

ふまき

第27号

発行
水巻町老人クラブ連合会
～SCみまき～
遠賀郡水巻町吉田団地 6-1
水巻町高齢者福祉センター内
☎093-202-3044

令和 6 年 2 月発行

編集 株式会社 ニチコミ http://www.nichicomi.com
印刷 福岡市博多区博多駅前 3-9-1 大賀博多駅前ビル 2F TEL: 092-292-6538

♥ レディース卓球大会



華やかに賑やかに
女性だけの卓球大会開催!

梅雨明けが待ち遠しい中、7月14日（金）に町民体育館で今年度初めてのレディース卓球大会を開催しました。前日まで水巻町も大雨・洪水警報が発令されて、恐怖の日々を過ごした中での開催となりました。

当日は、最高齢者 90 歳を筆頭に 40 名の女性が参加。日頃の練習の成果を出さんと競技に集中、室内温度 30℃ を上回る猛暑の中、大健闘!! 楽しい汗だくのひとときでした（真夏の試合はやめましょう…反省）。

次の 11 月の卓球大会に向け、さらなる練習を重ねて、また元気で会えることを約束して終了しました。

ブロック優勝者

【敬称略】

ブロック	氏名	クラブ名
1	篠原 稔子	鷹見シニアクラブ
2	隅田 喜久枝	みずほ福寿会
3	内田 典子	宮尾台シニアの会
4	福田 久子	宮尾台シニアの会
5	関 幸子	みずほ福寿会

ブロック	氏名	クラブ名
6	丸井 幸代	鷹見シニアクラブ
7	和田 久代	宮尾台シニアの会
8	浦川 てるみ	みずほ福寿会
9	富田川 昭子	宮尾台シニアの会
10	大村 英子	鷹見シニアクラブ



優勝者の皆さん

◆ 第2回卓球大会

ブロック優勝者は全員全勝で圧倒!

11月15日（水）、第2回卓球大会を町民体育館で開催しました。男性 20 名、女性 28 名が参加し、年齢や技量に関係なく、くじ引きで男性 5 ブロック、女性 7 ブロックに分かれて熱戦を繰り広げました。

各ブロックの優勝者は、全員が全勝と素晴らしい成績でした。今回は前年よりも多少参加者は増えましたがまだまだ少なく、次回こそは参加者を増やし、楽しく活気ある大会にしたいものです。各単位クラブからの参加を期待しています。



男性ブロック優勝者



女性ブロック優勝者

ブロック優勝者

【敬称略】

ブロック	氏名	クラブ名
男性1	松田 伊三男	みずほ福寿会
男性2	成田 弘	なごみ会
男性3	松田 貢二	みずほ福寿会
男性4	白澤 栄	川瀬会
男性5	新徳 恭一	みずほ福寿会
女性6	佐藤 邦子	鷹見シニアクラブ
女性7	大村 英子	鷹見シニアクラブ
女性8	岸本 みゆき	鷹見シニアクラブ
女性9	和田 久代	宮尾台シニアの会
女性10	関 幸子	みずほ福寿会
女性11	隅田 喜久枝	みずほ福寿会
女性12	浦川 てるみ	みずほ福寿会

最高齢者賞

【男性】田代 康文さん(みずほ福寿会)

【女性】坂田 睦子さん(さつき会)

目次

注目 卓球大会…………… 1 ページ
事業部だより…………… 3～5 ページ

校区活動紹介…………… 6 ページ
令和 5 年度各種大会報告 …… 12 ページ

会長あいさつ



明るく活力ある老連を目指して

水巻町老人クラブ連合会

会長 荒谷 美知郎

明けましておめでとうござい... 元日の朝7時35分に我が家から見える吉田のぼた山の頂上に昇る初日の出を拝見し、今年

の平安無事を祈っている。1分ほどの間に太陽は見る見る雲間に隠れ、まさにラッキーチャンスに恵まれた感じでした。

お屠蘇やお雑煮をいただき、正月気分を味わっていたのに「能登半島地震」による津波注意報のニュースにくぎ付けとなり、めでたさが吹き飛んでしまいました。石川県はじめ北陸地方で亡くなられた方々に哀悼の意を表し、一日でも早い復興を祈るばかりです。水巻老連でも復興義援金について検討

しているかと考えています。各単位クラブにもご協力をお願いすることとなると思われます。その節は何卒宜しくお願いいたします。

昨年は、水巻老連にとって県老連表彰という喜ばしいことが2件ありました。まずは、鷹見シニアクラブ(旧鷹見会)が5年間で会員が倍増したことです。しかも4年間はいずれも15%以上の増加率を示しています。会員間に活気が感じられます。もう1件は水巻老連です。この5年間に単位クラブの減少がなかったことによる表彰です。

県下で増加老連は、うきは市老連が5クラブ、大野城市老連が1クラブ、変化なしが8老連でした。それほどまでに会員の減少や単位クラブの解散が進んでいるのです。

水巻町は65歳以上の人口の8%しか老連会員ではありません。あの92%の方々に会員拡大の可能性があるので。まずは隣近所の顔見知りの方々に声かけを始めましょう。鷹見シニアクラブではこの声かけが成功しています。

昨年末の県下の老連会長研修会で水巻老連に事例発表の機会があり、この会員増大と農園部活動、さらにポイントカード導入の3点について発表しました。県老連会長の春日市老連では、ポイントカード制について興味を示されました。

昨年の農園部活動では「二東農園のいちじく」の販売が予想以上で30万円を超えました。ポイントカード制は2月末までに満杯達成者が15名となり、内1名は男性会員です。満杯になった方は事務局に連絡ください。

「たのしみは 老連行事に参加して ポイントカードにシールを貼るとき」 会員の皆さんで「明るく活力のある老連を目指して」頑張りましょう！

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

はら耳鼻咽喉科 HARA CLINIC. 診療時間表: 午前 9:00~12:00, 午後 2:00~6:00. TEL.093-701-8841

内科・循環器科 うちわ内科クリニック. 院長 打和靖宏. ●在宅介護支援センター(水巻町委託) 遠賀郡水巻町頃末北4丁目2-30 201-0745

医療法人 正周会 水巻共立病院. 水巻町吉田西4-2-1 093-201-1394. 【診療科目】一般内科, 呼吸器科, 消化器科, 循環器科, 整形外科, 皮膚科, 放射線科, リハビリテーション科. 【診療時間】平日 9:00~12:00, 13:30~17:30. 土曜 9:00~12:00. 休診日 日曜・祝日

内科・人工透析 水巻クリニック. 夜間透析 入院施設有. 201-8500. 水巻町頃末南(JR水巻駅ウラ)

こうけつ眼科 KOUKETU EYE CLINIC. クローバーコンタクト. 院長 綱織有子. 診療時間表: 9:00~12:30, 14:00~18:00. 201-2881. http://www.kouketu-ganka.sakura.ne.jp/ P12台

介護付有料老人ホーム あざれあ 093-202-6322. 介護付き有料老人ホーム ごすもすの郷 093-201-5676. 見学・入居申込随時受付中!お気軽にお問い合わせください

各部からの報告・お知らせ 事業部だより



スポレク部

地域共生活動への参加を

スポレク部長
大垣 久雄

本年度も、1月のワナゲ、2月のダーツ、囲碁将棋の大会を残すのみとなりました。単位クラブのご協力で全般的に順調に実施することができ

若手部

会員増強のために

若手部長

富松 裕治

町老連(以後、SCみまき)の会員数は減少傾向にあります。こういった中、何とか会員を増やすための方策を考えて活動しています。

①「SCみまき」活動内容のPR

一昨年から、会の活動内容のPRのためインターネットを利用した「プログラ」の試行を行ってきました。効果は上がっていますが、今後の活動のために絶対必要なことと考へ、本格的に運用をしていきます。

きました。

各種目の参加状況は900名(昨年比113%)の見込みです。内容的には卓球種目において新しく「レディース大会」を実施し、新参加者を含め40名の参加となり減少傾向に歯止めをかけることができました。一方、依然として参加者が増えない種目もあり、参加単位クラブの片寄りも見受けられます。そのためにも大会後に発生した課題を抽出して、一つひとつ解決しながら参加者全員

プログラの内容は、会員の方のためのものと非会員の方のためのものに分かれていきます。会員の方は、会の予定を知る、健康に関する情報を得る、季節のニュースを知るなどにご利用できるので多くの方の利用をお願いします。非会員の方が参照される回数を増やす取り組みとして、水巻町のホームページから誘導できる「SCみまき」の活動を紹介する記事を11月に掲載いただきました。水巻町のホームページから「水巻町→高齢者・介護→高齢者支援→老人クラブ連合会」で検索できます。

②健康づくりの推進
今年度の重点活動テーマは

が楽しく、また安全な大会になるよう推進する必要があります。と思います。

現在、校区自治会、公民館、学校、社協福祉関係において、地域の共生活動が重要なテーマになっていきます。町老連は会員数750名で構成された、町の中でも大きな団体です。内部活動は当然として、外部に対しても老連の各部門が積極的にリンクすることにより、地域の人たちへの理解協力も進み会員拡大の機会になりうるものと思います。

「高血圧」です。高血圧に関する健康講座を1月に開催しました。また、ブログに「高血圧」に関する情報を掲載しています。

③50周年に向けた準備活動
SCみまきは令和8年度に50周年を迎えます。若手部では記念誌の編集を進めています。今年度中に過去のトピックス(令和4年度までの)の編集を完成させる予定です(予定どおりに進んでいます)。

以上、若手部一同「SCみまき」の会員増強のために取り組んでいます。なかなか効果につながりませんが、引き続き頑張ります。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会医療法人財団池友会
福岡新水巻病院
http://www.f-shinmizumaki.jp/

診療科目
内科・循環器内科
消化器内科・外科
整形外科・脳神経外科
小児科・救急科など

診療時間
水巻町立屋敷1-2-1
午前 9:00~12:00
午後 14:00~17:00 ☎093-203-2220

特定医療法人 東 筑 会
東 筑 病 院
中間クリニック

介護老人保健施設 翡翠苑
住宅型有料老人ホーム リバーサイド東筑

八幡西区八枝 1-7-20 ☎603-0111
http://www.touchiku-hospital.com

社会福祉法人
福祉松快園
~まごころが通じ合うあたたかい介護を~

水巻町吉田南2-9-1 ☎201-8800

従業員募集中
タクシーのご用命なら
ポニー
PONY GROUP
有限会社 みずほタクシー
いいポニー
☎691-1152

医療法人
北九州ネフロクリニック
腎臓と人工透析・泌尿器の専門クリニック

透析送迎有
・夜間透析あり
・外来は完全予約制

八幡西区則松2丁目8-21
TEL:093-692-6665

遠賀中間医師会
訪問看護ステーション
お気軽にご相談下さい

遠賀郡水巻町下二西2丁目1-33
TEL(093)202-3504
FAX(093)202-3514

農園部通信

イチジク好評！感謝です

農園部長 永田 勝利



農園部は、現在男性5名、女性3名、繁忙期の応援若干名という陣容で、主にイチジク、梅の栽培諸作業（除草、施肥、剪定等）と野菜の栽培および作物の販売を行っています。農園部にも世の中同様、ひたひたと高齢化の波が打ち寄せています。

会員の皆さままで農作業に興味のある方、一緒にさわやかな汗を流しませんか。作業時間は、原則9時から11時までの2時間（年間30回程度）です。

さて、イチジクの生産世界一はトルコだそうです。私たちの若いころ、トルコ風呂というのがありましたが、あれはどのような風呂だったのでしょか。友人に聞いたところ「あれは足湯じゃった」と言っていました。本当でしょうか。

今年のイチジク収穫祭は、炎暑にもかかわらず多数の会員の参加をいただき、例年にない売り上げを達成することができました。

また、農作物の販売（タカナ、サツマイモ、里イモなど）には、多くの会員の方にご協力をいただいで完売することができました。厚くお礼申し上げます。



女性部

各種教室など積極的に活動

女性部長 村井 美智子

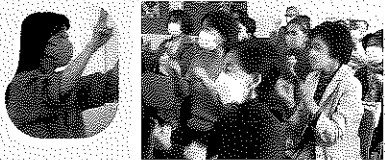
今年度は、合同料理教室がコロナ接種会場の関係で中止となりましたが、単体クラブの料理教室を久しぶりに開催しました。

以下、女性部の活動について報告します。

①第2回歌声教室

令和5年10月10日（火）サクラほーるで、第2回歌声教室を開催しました。

当日は44名が参加し、コロナ対策のためマスク着用で顔の表情は見えませんが、童謡・歌謡曲などを歌いました。また手足を使った宮



田先生のとてもユニークな指導や脳トレでとても楽しい時間を過ごすことができました。

が、脳の反応が年々遅くなっているような気がしました。今年度最後の歌声教室でしたが、来年度も開催を要望する声が多く上がりました。

②折紙教室

令和5年12月1日（金）、4日（月）に北部と南部に分か

れて、サクラほーるにて総数40名が参加し、折紙教室を開催しました。



今回の作品は、令和6年の干支「辰」を作成しました。今回の「辰」は、パーツが多く細かい作業も多くてだいぶ苦勞していたようですが、2時間半、先生の細やかな指導のもと全員頑張つて、今にも動き出しそうな「辰」が出来上がりました。

③遠賀郡老連女性部委員会

令和5年11月21日（火）に遠賀郡4町の女性委員会が22名の参加で開催されました。岡垣町いこの里に集合し、宗像大社に行きました。

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

アイオイ産業株式会社
粗大ゴミ・引越しゴミの回収 お気軽に
遺品整理などでお困りの方 ご連絡下さい
☎093-201-2959
遠賀郡水巻町宮尾台1-20

瓦・屋根工事全般
創業55年の信頼と実績
株式会社 **門司洋瓦**
お問い合せ
お見積りはこちらから ☎0120-054-663
遠賀郡水巻町下二東2丁目3-7 ☎093-201-6331
博多オフィス：博多区博多駅前3-10-2-308
<http://www.monji.co.jp/>

足場工事・PC工事
コンクリート工事
Shinwa
株式会社 **信和工業**
遠賀郡水巻町猪熊7丁目12番20号
TEL 093-701-5611

ARCGROUP Inc.
construction・Secondhand dealer
総合建設業
アルクグループ株式会社
遠賀郡水巻町吉田西3丁目22-1
TEL/FAX 093-777-5424

タイル工事
有限会社 **太賀タイル**
TAGA TILE
遠賀郡水巻町二東1-5-39
☎ 093(202)2075
FAX 093(202)2705

○板金塗装 ○車検
○新車・中古車販売
○コーティング 等
AUTO REPAIR PENGUIN
株式会社 **Auto repair PENGUIN**
— オートリペア・ペンギン —
遠賀郡水巻町猪熊10丁目1番3号
TEL:093-201-0660
FAX:093-201-0650

文化講座

「フタタモリ」を題材
に荒谷会長が講話

海の道むなかた館にて、「世界遺産 神宿之島 宗像沖ノ島」と関連遺産群・構成遺産の映像を見て、普段立ち入ることのできない沖ノ島を体験しました。また、宗像大社と宗像三女神も見学しました。

令和5年10月19日(木) サクラほーるにおいて42名参加のもと文化講座を開催しました。



荒谷会長に講師をお願いし、今回は「フタタモリ」に関連した内容の話をさせていただきました。多くの方がNHKテレビ「フタタモリ」を観ているようでしたが、タモリが「日本坂道学会の会員」であること(会員が2名(会長/山野勝さん)であることなど)あまり知られていないことについておもしろおかしく説明されて本題に入っていました。

講話内容は、①タモリの好きな坂道と崖、②タモリの好きな石灰岩(岩石の種類と特徴)、③タモリの好きな火山地形と、幅広く話を聞くことができました。荒谷会長の引き出しの深さ(知識の深さ)には改めて驚きと感銘を受けた講話でした。なお、4名の方がポイントカード満杯を達成され、荒谷会長から景品が授与されました。

女性部日帰り研修会

糸島方面へ
古代歴史の旅

年ぶりに開催しました。令和5年8月18日(金)から10月18日(水)まで6回、6クラブ(川瀬会・高尾コスモスクラブ・みずほ福寿会・新生クラブ・青梅会・サンクラブ)総勢115名他、お手伝い5名、女性部2名が参加し、各公民館で実施しました。

令和5年11月2日(木)、女性部日帰り研修会を実施しました。昨年に引き続き、糸島地域の研修旅行です。昨年が糸島半島の北部(製塩所)中心の見学だったので、今回は主に、南部を見学する研修会を計画しました。

糸島は「怡土」と「志摩」が合併して「糸島」になったという事です。朝9時に水巻を出発して、「伊都菜彩」に寄り買い物をした後、昼食は偶然(?)にも昨年と同じ食事処でした。

その後、伊都国歴史博物館で特別展を見学しました。糸島地方は、古代伊都国が栄えたといわれ「魏志倭人伝」に出てくる伊都国にまつわる埋葬品が数多く出土しています。日本最大の銅鏡「大型内行花文鏡」(国宝)など出土品を展示してお

メニューは、①ガパオライ ス②胡麻和え③レタス・トマト・卵スープの3品に挑戦しました。調理の後は、出来上がった料理を試食し、話に花を咲かせました。



り、伊都国歴史博物館で古代のロマンを感じることができました。

次に、「雷山千如寺」に行き、本尊(千手観音菩薩)を参拝しました。美しい庭園・自然のうつろい・風雅なたたずまいと、福岡にも「いにしえ」を感じる世界があり、心が癒される空間でした。また境内の樹齢400年の大木を背景に記念写真を撮りました。が、残念なことに、紅葉までには10日ほど早かったようです。



私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

立ち食いラーメン 中央軒 本店 ☆ JR黒崎駅改札口より200m ☆ 八幡西区黒崎2-4-6 TEL 093-616-2223

焼肉・すきしゃぶ おんどる 本店 水巻町古賀2-2-7 TEL:093-203-1129 宅配弁当承ります TEL:093-203-1119

草刈り、防草シート等 施工業務 その他工事、施工業務等はこちらにご相談ください 総合建設業 藤技研 遠賀郡水巻町古賀2丁目2番4-305号 TEL:093-701-7873

キッチン・システムバス・水廻り リフォーム・企画販売・施工管理 西日本ハマネツ株式会社 福岡県知事許可(般-24)第45527号 本社 鞍手郡鞍手町新北2037 ☎(0949)42-7720 遠賀営業所 遠賀郡水巻町古賀二丁目10-23 ☎(093)202-0836(代)

オーダー家具・オーダーキッチン SYNC 株式会社 SYNC TEL 093-201-5080 遠賀郡水巻町頃末北2-12-1

LPガス・ガス器具・リフォーム 配管一式・給湯設備・住宅設備 大型コインランドリー 水巻店 株式会社 興和 遠賀郡水巻町立屋敷1丁目16-7 TEL 093-201-5733

校区活動紹介

「玉入れ競争」にチャレンジ

猪熊校区 鷹見シニアクラブ
大垣 久雄

令和5年10月3日(火)、本年度第1回目の交流会に40名集まり、初めて一室内玉入れ競争大会を実施しました。もう60、70年前に小学校の運動会で経験された人気の競技で、昔を思い出しながら童心に返って交流を深めました。

歌謡ショーに

70名参加

頃末校区 清交会
久良木 功

今回の頃末校区交流会は清交会が主催して、令和5年11月26日(日)に頃末公民館において、昭和の大歌手三波春夫さんと姿・顔立ちがそっくりな岡垣町在住の各地で活躍中の三波小春(芸名)さんの歌謡ショーを開催いたしました。



演目は、三波春夫ヒット曲を切れ目なく約1時間にわたって熱唱いただきました。終演後、参加者の感触も良好で、参加人数にも気をもんでいましたが、70名の参加をいただき、ほっといたしました。

競技は日本玉入れ協会のルールを基本に、若干の修正を加えて室内で実施しました。簡単に説明しますと1チーム5名、1パート4チームの総当たり戦にしました。1ラウンド4分間以内に50個の持ち球を多く投入できるかを競い、2ラウンドのトータルで勝敗

改めて感謝申しあげる次第です。

日頃より私たち老人会はおもいやりの心を本望に、逢えば会話を楽しみに元気にしております。これからも未永く価値ある人生を目指して健康第一を目的にあげ、夢を膨らませて心地よい毎を送りたいと切望しながら、皆さまのご多幸を切にお祈り申しあげています。

はなはだ簡単ではございますが、お礼の言葉とさせていただきます。

ダーツ懇親大会を 開催!

杵校区 つばさの会

富松 裕治

令和5年8月27日(日)、古賀公民館で杵校区支部の



～大会結果～

優勝	為成 頼子(古城会)	312点
準優勝	梶山 睦美(杵シニア会)	281点
第3位	合戸 博治(青梅会)	270点

【敬称略】

「ダーツ懇親大会」を開催しました。校区支部のダーツ大会は、昨年に続き2回目になります。皆さんレベルアップされて、得点も少し高くなりました。目新しさもあり、楽しみながら競技を行いました。

を決定します。高さ4尺のカゴにポールより半径2尺の外からカゴに向かって投げ入れますが、オーバーしたり、届かなかつたり、相手の玉を投げたりと、ため息、息切れの連続でした。今回は8チーム出場し、優勝は高松クラブ、準優勝は鷹見シニアクラブチームでした。なお、用具は猪熊小学校、町体協から借用です。校区交流会あるいは地域の交流でチャレンジしてはどうでしょうか。

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

プラント配管工事一式

片瀬鉄工

遠賀郡水巻町伊左座5丁目19-20
TEL/FAX 093-616-1179

鍛冶工事/プラント工事

華工業

遠賀郡水巻町猪熊8-1-48
TEL 093-203-5565

一級建築士のリフォーム会社

株式会社 中建

本社 水巻町伊左座5丁目3-8
TEL.093-201-2588

クレーンメンテナンス業

株式会社 FLC

遠賀郡水巻町伊左座2丁目14番5号
TEL/FAX 093-701-6446

株式会社 丸新

遠賀郡水巻町猪熊8丁目10-29
TEL 093-201-8113

各中古車・新車販売

Mechanic Garage 武蔵

TOTAL CAR FACTORY

本店 遠賀郡水巻町頃末北4-3-14
TEL/FAX 093-201-2015

町老連 第1回ダーツ大会

ハワイから飛び入り参戦で
国際色豊かに盛り上がる！

7月20日(木)、106名の会員の皆さん参加のなか、町民体育館で第1回ダーツ大会を開催しました。前田ますみさん(Ohana)のご親戚にあたる4名の方がハワイから参加され、国際色豊かな大会となりました。

初めての体験と言っていますが、なかなか上手で惜しくもブロック優勝はできませんでしたが、大会を大いに盛り上げていただきました。なお、トータル得点ゼロの珍記録が生まれ、しばらく破られることがないでしょう。

今回より、ダーツの台が白澤さん(川瀬会)のアイデアで大幅に改良され、投げやすいとの好評、組み立て運搬とも簡便になりました。



プレーの様子



受賞者の皆さんおめでとうございます!!

令和5年度 ダーツ大会成績表【敬称略】

組	優勝者	クラブ名	総得点
1	松田 倫子	みずほ福寿会	222
2	新町 長文	ときわ会	269
3	永沼 靖	川瀬会	324
4	合戸 博治	青海会	240
5	石崎 絹江	鷹見シニアクラブ	265
6	石川千代子	川瀬会	304
7	民木 悦雄	浮島会	210

【最高得点賞】

男性 永沼 靖 324点 (川瀬会)
女性 石川千代子 304点 (川瀬会)

囲碁・将棋大会で熱戦

7月28日(金)に第1回囲碁・将棋大会をサクラホールで開催しました。

各単位クラブから囲碁の部11名、将棋の部8名が参加し、コロナ対策に配慮しながら対戦を行いました。

対戦時計を使い、一人30分の持ち時間で真剣に盤に向き合い、静かで熱い熱い戦いを繰り広げました。

囲碁・将棋大会は年2回開か

ブロック優勝



最高齢者賞



将棋 高瀬さん 囲碁 坂本さん

れています。参加者がまだまだ少なく、各単位クラブからもっと多くの参加者を期待しています。

今大会の結果は表のとおりです。なお、将棋の部はAブロックの1位と2位の方が、囲碁の部はAブロック及びBブロックの優勝者が9月20日(水)に開催された郡大会に出場されました。なお、最高齢者賞は、囲碁の部は坂本さん、将棋の部は高瀬さんが獲得しました。

【囲碁の部】

【敬称略】

ブロック	氏名	クラブ名
A	為成 邦洋	古城会
B	和気 重信	鷹見シニアクラブ
C	福田 万徳	宮尾台シニアの会

【将棋の部】

【敬称略】

ブロック	氏名	クラブ名
A	民木 悦雄	浮島会
B	上野 靖雄	なごみ会

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

住まいの事なら何でもお気軽に!!

- 大工 ●塗装 ●板金
- 左官 ●クロス貼など

立山工務店

WWW.tateyama-koumuten.com

地元で50年の信頼と実績
お問合せ TEL 093-202-1277
無料にてお見積りいたします!!

アンテナ設置工事
ルーム・業務用エアコン設置工事
浴室換気扇/照明器具取り付け など

お気軽にご相談ください

スリーエイチデンキ【3HD】
代表 井手上 博喜
080-4578-6996
遠賀郡水巻町伊左座4-5-11
<https://3hdenki.xyz/>

COLOR REFORM
建築・吹付・各種塗装工事施工

コニシ建装

遠賀郡水巻町二東2-15-5
TEL/FAX 093-201-9511

Shimiken

塗装工事・防水工事・シーリング工事・建築工事全般

遠賀郡水巻町二西1丁目7-19
TEL/FAX 093-482-9135

水巻町老人クラブ連合会指定斎場
JA北九
斎場 **やまぎ会館**

ご希望に合わせた葬儀を提案致します。
組合員加入により特典あり。

水巻斎場 ☎0120-202-699
☎093-202-6969 水巻町頃末北1-16-5
弁当・オードブル・法要料理などのご注文はJAへ。
仕出係 ☎093-282-5088

皆様より親しまれ60年 信頼と実績の葬儀社です

みのや葬礼社
頃末斎場 本館・別館

新館(夢工房さん前) 本館(復員いしまつさん前)
水巻町頃末北2-11-3 **【大駐車場 完備!!】**
<http://www.u-minoya.co.jp>
TEL 093-201-0283

筑豊地区老連 高齢者相互支援リーダー研修会 活動の重要性と実践例学ぶ



7月26日(水)、飯塚市穂波交流センターで開催されました。午前は「高齢者の福祉について」福岡県保健医療介護部より現役高齢者支援事業についての説明および県老連事務局より「高齢者相互支援活動について」の説明がありました。特に「福岡県高齢者ネットワーク推進事業」については、日常生活(活動)の中での支援活動のあり方、活動上での遵守事項等について詳しく説明があり、再確認できました。

午後からは、田川市老連事務局と宮若市老連の上大隈老人クラブ「光明学院大学」からの事例発表(活動報告)。どちらのクラブも会員減少、高齢化が進む中、行政・自治会・公民館など地域社会全体で高齢者相互支援を行うことの重要性を認識しました。

最後に、閉会の言葉の中で「杖をついてから老人クラブに入るのではなく、杖をついている人を支援していくことが肝心である」という言葉が心に残りました。

新水巻病院看護学生研修会 看護学生との交流 深めた2日間

フィールドワークの一環として昨年に引き続き、新水巻病院看護学生6名との研修会(交流会)を開催し、交流を深めました。

8月1日(火)に第1回目を開催し、午前中は町老連の概要説明を荒谷会長が行い、昼からは水巻町老連理事との座談会を実施。看護学生から多くの質問等があり、理事が回答し、大変有意義な時間を過ごせました。

第2回目は、8月23日(水)に開催し、「東農園でいちじくの収穫」を体験しました。全員が初体験で、中

は「いちじく」を初めて試食する学生もあり、おいしそうに食していました。その後、サクラは「へ移動し、「ダーツ」を行い、昼食後に「ワナゲ」ゲームを実施。楽しい時間を過ごしました。

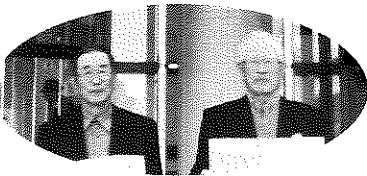


後日「地域暮らし」フィールドワーク成果報告会が行われ、貴重な体験をしたこと、楽しい2日間を過ごせたことへの感謝の報告がありました。

筑豊地区老連女性リーダー研修会 および県老連会長表彰 水巻町老連と 鷹見シニアクラブ受賞

11月14日(火)、桂川町住民センターで地区老連女性リーダー研修会と県老連会長表彰式が開催されました。

表彰式では、水巻町老連が会員増強運動で会員数が減少する中、5年間単位クラブを維持させていることにに対し、県老連会長表彰が授与さ



健康づくりで 身体を動かす

つばさの会 会長 富松 裕治

12月7日(木)に春日市で行われた「健康を進める運動」推進研修会に出席しました。全老連は昭和55年から「健康をすすめる運動」を行っています。

健康活動は、三大運動(健康・友愛・奉仕)の中の一つとして位置付けられています。県老連では、健康づくりのための組織的活動(主なもの)として、

れました。また、鷹見シニアクラブは、5年間で24名から50名と会員数を2倍以上、また4年連続会員数を15%以上増員させたことに対し、県老連会長賞が授与されました。

また、後日、町老連と鷹見シニアクラブに副賞として「カセットデッキ」が贈呈されました。

女性リーダー研修会では、健康運動指導士(小川静香先生)を講師に「健康体操と脳トシで健康寿命を延ばそう!!」についての講演がありました。

毎日たったの10分運動・今より10分多く体を動かそう・マスク生活で呼吸が浅くなっているのを深呼吸から始めようと、運動時の注意点などを学びました。

- ① 三大スポーツ大会の実施
グラウンド・ゴルフ、ペタンク
ゲートボール
 - ② いきいきクラブ体操の普及・推進
運動不足を補うために、いきいきクラブ体操を考案し、その普及と推進に努めている。
 - ③ 高齢者向け体力測定事業
 - ④ シニアスポーツ・レクリエーション活動の普及と講習会の開催
 - ⑤ 「健康を進める運動」推進研修会を行っています。
- 以上のような健康づくり運動を参考にして、町老連の「健康づくり」活動への新規提案ができれば良いと思っています。

地区老連グラウンド・ゴルフ大会

水巻町代表2名が健闘

9月7日(木)、田川市こがねが丘陵上競技場にて、地区老連グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

水巻町老連からは、昨年郡老連で好成績を出した大垣久雄さん(鷹見シニアクラブ)、勝原陽子さん(浮島会)の2名が出場しました。

郡老連囲碁・将棋大会

熱く静かな対局を展開

9月20日(水)、岡垣町老人憩の家「乳垂荘(ちたるそう)」にて、遠賀郡老連囲碁・将棋大会が開催されました。

遠賀4町で予選を勝ち抜いた16名が参加し、囲碁・将棋の部において各4名ずつ2ブロックに分かれて対局しました。

各ブロック上位2名まで地区大会へ出場されますが、水巻町老連から参加した囲碁の部の為成邦弘さん(古城会)、和気重信さん(鷹見シニアクラブ) および将棋の部の民木悦雄さん(浮島会)、高瀬一幸さん(なごみ会)の4名は残念ながら地区大会に出場することはできませんでした。熱戦ご苦労さまでした。

地区老連ベタタンク大会

優勝目指して20チームが熱戦

9月22日(金)、遠賀町総合運動公園にて、筑豊地区老連ベタタンク大会が開催されました。

前日の雨で開催できるか心配されましたが、曇り空のもと20チーム80名の参加で、水巻町老連からは宮尾台シニアの会1チームが参加し、5ブロックに分かれ全力でプレー。宮尾台シニアの会はAブロックで健闘したものの、1勝2敗で上位入賞することはできませんでした。

県老連グラウンド・ゴルフ大会

秋晴れのもと139名がフルスイング

9月28日(木)、岡垣町民総合グラウンドにて、県老連グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

初秋とはいえ、まだまだ厳しい晴天のもと、福岡県下の各地区老連の代表139名が参加し、熱い戦いを繰り広げました。

水巻町老連からは3名(須崎一さん、福田万徳さん、桑波田和美さん)が出場し、健闘しましたが、上位入賞を果たすことができませんでした。

地区老連囲碁・将棋大会

和気氏・松野氏が優勝 坂本氏が準優勝

11月1日(水)、サクラホールにて、地区老連囲碁・将棋大会が開催されました。

各郡老連主催の大会で上位入賞者が囲碁の部12名、将棋の部8名が参加して熱い対局を展開。他の郡老連から不参加者が生じたため、水巻町老連から囲碁の部に松野保典さん(千寿会)、和気重信さん(鷹見シニアクラブ)、坂本孝秀さん(碓会)、福田万徳さん(宮尾台シニアの会)の4

郡老連ベタタンク大会

一球入魂で全力プレー

11月9日(木)、岡垣町民総合グラウンドにて、郡老連ベタタンク大会が開催されました。

曇り空のもと、遠賀地区から20チーム72名が参加し、絶好の大会日和のなか各チーム一球入魂でビュットを目標に、近くに寄せたり、相手の玉をはじいてビュットから遠ざけたりと接戦を繰り広げました。

優勝は芦屋町老連「大君会B」でした。水巻町老連からは5チームが参加しましたが、上位入賞を果たせず、次の機会へ持ち越しとなりました。

名が参加することになりました。

一人持ち時間30分にすべてをかけ、Aブロックで和気さん、Cブロックで松野さんがそれぞれ優勝、Bブロックで坂本さんが準優勝と好成績を残しました。



参加者の皆さん



次の一手を読みながら

郡老連グラウンド・ゴルフ大会

益田氏堂々の5位入賞!

11月29日(水)、岡垣町民総合グラウンドにて、郡老連グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

各町老連から上位24名が集まり、総勢96名が曇り空のもと熱戦を繰り広げました。

水巻町老連からは益田健一さん(高尾コスモスクラブ)が5位に入賞し、県大会への出場権を獲得しました。



皆さんお疲れさまでした



机校区

つばさの会

会長 富松 裕治 会員数 21名

高齢者に中高年者を加えて

活動してきた歴史

◆会の歴史と活動の現状

つばさの会は机校区の緑ヶ丘区にあり、平成22年に結成されました。当時高齢者だけで活動するグループでしたが、役員をできる人がいないことを理由に一旦解散することになりました。当時の区長の発案により、高齢者に中高年者を加え活動を行う「つばさの会」が結成され、今日に至っています。

会の活動は、コロナのため定例会は行うものの、集団で行う行事は自粛する状況が続いていました。しかしながら、今年度から従来通りの活動を行っています。

◆主な活動

①定例会

毎月第4

日曜日に定

例会を行っ

ています。

主な活動

を紹介しま

す。

・脳トレ(ク

ロスワー

ド、小学校

6年生しべ



◆今後の目標

今後の目標は、会員一人一人がより楽しめる会になることです。そのためには、活動内容を会員全員で見直し、活動を充実させていくことが重要と考えています。それにより、おのずと会員の増加が図れるものと考えています。

③花の育成

公民館、公園の花壇で花を育てています。4月になると250株以上のチューリップが一斉に咲き、地域の人の目を楽しませていきます。

◆今後の目標

健康に関する勉強

雑談(地域の話、世の中の話題について雑談を行います。人と人の会話が心を和ませます)

②日帰り研修旅行

会の一歩の行事は、日帰りの研修旅行です。旅行会社の方にコースを提案いただき、会員の希望を考慮し、行き先を決定します。今年4年ぶりに実施して、津和野に行ってきました。津和野の古い町並み見物、山口市徳佐でのリングゴ狩りを楽しんできました。

③花の育成

公民館、公園の花壇で花を育てています。4月になると250株以上のチューリップが一斉に咲き、地域の人の目を楽しませていきます。

◆今後の目標

今後の目標は、会員一人一人がより楽しめる会になることです。そのためには、活動内容を会員全員で見直し、活動を充実させていくことが重要と考えています。それにより、おのずと会員の増加が図れるものと考えています。

皆さんの作品を掲載します

みんなの投稿広場



続・四季の遊び

みずほ福寿会 松尾 高林

本誌26号で、春から初夏にかけての遊び(さくらの散り花の枕作り)に始まり、木瓜酒の次は山桃酒に山桃ジュース)を紹介しました。今回は秋冬の遊びです。卒業となるのに、物好きな人がいるものだと、目を通してくださればうれしく存じます。

まず初秋は、「マタタビ酒」造りです。若き頃から山旅が趣味の私は、いろいろな山の幸に触れました。その一つが沢沿いに生育するマタタビです。精力剤となる酒と立証されています。でも、12年前、前立腺がん治療後、歩行に違和感があり、深山に疎遠して、実を採ることはできません。幸いかな、代わりに友人が採って来てくれるのです。入手が難しい貴重な果実です。次が「ドンクグリ」拾いです。水巻町は明神ヶ辻山や、総合運動公園に、みどりんばあーくで、十分にドンクグリを拾い童心に返っています。各種のドンクグリは食べられますが、一番おいしい「クリ」は別にして、そのまま炒って食べられる「ツブラジイ・シリブカ・マテバシイ」の

3種を収集します。昨年は、総計約3000個拾い、興味のお持ちの方々に進呈しました。今年には空襲の語り部の回数が増えたり、復活したOB会などに参加して体力を消耗。今回は一度だけシリブカを1000個ほど拾い、秋の匂いを嗅ぎました。明神ヶ辻の山頂には大きい立派なマテバシイがありますよ。ドンクグリと並行して、14年前から始めた、我が庭のキンモクセイのお茶である。現在、枝張り4メートルほどに成長し、周囲に好ましい香りを放っている。お茶作りは手数のかかる仕事で、当時、オリジナルと自負し、新聞に自称「キン茶」で投稿。掲載され得意顔で、知人たちに賞味してもらっていました。昨年、友人から中国に歴とした「桂花茶」の銘があると教えられました。でも近辺で聞いたことはなく、珍品だと自負しています。

年が明けると、ダイダイ酢作りです。一昨年前まで1000個以上収穫していた、亡妻が植えた樹齢25年余のダイダイが枯れ、落胆しました。でも、その穴を友人宅の果実が埋めてくれます。また、その果皮でジャムを作り、年中、トーストに供しています。これら四季を通して、好奇心の思うがままの行動が、健康寿命を伸ばしているのかもしれない。生かされていることに感謝、感謝です。

皆さんの作品を掲載します

みんなの投稿広場



どくらくぎん 独楽吟

青梅会 合戸 博治

今年も
あとなり
かとなり
ました
が、悲喜
こもこも
たくさん
の思い出
があった
かとお
祭しま
す。
でも、
悲しかっ
たこと、辛かったことなどは
忘却の淵に捨て去り、楽し
かったことだけの思い出を胸
に新しい年を迎えましょう。
幕末 越後梅井に橋腰寛(た
ちばな あけみ)という歌人
がいました。雨漏りするよう
な廢屋にちかいかい家に住み、子
だくさんの寛も意に介せ
ず、「歌よみて 遊ぶほかな
し 吾はただ 天にありとも
地にありとも」と詠んだ彼
の「独楽吟」を紹介します。
たのしみは 妻子むつまじ
くうちつとひ 頭ならべ
て物をくふ時
たのしみは まれに魚煮て
児等皆が うまじうまじと
いひて食ふ時
たのしみは 朝おきいでて
昨日まで 無かりし花の
咲ける見る時
たのしみは 心をおかぬ
友どちと 笑ひかたりて
腹をよるとき
たのしみは 客人えたる
折しもあれ 瓢に酒の あ
りあへる時
たのしみは 意にかなう
山水の あたりしすかに
見ゆありとて
何でもない日常のふとを、
たのしみ力、つまり「感動す
る心」があるかないかで私た
ちの暮らしは、すいぶんと
違ったものになるかもしれま
せん。
さあ「たのしみは」で始ま
る和歌を詠んでみましょう。
まず、言い出しつへは「合
戸じいさん」の独楽吟
たのしみは 野良仕事終え
ワンカップ グビリグビリ
と のどならす時

会員文芸

卓球カウントざれうた

みずほ福寿会 新徳 恭一

- 0.0 ラブオール おエリア 言う割 入らない
- 1.1 ワンワン 吠えるは 弱い犬
- 1.2 一 二の三四 幼稚園
- 1.9 移築したいよ 三段腹
- 2.3 にいさん 寄ってけ サービスするよ
- 2.9 にくい球だよ ひん曲がりボール
- 3.4 三枝が 言います 新婚さんいらっしゃーい
- 3.5 産後休暇は 何ヶ月?
- 3.6 三六の別れ 若松、小倉
- 4.5 死後の所帯も 一緒だよ
- 4.9 四苦八苦 やっております ダイエット
- 5.9 ご苦労さん 今日も連夜の 午前様
- 7.8 質屋の出し入れ カメラに時計
- 8.8 母は待ちます 舞鶴港
- 9.2 国の財政借金まみれ 我が家の会計は火の車
- 9.4 櫛はいらぬ 禿げ頭
- 9.9 九九の勉強 二年生
- 9.10 苦渋の判断 国会答弁
- 10.10 じゅうじゅうやりたい パーベキュー

待ちし声ツクツクボウシ来る庭
今年またドングリ拾い幸思う

みずほ福寿会 松尾 高林

戦争で国を離れる避難民
苦難の道を歩むに幸を

野立湖の近くに秋桜
孕みたる蠨螂半身刃向いぬ

鷹見シニアクラブ 渡邊 千水

今日もまた人の命が失われる
戦争止めぬ人間愚か

みずほ福寿会 松尾 高林

俳句

鷹見シニアクラブ 渡邊 せろり
夕間暮の案山子 一体後ろ向き
輪投げの輪外れてばかり敬老日

川柳

みずほ福寿会 松尾 高林
悔しいが縄跳び出来ぬ卒寿かな
祝賀会娘還暦我れ卒寿

短歌

「みまき第28号」(令和6年8月発行)

原稿募集

締切:令和6年6月21日(金)

クラブ活動紹介、随筆、趣味の作品など、ジャンルを問わず大歓迎!(写真も一緒にお送りください)。文芸(俳句・短歌・川柳など)、趣味の作品(写真・絵手紙・イラスト・書など)の投稿も大歓迎です。

宛先

〒807-0042 遠賀郡水巻町吉田団地 6-1
水巻町高齢者福祉センター内
水巻町老人クラブ連合会 ☎093-202-3044

室内 ペタンク大会

わずかな得失点差で 川瀬会 A が制す

10月31日(火)、町民体育館で15クラブ101名の参加による室内ペタンク大会を開催しました。

6ブロック24チームによる熱戦は、制限時間の25分を超えて最後まで競り合う試合も多く、元気いっぱいのプレーが見受けられました。なかでも、上位入賞チームは、それぞれ最高得点を記録するなど成績も拮抗しましたが、わずかな得失点差で川瀬会Aチームが優勝しました。



大会結果	
優勝	川瀬会 A
準優勝	みずほ福寿会 B
第3位	宮尾台シニアの会 A
第4位	みずほ福寿会 A



パットゴルフ 大会

難コースに 悪戦苦闘も楽しく!

11月28日(火)、宗像ユリックスにて単位クラブ会長と役員26名が参加し、パットゴルフ大会を開催しました。

部分的には改修されているものの、コースの真ん中に障害物(岩)や急斜面があったり、コースをなかなか読めず、カップの周りを行ったり来たり。また、1打目が元の位置に戻ったりと笑い声があちこちから上がり、楽しい半日を過ごしました。難コースの中、ホールインワンを4名が達成し、無事に大会を終えました。

大会結果	
優勝	西村 暁美 (高尾コスモスクラブ) 69
準優勝	小山内 ヤス子 (鯉寿会) 83
第3位	高瀬 一幸 (なごみ会) 83
第4位	白澤 栄 (川瀬会) 83
第5位	益田 健一 (高尾コスモスクラブ) 85



第2回 グラウンド・ゴルフ 大会

地面に苦戦も 和気あいあい

10月17日(火)、水巻総合グラウンドでグラウンド・ゴルフ大会を開催しました。秋晴れのコンディションのもと、参加者は前回より8名増え80名参加となりました。

スタート前、皆さんの思いは優勝目指して気力充分でしたが、しばらく雨が降っていないためグラウンドは固く、球が弾みすぎコントロールに苦戦、何度も天を仰ぐ状況が散見されました。全般的にホールインワン、2打が少なくスコアが作れない難しい大会でした。

今回の大会は、郡大会など上の大会に挑戦する大会ではありませんでしたが、スコアは別として、大会はスムーズに流れ和気あいあい。青空のもと楽しく交流を深めることができました。体調を壊す人もなく、無事に閉会することができました。



大会結果 【敬称略】

順位	氏名	クラブ名	スコア
優勝	大垣 久雄	鷹見シニアクラブ	54
準優勝	隼田 誠	宮尾台シニアの会	54
第3位	宮田 千春	川瀬会	58
第4位	浦川 一徳	みずほ福寿会	59
第5位	福田 万徳	宮尾台シニアの会	60

編集後記

新型コロナウイルスもほぼ収束し、町老連関連行事もおおむね順調に進み、新年を迎えることができました。ポイントカードの満杯者も2月末までに15名うち1名男性となりました。残された令和5年度の行事と令和6年度の新しい行事につきましてもみなさんのご協力により、各専門部の活動に多くの参加をいただきました。また、俳句や川柳などの文芸作品から身近な出来事など、今後とも「みまき」への投稿よろしくお願いたします。

町老連役員一同

スポンサーへのお礼

このたびは「みまき」の発行にあたり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。

水巻町老人クラブ連合会

私たちは水巻町老人クラブ連合会の活動を応援しています

楠本内科医院

内科・腎臓内科・消化器内科

腹膜透析 / 胃・大腸カメラ / 訪問診療 / 緩和ケア

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

TEL:093-201-5121
お電話・インターネットでの予約が可能です

とよさわクリニック

内科・外科・乳腺科

内科 午前9:00~12:00 / 午後2:00~6:00
乳腺科 午前9:00~12:00 / 午後1:00~5:00 (予約制)

【休診日】木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
遠賀郡水巻町下二東 1-4-23
☎093-201-7171

松本クリニック

内科・消化器内科・外科

●日本消化器内視鏡学会専門医
●胃・大腸カメラ検査(経鼻胃カメラあり)

診察時間	月	火	水	木	金	土
9:00~11:45	●	●	●	●	●	●
14:30~17:45	●	●	●	●	●	●

※受付は診療終了30分前まで【休診日】日曜日・祝日
水巻町頃末南1-33-1 Tel.201-2616

浦野眼科医院

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~11:45	●	●	●	●	●	●	○
14:00~17:45	●	●	●	●	●	●	○

※第3土曜は休診日です。
※水曜午後は手術日のため、午前受付終了時間はお問合せください。

tel 093-203-2366
遠賀郡水巻町頃末北 4-2-9

サルナート(株)

家族葬専用ホールあります

サルナート水巻 (代)093)201-0983
水巻町頃末南 1-32-1
※移転しました(旧レッドキャベツあと)

サルナート岡垣 (代)093)281-4114
岡垣町東高倉 1-1-5
☎0120-120948

地下1,200メートルから湧きだす源泉51.6度の天然かけ流し温泉です。

水巻天然温泉 いちちょうの湯
水巻駅徒歩2分
☎093-203-1126

「みまき」は、地域のスポンサー各位のご協力により発行されております。