

# ゆうゆう

第40号  
令和6年7月

## 滝の音 夏の癒し

「白糸の滝」滝開き

夏本番に向けて、行楽シーズン中の安全を祈願するためのものです。安全でたのしい夏を過ごしましょう。

【撮影：加茂 周二】

### 健康・友愛・奉仕 『全国三大運動』

老人クラブは、発足当初から「健康」「友愛」「奉仕」の活動を行っており、明るく、豊かで活力のある超高齢社会の実現に向けて取り組んでいます。

#### 健康活動

- ◎いきいきクラブ体操・健康ウォーキング・シニアスポーツの実施
- ◎趣味・サークル活動の拡充
- ◎料理講習会・食事会の開催など

#### 友愛活動

- ◎関係機関と連携した集いの場づくり（サロン、ふれあい喫茶、居場所の確保など）
- ◎情報の伝達・提供（クラブや町内情報、福祉・防犯・災害・避難などの情報）
- ◎ひとり暮らしや高齢者世帯への安否確認・声掛け・友愛訪問・話し相手・行事などへの参加呼び掛け

#### 奉仕(ボランティア)活動

- ◎全国一斉「社会奉仕の日」(9月20日)の取り組み
- ◎公共施設や道路の清掃・美化・緑化・花づくり
- ◎資源回収・リサイクル活動
- ◎高齢者施設におけるボランティア

## 会長あいさつ 令和6年度の初めにあたって



糸島市シニアクラブ連合会

会長 里村 廣志

若葉萌える心地よい季節になりました。

会員みなさまにはご健勝にてお過ごしのこととお慶び申し上げます。

令和6年度は元日早々に能登半島地震があり、又羽田空港では海上保安庁と日

航機との衝突事故で始まり、大変なシヨックでした。

糸島市シニアクラブ連合会としましては、いち早く義援金を募り市役所を通じて54万円を贈りました。会

員みなさま本当に有難うございました。心より御礼申し上げます。

さて、市シニア連の標語は「のばそう健康寿命、担おう地域づくりを」です。私達高齢者は、永年築き上げた様々な経験と技術を持った集団です。

令和6年度の私達の仲間、4000人です。その力で今人気上昇中の糸島を更に「安心・安全で、美しく、住み続けたい」街づくりの為に頑張っていきたいと思います！

会員みなさまの更なるご支援・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

NPO法人 **マイル**  
ホームホスピス  
**マイルの家**  
糸島市有田中央一丁目6-27  
訪問看護ステーション **マイル**  
糸島市二丈深江七丁目23-11  
☎ 092-332-8661

小さな気づかいから大きな安心を  
住宅型有料老人ホーム  
デイサービス・ショートステイ  
**ケア・オアシス南風台**  
糸島市南風台7-1-8 ☎329-0025  
介護付有料老人ホーム  
**ケア・ラポート南風台**  
糸島市南風台7-1-7 ☎329-0023

通所・ショートステイ・入所  
介護・認知症 相談窓口  
**志摩老健センター パキス**  
グループホーム デイサービス **あかり**  
訪問 リハビリ クリニック **パキス**  
糸島市志摩小富士257 (JAアグリ前) ☎327-2000

医療法人 福生会  
**フクヨ内科医院**  
内科・リハビリテーション科  
◆在宅療養支援診療所 ◆老健ふくせい ◆老人ホームユーハウス  
診療時間 日 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:30 受付(8:30~12:00) ● ● ● ● ● ●  
15:00~17:30 受付(14:30~17:00) ● ● ● ● ● ●  
HPはこちら  
高田4-24-1 TEL 324-0676  
ホームページ http://fukuyo-naika.com/

きもち、はれやか  
**有田クリニック**  
内科 胃腸内科 外科 整形外科  
受付時間 月 火 水 木 金 土 日  
8:30~12:30 ● ● ● ● ● ●  
14:00~17:30 ● ● ● ● ● ●  
☎092-322-2061 住 糸島市前原西4-5-28

**かじき歯科クリニック**  
みんなの笑顔はお口の健康から始まります!  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:30 ○ ○ 13:30まで ○ ○ ○  
14:00~18:30 ○ ○ / ○ ○ ○ ※  
※土曜午後は13:00~15:00まで 休診日:日曜日・祝日  
糸島市潤3-27-3(旧202号線 潤信号そば)  
☎ 092-323-3336

市長あいさつ

住み慣れた地域でいきいきと活躍  
できる共生社会の実現を目指して



糸島市長 月形 祐二

シニアクラブの皆様におかれましては、活動の柱である「健康・友愛・奉仕」のもと、日ごろから、高齢者相互の支援活動や社会奉仕活動等の社会貢献活動を行っていただき、感謝申し上げます。

また、本年5月9日には、昨年に引き続き、定期総会が対面方式で盛大に開催されましたことを心よりお慶び申し上げます。

さて、本市では、令和6年度から令和8年度の計画期間として、「糸島市高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画（以下「第9期計画」）」を策定しました。策定にあたり実施した調査では、生きがいを感じている人ほど、健康状態が良い傾向にあるということが分かりました。趣味やスポーツに熱中する、友人や

知人と食事・雑談をするなど、心から楽しむこと、人とのつながりを持つことが大切であると考えております。

シニアクラブにおかれましては、グラウンド・ゴルフなどのスポーツ大会をはじめ、和気あいあいとした交流事業などを展開されており、高齢者の生きがいづくり・健康づくりに大いに寄与していただいております。

また、介護保険料の引き上げが報道等で話題になっておりますが、本市の第9期計画においては、介護保険制度はじまって以来、初めて保険料を引き下げることができるとなりました。これもひとえに、日ごろから、健康に努められ、介護予防にご協力いただいている高齢者の皆様の努力の賜物であると、改めて

感謝を申し上げる次第であります。

先日、厚生労働省が発表した2040年の認知症の人の推計では、584万人あまりと高齢者の6・7人に1人が認知症になるとされています。本市としても、昨年、制定された認知症基本法の理念のもと、認知症の人も、そうでない人も、住み慣れた地域で生きいきと暮らせる共生社会の実現をめざしていきたいと考えております。共生社会の実現で最も重要なものは、やはり人と人、地域でのつながりであると思っております。皆様の活動が、生きがいを創出し、地域を活性化させる鍵となるものと期待しております。市としても、高齢者を支える施策の充実に向けて、より一層努力してまいりたいと考えておりますので、皆様のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、シニアクラブの皆様におかれましては、健康に十分留意されながら、生きいきとした活動を続けていただき、と存じます。貴会のますますのご発展と会員の皆様のさらなるご活躍を祈念申し上げます。御挨拶とさせていただきます。

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 善優会

**内科 外科 岩隈医院**

院長 高妻 一郎

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 1:00~ 5:30	●	●	●	●	●	●

休診日/日曜・祝祭日

糸島市志摩御床 91-9 ☎328-2525

**あだち歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
14:30~18:30	○	○	○	○	○	16:30まで

※休診日/日曜、祝祭日

糸島市前原東1-6-21  
TEL.092-323-6401

**菊池内科医院**

院長 菊池 正統  
副院長 菊池 洋平

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:40	○	○	○	12:40まで	○	12:40まで
14:00~17:40	○	○	○	○	○	○

休診日：日曜日・祝祭日

糸島市高田1-9-16 ☎324-4653 (代)

内科・消化器内科・胃力メラ・腹部エコー・血管年齢

**みやこだ医院**

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
13:30~18:00	○	◎	○	○	○	○

◎は梅司医師診察  
休診日/日曜・祝祭日 ※発熱外来 要予約

糸島市二丈深江7-26-18 ☎325-1141

初診随時受付中

**やまざき歯科医院**

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

休診/日曜・祝・祭日

糸島市有田中央1-1-38  
ご予約・お問い合わせ ☎(092)324-3672

**伊都まつもと 循環器内科・内科**

Ito Matsumoto Cardiovascular medicine, Internal medicine

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:45~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	—	●	—

糸島市篠原東2-19-7 休診日/日・祝日  
☎092-329-1383



# のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

## 令和6年度定期総会

5月9日(木) 令和6年度定期総会を人権センターで開催しました。

当日は多数(93名)の会員が参加し盛況でした。まず、里村会長の挨拶で「人生100歳時代を迎えよう」としています。シニアクラブ連合会のメインテーマであります『のばそう！健康寿命』を心がけ、支えられるより、支えるを目標に『担おう！地域づくりを』を目指し、糸島が輝く地域となりまますよう会員4000人強で努めていく」と力強く述べられました。

また、来賓としてご臨席賜りました、馬場副市長や嘉村県会議員、堀田市議会議長より、ご祝辞をいただきました。副市長の「元気なシニアの特徴」について5つの共通点でお話をいただきました。

した。「確かにそうなんだ！」と頷きながら、全員が聞き入っていました。最後に、「一番大事なことは自分も楽しみながら、皆様に手本を示していたければ！」とお話は参加者全員が納得でした。

議事では、令和5年度事業報告、収支決算及び令和6年度事業計画(案)、予算(案)について審議し全ての議案について承認され閉会しました。

また、総会の最後に長年の功績を称え、5名の方に感謝状を贈呈いたしました。



私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

介護や老いでの不安などのご相談をお気軽にお電話下さい。

**社会福祉法人 千草会**

- \* 特別養護老人ホーム マイネスハウス
- \* グループホーム ひなた庵
- \* ショートステイサービス
- \* デイサービス
- \* ホームヘルプサービス
- \* ケアプランセンター
- \* 糸島市前原地域包括支援センター
- \* 住宅型有料老人ホーム浦志
- \* デイサービス浦志
- \* 特別養護老人ホーム福重
- \* 介護付ケアハウス福重
- \* 小規模多機能型居宅介護福重

糸島市高上171 施設長 太田 千恵 ☎092-329-1500  
福岡市西区福重2丁目34-5 施設長 加藤めぐみ ☎092-892-3315

**太田脳神経外科**

ⅢⅢ 認知症外来 行っています ⅢⅢ

診療科目 脳神経外科  
専門医 脳神経外科専門医

糸島市浦志 2-21-21  
TEL:323-1251

**社会福祉法人 慈愛会**  
常務理事 平田 直之

糸島市前原西地域包括支援センター ☎324-5600  
特別養護老人ホーム 富の里 ☎324-1200  
富の里短期入所サービスセンター ☎324-1200  
グループホーム 富の里 ☎324-9333  
富の里デイサービスセンター ☎324-1200  
富の里ヘルパーステーション ☎324-6334  
養護老人ホーム 篠原の里 ☎322-2429

糸島市富 508-4

社会福祉法人 今山会

地域密着型 特別養護老人ホーム ショートステイ

**みなかぜ**

糸島市南風台 7-1-10 ☎(092) 331-2270

特別養護老人ホーム ショートステイ・デイサービス

**寿生苑**

福岡市西区田尻東3丁目2705-1 ☎(092) 806-8822

地域密着型特別養護老人ホーム ショートステイ・デイサービス

**美の里**

福岡市西区田尻東2丁目2535 ☎(092) 807-3366

特別養護老人ホーム

**志摩園**

介護に関するお困り事がありましたら  
ご相談ください

糸島市志摩久家 2527-2 ☎328-2121  
<http://www.shimaen.or.jp>

**糸島 ひまわり**

デイサービスセンター (見学・体験できます)

ヘルパーステーション

サービス付き高齢者住宅 (短期宿泊)

ケアプランセンター

お問合せ/8:30~17:30  
☎092-322-5185  
糸島市浦志2-2-12

令和6年度 専門部会員

令和6年度 執行部役員

部会	氏名	校区
文化 教養部会 	田代 京子	雷山
	田中 孝乃	一貴山
	牟田 憲次郎	怡土
	有吉 典子	怡土
	前場 弘之	加布里
	堀田 ハマ子	加布里
	山脇 純子	波多江
	吉川 隆子	東風
	須藤 健二	深江
	安部 弘枝	福吉
	城井 道夫	南風
	梅田 仲子	南風
健康部会 	佐野 基幹	波多江
	辻 智成	一貴山
	古川 清治	桜野
	大谷 春江	桜野
	松崎 健一郎	前原
	増田 芙美子	前原
	大場 道子	前原南
広報部会 	有田 慶二	雷山
	加茂 周二	長糸
	古藤 和枝	長糸
	田中 利夫	東風
	若松 清孝	福吉

役職	氏名	校区
会長	里村 廣志	前原南
副会長	松崎 健一郎	前原
女性部長	吉川 隆子	東風
顧問	井上 九十九	怡土
	兵庫 金作	福吉
監事	前場 弘之	加布里
	高田 秀五	桜野
事務局長	光行 恵美子	南風

※会長、副会長、女性部長は理事兼任

令和6年度  
執行部役員・専門部会

今年度の執行部役員および専門部会を紹介します。全員で力を合わせ、連合会および活動のさらなる活性化に取り組んでまいります。

令和6年度 行事予定 (7月以降のみ掲載)

月	日	曜	事業名	会場
7	30	火	理事会 7月度	あごら
			高齢者相互支援研修会(校区)	各校区会場
			会報「ゆうゆう第40号」発行	
8	27	火	理事会 8月度	あごら
9	20	金	全国一斉社会奉仕の日	
	25	水	理事会 9月度	あごら
10	15	火	市シニア連スポーツ大会(グラウンドゴルフ、ペタンク)	糸島市運動公園
	29	火	理事会 10月度	あごら
11	19	火	理事会 11月度	あごら
			赤い羽根共同募金協賛(11月中に各校区クラブとりまとめ)	
			会報「ゆうゆう第41号」発行	
	26(火)~1(日)		作品展	糸島市伊都郷土美術館
			ふれあい募金活動 11月~12月	
12	24	火	理事会 12月度	あごら
1	28	火	理事会 1月度	あごら
2	26	水	理事会 2月度	あごら
3	25	火	理事会 3月度	あごら
			会報「ゆうゆう第42号」発行	

よろしくお願いいたします



私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

県知事許可(般-2)第105257号


とび・土工工事・基礎工事

 株式会社 **真和技建**

糸島市志摩馬場669-1  
TEL.092-331-7751  
FAX.092-331-7752

 **鋼研工業株式会社**

工場: 糸島市大字雷山742-2  
TEL(092)321-0199  
FAX(092)321-0197

 **社会福祉法人 二丈福祉会**

特別養護老人ホーム 仙寿苑 仙寿苑ケアプラザセンター  
特別養護老人ホーム はまぼう 仙寿苑デイサービスセンター  
障がい福祉サービス事業所 二丈しおさいの丘  
多機能型障がい児通所事業所 しおさいキッズ

お気軽に下記へご相談下さい。

〒819-1601 糸島市二丈深江2291-1  
代表TEL 092-325-2310 FAX 092-325-3062  
糸島市二丈地域包括支援センター  
直通TEL 092-325-2338 FAX 092-325-2348

福岡・糸島を拠点とする  
総合建設業

 株式会社 **へいせい**

・マンション・店舗・新築戸建・リフォーム  
・美装・不動産・土木

<http://www.heisei-g.co.jp>  
〒819-1117 福岡県糸島市前原西5丁目1番31号  
TEL 092-324-1111 FAX 092-324-2222

**和田内装工事株式会社**

糸島市井田435  
TEL 092-324-1459

福岡県知事登録 第100531号

電気設備・設計/施工

 株式会社 **不二電気**

糸島営業所 糸島市前原北4丁目8-17  
TEL 092-334-5268  
FAX 092-334-5269

**部会紹介**

各部で協力し合い頑張ります！



**健康部会**

部長：佐野 基幹

健康部会はスポーツを通じ、会員皆さまが「健康で！元気に！明るく！」をモットーに活動してまいります。また新しい競技を取り入れ、更に多くの会員の皆さまが参加して頂ける、企画・立案・実施をしていきたいと考えています。

今年度は、会員相互の親睦を図りながら活動してまいりますので、皆さまのご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。



**文化教養部会**

部長：田代 京子

文化教養部会は「研修会」及び「作品展」を主に担当し活動しています。

部会員12名で知恵と工夫を出し合いながら、糸島市シニアクラブ連合会の会員の皆さまが「参加してよかった、参考になった」と、思っただけの企画立案を心がけていきたいと考えています。微力ではございますが会員全員の力で前に進んでまいります。

多くの方々のご参加、ご支援をお願いいたします。



**広報部会**

部長：加茂 周二

広報部会は皆さま方の情報を「より正確に！より早く！」をモットーに、会員皆さまに喜んで読んでもらえる、広報紙『ゆうゆう』を発行していきたいと考えております。

メンバーは少数になりましたが、心機一転全員で一致団結し心に残る広報紙を発行していきたいと考えています。今後とも、各校区の情報提供をよろしくお願いいたします。

会員さまのご協力をよろしくお願いいたします。

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

**自動車 钣金 塗装**

**KYUSHU AUTO SERVICE**

九州オートサービス

糸島市有田307-3  
TEL 092-324-4047

**株式会社 仲電気工事**  
Create bright future

照明・エアコン設置から高圧受変電設備まで電気工事のことならなんでもおまかせください。

- 電気設備
- 空気調和設備
- 高圧受変電設備
- 弱電設備
- 省エネ対策
- 設計施工

糸島市神在535-35  
TEL 092-324-3372  
FAX 092-324-4999

URL: <http://nakadenkikoji.co.jp/>

**NAGASHIMA.GUMI**

永島組

糸島市波多江駅南1丁目10番地15号  
TEL/FAX 092-322-2911

新鮮な野菜・食材を  
カッティングスタイルで配送。

株式会社  
**福岡フードサプライ**

糸島市長野1545-1  
TEL: 092-323-1321(代)

**KK 蔵持工業**  
福岡県知事許可(般)第47343号

福岡県糸島市蔵持837-1  
TEL・FAX 092-323-6201

**たさか産商・蔵屋**

肥料・農薬・土の検査

代表 田坂 登

糸島営業所 / 糸島市三坂479  
TEL 092-324-1448  
FAX 092-324-1440

福岡営業所 蔵屋 / 福岡市城南区茶山6-17-42  
TEL 092-845-9700



### 感謝状授与

総会の最後には、長年の功績を称え、5名の方に感謝状を贈呈しました。

- |             |       |
|-------------|-------|
| 引津校区シニアクラブ  | 伊藤 貞利 |
| 南風校区シニアクラブ  | 南條 博  |
| 加布里校区シニアクラブ | 甲斐田久夫 |
| 加布里校区シニアクラブ | 田中 晋  |
| 雷山校区シニアクラブ  | 浦 信雄  |
- (敬称略)

糸島市シニアクラブ連合会は、令和6年1月1日に発生した能登半島地震の被災者に支援しようと2月の理事会に諮り、義援金を募ることを決定

被災地に54万20円を寄託

能登半島地震義援金寄託

各校区の単位クラブを通じ、会員から寄せられた義援金を4月3日(水)月形市長に寄託いたしました。なお、寄託した54万20円は日本赤十字社を通じ被災地に送られます。

月形市長に義援金を手渡した里村会長は、「福岡県西方沖地震の時には、多くの方々から多数の義援金を頂いた経緯もあり、少しでも役に立てればと思います」と語り、月形市長は「糸島市シニアクラブの皆様のお力を必ずお届けいたします」と感謝の言葉を述べられました。

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

みゆき行政書士事務所  
糸島市シニアクラブ連合会を応援します

**【相続・遺言・成年後見制度】**  
**みゆき行政書士事務所**

行政書士 小浦 みゆき

**お問合せは ☎092-321-0084**  
糸島市多久447-4

建築板金機械販売・メンテナンス

**マシンサービスフルカワ**

糸島市末永168-4  
TEL/FAX 092-324-7936  
TEL 090-5388-8228

**林板金事業所**

糸島市浦志三丁目9番12号  
TEL 092-322-1998

**池之上事務所**

司法書士 池之上 正  
土地家屋調査士 池之上 幸輝

前原西1-7-14(旧 波多江事務所)  
TEL (092) 322-2215  
FAX (092) 322-2265

**SANWA BM Team**

ビル総合管理 株式会社 三和

〒819-1119 福岡県糸島市前原東2-13-21  
TEL: 092-323-5495

- ビル・病院・建物清掃管理
- 建物竣工清掃
- 配水管洗浄
- 貯水槽清掃管理
- 窓ガラス清掃
- 外壁タイル洗浄
- ジュータンクリーニング
- ハウスクリーニング
- 清掃用品販売
- 植木剪定
- ウイルス消毒除菌清掃

真言宗 大覚寺派  
別格本山

**千如寺 大悲王院**

福岡県糸島市雷山626  
電話 092-323-3547  
FAX 092-324-3176

<http://www.sennyoji.or.jp>

雷山観音 安産・開運厄除等 祈願・拜観受付  
午前9:00から午後4:30(午後5:00閉門)

活動ひろば

前原校区

前原校区シニアクラブ連合会の活動と現状  
校区事業も本格的に  
活動始まる!

前原校区シニアクラブ連合会 会長 松崎 健一郎

開催します。

校区定期総会を4月20日に開催し、いよいよ新年度が動き出しました。各校区の悩みは同じで会員の減少です。また、単位クラブの悩みも同じように、世話役がいらない、高齢化が進んでいる、このような中でクラブを継続することの難しさが顕著に出ています。

今後は各校区、単位クラブの取り組み等も参考にしながら進めたいと考えています。

校区では、会長会議を年間6回(12名)、会長・女性部長合同会議(21名)を第2水曜日に開催(コミセン)しています。校区事業は前原コミュニティセンターを中心に活動しています。

コミセンの、はまぼつシニア大学講座に参加し年間9講座シニア単独事業でスポーツ大会を開催しています。グラウンドゴルフ大会5月、ペタンク大会9月、卓球バレー大会1月に

開催します。

他の、事業は社協との共催で講演会・演奏会、市同協との人権講演会・映画祭など、また歴史講座にも参加しています。会員皆さまが一番喜んで参加されるのはスポーツ大会です。

5年度事業で5年ぶりに開催した卓球バレー大会は、11チーム72名が参加し大変盛り上がりました。6年度グラウンドゴルフ大会を5月25日前原小学校で開催しました。

快晴の中58名が参加し最高齢は女性95歳、男性は91歳でした。90歳以上の方が5名参加され、元気にプレーされています。優勝は松崎健一郎(北本町)、準優勝は坂井祐二(北新地)、3位は阿部英紀(浦志南)の皆さまでした。今年度は誰でも気軽に参加できるようにルールを変えて実施しました。点数の付け方が、判らない方も参加され、久しぶりね!元気があった!



慎重に!!



狙いを定め!

などの声も多く聞かれました。皆さまも軽度の運動で自分の健康を保ちながら、健康寿命を延ばし楽しい時間作りに励んでいただきたいと思います。特に足、膝の痛みをよく耳にします、転倒事故に注意が必要です。会員みんな健康長寿で頑張りますよ!!

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 隆栄会  
認定こども園  
**前原中央保育園**  
糸島市篠原西1丁目13-1  
TEL 092-322-3571  
風の子保育園  
TEL 092-332-9400

**相続** 不動産  
の相談窓口はこちら  
YE STATION  
**イエステーション**  
(不動産の中嶋商事株式会社)  
糸島店 ☎0120-048-777

心やすらぐ  
いやしの齋場  
いと乃庵 TEL 092-332-8099  
前原齋場 糸島市前原 3-5-18  
TEL 092-323-6666  
高田齋場 糸島市高田 1-16-28  
TEL 092-324-4444  
今宿齋場 福岡市南区今宿 2-2-39  
TEL 092-807-4444  
株式会社 **中原公善社**  
本社 糸島市前原西1-5-14 TEL 092-322-4444  
ifクラブ 入会金は一万円のみ、月々の掛け金は一切不要!!  
TEL 0120-138-999

Since 1975  
学校法人西福岡学園  
**そね幼稚園 ゆきぞの幼稚園**  
〒819-0375 福岡県福岡市西区徳永431-22  
TEL:092-806-0763

SAKAI  
サカイ建築設計一級建築士事務所  
糸島市前原中央3-15-30  
TEL:092-332-9586

ポエジー あなたの笑顔に  
出会いたい  
◆病院 ◆施設 ◆在宅  
(ヘアカット・パーマ・カラー等)  
訪問理美容予約センター  
フリーダイヤル  
☎0120-857-578



活動ひろば

福吉校区  
福吉校区シニアクラブ活動報告  
地域の取り組み紹介

福吉シニアクラブ連合会 会長 若松 清孝

福吉校区は人口約4000人で、6行政区があります。そのうち半分の3行政区が単位クラブ活動を実施しています。校区の特徴は、東西に長く距離12キロ以上あり、大入・福吉・鹿家とJR3つの駅が点在します。また、山や海と自然に囲まれ風光明媚な場所に位置します。



吉井下単位クラブ

シーパーク公園 草刈り・清掃活動



活動している単位クラブを紹介いたしますと、福吉校区の中心部に位置する吉井下単位クラブは、5年前から「誕生日プレゼント」を全員に渡しています

す。昨年度から「誕生会」としてサークル活動を申請し、会員全員の家庭訪問を始めました。家庭訪問は見守りを含めて活動を継続します。他の活動は、4つのサークル活動と地域の社会奉仕活動を年3〜4回公園・墓地の草刈り清掃を実施しています。次に、吉井上単位クラブは、2つのサークル活動と年2〜3回の社会奉仕活動を実施しています。

最後の大入単位クラブ（白浜会）は、2020年のコロナ感染症発生以降、活動を休止していましたが、今

吉井上単位クラブ



社会奉仕活動



年度から活動を再開しました。再開の契機はコロナが5類に移行したこと、大入の会長が再開を願って、休止中も校区の役員会に出席を継続され努力されたことです。また、2年前の2022年から福吉校区連合会で月1回のカラオケ大会を大入で実施したことが引き金となったようです。最後に今後の課題は、東西に長い地域の問題や高齢化社会に対する問題が山積んでいます。これらを考慮し参加者が多く楽しい活動が出来る工夫を検討したいと考えています。

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

熱中症にご用心！

こまめに水分補給を！



熱中症の症状

- 痛みを伴う筋肉のけいれん（こむら返りなど）
- 全身のけいれん、ノドの乾き
- 尿量の減少、発汗多量
- 一過性のめまいや意識消失
- 意識障害、体温上昇
- 吐き気、嘔吐
- 全身の倦怠感、脱力感



症状が出てからの対処法

- ① 衣服をゆるめる。
- ② 風通しのよい日陰や冷房の効いた場所に移動する。
- ③ 冷たい水で冷やしたタオル（冷たいペットボトル等）をわきの下や足の付け根に置き、身体を冷やす。
- ④ 自分で飲めるようなら水分補給を。意識障害などがあり、自力で飲めそうにない場合は無理に補給をする必要はない。
- ⑤ とにかく異変を感じたら、早めに医療機関で受診する。

活動ひろば

南風校区

南風校区シニア連合会 活動紹介

地域活動を楽しく！

南風シニアクラブ連合会 会長 城井 道生

地域活動を楽しく



めんことこま回し

荻浦 多久、南風台、美咲が丘の4単位クラブで構成し、南風校区運営委員会構成団体として校区内の

高齢者を対象とした行事や、南風小学校との連携行事に取り組んでいます。

南風小学校とは、1年生を対象としたプログラム「冬と仲よし」(旧昔遊び)では、寒い季節ですがあやとりやこま回し、竹とんぼなど会員の得意な種目のコツを伝授しながら、童心に返り楽しんでい



できた苗を畑に定植

ます。初めての児童がほとんどですが、1時間もすればできるようになるのが不思議なくらいです。3年生とは、校区内のボランティアの皆さんと一緒に、ヒマワリの種まきから植栽の指導に参加しています。校庭にブルーシートを敷いて、賑やかに取り組みます。シニアクラブ用の畑もあるので、自分たち用の苗も作ります。

高齢になっても勉強を  
コロナも5類に移行し、ようやく皆が集まれる条件が揃いシニア連主催で学習会を開催しました。

内容は、高齢者にふさわしく「遺言書の意義と書き方と保管方法」とし、司法書士を講師に招き開催しました。

当初は会員を対象に考えましたが、広く呼びかけた方が良さということになり、行政区の回覧でお知らせしました。その結果、数名の参加者がありその後シニアクラブに入会されるという副産物も生まれました。

今後もしニア連にふさわしいテーマを考えたいと考えています。



遺言書の研修会の様子

私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

お任せください

句集・記念誌・自分史  
「パソコン苦手」でもOK!



見積り  
無料

「1冊から作成」まずはご相談を!

TEL 092-292-6538

株式会社 二チコミ

活動ひろば

前原南校区

前原南シニア連令和5年度事業報告書

様々な行事を通じて

健康・友愛・奉仕の活動を

前原南シニア連合会 会長 里村 廣志

前原南シニア連では、健康・友愛・奉仕の三大運動に基づき、事業活動を計画して実施しました。「新型コロナ」も5類になり、ほぼ計画通りの活動ができました。

1 スポーツを通して健康づくり、仲間づくりを推進しました

◆グラウンドゴルフ大会

前期：6月11日(日) 南小グラウンドにて：64名参加  
後期：9月24日(日) 南小グラウンドにて：48名参加

2 シニアカレッジ(寿学級)への参加：コミュニティセンター主催  
5月より開始：年間10回開催された

3 安全安心のまちづくりの一翼を担って各単位クラブで活動しました  
南校区・行政区の一員として子どもの下校時の見守り活動を各単位クラブでそれぞれ行いました

4 その他の活動

◆協力関係にある各種団体の活動に参加しました

※南小2年生の野菜作り支援(春野菜と秋野菜の植え付け)  
単シニアより合わせて30余名の参加

※南小1年生の「むかしあそび」支援：40名余の参加

竹馬・メンコ・おはじき・羽根つき・コマまわし・あやとりなど、手とり足取りして指導しました

◆資源回収業務  
コミュニティセンター内の資源倉庫に持ち込まれる有価資源の整理・回収・出荷業務を行った

◆南校区内の公園・神社の清掃・除草・剪定作業

◆生前遺影撮影会

◆しあわせ教室の開催

令和6年度も引き続き、クラブの皆さまで取り組める活動を行っていきます。

毎週2回整理裁縫月一回の出荷

令和6年度も引き続き、クラブの皆さまで取り組める活動を行っていきます。

活動ひろば

雷山校区

体力づくり・健康維持を目指して!

雷寿会グラウンドゴルフ大会

雷山校区シニア連合会 会長 有田 慶二

11単位クラブで構成し、雷山校区行事としてグラウンドゴルフ大会、小学校との連携で昔あそびや花苗の植栽(ひまわり・牡丹など)、講演会(社協と交互開催)、バス日帰り研修会などを実施しています。今回は今年度実施した、グラウンドゴルフ大会を紹介いたします。  
令和6年5月10日(金) 雷寿会グラウンドゴルフ大会を糸島市運動公園で開催しました。



天気に恵まれ、楽しい試合!

この日は、五月晴れに恵まれゴルフ日和となりました。各単位クラブより参加登録された56名のメンバーが集いました。8チームをくじ引きで決定し交流の活性化を図りました。

各コースより一斉にスタートし、ホールインワンが出るたびに大歓声があがり競技の楽しさを共感しました。スポーツをすることは、気分転換や健康維持につながります。

前日から行政区のメンバーの皆さまが、資材の積み込みや当日のコース作りを早朝より献身的なサポートをして頂き、大会は大盛況で終わることができました。

今後は、他の事業につきましても皆さまが喜んで頂ける企画を立案し進めていきたいと考えています。会員皆さまのご参加をお待ちしております。

【高齢者の総合相談窓口】

# 糸島市地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは、糸島市が設置する高齢者のための相談窓口です。高齢者の皆さんが、いつまでも健やかに住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、介護・健康・福祉・医療・生活など、高齢者の方々を様々な面から支援いたします。介護が必要な人も、お元気な人もご利用いただくことができます。

例えば、「介護保険のサービスを利用したい」「近所のひとり暮らしの高齢者の姿を最近見かけないので心配」「ひとり暮らしを続けるのが不安」「最近、足腰が弱くなってきた」など…こんな時は相談ください！相談は無料です。プライバシーも守られますので、お住いを担当する地域包括支援センターをご利用ください。電話や来所による相談のほか、ご自宅への訪問による相談も行っています。ご相談には専門の職員（主任ケアマネジャー、保健師・看護師、社会福祉士）が、必要に応じて適切な機関と連携を図りながら対応しています。

### ◎市内の地域包括支援センター

連絡先	電話番号	担当地区
前原東地域包括支援センター（あごら内）	321-0543	波多江・東風・怡土校区
前原西地域包括支援センター（富の里内）	324-5600	前原・南風・加布里校区
前原地域包括支援センター（マイネスハウス内）	329-1503	前原南・長糸・雷山校区
二丈地域包括支援センター（二丈苑内）	325-2338	一貴山・深江・福吉校区
志摩地域包括支援センター（志摩園内）	328-8020	可也・桜野・引津校区（姫島含む）

○市内の地域包括支援センター開所日は、月～土曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）8時30分～17時15分です。  
※ただし、緊急の場合は休日・夜間・早朝などの時間も対応します。

## 編集後記

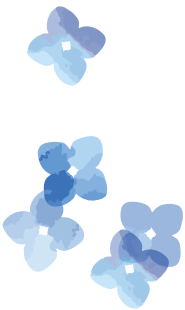
コロナは5類に移行され全ての行事が実施できるようになり、皆さまの心も躍っているとお察しいたします。これからは、暑さも厳しさを増してきます。身体に充分配慮され活動をしてください。

広報部会は新体制になり、活動を開始いたしました。部会全員で一致団結し広報紙の発行に努めます。皆さま方の投稿をお願いいたします。

## スポンサーへのお礼

このたびは、広報紙「ゆうゆう」の発行にあたりご協賛いただきましたスポンサー各位に対し、厚くお礼申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

糸島市シニアクラブ連合会



私たちは糸島市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

**木村整形外科**

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	● 11:30まで
14:00~17:30	●	●	●	※	※	

※木・金午後 診察予約制  
糸島市前原中央3-12-7 (JR筑前前原駅より徒歩9分)  
**☎321-3031**

**可也病院**

糸島市志摩師吉1200 TEL 327-0131

もの忘れ・心のリハビリ  
体のリハビリに関する相談

グループホーム **可也桜の里**

糸島市志摩師吉901-3 TEL 327-2969

**土曜日も夜6時まで**

**まさき**

循環器科 内科

生活習慣病、どうき・息切れなどの健康相談

**☎330-7070 P有**

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ

**ニチコミ**  
nichicom

**いとしまクリニック**

内科・泌尿器科・胃腸内科

診療時間  
月～金 9:00～18:00  
土 9:00～15:00

【休診日】  
日・祝日

昼休みなしで診療を行っております。

糸島市加布里1-3-1 ☎(092)330-6777  
<http://itoshima-clinic.com>

「ゆうゆう」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

編集・制作：株式会社ニチコミ / TEL.092-292-6538 / 福岡市博多区博多駅前3丁目9-1大賀博多駅前ビル2階 / <http://www.nichicom.com>