)481-2836(代) FAX(093)481-1952(工場) FAX(093)481-3189(営業)</p>	<p>浄土真宗本願寺派 善定寺 八幡西区熊手1丁目3-14 ☎(093)621-2118</p>
<p>地震が発生したら</p>  <p>①自分の身を守る 倒れてくるものなどから身を守る ②火の始末 大揺れが収まってから消火 ③家族の安否確認 家族が無事か確認 ④避難経路の確保 可能であれば窓やドアを開けておく ⑤近所の安全確認 近所で火災等が起きていないか確認</p>	<p>日本塗装工業会会員 北九州塗装協同組合員 株式会社 檜 塗装 代表取締役 檜 学 北九州市若松区東二島2-23-10 TEL(093)791-1211 FAX(093)791-5936</p>	<p>福岡県知事 許可(設-27) 第63498号 小園建設有限公司 戸畑区牧山海岸3-33 TEL(093)616-7737 FAX(093)616-7787</p>	<p>板金・塗装 車検・一般整備 その他 お気軽にご相談ください ケーハイエス AUTO SERVICE 代表 黒木 信吾 北九州市戸畑区東大谷1丁目14番11号 TEL(093)616-6514</p>



ようこそ 北九州市老連へ!

新規結成クラブ紹介

「社会奉仕活動をとおして会員増強」

小倉北 三郎丸 小松 恵

私達、三郎丸校区シニアサークル連合会は、まちづくり協議会、社会福祉協議会、自治連合会の役員と色々の会議にて、校区居住の高齢者が家から外に出て、校区の皆様とのふれあいの場を深めるよう努力しています。

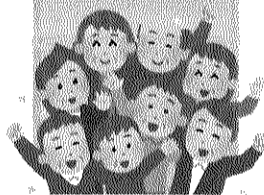
○小・中学校通学路の見守り

○清掃ボランティア活動

○各クラブで行っているふれあい昼食会

など、様々な行事に一人暮らしの高齢者の参加を促し、住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らせるよう工夫しています。こうした結果令和2年度には、三郎丸校区に新たに4つの老人クラブが結成されました。

今後、シニアサークル連合会に多くの人が参加していただき、校区のみならず家族の様に寄り添い、見守り活動(友達の手)を広げるように声をかけをしていきます。



「老人クラブ設立と当面の活動」

八幡西 折尾東 高野 善康

半世紀前までの私たちの町には、知る人ぞ知る「折尾公園」がありました。かなり広大な公園で、子供たちの遊具も設置さ

れ、池には朱塗りのメカネ橋が架かり遊覧ボートが浮かぶミニ遊園地、春は桜の名所であらゆる季節の花も咲き誇っていました。



老人クラブです。この辺りは、昔、日吉町と呼ばれていたもので、第2、第3の老人クラブの設立を期待して「日吉第1」としました。

新型コロナウイルス感染症予防の現状の中で、会合はしていませんが、クラブだよりは第5号までを発行し、紙上健康教室の開催と地域貢献活動として町美化(清掃)活動を実施し、「こんな活動を実施し、こんな

会員様

日吉第一老人クラブだより

紙上健康教室 第1回

台風10号も過ぎ去り去らなくなって参りました。皆様にはご迷惑のことお察しします。私たちの命もはや半世紀がたちました。何かとありますが、コロナの勢いはなかなか治まってくれません。加えてインフルエンザの声も聞かれるようになり気の毒なことも多いこの頃です。あまり気の病いでもありませんが、紙上健康教室が何かの足しになればと思いをいたしました。ご参考になれば幸いです。

健康とは何ぞや
世界保健機構(WHO)によると「健康とは身体的・精神的及び社会的にも完全に良好な状態のこと、ただ単に病気がないとは言えない」と定義されています。
健康の維持・増進をするためには、栄養・睡眠・休養のバランスの上に運動することです。
運動をしないと体は衰える、運動をし過ぎると体は壊れる。適度の運動(自分に合った運動)をすれば体は発達する。
運動すれば体内の力(筋力)が強くなります。これは体を動かす力です。
筋力(力)をたくさん貯めましょう。
ウォーキングを、歩く時に呼吸が浅くなるのを防ぐ貯める貯めることです。これも大事ですが、体の筋肉の力、貯蓄をすることは非常に大切で、私たちの生活で一番使われるものです。おもしろいことに筋力は使えば強くなります。なくれば人から借りる(借金すること)も出来ます。貯蓄は使うと貯まりません。(運動すると筋力がつき)つまり運動して筋力を使うと筋力の力はつきません。これは自分だけの力で、なくなったら人から筋力を借りること(借金)は出来ません。
しかも、貯蓄は何歳からでも、どこでも出来るものです。
老後の自立した生活を目指して「貯蓄」運動を始めましょう。
まず、手始めに次のページのストレッチングを始めましょう。

第1回 紙上健康教室

何かよい場合は持てないものかと、誰彼と会う度に話が出るようになって、先進の老人クラブの話や意見を聞いたり、老

染も収束に向かっているようです。皆様も健康に留意して、有意義に過ごされるように願っています。

社会福祉法人 薫会
 特別養護老人ホーム 北九州シティホーム
 北九州シティホームデイサービスセンター
 薫会ケアプランサービス
 〒802-0066 北九州市小倉北区萩崎町1-32
 ☎952-1188 FAX 952-1077
 軽費老人ホーム 光悦園
 グループホーム こうえつ苑
 特別養護老人ホーム 悦和の郷
 〒800-0207 北九州市小倉南区沼緑町1丁目11-19
 ☎471-8565 FAX 471-8571



清掃ボランティア活動

私たちは、北九州市老人クラブ連合会の活動を応援しています

税務の申告及びご相談
税理士法人 KAC
 戸畑区銀座2-6-27
 日本水産ビル3階
 ☎(093)871-1221
 FAX(093)871-1400
 E-Mail:kawabek@adagio.ocn.ne.jp

相続・遺言のご相談
原田司法書士 合同事務所
 司法書士 原田 正之
 司法書士 原田 美穂
 司法書士 原田 大輔
 若松区本町1-12-8
 TEL(093)751-0250 FAX761-7378

富山満税理士事務所
 税理士 富山 満
 小倉北区片野新町2-12-21
 朝日センタービル3F
 TEL(093)941-3761
 FAX(093)941-3762

岡田法律事務所
 弁護士 岡田 基志
 小倉北区原町1丁目10番23号
 TEL(093)581-1616
 FAX(093)582-1571

〈相続・遺言・贈与・成年後見〉
あおばの登記
 あなたの財産を守ります...
 お気軽にお電話下さい
司法書士法人あおば合同事務所
 0120-316-184 小倉北区聖町1-2-30三原ビル4F
 ☎TEL093-592-3344(代) 代表司法書士 堀江達哉

(株) **フラワーアイランド**
優華
 一日一家族
 貸切型葬儀会館
 北九州市若松区赤島町11番1号
 TEL(093)791-1434

セピア会館
 JA北九 若松斎場
 御用命に応じた葬儀を承ります。
 ☎(093)791-1000
 ☎0120-791-303
 北九州市若松区島田928-3
 斎場見学や事前のご相談等、随時承っております。

売買・資産活用・買取・管理
 テナント・リフォーム etc
ARF 福岡県知事(1)第18206号
ア・ライズ不動産(株)
 小倉北区黄金2丁目4-14-1F
 TEL(093)981-8055
 FAX(093)981-8056

青果流通
 安全・安心・おいしさ、をテーマに
 大地から食卓へ健康をお届けします。
SEVIA
株式会社セビア
 小倉北区西港町90-6
 TEL(093)592-2123
 http://www.sevia.co.jp

冷暖房・空調
 換気・ダクト
株式会社 ウテナ
 代表取締役 谷口 彰
 小倉北区末広2丁目3-26
 TEL(093)533-0818
 FAX(093)533-0819

門司



大積 大積長寿会

私が住んでいる町内では、8月の第1日曜日に町内一斉で道路の路肩などの草刈りやゴミ拾いをします。もちろん大積長寿会にも呼びかけ、町内会と共に清掃に汗を流します。また、9月には社会奉仕の日に合わせて、大積長寿会で家の周りの道路の清掃とゴミ拾いに取り組みます。隣近所の会員が声を掛け合い、近辺の生活道路の清掃をします。約1時間程の作業ですが、きれいになった道路の木陰で交わす会話に充実感が溢れます。

戸畑



三六 三六地区老連

社会奉仕の日の活動として、戸畑区小芝三丁目春日公園の手入れ等(草取り、剪定)を皆で行いました。この度の新型コロナウイルスの発生により、諸々の催しも中止になりましたが、社会奉仕の日は皆で協力して頑張りました。



小森江西 小森江西老連

小学生の下校時間に合わせて「見守り隊」が2コースに別れ、学校から自宅まで、車や自転車に注意し、途中の安全を心掛けて児童を送り届けます。児童の自宅前で、さよならの挨拶をして活動を終わります。保護者の方から「いつもありがとうございます」と声をかけられ、元気の素をもらっています。



東戸畑 東戸畑地区老連

10月8日、老人の日・老人週間の活動として、健康づくりの為、美祿公園で5クラブ41名の参加で、グラウンド・ゴルフ大会を行いました。コロナで外出できない日が多く、毎週土曜日に練習を行っているので、その成果を競う有意義な大会となりました。

頑張りました!!

老人の日

社会奉仕の日

老人週間

コロナ対策を講じながら頑張る皆さんの活動をご紹介します。

八幡西



本城 大浦むつみ会

大浦むつみ会の7同好会の内、グラウンド・ゴルフ同好会が一番人気の高い会で、週3回、午前中の2時間計24ホールで腕を競っています。試合開始前にはグラウンドの草取り等掃除をして、手洗い、消毒、三密を避けるなどコロナ対策をしてプレーをしています。

八幡東



永犬丸 里中五十鈴会第一

社会奉仕の日の9月20日、地域の公園の清掃奉仕活動を行いました。今年は新型コロナウイルス感染防止のため、すべての活動を中止せざるを得ない中、公園清掃を再開しました。再開にあたって参加者の方々に、マスクの着用、隣の人との距離を2m以上保つことなど、感染しない・させないことを第一に取り組んでみました。



中央 中央地区老連

「社会奉仕の日」の9月20日、私達、中央地区老連は中央二丁目公園とその周辺の清掃を実施しました。今年度は、新型コロナウイルス感染予防のため多くの行事が中止となりましたが、久しぶりに顔を合わせた会員も元気で、参加者全員で集めた落ち葉は10数袋になり、腐葉土にリサイクルして花壇で活用します。

小倉南



企救丘
企救寿会

毎月 1 回、定期的に集まり、公園並びに周辺一帯の除草と清掃を実施して、周辺の住民から大変喜ばれています。

「社会奉仕の日」の活動では、43 名が企救丘 5 丁目西公園に集合し、除草やゴミ拾い等の清掃活動を行いました。

中曽根 七福会

毎週 1 回、定期的に集合し、町内の安全を確かめながら防犯パトロールをしています。



老人週間中の 9 月 18 日は中曽根ひまわり公園に集合し、周辺の防犯パトロールを行いました。パトロールの効果もあって、最近不審者は見かけなくなりました。

これからも安全・安心のまちづくりに努めます。

小倉北



南小倉 南小倉シニアサークル連合会

10 月 13 日、南小倉シニアサークル連合会の会員は、JR 南小倉駅前の木町公園に集合し、全員が「社会奉仕の日」のタスキをかけて駅周辺の清掃活動を行いました。JR 南小倉駅は校区の玄関口であり、毎日多くの通勤、通学で利用者が多く、さらには地域住民とのふれあいの場でもあります。そこで、清潔なまちづくりと市民の環境美化への意識を高め、同時にモラル、マナーの向上を図ることを目的として、10 数年前から毎年 10 月に南小倉シニアサークル連合会で清掃活動を実施しています。

今年はコロナの影響で 70 名の参加でした。参加者は 5ヶ所に分散して公園や道路等を 2 時間程清掃し、集めたゴミ袋は 200 袋以上となりました。



「社会奉仕の日」とは？

9 月 20 日を中心に全国各地で取組まれています。この運動は、昭和 59 年に敬老の日に感謝する「社会奉仕の日」を定め、一斉奉仕活動に取り組んだことが始まりです。

市老連においても、9 月 15 日から 21 日の期間中に、各区で延べ 5,773 人の方が地域の美化、リサイクル活動やボランティア活動などの奉仕活動に参加されました。参加者は、昨年度と比べて 299 人の増加となりました。

「老人の日」「老人週間」とは？

国民の間で広く老人の福祉についての関心と理解を深めるとともに、老人に対し自らの生活の向上に努める意欲を促すために制定されました。

9 月 15 日の「老人の日」から 21 日までの「老人週間」を含む、9 月 1 日から 9 月 30 日の期間中、市老連においても、スポーツ行事や友愛訪問活動、地域の見守り活動などに取り組みました。

参加状況は、延べ 7,742 人とコロナ禍にもかかわらず、昨年度より 2,580 人も増加しました。



コロナに負けずに

令和 2 年度は、13,515 人が参加しました!!

若松



若松 11 区明生会

9 月 20 日の社会奉仕の日に、若松区 11 区明生会では、グラウンド・ゴルフ等で度々使わせていただいている老松 2 丁目公園の清掃活動を行いました。

広場は、日頃から利用しているのでゴミも少なく、周りの花壇やベンチの下などを主体に、草取りなど小まめな作業をしました。いつも見慣れていたところも、意外と落ち葉などでゴミがありました。

きれいになった公園を見渡し、これからは小まめに手入れして気持ちよく公園を使わせていただくと思いました。



会員投稿「美味しく食べて元気もりもり」健康講話を開催

戸畑 大谷第一 林 誠司

9月24日大谷市民センターで健康講話を、開催いたしました。コロナ禍の中、感染予防の指導を受けて、参加者数も40名に限定しました。

インテーマに、①フレイル(虚弱)予防、②低栄養予防、③認知症予防、④肺炎予防との関連性について説明されました。

テーマは「おいしく食べて元気もりもり」。戸畑区保健福祉課の石尾由香栄養士による「食」の講話です。始めに、「3食きちんと食事をとらしましょう」をメ

食事のとり方では、「バランスよく食事をとること」と「それには毎日10種類の食品群を食べる。合言葉は「さあにぎやかにいただく」。(さ)魚(あ)油(に)肉(ぎ)牛乳(や)野菜(か)海

りの集まりは、ストレス解消になりました。」との声が上がっていました。制約の多い時期での健康講話ではありましたが、元気な姿の会員の皆さんと交流ができた一日となりました。



消費生活センターからのお知らせ

相談無料

あなたの「消費者トラブルの悩み」
しっかり聴きます!

もしかして詐欺??

身に覚えのない請求書が届いた!

なんかが怪しい! 届いた?

契約の取消ってできるの?

まずは電話でご相談ください!!

お問い合わせ 北九州市立消費生活センター
093-861-0999

ウォーキングコースの紹介 ⑭ 小倉北区から小倉南区を歩く初心者コース!



小倉北区の西南部から蒲生八幡神社、紫川を経て徳力に至る、平坦な街中コース。

み線の跡とのこと。暫く直進すると、左手に保育園がある。保育園の角を左に折れると直ぐに大きな道に合流する。コースは、右折しそのまま直進する。

急な登りや長い下りも無く、道も舗装されて綺麗。途中でバスやタクシーを利用できるので、ウォーキングを始めた方にお勧めです。

スタートは、JR南小倉駅前。駅を出てすぐ左手の地下道を使って駅の反対側にでる。コースは南小倉小学校に向かって進む。

南小倉小学校の擁壁の脇の歩道を少し進むと、歩道橋の有る交差点に出る。横断歩道を渡り、歩道橋の下を潜り、すぐ右手のやや下りの道に入る。この道はかつての国鉄の引き込

り、幅の広い歩道をひたすら、山田緑地の方向に向かって歩く。この辺りは緩やかな上りだが、歩き易い。途中にはコンビニや公園もある。

山田緑地からの道と合流したら交差点を渡り更に直進する。坂の最高点、付近



大興禅寺



蒲生八幡神社



から道なりに下ると、右手にやや急な上り坂があり、上ると大興禅寺に着く。北九州市内でも有数の古刹。山門や境内は一見の価値があり、休憩を兼ねて訪ねてみたい。

川を左手に見て、紫橋を渡る。渡り切ったら、そのまま道なりに住宅街の中を直進する。途中、徳力市民センターの前を通り、志井川を渡ると正面はモノレールが走る国道322号線。道路脇に蒲生八幡神社の鳥居が残っている。終点の徳力団地口のバス停はすぐそこだ。距離約 5km 所要時間 約70分

声をかけ合い、安心を届けています

～北九州市年長者の生きがいと創造の事業～

生きがいと創造の事業における「友愛訪問活動」は、一人暮らしの高齢者等宅への安否確認や話し相手などを基本の活動として取り組んでいます。現在、1,780人の友愛訪問員が、年間約138,000回の友愛訪問活動を実施しています。

今年度の「友愛訪問活動」では、コロナ禍にあって、会員同士がお互いにつながりが途切れないよう、どのように活動したらよいか、苦心しているところです。訪問員は、対面の訪問だけでなく、電話やFAX、お手紙を通して、訪問対象者に寄り添う気持ちを伝えています。早く以前のよき生活に戻ることを願いつつ、訪問員は、コロナ対策をしっかりととりながら、笑顔と安心を届けています。

今回は、八幡東区の特徴的な友愛訪問の取り組みを紹介します。

生きがいと創造の事業 「3時のおやつ」を手に持って

八幡東 大蔵3 富永 種春



＜訪問対象者の方と談笑＞

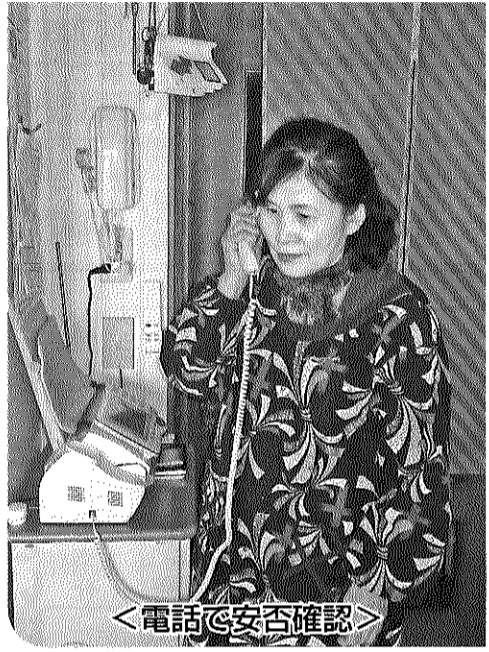
アイデアを出し合い、こちらから出向いて行くことで100%の参加率を達成することにしました。

大蔵3地区老人クラブ連合会では、「生きがいと創造の事業」を遅ればせながら平成21年度より開始しました。

初年度は年4回のイベントと、週1回の友愛訪問を実施することを計画し、まず9月に世話人（推進員・訪問員）への説明会を行い、イベントは10月から月1回実施することになりました。10月には芸能大会（カラオケ・踊り）、11月には大蔵市民センターで活動している「手品同好会」と北九州市立大学「落語同好会」に依頼、12月は大蔵小学校4年生を招待して「昔遊びの伝授と餅つき大会」、1月は八幡東警察

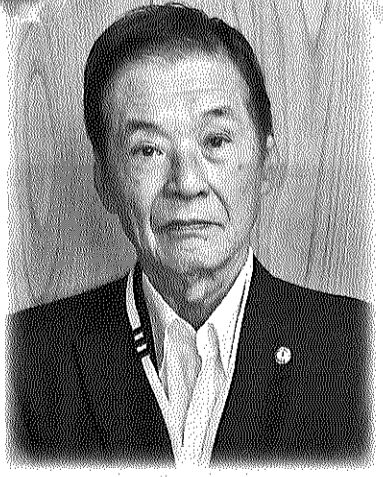
署と福岡県交通安全協会による「一人暮らし防犯（振り込み詐欺等）・交通安全寸劇」を実施しました。

当時の反省点は、イベント4回を全て大蔵市民センターで実施した為、訪問対象者を含む参加者の足の確保に、大変苦労しましたので、世話人



＜電話で安否確認＞

素敵な高齢期を輝く人



中原千歳会会長
戸畑区老人クラブ連合会副会長
池邊 元さん(78)

世代間交流や旅行で地元との絆を育む活動を

池邊元さんは昭和17年、昭和の町で有名な豊後高田市に誕生し、中学時代に現在の北九州市に移りました。高校卒業後は日産に勤め、後に損害保険会社に転職。自動車の需要が急増した高度経済成長の日本で事故現場の検証を行なったり交渉を務めたりするなど、全国を回る多忙な日々を過ごしてきました。

定年後、62歳で中原校区の町内会長に就任した池邊さんは防災委員、衛生委員、子ども会会長などさまざまな役職も務め地域に貢献してきました。そして68歳で中原千歳会第三クラブに入会し同クラブの会長に就任。現在は戸畑区老連の副会長も兼任しています。

中原千歳会は教養の向上として昼食会や手芸、健康増進としてグラウンドゴルフやウォーキング、他に

も社会奉仕や研修旅行などさまざまな活動を行っています。中でも池邊会長が最も力を入れたのが世代間交流。「高齢者同士だけではなく、さまざまな世代と触れ合うことが大切」と戸畑区の保育園や小学校に声をかけ、児童たちと芋掘りや餅つき、昔遊びなどで三世代交流を図り親睦を深めてきました。「また遊びにきてね」と書かれた園児からの心温まる手紙は池邊さん夫婦の大切な宝物。登・下校時には会員が交代で見守りパトロールを行うなど、会員一人丸となって町の子どもの安全に目を向けています。

さらに中原千歳会は年一回北九州再発見ツアーと称した市内の事業所・施設見学を行っています。地域のさまざまな名所を見学すれば社会勉強と地域貢献につ



ながると考え、積極的に北九州市の名所をクラブの皆と訪問しています。昨年は門司港と高塔山公園へと足を運び、人気の夜景を堪能しました。

池邊さんの自宅一階は、今ではご近所さんと将棋を指したり談笑したりする大切なコミュニケーションの空間。壁には演芸大会で使った小道具の扇子や番傘など、仲間との思い出の品が数多く並んでいます。

ゴルフや絵画も嗜んでおり、毎年10月に市民センターで開催される地域の文化祭にも得意の油絵を出展してきました。戸畑区老連の広報紙編集にも携わるなど多方面で活躍している池邊さんは、地域の皆さんから多くの信頼と愛情を受け、活動を続けています。

語り継ぐ

わが街の遺産

20

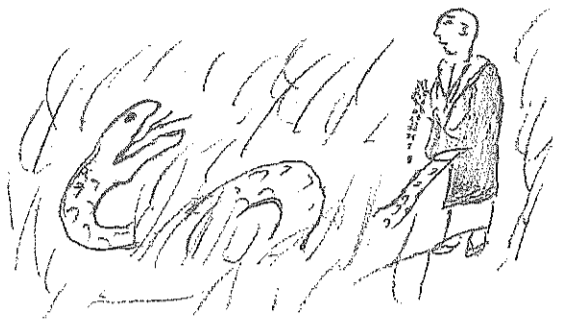
「耳取り」

島郷乃昔ばなしより

若松 花房 大庭 寿万子

昔々、有毛と逆見津の境付近一帯の谷間は一面沼地だった。その北側に大だんぼち云う沼がある。此の大だんぼちや、沼の主の大蛇が住んじよった。時々村に出てきて鶏をくわえち行きよったもんやけ村の連中は、「このままじゃ鶏や皆やられちまうばい、今の内に始末をつけちよかんにや鶏がおらんことなっち見ない、女子供を攫うことなるばい。」困ったなあ、あの大蛇にやとて手は出せんけのう。「何かいい方法はねえもんかのう。」と思案したが、いい手立ては浮かんじよった。

そんな時、一番の年よりの爺さんが云うた。「わし共がなんぼ考えち見てもいい考えはできんばな。それよりお寺の和尚さんに聞いてみりやどげんな、あの人なら物事に詳しいし相談にも乗ってくれるじゃろ。」云うた。「うん、やっぱ



それが一番よかろう。」云うことになり皆で寺に出かけた。「いんげんさん、うちん所にや毎晩大蛇出てきち鶏を取つち行きよるばい。どげかせんにや女子供が狙われる、皆で考えたんやが仲々いい考えが浮かばんもんやけ知恵を借りに来たんじゃが。」「ほんな事ばい、是非何とかいい方法を考えてつかあさい。」

終始腕組みをして聞きよった坊さんは、「よしそれじゃわしが仏法の力を借つち大蛇を封じ込めちみよう。」と村人達と一緒に大だんぼちに向かうた。此の事を知った大蛇は「ようし、人間どもが俺をどげえかしよくらいい想いよつちみよ、後でひでえ目に合うことを忘れんな。」と水草の陰に隠れちよった。坊さんはお念仏を唱え乍ら沼の方に歩いち行つた。すると一転俄にかき曇り、黒雲がむくむくと空を覆い稲光と共に雨が滝のごと降つちきた。それでも坊さんは経文を唱え続けた。お念仏の功德の為大蛇は苦しさにのたうちまわり、とうとう坊さんを沼に引つ張り込んじしもつた。村人達は駆け寄つち引き上げよつたが、出ちよる所は丸坊主の頭だけで掴む所がねえ、そこで耳を引つ張つたが、とても引き上げることあけんやつた。とうとう耳が取れちしもうち、坊さんの体はそのまま沼に沈んでしもつた。

それから大蛇はもう出ち来んことなつた。出家の身である坊さんを沼の中に引つ張り込んだために、仏罰により沼の底深く閉じ込められたんやろ。こげな事からこのあたりの地名を耳取ちゆうことなつたばい。

会員投稿「小さい頃のお正月」小倉南 貫 岩本 万知子

我が家のお正月は素朴なものでした。6人家族でお正月を迎えた、元日の朝一番にすることは、父と子供3人は近くの神社に初参り。これはいつまでも私に心に残る風景です。我が家に帰り、父母揃って皆で食事。お雑煮のお餅がとても美味しく、食べることが嬉しかった。その頃は皆、貧しい時代でした。すぐに上の子供2人は学校へ。全校生徒が校庭に集まり、国旗掲揚、君が代やお正月の歌を歌い、お祝いしたものです。この時、男の先生は正装、女の先生は羽織袴で出席していました。この姿に、私はとても憧れていました。学校からすぐに我が家に帰り、姉弟仲良くカルタや凧揚げ、また羽根つきなどで盛んに遊んだものです。近年、昔の遊びは少なくなり、子供たちはゲームばかりで遊んでいるようです。それでも、お正月といえは心弾むのは何故でしょうか。

会員投稿「みんなでチャレンジ！健康づくり」

出張介護予防講座でフレイルについて学ぶ

八幡東 大蔵3 烏 冬青

9月25日、大蔵第3地区老人クラブ連合会は「健康づくり支援事業」に市保健福祉局認知症支援・介護予防センターの宇野里加さん、清水登志子さんを招き、健康づくりについての講演会を開いた。主に講演を担当した宇野さん(写真)は、高齢化率30%を超す市の現状と男女の平均寿命と健康寿命の差を提示しつつ、健康と要介護状態の間であるフレイル(虚弱)の原因について詳説された。フレイルの原因については社会参加の欠如、栄養面のアンバランス、運動不足があり、中でも趣味や地域活動、就労などの欠如が運動習慣があっても人とのつながりのない人のフレイルのリスクは6倍」と発言、これには吃驚させられた。今回得た新知見だった。フレイルは可逆性があるのでこの3つの面の努力が認知症のリスクを軽減するといふ。宇野さんは、このあと三大認知症を解説、認知症高齢者中、要介護認定者は62%を占めるといふ。認知症を予防、その発症を遅らせる科学的な根拠は今のところないが、生活習慣病の予防・治療、運動、他人との交流、達成感や継続できる趣味等の活動が、認知機能を向上させると講演を結んだ。



会員文芸

俳句

戸畑 天籟寺 河田 美恵子
百舌鳥啼いて解体音をつらぬけり

短歌

小倉南 貫 佐島 和子
細波の静もる池に青鷺の影揺らしつつ一羽佇む

小倉南 貫 岩本 万知子
門司港久方振りに訪いてリニューアルされし門司港ミュージアム

八幡西 千代 島田 静子
検査待つ待合室のバラの香にしばし不安の薄らぎてゆく

戸畑 大谷第一 稲田 利子
早朝の窓をあければ山々はみどり濃くして紅葉を待つ



川柳
小倉南 曾根 大友 義孝
現世の文化で勝てぬウィルス禍
八幡西 千代 伊東 興一
コロナ禍の列島遊ける秋台風

賛助会員のご紹介

本会の活動の趣旨にご賛同いただき、令和元年9月から令和2年9月までに、ご加入いただいた賛助会員の皆様です。皆様の温かいご支援・ご協力ありがとうございました。頂いた会費は、明るい長寿社会と地域福祉の向上のため大切に活用させていただきます。(順不同、敬称略)

- 西鉄バス北九州株式会社
- 株式会社花の海
- 株式会社ニチコミ
- 三和食肉有限会社
- 株式会社丸ふじ
- 株式会社サンレー
- 九州教具株式会社
- 医療法人真光恵会
- みやび内科・眼科クリニック
- 株式会社若港
- 株式会社A I メディカル
- 東武トップツアーズ株式会社
- 株式会社一の俣温泉観光ホテル
- 社会医療法人財団池友会 新小文字病院
- 九州バントラ株式会社
- 日本ハムマーケティング株式会社
- 株式会社カルサイト

今後とも、老人クラブ活動へのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

市老連では、随時、賛助会員を募集しています。老人クラブの活動にご賛同いただける方ならどなたでもご加入いただけます。

- 個人会員年会費 1010,000円
- 団体会員年会費 1010,000円

【お問い合わせ】

市老連事務局 ☎ (093) 871-2910

大谷第一地区では、スポーツの時間として毎月第3土曜日に輪投げゲームを楽しんでいました。9月はディスクコンテストを実施することになり、9月19日、大谷市民センターで15名の参加がありました。

ディスクコンテストは赤と青のディスクを黄色のポイントを目指して投げ合うディスクスポーツで、ルールはペタンクに似ています。一人が2枚のディスクを持ち、3対3のチーム戦で7点先取で勝利としました。

試合では熱が入り、ポイントに近づけるように狙いを定めて投げたディスクの行方に一喜一憂していました。久しぶりの運動で、しかもマスクをしているので息苦しかった様ですが、皆さん熱心に取り組み背筋が伸びたように見えまし



「心地よい汗をかきスカッとした」と参加者の声があり、開催して良かったと思われました。他地域の方との交流試合も楽しいのではと思っております。

この楽しいディスクコンテストを、会員ではない方にも知ってもらい、多くの仲間とともに実施できるようにしたいものです。会員募集に頑張ろう！

また、老人クラブの行事が、市民センターを中心にして、誰もが気軽に交流ができるよう、早く新型コロナウイルスに終息して欲しいものです。

「スポーツの時間はディスクコンテストで汗をかく！」

戸畑 大谷第一 石滝 清

あんな活動こんな活動

各区老人クラブ連合会事務局 老人クラブに入りませんか！ 会員募集中です！

- 門司区老人クラブ連合会
門司区清滝 3-5-5 門司区役所別館2階
☎ 322-1885 FAX322-1886
- 小倉北区シニアサークル連合会
小倉北区弁天町 10-10
☎ 591-8611 FAX581-2991
E-mail : k.kitarouren@image.ocn.ne.jp
- 小倉南区老人クラブ連合会
小倉南区若園 5-1-2 小倉南区役所3階
☎ 931-1941 FAX931-1941
- 若松区老人クラブ連合会
若松区浜町 1-1-1 若松区役所2階
☎ 761-7072 FAX761-7072
- 八幡東区老人クラブ連合会
八幡東区中央 1-2-4 八幡東区役所東別館
☎ 671-6188 FAX671-6188
- 八幡西区シニアクラブ連合会
八幡西区黒崎 3-15-3 八幡西区役所6階
☎ 642-1645 FAX642-1645
E-mail : fcc176289@tra.bbq.jp
- 戸畑区老人クラブ連合会
戸畑区千防 1-1-1 戸畑区役所3階
☎ 872-7468 FAX872-7468
E-mail : tobatarou@cap.ocn.ne.jp

身近な人や地域の仲間と、楽しく活動しませんか。グラウンド・ゴルフや健康料理教室、健康講座などいろんな活動があります。まずは、お近くの老人クラブ連合会へおたずねください。

私たちは、北九州市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 共愛会

地域医療支援病院 がん診療連携拠点病院 回復期リハビリ科 緩和ケア科
災害拠点病院 管理型臨床研修病院 救急告知病院 地域包括ケア病床 在宅医療支援病院

戸畑 共立病院 TEL.093 (871) 5421 戸畑リハビリテーション病院 TEL.093 (861) 1500

健診 女性検診 介護老人保健施設 あやめの里 TEL.093 (871) 5902

戸畑 共立病院 健診センター TEL.093 (871) 6025 在宅型有料老人ホーム

在宅医療支援診療所 明治町クリニック TEL.093 (871) 3655 サンセリテ明治町 TEL.093 (871) 3711

メディカルフィットネス戸畑 TEL.093 (861) 1746 ケアハウスあやめ TEL.093 (861) 1663

あやめ訪問看護ステーション TEL.093 (871) 5917 明治町デイサービスセンター TEL.093 (861) 1765

あやめヘルパーステーション TEL.093 (873) 8327 ちろりん村小規模多機能型居宅介護事業所 TEL.093 (861) 1765

新井ケアプラザサービス TEL.093 (873) 8317 ちろりん村サービス付き高齢者向け住宅 TEL.093 (861) 1765

あやめ巡回ステーション TEL.093 (871) 4571 福祉用具レンタル・販売・住宅改修 TEL.093 (871) 3721

共愛会ケアプラザサービス TEL.093 (861) 1151 あやめレンタルサービス TEL.093 (871) 3721

笑顔・真心・思いやり

有限会社 ほうちい
グループホーム
ほうちい小芝
戸畑区小芝1-6-10
TEL(093)871-8200
FAX(093)871-8201

精神科・心療内科

こぶしメンタルクリニック

院長 重富裕司
北九州市戸畑区中本町8-14
FARO 戸畑駅前ビル4階
☎(093)873-6116

医療法人池園医院 ちろりん村

池園医院

内科・胃腸内科・循環器内科
戸畑区中原西3-2-10
☎(093)871-2068

併設
ちろりん村小規模多機能型居宅介護事業所
ちろりん村サービス付き高齢者向け住宅
☎(093)882-2230

山元

泌尿器科医院

若松区高須東4丁目2-43
高須サンリブ前
市バス/高須公営住宅前
☎741-0102

ながた内科クリニック

内科・リハビリテーション科

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

△…火曜日14:00~16:30は往診
北九州市若松区高須東4-3-1
TEL(093)742-7770
FAX(093)980-2956

あおき歯科医院

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	○	△
14:00~19:00	●	●	●	●	●	●	○	△

▲8:30~13:00
北九州市戸畑区新池2丁目8-1
TEL(093)861-0592

YAMAMOTO DENTAL CLINIC 山本歯科医院

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

最終受付は30分前 △13:30~16:30
※祝日があった場合には木曜診療します
北九州市若松区小敷ひびきの2-1-35
TEL(093)482-7690

エレベーターを御利用下さい

ふるいち歯科クリニック

JR若松駅前
TEL 771-8000
診療時間：平日 9:00~19:00
土曜 9:00~18:00
休診日：水曜・日曜・祝日

つたごともクリニック

病児保育室

病気のお子様をお預りします。
若松区本町1丁目7-44
☎ 761-2577

いまい医院

内科・呼吸器科・循環器科
リハビリテーション科
若松区白山1丁目17-25
☎(093)761-2502

賛助会員様より『耳より情報』

「花の海いちご狩り♪」 今年も真っ赤な甘～いイチゴがたくさん!!



季節体験農場 花の海
〒757-0012
山口県山陽小野田市植生 3392
☎0836-79-0130

いちごの香りに包まれながら時間無制限でゆっくり楽しみませんか?
北九州から車で約30分。遊びに来てね。

指定旅館のご紹介

嬉野温泉 入船荘



〒843-0301
佐賀県嬉野市嬉野町大字下宿乙 2330
☎0954-43-1230

- 日帰り送迎付 … 3,500円～5,500円
 - 1泊2食送迎付… 8,800円
 - 1泊3食送迎付… 10,000円
- ※入湯税、消費税込み ※高速代は別途費用となります。

★★ 皆様のお越しをお待ちしております ★★

原稿募集

テーマは自由(400字程度)、写真や資料を同封の上、連絡先を明記して下記までご応募ください。なお、紙面の都合で全て掲載できない場合等もありますのでご了承ください。
〒804-0067 戸畑区汐井町1番6号 ウェルとばた7F
北九州市老人クラブ連合会事務局宛
TEL 093-871-2910 FAX 093-871-2977
E-mail w07f201@wel-tobata.jp

編集後記

新年明けましておめでとうございます。

令和2年は、新型コロナウイルスに始まり、今年になっても完全には終息していかない状況です。

前号は、通常通りのスケジュールで作業が出来ず、私も編集委員は、各自、自宅でチェックさせていただき、発行する運びとなりました。

今号は、コロナ禍が若干下火となり、9月度より例年のス

ケジュールで作成することができ、12月中旬完成致しました。

一部、囲碁将棋やスポーツの行事が中止となり、その記事は割愛させていただきました。

今後も会員の皆様方から、写真を含むトピックスや興味を引く記事をドンドン投稿していただき、新鮮な読み易い内容に仕上げたいと思っております。

次号もご期待ください。

(高崎 正毅)

令和2年度 広報部会

戸畑区 山中 稔 (部長)

門司区 的野 陽子

小倉北区 芝田小夜子 (兼編集委員)

小倉南区 水舟 淑朗

若松区 赤星順一郎

八幡東区 田中 清 (兼編集委員)

八幡西区 高崎 正毅 (副部長、兼編集委員長)

令和2年度 編集委員

戸畑区 林 誠司

戸畑区 林 誠司

ご協賛各位に御礼 八幡東・八幡西区版

このたびは北九州市老連だより紙の刊行にあたって、広告掲載のご協賛を賜り、まことに有り難うございました。本紙は、会員の生きがい・健康づくりを推進し、交流の輪が広がるような紙面づくりに努めてまいります。今後とも、ご支援とご協力をお願い申し上げます。

(一社)北九州市老人クラブ連合会

私たちは、北九州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 翠会
八幡厚生病院
診療科目 **精神科**
予約制 予約受付時間 9:00～17:00(月～金)
八幡西区里中3丁目12-12
TEL(093)691-3344(代)
www.yahata-hp.com



これこだ
是此田 内科医院
八幡西区陣原4-9-16
☎691-0416
https://korekoda-naika.com

自然らしく癒される
自然の中での癒される空間
お気軽に問い合わせください
☎(093)-603-1410
北九州市八幡西区三ツ旗2丁目9-11

ながい内科
循環器内科クリニック
診療科目:一般内科・循環器内科
診療時間 月火水木金土日祝
9:00～12:30 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
14:00～18:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
※診療受付時間は各診療時間の10分前までとなっております。
八幡西区本城東1-10-13
TEL(093)693-5136

社会福祉法人 香和会
新規入居者様大募集!
特別養護老人ホーム **なごみのさと**
八幡西区大字木屋瀬590-1
☎(093)618-7816
特別養護老人ホーム **なごみの郷**
八幡西区大字楠橋3837-1
☎(093)618-7531

医療法人 **長友** 内科
循環器内科
休診日/木、土曜午後・日曜・祝日
八幡西区浅川台1-1-22
(九州共立大学よこ)
☎(093)693-2333
P 15台あります

HARA CLINIC
診療科目:耳鼻咽喉科
はら耳鼻咽喉科
月火水木金土
9:00～12:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
14:00～18:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
遠賀郡水巻町末北4丁目7-3
TEL(093)701-8841
http://www.hara-ent.com/

栗饅頭の
こ湖月堂
本社 小倉北区赤坂海岸3-2
☎093-541-0961(代)
http://www.kogetsudo.com

内科・循環器科・呼吸器科
リハビリテーション科
豊川内科・循環器内科
クリニック
診療時間 月火水木金土
8:30～12:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
14:00～18:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
往診可 休診日 日曜・祝日・水曜午後・土曜午後
中間市通谷2-24-1 P 20台 医院2F
TEL(093)245-8100

外科・消化器内科
内科・整形外科・肛門外科
高嶋クリニック
診療時間 平日 9:00～18:00
木曜午前 9:00～11:30
土曜午前 9:00～13:30
休診日 日曜・祝日
八幡西区黒崎5丁目5-24
☎631-2340

社会福祉法人 愛香会
東田愛香苑
高齢者向け優良賃貸住宅 東田の愛香苑
デイサービスセンター 東田愛香苑
八幡東区東田2丁目2-43
TEL(093)661-3700
FAX(093)661-3712
同法人内に特別養護老人ホームもあります。