



老倶たより

第298号

須恵町シニアクラブ連合会 令和7年7月発行



主な内容

	頁
● 若杉クラブ行事紹介	
(総会 平松町長祝辞)	2
(総会 松山議長祝辞)	2~3
(総会 三角社会福祉協議会会長祝辞)	3
(シニアポータルカレッジ活動講習会)	3~4
(春季歩こう会)	4~5
(高齢者学級開校式式辞)	5~6
(第一回高齢者学級)	6~7
(郡シ連GG大会予選会)	7~8
● 地区クラブ紹介(旅石豊寿会)	9
● 会員のひろば(大島原若翔会、 佐谷建生会)	9~11
● 老倶たよりをスマホで見てみよう	11
● 広報部からのお知らせ	12
● 編集後記、スナップで見る活動	12

表紙写真について

鳥名：ホトトギス

撮影地：福岡市東区

鳴き声は“テッペンカケタカ”と聞きなしされるので、皆さんも一度は聞いたことがあるのでは？ただ、山林の高い所で鳴いたりするので、その姿を見ることはウグイス同様難しいです。

写真の鳥は、他の鳥の撮影帰りに山腹のやや開けたミカン畑の縁で鳴いていたので運よく見つけることができました。まさにテッペン云々と鳴いている瞬間を撮影したものです。

(写真・文：上杉和稔)

若杉クラブ諸行事紹介

若杉クラブでは、各種研修会の参加や健康づくり、生きがいづくりの活動を行っております。このコラムでは4月8日の定期総会以降の行事について順を追って紹介します。

総会 平松町長祝辞

須恵町シニアクラブ連合会の令和六年度の定期総会が開催されましたことを、心からお祝い申し上げます。

令和五年度は、令和六年元旦から石川県能登地方を震源とする能登半島地震をはじめ災害が多い年でしたが令和六年度は比較的穏やかな一年だったように思います。しかし二月末に発生した大船渡の山火事、そして今年は二〇〇五年三月二十日に発生した福岡県西方沖地震から早いもので二十年に及びます。災害はいつ発生するかわ

かりません。二十年という節目を機会に、災害への備えについて考えるきっかけにさせていただければと思います。須恵町としましても、災害に強いまちづくりを進めるため、今年は避難所となる須恵中学校体育館に空調機の設置それから、防災の拠点となる中部防災センターを建設し防災力の強化を進めているところでございます。

さて、防災意識を高め備えるためには、日頃から住民同士が繋がりを持ち、仲良く集うことが大切だと思います。その人とのつながりは地域の力の源だと考えております。シニアクラブの皆さんの、愛の一声運動をはじめ研修会などの活動は、皆さまにとっても楽しい、心のリフレッシュになる、仲間づくりそして健康づくりにも繋がるとともに、地域づくりや防災への備えにも貢献していただいております。少しでも多くの方をこの素晴らしい活動に誘い込んでいただき、更なる大きな輪を作っていただくことを願っております。ところで皆様「フレイル」とい

う言葉をご存じでしょうか。「フ

レイル」は身体的機能や認知機能が徐々に低下しつつある状態をいいます。「フレイル」状態にならないようにするには、「運動」「栄養」「社会参加」が大切だと言われており、その中でも「社会参加」が重要だと言われています。シニアクラブの皆さんは、すでに社会参加をされてありますので、安心ですが、今以上に参加していただけるのもっともお元氣になられるのではないのでしょうか。町では、各行政区の公民館で行っている「ミニデイサービス」や、「わくわくデイサロン」で、新しいメニューを取り入れて開催します。こちらにもぜひご参加いただき、よりお元氣にお過ごしただきたいと思っております。詳しくは、福祉課へお尋ねください。

最後になりますけれども、須恵町シニアクラブ連合会の皆様方の益々のご発展と、皆様方が元氣で地域で活動していただくことを心からお祈りいたしまして、私の祝いのことばとさせていただきます。

令和七年四月八日

須恵町長 平松秀一

総会 松山議長祝辞

須恵町議会を代表して、一言、お祝の挨拶をさせていただきます。本日、須恵町シニアクラブ連合会 令和六年度定期総会 が盛大に開催されましたこと、心よりお慶び申し上げます。

暖かな春の到来を感じる季節となりました。野山にも緑が次第に増えてきて、爽やかな気分になります。

家族や友人と外出する機会も多くなり、春の花々が織りなす景色に感動し、何気ない会話に喜びを感じます。

「若々しい脳のヒケツは、好奇心」と言われる方がいます。

季節の小さな移り変わりに想いをよせ、日々の生活に感動する新鮮な気持ちが大変です。誰もが、歳を重ねることは、初めての体験

(次頁に続く)

であり、未知の世界への冒険旅行です。

だから人生は面白い。そう思うことが、生きることへの喜び・張り合いとなり、「生きがい」となるのではないかと思います。

生きがいは、人それぞれですが、その中でも、須恵町シニアクラブの活動は、高齢者が、地域社会への役割と生きがいを見出せる唯一無二の団体であると私は確信しています。高齢者が元氣な町は、活気がある。そんな町に須恵町もなつてほしいと思います。そのためにも、須恵町シニアクラブ連合会の活動への期待はますます高まります。

議会といたしても、高齢者が安心して暮らしていけることのできる地域社会への構築に向け、邁進していく所存です。

終わりに本日の総会が実り多いものとなり、須恵町シニアクラブ連合会の今後ますますのご発展と、会員の皆様のご健勝とご多幸をご祈念いたしまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

令和七年四月八日

須恵町議会議長 松山 力弥

総会

須恵町社会福祉協議会

三角会長祝辞

本日、令和六年度須恵町シニアクラブ連合会の総会の日を迎えられますこと、また、ご長寿、金婚式を迎えられ、表彰を受けられました皆様、誠におめでとございます。

皆様には、日ごろから須恵町社会福祉協議会の事業活動にご理解とご協力をいただき、深く感謝を申し上げます。

須恵町社会福祉協議会は、だれもが共に助け合い、支え合って、毎日を明るく元気に、安心して暮らすことができるよう、皆様の住民福祉活動をお手伝いさせていただいています。

近年、少子高齢化、家族の少人数化、人と人とのつながりの希薄化など、地域の在り方が変化する

中で、シニアクラブの皆さまの活発な活動の数々は、地域とのつながりを持ったための大変重要な社会資源の一つと考えております。

本会も皆様と手を携えながら、地域の中での仲間づくりや見守り活動の推進、ボランティアの育成、介護予防への取り組み、地域の福祉組織の活動支援や福祉教育などを通じ、心かよう地域づくりを進めてまいりますので、これからもご支援、ご協力を何卒よろしくお願いいたします。

皆様におかれましては、健康に留意されながら、今後ますますご活躍されますよう祈念いたします。令和七年四月八日

社会福祉法人

須恵町社会福祉協議会

会長 三角 良人



シニアスポーツ・レクリエーション活動講習会に参加して!!

健康推進部会 猪谷 繁幸

健康推進部会長以下7名で参加させていただきました。

講習会には、県内から90名の参加があり、4グループに分けられており、開会式後に、福岡県レクリエーション協会、専務理事、緒方初美氏から概要の説明があり、それぞれのグループで演習に入りました。

①モルックについてのやり方の説明後、ボランティア指導の元で競技を行い、地域での活動でも利用出来ると感じました。

②バランスボールについては、けつこうハードで、通常、相手コートにワンバウンドで返さなければならぬルールです。動きが激しく、体力的にもきつかったため、ローカルルールで、ツウバウンドでもOK

(次頁に続く)

としたら、少しは楽だったと思います。
ました。

③風船うちわラリーは、テーブルの中央に、風せんを1.8mの紐でむすび、先端をテープで止めて、左右に分かれて、うちわでアンダーで打ち合うゲームで、一チーム四名で、対戦します。紐の長さに応じて、低いテーブルでもOKとの事でした。

④ピンポン紙コップは、3人から5人、1チームとして、表裏攻撃で交代し行います。テーブルの周りに回収箱を持ち、入らなかったピンポン玉を回収したら1得点で、落とさないようにすることが必要です。

4種目の競技を終えての感想としては、結構ハードな競技もありましたが、有意義な時間を過ごす事が出来ました。

今後、各地区で、それぞれ工夫して、ローカルルールで実践していきたいと思います。



春季歩こう会を開催

若杉クラブ健康推進部会長

赤星 明吉

一昨年、昨年と悪天候のために中止を余儀なくされた春季歩こう会は、皆さんの思いが守母様に通じたのでしよう、何とか雨は免れることができました。

午前11時から開会式を行い、藤会長が参加のお礼のあいさつを述べた後、参加者176人の皆さんは、単位クラブ毎に昼食を楽しみながら昭和の森公園の新緑を満喫されました。なお、本日の守母神社大祭を迎えるため、神社を建てた祖先をもつ地元甲植木区役員の方々は、周辺の草刈りや参道の整備、トイレ清掃、駐車場の整備等々の奉仕作業を行われたと聞いております。お蔭様で気持ちよく守母様にお参りすることができました。ありがとうございます。ところで、若杉クラブの春期歩こう会は、令和2年10月21日に開催した



守母神社を参拝される皆様



昼食の場所を準備される皆様

(次頁に続く)



まつお内科クリニック

循環器内科・リハビリテーション科

☎ 410-2220

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

★…9:00~13:00まで ※受付終了は30分前です

休診日

日曜日・祝日

お問い合わせは診療時間内をお願い致します

内科・小児科・循環器科・消化器科・呼吸器科

千鳥橋病院附属

須 恵 診 療 所

所長 岩下 早苗

須恵町大字新原232-1 (JR新原駅前)

☎ 934-0011

FAX 934-0014

健康推進部会で「須恵町史跡・名所巡りとし、移動手段は問わないことにする。当面は、守母神社大祭日に実施する」としました。そこで、須恵町の無形民俗文化財である「守母神社の伝説」の知識を深めるために、須恵町社会教育課の資料を引用して紹介します。参考にしてください。

「守母神社の伝説」

今からおおよそ430年前、若杉山の西にある高鳥居城が島津軍の侵攻で落城した時、城主の杉弾正の世継ぎを連れて、乳母が植木の道林寺を目指して落ちのびました。島津軍の追討から逃れこの地まで来て、大きな岩陰（現在の祠があるところ）に身を隠していたところ、世継ぎの赤ちゃんが急に泣きだし乳母とともに殺害されました。その後、地元の人達（道林寺の門徒）が、この子が泣きさえしなければ殺されなかったものとの思いから、非業の最後を遂げた乳母の霊を「守母様（慈照天眼禪尼）」と仰ぎ称して、乳母を祀る小さな祠をこの場所に建て守母神

令和7年度高齢者学級
開講式式辞

会長 藤 英寿

社と呼んだそうです。以来この神社は地域の人々から「守母さま」と呼ばれ、子どもの夜泣きに悩む母親の信仰をあつめるようになりました。

令和7年度高齢者学級開講式にあたり、本会の高齢者学級の役割と歴史についてお話しをして、式辞に替えさせていただきます。

ところで、今は人生100年時代と言われています。少子高齢化や人口減少が進む中、地域が活力を維持し希望の持てる地域であるためには、高齢者が自らの学びや経験を生かし、その支え手として参画することが期待されています。本会ではこの高齢者学級が高齢者の皆さんの生涯にわたる学びや経験を応援する拠点です。

高齢者学級の歴史は古く、昭和

47年に須恵町社会福祉協議会が老人教養講座として年間6回ほど開催したことに始まり、そのあと糟屋地域老人大学を経て、高齢者学級と名称を替えました。本会が保存している昭和56年7月発行の広報誌老俱たよりに開講式の記事があります。この記事を読むにつけ、先輩方の「自ら学ぶことで、必要とする様々な力を養い、その成果を社会に生かしていく」という使命と信条を確立されてきたことに対し敬意を懐きます。

ちなみに、昨年の高齢者学級の参加人数は延べ630人でした。この人数からわかるように、本会会員の自ら学ぶことにより、新たな知識を習得、そして自分のものにして生きがいづくりに繋げていく意欲が見て取れます。



式辞を述べられる藤会長

(次頁に続く)

 医療法人 **須恵中央眼科**

内科 小児科 院長 岡 泰正

〒811-2114 福岡県粕屋郡須恵町上須恵 787-1
TEL (092) 932-0458

 医療法人 **須恵中央眼科**

粕屋郡須恵町大字旅石 58-3
TEL 092-609-9666

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~17:30	○	○	△	○	○	—

△水曜日の午後は手術日となっております。
土曜日は12:00まで診療
休診：日曜・祝日 HP:suetuouganka.net

今年も、本日の粕屋警察署生活安全課の矢加部生活安全係長の「ニセ電話詐欺及びSNS型投資・ロマンス詐欺の現状と対策」、第2回は平松須恵町長の「町政について」、第3回は九州大学の立石認知症介護認定介護師による「認知症の理解と予防」を、担当の教養部会が開催します。ぜひとも参加をお願いいたします。

終わりに、本日の矢加部係長の講演は、高齢者を狙った犯罪として深刻な社会問題となっており、撃退方法をしっかり習得されるようお願いいたします。

令和7年度

第二回高齢者学級

教養部会 渡辺 一征

令和7年度の「高齢者学級開校式及び第一回高齢者学級」が5月14日（水）アザレアホール大ホールにおいて、173名の皆さんの参加のもと開会されました。

今回の講演タイトルは「ニセ電話詐欺及びSNS型投資・ロマンス詐欺の現状と対策」で、講師は粕屋警察署 生活安全課 生活安全係長 矢加部たづみ様です。今この電話詐欺は現在深刻な社会問題でありテレビ局の取材もありました。

「矢加部様高齢者学級講演要約」

1、特殊詐欺の歴史

（1999年頃）電話で身内を装いお金をだまし取る手口が始まった。

オレオレ詐欺（2003年頃）から特殊詐欺（2011年頃）へと種類が増加した。2014年福岡県では公称を「ニセ電話詐欺」とした。

2、電話詐欺の現状と対策

①息子をかたるオレオレ詐欺から支払い料金未納でブラックリストに乗りますなどと、色々あるが、コロナ以降令和5年頃から急増し粕屋警察管内では37件7,700万円の被害が認知されている。近頃は息子や警察官を名乗る電話

詐欺が増加し、逮捕されるなど被害者を不安化し、お金を詐取し被害金額も増大へ。

3、対策としてのポイント

①広報対策として、情報の共有。
②犯罪を未然に防ぐ水際対策として銀行や郵便局の窓口やATMでの高額引き出しへの職員の注視や声かけ。

③電話機対策として

防犯機能付電話機の取り付け。海外からの電話詐欺も急増している（＋）は国際電話。＊必要の無い国際電話の利用休止申し込みは粕屋警察署で代行している。

4、SNS型投資・ロマンス詐欺も急増し、令和6年中の粕屋警察署被害状況、件数24件、被害金額も約2億5千万円と高額化している。

*「結び」息子を装う詐欺犯人からの生録音の声や、寸劇で、息子や警察官に成りすました犯人側の巧みな話術と誘導に母親が次第に騙されていく場面

（次頁に続く）

介護のことなど お気軽に相談ください

【特別養護老人ホーム 恵昭園】

【アネックス 恵昭園】

上須恵 112-3 須恵町コミュニティバス「平原池前」下車

☎933-1600

【老人保健施設 若杉の里】

上須恵 112-79 須恵町コミュニティバス「佐谷川原」下車

☎933-1630

「さりげなく喜び」「さりげなく温もり」「さりげなく幸せ」をたしかに感じることができる生活を支援します



社会福祉法人 恵徳会

内科・リハビリテーション・療養型病床群179床

医療法人 成雅会 **泰平病院** 院長 堤 康雅

福岡県粕屋郡須恵町大字新原14-7

☎(092) 932-5881 FAX (092) 934-0045

介護老人保健施設 永寿苑

☎(092) 933-5335

認知症高齢者グループホーム 陽だまりの丘

☎(092) 957-9595

小規模多機能ホーム ぬくもりの里

☎(092) 957-6080

= 関連施設 =

配食サービス事業 暖らん便泰平

☎(092) 933-2790

介護付有料老人ホーム よかよかの郷

☎(092) 957-0230



粕屋警察署生活安全課の皆さんによる
ニセ電話詐欺の寸劇



スライドを使って分かりやすく講演される
矢加部たづみ生活安全課係長さん

5月26日(月)、令和7年度糟屋郡シニアクラブ連合会グラウンドゴルフ(以下GG)大会若杉クラブ予選会を須恵町健康広場で開催しました。先週末までの雨天とは打って変わり、薄曇りの天候で絶好のGG日和のもと、65名の会員が参加しました。

郡シ連G・G大会予選会
若杉クラブ副会長
川上 正俊



「電話でお金はすべて詐欺です。」
騙されないように注意しましょう。
など、自分は大丈夫と思っている人も、皆さん大いに参考になった事と思います。あの手この手で犯人側は私達高齢者を狙っています。



参加者全員で準備運動の
ラジオ体操

予選会の運営を担当するのは健康推進部会です。当日は赤星部長を始めとする健康推進部会員が午前7時に健康広場に集合、大会本部の設営や開会式の準備、若杉クラブGG藤木正利部長以下の有志が行う特設コースの手伝いを行いました。

大会日程は、午前8時に受付開始、8時30分から開会式、9時から競技開始です。開会式では全員でラジオ体操、その後に若杉クラブGG藤木部長からのルール説明があり、赤星部会長のホイッスルでプレイボール!

(次頁に続く)

前川泌尿器科腎臓内科

〒811-2244 粕屋郡志免町志免中央3-6-22

☎092-410-6728

診療時間(日・祝休診)

時間	月	火	水	木	金	土
午前9~12時	●	●	●	●	●	●
午後2時~6時	●	●	△	●	●	△

月・火・木・金…最終受付17:30 水・土…最終受付11:30
(お問い合わせ、ご予約は受付時間内にお電話ください)

日本医療機能評価機構認定病院

医療法人社団正信会 水戸病院

TEL092-935-3755

内科(呼吸器・循環器・消化器・肝臓・糖尿病・脂質代謝・内分泌・神経・老年) 小児科、アレルギー科、リハビリテーション科、臨床検査科、禁煙外来、物忘れ外来、各種検診(生活習慣病・胃がん・大腸がん・肺がん・肝臓がん・骨粗しょう症)、各種指導/相談

- 介護老人保健施設 ニューライフ須恵 ☎ 937-1055
- あすなろ訪問看護・ヘルパーステーション ☎ 936-9653
- 居宅介護支援事業所 ケアワイド21 ☎ 957-3321
- 須恵町在宅介護支援センター ☎ 937-0255
- 住宅型有料老人ホーム コンフォート須恵 ☎ 935-3850
- コンフォート須恵デイサービスセンター ☎ 935-3850



ナイスショット 入れ!!

皆さんは日頃からそれぞれの単位クラブで楽しまれている人達ばかり。ボールを打つ力強い音と皆さんの元気のよい声が飛び交いました。競技では、特設ホールの傾斜や場所によってボールが思う方向に進まなかったり、「今日は調子が悪い、もう帰りたいくらいだよ」と苦笑いされる人も。その一方でホールインワンを数回出された人もいて、「凄い、私にも一つ分けてほしい！」の声も上がっていました。

十二位	今村友房	大島原	81
十一位	堀内節生	一番田	80
十位	三角アヤノ	旅石	80
九位	久保竹男	新原	80
八位	永吉タカ子	須恵	79
七位	合屋吉広	一番田	78
六位	中野清二	上須恵	78
五位	百田英明	佐谷	78
四位	廣瀬勝利	新原	77
三位	祝シゲ江	上須恵	76
準優勝	小山田茂	上須恵	73
優勝	小山田恵美子	上須恵	69

午前10時30分に4ラウンド32ホールの競技が終了し、スコアの集計です。集計は若杉クラブG部員有志にお願いしました。この間、参加者は、豪華(?)な賞品が出るアトラクションゲームのホールインワンを楽しみました。その後、午前11時15分から閉会式を行い、成績発表と表彰式を実施、無事予選会を終了しました。ご協力ありがとうございました。成績は次のとおりです。数字は総打数。同打数の場合は年齢が多い方、それでも同数の場合は2打数が多い方が上位となります。



上位入賞者の小山田 恵美子さん、小山田 茂さん、祝 シゲ江さん

十三位 塩屋 典男 昭 穂 82
 十四位 村山 好江 上須恵 82
 十五位 谷口 巖 城山 83
 十六位 江見 由美子 旅石 83
 十七位 古賀 一郎 上須恵 83
 郡シ連GG大会は6月10日(火)に篠栗町総合運動公園で行われます。悪天候の場合は6月17日(火)に延期されます。出場者の皆様のご健闘を期待しております。なお、五位の百田英明さん、八位の永吉タカ子さんが出場を辞退されましたので、十六位の江見由美子さん、十七位の古賀一郎さんが繰上げ出場されます。

〇〇〇

太田整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

須恵町役場ソバ
 (アザレアホール横) 電話 932-8877

株式会社 **かすや 葬祭部**

福岡県粕屋郡粕屋町大字大隈1229番地
 TEL(092) 938-2868 (24時間) FAX(092) 938-0811

やすらぎ 会館

かすや斎場 粕屋郡粕屋町大字戸原325-2 TEL(092) 931-3533
 すえ斎場 粕屋郡須恵町大字旅石20-1 TEL(092) 937-4311
 こが斎場 古賀市川原1542-2 TEL(092) 944-6511

24時間営業・年中無休でご奉仕させていただきます。

お問い合わせ(かすや葬祭) ナクハナイチレイ
 フリーダイヤル **0120-798710**

地区クラブ紹介

旅石豊寿会 渡辺 一征

令和6年度の豊寿会総会も無事
終わり、令和7年新年度の活動が
スタートしました。会員57名（男
性22名 女性35名）皆さん和気
あいあいと元気に活動していま
す。3月～12月の毎月1日は旅石
八幡のお宮清掃活動を実行してい
ます。旅石八幡は地区の守り神で
もあり桜の名所でもあります。今
年も満開の桜が見事でした。おは
よー元氣ーと、皆さんにぎやか



旅石八幡の満開の桜

です。

旅石八幡の土俵では5月末から
少年相撲大会の稽古がはじまりま
す。私達も老人パワーで子供達の
稽古を応援しています。町のオア
シス運動期間中には幹事さんが中
心となり子供達の通学の安全を見
守っています。

旅石豊寿会にはグラウンドゴル
フ、麻雀、カラオケの3つのクラ
ブがありますが、現在活動してい
るのはグラウンドゴルフと麻雀ク
ラブです。カラオケクラブはコロ
ナ過の影響から現在休止中です
が、懐メロ20万曲が入ったカラオ
ケ機を有効に活用したいと目下再
開準備中です。

若杉クラブの行事、町、旅石区
の行事を中心に、ミニデーや夏祭
り、秋祭りにも積極的に楽しく参
加しています。町やそれぞれの区
の伝統行事を守り続ける事が人々
の絆を強め、須恵町の発展に繋が
ると思います。

4月20日は春季歩こう会（守母
神社）でした。曇り空のなか心配
しておりましたが、決行となり、

各単位クラブの皆様との久し振り
の交流もあり、涼風吹く昭和の森
に囲まれながら弁当や缶ビールで
楽しい歩こう会になりました。

旅石豊寿会は今年度も「明るく
楽しく元氣よく」を基本に、若杉
クラブの発展に皆様と共に頑張り
たいとおもいますのでよろしくお
願いもうしあげます。

会員のひろば

病気と仲良く付き合おう

大島原若翔会会長

川上 正俊

老俱たより「会員の広場」の投
稿依頼が来た。平均年齢八四・五
歳の若翔会会員に呼びかけても、
自分のお願いの仕方が悪いのか、
全くやる気がないのか、アツチム
イテホイと乗ってこない。仕方な
くいつも自分が投稿することにな
るが、それでもなかなか書く材料
がみつからない。今回は、いつも
(次頁に続く)

財団法人日本医療機能評価機構
長期療養病院認定医療機関

医療法人 **みなみ**

粕屋南病院



●内科 ●腎臓内科 ●人工透析内科 ●循環器内科 ●消化器内科
●糖尿病・代謝内科 ●リハビリテーション科 ●歯科

□みなみ介護支援センター
□粕屋南訪問看護ステーション
福岡県粕屋郡宇美町神武原
6丁目2番7号
TEL (092) 933-7171(代)

上須恵、一番田、城山経由の
巡回バスを運行しています。
ご入院等のご相談は
フリーダイヤル
0120-862-373

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~17:30	●	●	手術	●	●	／

休診・・・日曜・祝祭日



田原眼科

粕屋郡志免町志免2丁目2番33号
TEL (092) 935-0112

お世話になって、「病氣と私」のテーマで投稿することにした。令和七年一月二日、とうとう八二歳となり、父の寿命を超えてしまった、何年生きるこやら？

三二年前、原因不明の不整脈が続き、ある医者から精密検査を勧められ、「大動脈閉鎖不全症」と診断された。さてどうするのか？挙句「人口弁」装着の決断をし、身体障害者一級の身となり、今もしぶとく生きている。毎日16錠の薬のお陰である。

七年くらい前、右足膝関節が痛い。「変形性膝関節症」と診断され、レントゲン検査・MRI検査・痛み止めの注射と薬・赤外線治療・リハビリと、経験した五つの病院が同じ治療を実施。通院したがなかなか痛みが止まらず、歩くことも億劫となってきた。どの病院も「人口関節」にしないと元には戻りませんと言う。大量の出血を伴う外科手術は、特異体質の自分には命にかかわる。妻が通院している整形外科の先生から「福岡整形外科病院」のある先生を紹介

してもらい。今まで聞いたこともない「カテーテル治療」みたいな手術を実施することにした。一月三十一日、電極針を膝の痛みを伝える神経に当て、針の周囲に熱を発生させ、熱によって神経を長期間に遮断するという「ラジオ波治療」を実施することにした。これで痛みが完全に無くなることはないけれども、相当和らぐということらしい。現在進行形だが歩行が困難で、好きなゴルフも当面お預け。しかし、リハビリはしたいので、施術した先生の紹介を得て、宇美の整形外科病院に通院している。二月には日帰りの「白内障手術」。心臓内科病院への通院も含めて週三日は病院通い。生きていく以上仕方ないか。この状態と病と仲良く残りの命を保つていくことにしよう。

楽しい例会を考える

佐谷建正会 糸岡 光子

佐谷建生会では、毎月例会を行っております。内容としてはピン

ゴゲームをして、弁当を食べながらおしゃべりをして帰る。毎回ピンゴゲームばかりではつまらないので、昨年は南消防署にお願いして、「AED」の使い方、人口呼吸等を一時間ほど体験させて頂きました。毎月何をしようか？と役員で話し合い、レクの会にお願いしたり、福祉の方でプロジェクター、スクリーンを借りて映画会をしたり、6月と12月は篠栗にて食事会と会員の皆様に喜んで頂いて多くの参加を願っております。

そんな折今年になって、カラオケのセットを購入しようと言う話を持ち上がり総会にて承認をいただきました。コロナ前には、グラウンドゴルフ同好会、カラオケ同好会と二つの会がシニアクラブにありましたが、コロナ流行にてカラオケ同好会は廃止となりました。カラオケの準備が出来次第、カラオケ同好会を再開し多くの好きな方に会員となって、楽しんで頂けたらと思っております。歌う事、おなかから声を出し笑う

(次頁に続く)

医療法人 シルキーライフ

つつみ歯科医院

Promotion Team for your Health & Smile

- ・むし歯治療・予防歯科・小児歯科・歯周病治療
- ・インプラント・矯正歯科・セレック治療・審美的な治療
- ・ホワイトニング・義歯(入れ歯)・口腔外科・歯の移植

【平日】9:30~13:00/15:00~19:00
【土曜】9:00~12:30 【日祝】休診

当院は予約制となっております。
☎092-933-5952

〒811-2113 福岡県糟屋郡須恵町須恵字古宮769 番3

社会医療法人 青洲会

青洲会クリニック

診療科 内科 外科 整形外科 泌尿器科
腎臓内科(人工透析) リハビリ科

企業健診 個人健診 日帰りドック
訪問診療 訪問看護 訪問リハビリ

看護小規模多機能型居宅介護「青洲のあかり」
居宅介護支援事業所「ケアサポートS」
青洲会クリニック 通所リハビリ
青洲会クリニック デイサービスセンター 併設

住所：糟屋郡志免町志免4丁目1-7 TEL：092-937-0422

事、体を動かすゴルフとは違う健康法ではないでしょうか。また、毎月の例会の中でも自慢の声を聞かせて頂いたり、楽しい例会が出来るのではと役員は期待しております。佐谷のシニア会員の皆様は、引っ込み思案のおとなしい方が多い様です。カラオケの力を借りて、明るく楽しいシニアの会員を増やしていく、佐谷建生会の明るい未来がみえた様な気がしてなりません。

「老俱たより」を「スマホ」で見よう

広報部会

「福岡県老人クラブ連合会とびうめクラブ福岡」には、「市町村老連の活動」を紹介するコーナーがあります。その「須恵町」の場所に「老俱たより」と、「広報すえ・若杉クラブたより」が「PDF」ファイルとして掲載されています。ここでは、これらをパソコンやスマホで見る方法を紹介しま

す。「PDF」ファイルはズーム機能を用いると、写真などを拡大して見ることが出来ます。

「とびうめクラブ福岡」

サイトを開く

①「パソコン」又は「スマホ」の「検索バー」に「とびうめクラブ福岡」と入力し、検索する。

②「とびうめクラブ福岡」の検索結果の画面が開きます。

③「市町村老連の活動」をクリック（スマホの場合はタップ）する。

④地区の一覧が表示されるので、「福岡地区」をクリックして、下のほうにスクロールすると、「須恵町」が出てきます。そこに「老俱たより」と、「広報すえの若杉クラブたより」の掲載一覧が表示されています。そのなかから項目を選んでいただく、掲載内容を見ることが出来ます。しかし、ここでは最新の10項目しか表示されません。

⑤全項目を見るには、まず、最初の項目を選んでいただき、表

示された項目の右側に配置されている「**須恵町一覧へ**」のボタンをクリックします。表示された項目を下のほうにスクロールしていただくと、過去の項目を選ぶことが出来ます。一覧を進めると、**prev. next**のボタンが表示されるので、次へは**(next)** 戻るは**(prev)** をクリックしてください。

⑥「老俱たより」を見る

一覧の中から老俱たよりを選択すると、**PDF** ボタンと緑色の文字「**老俱たより発行しました**」のアイコン画像（図1）が表示されます。そのアイコン（赤枠）をクリックすると、老俱たよりが表示されます。

⑦「広報すえ」を見る

「広報すえ」には、若杉クラブだよりのコーナーがあります。若杉クラブの行事紹介や、町民の方へ高齢者学級や会員の集い等の日程のお知らせをしています。広報すえの項目を選択

図1 老俱たより

老俱たより第297号を発行しました。

2025/05/19 須恵町一覧へ



すると、記事（図2）が表示されます。緑色の文字（赤枠）**[kohosue-r7-5-10.pdf]** をクリックすると、「広報すえ・若杉クラブたより」のコーナーが表示されます。

図2 広報すえ

広報すえ5月号に若杉クラブだよりが掲載されました。

2025/05/13 須恵町一覧へ

須恵町シニアクラブ連合会は町の広報誌「**広報すえ**」に枠をいただいて『**若杉クラブたより**』というコーナーにシニアクラブの活動や様子を掲載しています。

町全体に配布されるのでシニアクラブの紹介が出来るいい機会になっています。

kohosue-r7-5-10.pdf

↑
clickしてください。須恵町のホームページへ移動します。

第297号（令和7年5月号）に掲載しました内容に次の通り誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

【訂正箇所】

・5頁総会記事 金婚夫婦の氏名

訂正前

藤石 豊 ・ 芙美子（須 恵）

訂正後

藤石 豊 ・ 芙美代（須 恵）

・12頁会員訃報逝去日

訂正前

昭穂 宮野 昭彦様 94歳

令和7年3月3日

訂正後

昭穂 宮野 昭彦様 94歳

令和7年2月28日



編集後記

「熱中症警報アラートに注意」

令和7年4月23日（水）から熱中症への気づきを事前に知らせるための情報、「熱中症警戒アラート」が発表されるようになりました。

湿度、日射など周辺の熱環境、気温から計算された「暑さ指数（HEAT INDEX）」が28以上になると、熱中症の危険が高まると考えられています。自分の住んでいる地域に発表された際には、早い段階で対策を行うようにしましょう。炎天下での活動やスポーツなどは特に注意が必要です。（松本）

広報紙 老俱たより 第二百九十八号
 発行日 令和七年七月一日
 発行所 須恵町シニアクラブ連合会
 須恵町上須恵一―六七―三
 須恵町社会福祉センター内
 電話〇九二（九三三）二二六〇
 発行人 藤 英寿
 編集 広報部会 印刷所 大道印刷

スナップでみる活動のあれこれ（春季歩こう会、郡シ連GG大会予選会）



開会式で、参加のお礼の挨拶を述べられる藤会長と参加者のみなさん（春季歩こう会）



競技上の注意を話される若杉グラウンドゴルフ部 藤木正利部長さん（郡シ連GG大会予選会）



1位の表彰を受ける小山田恵美子さんと藤会長、長澤総務（郡シ連GG大会予選会）



1位から10位までの表彰のみなさん 本大会でのご健闘をお祈りします。（郡シ連GG大会予選会）