



受賞者の皆さん

春日市シニアクラブ連合会福祉大会



永年の功績を称え 41 名を表彰



【写真左から】

福岡県老連会長賞 田中奎子さん、後藤清忠さん

福岡県知事賞 弓掛弘達さん

11月8日（金）、令和6年度春日市シニアクラブ連合会福祉大会を春日市ふれあい文化センタースプリングホールにて開催しました。

当日は、表彰式典と演芸大会の2部構成で、表彰式典では、永年の功績を称え、41名に県老連会長表彰をはじめとする各表彰状、感謝状を贈りました。

[関連記事 4.5 ページ](#)

令和6年度
春日市シニアクラブ連合会福祉大会

関連記事
4・5 ページ

監事	監事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	副會長	副會長	會長
		(女性部)	(女性部)	(女性部)	(北地区)	(北地区)	(南地区)	(南地区)	(西地区)	(西地区)	(東地区)	(東地区)	會計長	會長	會長
田中	樋口	田島	宮原	井上	加藤	栗原	松田	米田	八尋	藤嶋	弓掛	福田	石坂	土持	河鍋
登	榮	順子	和子	池畦子	良治	恵美子(健康体育部部长)	健美	和徳(行事部部长)	将泰	誠也(総務部部长)	弘達	忠三(文化広報部部长)	貞治	静代	順子
															敏昭
															西原
															隆司



春日市長 感謝状
渡邊 幸子さん (春光会)

会長あいさつ



春日市シニアクラブ連合会

会長 西原 隆司

「笑う門には福来たる」で
心身ともに健康に

新年あけましておめでとうございます。
会員のみなさま、ご家族のみなさま、新たな年を迎え、健やかに過ごしてのこととお慶び申し上げます。また、昨年も単位クラブ及び連合会の活動にご理解、ご協力をいただき、ありがとうございました。

なさまにはご理解いただき、ありがとうございます。10月は料理教室。4地区と会長の5回開催され、男性の参加が6割を超え、高い割合になりました。そして、11月の福祉大会、ペタンク大会。12月のウォーキング大会。いずれも盛況の中、終了することができております。

役員が新しく、その上各地区の担当が変更になる年度でもあり、不慣れの中、何とか進めてまいりました。ご協力ありがとうございました。

令和6年4月から春日市シニアクラブ連合会が新しい体制でスタートして9か月。5月の東西南北各地区のグラウンド・ゴルフ大会から、全体行事が始まりました。6月には「健康づくり講演会」。「よかつた」という声を多く聞いてホッとしています。9月のグラウンド・ゴルフ総合大会では、9月の中旬を過ぎようとしている時期に「熱中症警戒アラート」が福岡県に出されたために、2ラウンドを1ラウンドに短縮せざるを得ませんでした。選手のみ

さて、令和7年（2025年）は、作家の堺屋太一氏の小説に由来する「団塊の世代」（約800万人）が全員、後期高齢者となります。（ちなみに、15歳未満の子供は約1400万人、超高齢化社会です。だからこそ「健康寿命」を延ばすことが大切です。そこに、シニアクラブの存在意義があると思います。

行政、関係団体のご指導、ご支援、ご協力のもと、基本の「のばそうー健康寿命、担おうー地域づくりを」「健康、友愛、奉仕活動」の下、活動を続けていかなければなりません。そして、仲間を増やすことが社会貢献になると思います。これからもよろしく願います。

「笑う門には福来たる」（笑いの絶えない人の家には、自然と幸福が訪れるーデジタル大辞泉より）という言葉があります。笑い方にもいろいろあるようです。大笑い、高笑い、含み笑い、泣き笑い、照れ笑い、せせら笑い…等。やはり、福が来るのは明るい笑いでしょう。作り笑いでも免疫力がアップするなど、心身の健康にいいそうです。

泣き方にもいろいろあるようです。すすり泣く、むせび泣く、泣き叫ぶ、涙ぐむ、しゃくりあげる…等。つらいときに泣いていると「泣くのはやめよう」と言われたりしますが、つらいときに泣くことは、身体的、精神的な緊張を和らげる働きをするそうです。

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



脳神経外科

クリニック

◇診療時間◇ 月曜日～土曜日（土曜日は午後休診）
午前8:45～12:00 午後2:00～5:30
※受付は終了30分前迄となります。
山田交差点そば ☎951-5219

心臓と血圧のお悩みは

医療法人
たけの内科クリニック

胸痛 息切れ 動悸 めまい

春日市春日原北町3-63-1（ラ・フォーレ春日2F）

TEL:092-593-0500



医療法人 徳洲会
福岡徳洲会病院

春日市須玖北4-5

訪問看護・訪問介護など
お気軽にご相談ください

在宅介護支援センター

☎092-514-6215（直通）

受付時間 平日 9:00～16:00

かわらだクリニック

内科・呼吸器科・循環器科・アレルギー科

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

△土曜は12:30まで
日曜・祝日/休診
春日市惣利1-82-1 ☎583-9678

八仙閣春日店横

はなむら整形外科
クリニック

整形外科一般・リウマチ科・リハビリテーション科

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

春日市光町1-74
第2島田ビル2F
TEL 092-589-6811
http://www.hanamura-seikei.com



SAKAKIBARA
CLINIC 榎原医院



医療法人 竹風庵 榎原医院

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

春日市下白水北4-85（下白水交差点スグ）
（住診ご希望の際はご相談を）☎092-572-3111

市長あいさつ



春日市長

井上 澄和

シニアクラブ活動で
健康寿命をより長く！

新年あけましておめでとございます。

春日市シニアクラブ連合会会員の皆様におかれましては、すがすがしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年は、地球規模の気候変動の影響により、夏から秋にかけて連日「熱中症警戒アラート」が発表されるなど猛暑が続ぎ、体調管理が難しかったのではないでしようか。そのような中でも、皆様には、「健康・友愛・奉仕」の精神に則り、様々な事業を通して会員の仲間づくりや健康づくりに取り組んでいただきました。また、世代間の交流や公園の清掃、登下校時の見守りなど、地域に根ざした活動にもご尽力賜りましたことに、深く敬意を表しますとともに、厚くお礼申し上げます。

本年は、いわゆる団塊の世代のすべてが75歳以上となり、国

民の5人に1人が後期高齢者になるという「2025年問題」が注目されてきた年でござい

ます。春日市におきましても、昨年4月1日時点で高齢化率は23・63%に達し、一人暮らしの高齢者や認知症の人も増えており、医療や介護、住まいなどを取り巻く課題は、ますます複雑化・多様化しています。

そのような中、一人一人が年を重ねても、できるだけ元気に、はつらつと過ごすことができる期間、いわゆる「健康寿命」を延ばしていくことが大切になってまいります。そのためにも、様々な活動を通して会員の皆様の充実した生活につなげておられますシニアクラブの意義はますます高まっており、今後とも会員の輪を広げ、活動を盛んにしていただくことを期待いたしております。

春日市では、令和4年の市制

50周年から取り組んでおります「春日新50年プラン」の中で、市中央部に社会福祉センター、ナギの木苑、いきいきルームなどを統合した地域共生交流施設を整備することにより、それを見据えて、昨年の敬老の日から70歳以上のコミュニティバス運賃を無料化しました。皆様には、市内の様々な場所にコミュニティバスで出かけ、健康づくりや仲間づくりに役立てていただくことで、健康寿命を延ばす一助となれば幸いです。

市内では、昨年3月から特急停車駅に昇格した西鉄春日原駅の新しい駅舎機能が11月末に完成し、これから駅周辺道路や駅前広場の整備を進めてまいります。その他、様々な取り組みにより都市の魅力を高め、皆様に住んで良かったと思っていただける春日市にしてまいりますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、春日市シニアクラブ連合会並びに会員の皆様のますますのご活躍と、本年が明るく幸多い年になりますことを心から祈念いたしまして、新年のごあいさついたします。

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

シグマクリニック

在宅療養支援診療所

※患者と家族が家で安心して過ごすために※

福岡市博多区新和町2丁目5-11

TEL.092-589-0012 FAX.589-0013



いこい歯科医院
for your smile life

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

休診日/日曜日・祝日

春日市日の出町
4-17-3

☎915-8110

中村内科クリニック

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

【休診日】木曜・日曜・祝日

春日市白水ヶ丘4丁目70

TEL:092-584-3777



福岡プライマリケア
訪問看護ステーション

みんなの元気なで変える
みんなの保健室

認知症カフェ

リベルテ

TEL. 092-517-6313

福岡県春日市天神山 7-91

高齢者と家族の生活を支援する

デイサービス
やよいの樹

〒816-0862 春日市弥生2丁目62番地(弥生公園そば)

詳しくはお電話で！お気軽にお問い合わせください！

☎092-593-5328

あなたの街のかかりつけ調剤薬局

くるみ薬局

春日市惣利1丁目82-3

TEL.092-596-7744



11月8日（金）、春日市ふれあい文化センタースプリングホールにて令和6年度春日市シニアクラブ連合会福祉大会を開催しました。

表彰式典では、井上澄和市長をはじめとする来賓の方々から温かいお言葉をいただき、受賞者の皆さんの活躍を称えました。

続く演芸大会では、23組が出演。会員の皆さんの日頃の練習の成果が披露され、会場は大きな拍手に包まれました。

令和6年度春日市シニアクラブ連合会福祉大会

私たちは春日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 創生会
グッドタイム春日デイサービスセンター

デイサービス
無料体験実施中！

ご相談・見学等に関するお問合せは
春日市平田台1丁目138-2 ☎092-595-8666

医療法人 **まごた医院**
糖尿病内科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	△	△
13:30~18:00	●	●	△	●	△	△	△	△

受付は午前・午後とも15分前に終了します。
春日市惣利1丁目71番地
TEL 092-596-3123

循環器科・内科・消化器科・肝臓内科
医療法人 マインド
伊原春日クリニック

・循環器科専門医 ・総合内科専門医
・肝臓内科専門医 ・消化器内科専門医
花田 慎一郎・花田 智映

■入院可 ■往診可
春日市宝町3丁目22番地 TEL582-1478

SUMI
とべる

懐かしき湯 昭和レトロな カフェ & フリースペース

営業時間[水・木・金・土曜]
☆11:00-17:00 ♪17:00-23:00
春日市小倉2-28 ☎092-287-3294

足元サロン **うちだ**

ご予約はこちらから!!

☎070-8403-2539
春日市昇町3丁目52
昇町ビル103号

たから薬局

春日市宝町3丁目 20-10
☎574-8764

令和6年度功労表彰受賞者名簿 (敬称略)

福岡県知事賞

宝寿会	弓掛 弘達
-----	-------

福岡県老人クラブ連合会長賞

紅葉会	後藤 清忠
高砂会	田中 奎子

春日市長 感謝状

元気の会	島本 圭子
春光会	渡邊 幸子

春日市社会福祉協議会 会長表彰

さわやか天神会	河鍋 順子
元気の会	藤井 隆夫
紅葉会	葉室 恵子
南福寿会	道原 義信

春日市シニアクラブ連合会 会長表彰 (役職経験者)

大和会	吉塚 勝
西若葉会	土持 静代
令和みずき会	古賀 正道
	森山 ミチ子
	宮本 京子
	村山 ヒロ子
	二宮 金光
元気の会	原 美智子
紅葉会	池田 健市
	山本 幸吉
睦会	安邊 千鶴子
	佐々木 嘉春
	川浪 眞由美
	森田 和枝
ことぶき会	泉 保道
	松の実会
松寿会	平田 幸子
	安部 美岐子
福寿会	原田 美佐子
	藤 路子
	進藤 トシ子
	中塚 満郎

南福寿会

草場 保子
吉村 キサ子
河野 登志子
門司 スエノ
上村 ひとみ

弥生クラブ

合原 ヨリ子

長寿会

三城 重三
高木 孝之

春日市シニアクラブ連合会 会長表彰 (長期功労者)

東若葉会	榊山 久子
さわやか天神会	北田 織
	熊谷 登志夫
	宮本 ヒロコ
紅葉会	江里 富香
	宮地 正

受賞者の皆様！

おめでとうございます



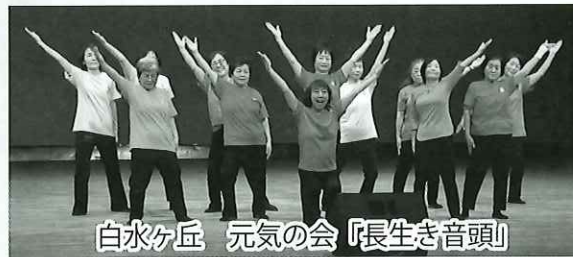
天神山 天神会「シニアサンバ」



光町 光永会「高原列車は行く」



上白水 白水会「愛をありがとう」



白水ヶ丘 元気の会「長生き音頭」

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

塗装工事業

昭和塗装

代表 泉原 康光

春日市千歳町3丁目30-19

TEL 092-572-4666

仮設工事
土工事



コンクリート工事
クレーン作業

株式会社

本田組

春日市若葉台西6丁目129

☎092-591-3162(代)



くろかわひろこ 眼科クリニック

春日市惣利1-83-2 (八仙閣裏)

TEL092-595-7744

高性能フィルター・ロールフィルター
及各種フィルター販売

株式会社 大塚商会

春日市松ヶ丘4丁目8番地

TEL 092-595-0981



株式会社 竹本建設

春日市昇町6丁目10番地

☎092-572-1012(代)

<http://www.takemoto-kensetsu.co.jp>

【歯科・小児歯科・歯科口腔外科】

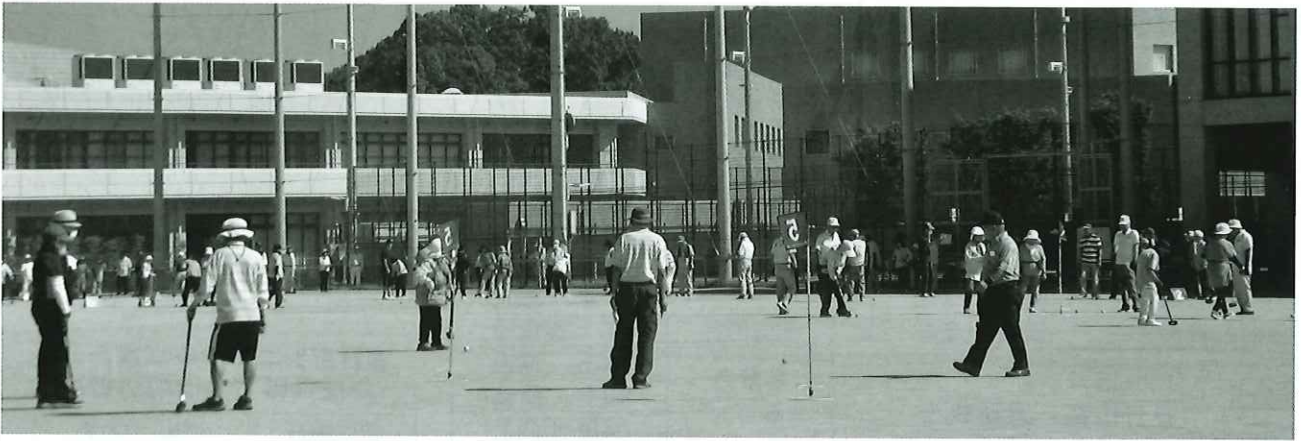


中山歯科

診療時間と 曜日	曜日	午前の診療	午後の診療
	月・火・木・金・土	9時30分~14時 9時30分~13時	15時30分~19時 14時~17時
	水曜・日曜・祝日	休診	

<http://www.8211dc.com>

春日市春日10-15 Phone.092-589-8211



令和6年度春日市シク連 グラウンド・ゴルフ総合大会を開催

9月18日（水）、春日市スポーツセンター屋外競技場にてグラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

当日は、熱中症対策のため2ラウンド実施予定を1ラウンドのみ実施に変更。暑さに負けず、26クラブが参加し、日頃の練習の成果を発揮。熱戦の末、長寿会が優勝しました。

グラウンド・ゴルフを通して、健康増進だけでなく、会員の親睦を深めることができました。



来賓あいさつ



会長あいさつ



表彰の様子



大会結果

優勝	長寿会(小倉)
準優勝	さわやか天神会(天神山)
第3位	ことぶき会(惣利)

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



管更生(日本SPR工法協会会員)
オメガライナー工法特別施工業者
耐震補強工事・地盤改良工事
一般土木工事・上下水道工事

△アビル工業株式会社

春日市上白水1296番地
TEL(092)595-1185

福岡県知事許可(般-2)第56035号
舗装・土木工事一式

進誠工業株式会社

春日市白水ヶ丘2丁目108番地
☎(092)571-3847

きものお手入れ専門店



きもの百十番

◆ JAPAN
KIMONO
CARE

produced by MUROI co., Ltd.

〒816-0833 福岡県春日市紅葉ヶ丘東1丁目56番地
電話番号 092-573-8515 (有)むろい



株式会社 池田建創

春日市上白水2丁目74
TEL.092-585-2519
FAX.092-585-2601

お見積り0円!

まずは、お気軽にご相談ください!

外壁塗装

雨漏れ復旧、防水工事、その他

相談窓口 (092)515-4851

ReBears Inc.

株式会社 ReBears (リベアーズ)
福岡県春日市小倉2-120-103 092-515-4851

ReBearsです。安心と丁寧を大切に、
一戸建てやマンションのリフォームを承ります。

確かな炎、豊かなくらしの
快適情報提供社



春日液化ガス株式会社

代表取締役社長 和田 武敏

春日市春日 10-5-2
TEL(092)596-3888 FAX(092)596-7667

開会式の様子



11月19日(火)、ペタンク大会を春日市スポーツセンター屋外競技場にて開催しました。

当日、参加した25クラブは、晴天のもと元気にプレー。笑顔や歓声があふれる中でも、皆さん優勝を目指して、チームで声をかけ合いながら、一投一投を真剣に投げていました。

なお、優勝したのは南寿会でした。おめでとうございます。



大会結果

優 勝	南寿会(大谷)
準優勝	弥生クラブ(弥生)
第3位	大和会(大和町)
	松の実会(松ヶ丘)
	南福寿会(須玖南)

令和6年度春日市シク連 ペタンク大会を開催

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

有限会社 ナカムラセイカン

管工事 貯水槽清掃
給排水設備漏水詰り等修理

春日市天神山7-97 TEL092-591-7515

国内標準の機密情報管理システム
Onsite RDP
ジョリッパ・サービス

株式会社 角 商店

本社 〒819-0041 福岡市西区拾六町1-12-20
TEL 092-882-2322 FAX 092-882-2327
春日営業所 〒816-0874 春日市大和町4-31
TEL 092-574-5566 FAX 092-574-5567
http://www.sumishoten.co.jp

※オフィスの機密書類断片処理や
子供会の集団回収など
古紙回収の事ならお任せ下さい!

屋内からの持ち出し・生前整理
不用品家財処分・引っ越しごみ
その他ごみに関するご相談

株式会社 クリーン春日
KNIUGA

春日市一般廃棄物収集運搬業(委託・許可)
福岡県産業廃棄物収集運搬業
春日市大和町1丁目2番地
☎092-582-1008

こども食堂・コミュニティ食堂
元気ワクワク料理クラブ

**9th year
Lunch
Morning**

モーニング
第1か第2土曜日
9:10~11:00
ランチ
第3土曜日
10:00~12:00

浄土真宗 浄運寺
本願寺派

栄弘山法蓮寺

春日市日の出町5丁目35-1
TEL 092-581-4001

水研工業株式会社

営業品目
管工事業・水道施設工事業
代表取締役 白水 雅史

春日市惣利1丁目66番地
TEL:092-595-7676 FAX:092-595-7779

http://www.suiken-k.jp

やまや明太子工場見学と南蔵院

女性部長会 林田 美智子

7月25日(木) 女性部長会でやまや明太子工場見学に参加しました。

糟屋郡篠栗町に立派な工場がありました。明太子はスケトウダラの原卵から作られる。衛生管理が行き届き、一つ一つが手作業の仕事。生きものだけに、大変気をつけてあるなと思いました。明太子が出来上がると後は流れ作業。パックに収められた製品が次々にできあがっていく。見学が終わってから大きな明太子のった食事が出ました。とてもおいしく、息子が大好きなのでお土産に買いました。

その後南蔵院に行きました。高野山真言宗の寺院です。お釈迦様の涅槃像を見て感激しました。絵やテレビでみてい

したが本物を見たのは初めてです。「ワァー大きい」。思わず感心の声が出てじつと見入っていました。全長41メートル、高さ11メートル、重さ300トンのブロンズ製で世界一とのこと。今日はお釈迦様に逢えてよかった。何かに導かれるような気がしました。これから先の日々が元気でいられますようにーと心の中で祈りながら帰途につきました。



シク連ウォーキング大会を開催しました



元気に歩く東地区・南地区の皆さん

春日シク連では、健康づくり事業の一環として、例年ウォーキング大会を開催しています。

12月5日(木)の東地区・南地区の大会には、晴天の下、92名が春日公園に集まり一周1600



歩く前の西地区・北地区の準備体操

mのコースを元気よく歩きました。また、11日(水)の西地区・北地区大会は自然豊かな白水大池公園に83名が集まり、色づいた紅葉の中2200mを歩きました。

皆さん、心地よい汗をかき、お互いに健康を確認しあったウォーキング大会になりました。

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

トミナガコーポレーション 株式会社

営業品目

- ストリートプリント
- スタンプコンクリート
- 土木・外構・造園工事

春日市昇町7丁目87トミナガビル2F
TEL 092-589-4878



製作金物・金属製手摺・樋・外構
防災器具・サイン工事

株式会社 マツナガ

代表取締役 松永 満

春日市天神山1-176

TEL:092-571-5958

FAX:092-571-5934

福岡県知事許可(般-3)第77157号

株式会社 福 創



代表取締役 佃 弘樹

春日市天神山1丁目146番地

FUKUSO TEL092-593-0311

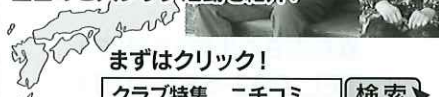


(株)徳永自動車

春日市下白水北7丁目90番地
TEL 092-572-5710

北海道から
沖縄まで

全国の老人クラブ活動を紹介!



まずはクリック!

クラブ特集 ニチコミ

検索

外壁・屋根塗り替え工事 各所防水工事

お見積りは無料ですので、お気軽にお問い合わせください。

株式会社 ポリマー

☎092-584-7070

FAX:092-584-7200 〒816-0851 春日市昇町7丁目92番地
<https://www.polymer-inc.co.jp>

令和6年度料理教室

男でも簡単に作れる
料理に挑戦！

藤嶋 誠也

各地区から25名～28名が参加。「超簡単料理・自分で作ろう」をテーマに田村先生の指導のもと、和気あいあいと取り組みました。

- ①ちくわ・ネギ・卵のちぢみ
- ②豚のひき肉・白菜・人参のあんかけ
- ③キノコの酒レンジ蒸しポン酢かけ
- ④シーチキンとピーマン和え
- ⑤鶏チャーシュー

男性の参加者が多く、なかなか台所に立つ機会がないので、要領よくできませんで



単位クラブ会長

したがお互い助け合い、5品の料理を作りました。「いただきます」のあいさつの後、全員でいただきました。

大変おいしく、すべて完食。これならいけるぞと自信がもてました。先生に感謝！



【料理教室 実施日程】

10月11日(金)	南地区
12日(土)	北地区
15日(火)	西地区
17日(木)	東地区
18日(金)	単位クラブ会長

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



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!



「第19回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

シニア川柳
作品募集中

募集期間:2025年1月1日～3月31日まで

【お題】
褒美

大賞:商品券 10,000 円 (1名)
優秀賞:商品券 5,000 円 (5名)
努力賞:商品券 1,000 円 (10名)



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

9月の合同日帰り研修会

41名が参加！

多彩な体験で満喫

行事部 松田 健美



9月11日、シク連会長・女性部長による合同日帰り研修会を筑後平野「巨峰ワイナリー、筑後川温泉、梨狩り」のコースで連日暑さの厳しい中、41名の参加で行いました。大型バス1台にて春日市総合スポーツセンター駐車場を出発し、太宰府ICより



鳥栖JCTを経由して朝倉ICで下車、巨峰ワイナリー（森の中にあるワイナリー）にてワインの試飲、地下貯蔵庫等の見学を終え、筑後平野を一望できる道の駅うきはに立ち寄りました（道の駅日本一に選ばれる）。

地産地消の品々を買い求め、昼食は筑後川温泉つるき荘にて西島副会長の乾杯の音頭で旬の食材を使った料理を堪能。カラオケ、入浴と楽しい時間を過ごしました。後、フルーツ農園にて梨狩りを楽しみ、たくさんのお土産でいっぱいになりました。杷木ICより高速にて途中、基山PAにて休憩。最後の買物等を済ませ、予定通り総合スポーツセンター駐車場に無事到着し、解散となりました。大変暑い中、お疲れ様でした。



みずき会 活動報告

水城跡を学ぶ

昇町 みずき会

江口 澄明

10月5日10時、小学生18名、みずき会19名の参加で公民館を出発。子どもとペアを組んで大土居遺跡を目指す。

665年、唐と新羅の国の連合軍が海を渡り大宰府政庁に攻め込んでくる予測に、長

さ1・2km、幅77m、高さ9mの土塁と水堀を築きました。上大利・大土居・天神山は「小水城」と呼ばれ長さ75m、幅40m、高さ8mの土塁が築かれ、1972年国の特別史跡に指定され一躍有名になりました。

春日市文化財課の森井さんの説明を熱心に聞き、またメモをとる子どももいました。玄海灘の見える展望台に立ち、攻め込まれていたらどうなっていただろうと遠い昔を思い描いていました。

四季の道の散策は静かで緑がいっぱい、今迄歩いた子どもは殆どいなかったようです。天神山遺跡までウオーク、土塁と古墳の話聞いた後、蚊と蟻を仲間に楽しい食事をしました。

両方の遺跡には自然林の中に栗の木があり、子どもが棘のあるイガと戦い、中身を取り出した時の笑顔が印象的でした。

みずき会会員の皆様は少々ダウン気味のようでした。



桜ヶ丘松寿会 活動報告

世代間交流・ さつまいも掘り上げ

桜ヶ丘 松寿会

小野田美智子

10月19日(土) 空模様のすっきりしない朝、世代間交流として育成会の子どもたちと

松寿会で、6月に一緒に植えたさつまいもの掘り上げがありました。

松寿会会長が、忙しいなかいつも一人で畑に水やりをしてありました。(私たちも手伝わないといけないのにいつも会長一人でした。)今年は暑く

て水をかけてもかけても、畑はなかなか冷えず暑かったとの事でした。その為か少し掘ってみたらさつまいもの実入りは良くなかったそうです。

そのため、今年は1年生と5、6年生の半分だけで、掘り上げをしました。子どもたちが来る前に自治会の役員と松寿会で、黒のビニールと葉を取り除き、子どもた

ちが掘るだけにしました。10時に子どもたちが集まってききました。

老松神社の畑を借りて植えているので、まず神社にお参りをしてから、5人ずつ分けて畑に入っていく、芋を掘っていくきます。我々はそれをお手伝いです。

子どもたちの喜ぶ歓声を聞きながら、芋の入り具合をみますが、やはり去年よりずい分少なく大きさも小さいように見受けました。

掘り上げが終わって、少しだけの芋をビニール袋に分けて、芋の少ない分少しだけのお菓子を子どもたちに配りました。それでも子どもたちは大喜びです。我々大人も芋を頂きました。

子どもたちが楽しそうにしていたので、少しほっとしました。今年もこれで世代間交流の芋の掘り上げも終わりました。来年は芋がたくさん入っているように、神社にお祈りしました。皆様お疲れさまでした。

岡本仙寿会 活動報告

岡本熊野神社 ドンカン祭

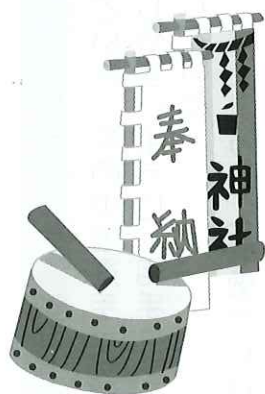
岡本仙寿会

有吉 友雄

岡本熊野神社夏祭りは七夕祭りとお追ひ祭を合わせた神事として地域の氏子中と子どもたちとで行う伝統行事です。

神社境内で春日神社神職のお祓いを受けたあと、七夕飾りをつけた神輿と鐘と太鼓を載せた山車を引きました。

ドンカンドンカンドンカンカンと太鼓と鐘を打ち鳴らしながら水田の残る区域を1時間かけて練り歩きました。夏日の中熱中症対策を取りながらの行進でしたが無事終えることができた、達成した子どもたちの笑顔が見えました。



千寿会
活動報告

消防署見学会

千歳町 千寿会
井上 松三

令和6年10月30日水曜日。
爽やかな季節になり、ウオ
ーキングを兼ねて消防署見学
を企画しました。

千寿会18名（男性
3、女性15名）で9時
半より千歳町公民館を
出発。

春日公園を横切り、
時間をかけてゆつくり
と会話を楽しみなが
ら、中秋のこちよい
風を感じて消防署へ向
かいました。

消防本部では風速20
mの台風体験及び、震
度6、7クラスの地震



体験をさせていただきました。
その後、教室にて防災知識の
講習を受け、災害の身近さを
参加者の皆さん、再確認した
次第です。

帰りは春日公園音楽堂近辺
にて、弁当を食べてピクニッ
ク感覚を楽しんだ一日でした。

随筆

「青春」真っ只中
パリオリンピック

昇町 みずき会 森山 正治

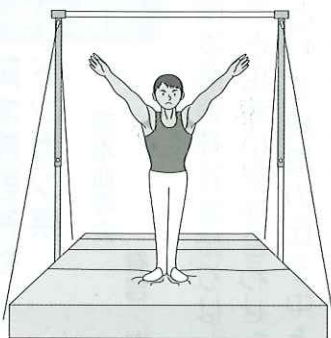
7月26日から4年に一度の
祭典、オリンピックが始まり、
日本列島は興奮の灼熱で、赤一
色となりましたが、あなたが感
動された競技はなんでしょう
か？私の心が一番動かされた
のは、橋本大輝選手の体操競
技でした。東京大会では、個
人の金メダルの実績があるが、
パリ大会では、手の指を負傷
しての出場で、あん馬で途中
落下し!!団体最後の鉄棒で①
あきらめるな!!の力強い合言
葉と②全員が最後の試技者で
ある橋本選手の背中を叩き、
気合を入れる姿に、武者震い
が来て、自分までその中に入っ
ていました。試技は完璧な演
技で、着地をピタリと止めて、
観客からの凄い拍手と歓声で
したが、試技台から降りる時
には観衆に向って「静かに」の
動作。人差し指を口の前に持つ

ていき、次の中国選手が試技
しやすいように、相手に配慮
していた。

リスペクト（尊敬）には、
国を超えた仲間意識に大変胸
を打たれました。他の競技に
おいてもリスペクトを目にす
る場面が多くありました。卓
球の早田ひな選手と韓国選手、
バドミントン女子ダブルスの
志田・杉山ペアとマレーシア
選手とのハグ等。

リスペクト（相手を尊敬し、
仲間意識を持つこと）

感動を呼ぶ、パリオリンピッ
クで学んだ心の動きを広げて
いければとても幸せな集団と
なりますネー！



オリンピックに寄せて

昇町 みずき会 豊坂 結子

90年振りに開催されたパリオリンピック。想定外のエッフェル塔をメインに開会の場はセーヌ川、パリ全体が祭典の舞台となった。その光景は以前見た懐かしい光景と重なった。素晴らしい、グレート!!、生きていてよかったと…。

エッフェル塔のもとに、選手たちも夢の祭典を強烈に胸に刻み、勝つても、負けても、心に大輪の花火をとどめるにちがいない。そして地を蹴り、空を舞い、水と戦い、畳ともつれ、球とまみれる選手たち。

若者の凄いエネルギーを私たちに与えてくれる感動の連続。静かに思えばすべてが自分と自然に対する挑戦に思える。と教えられる。

エッフェル塔の設計で建設者の『ギユスターヴ・エッフェル』はこの光景をどんな思いで観戦していることでしょう!!

早田選手、涙の銅メダル

昇町 みずき会 青木 秀樹

パリオリンピックも佳境に入ると、深夜0時から3時頃まで見逃せない競技ばかりが続きました。昼寝せざるを得なくなり、昼夜逆転の生活です。

選手の笑顔在り涙ありです。その中で心に残った場面は、卓球の早田ひな選手のシングルス銅メダル獲得の時です。準決勝で敗れて、3位決定戦では平野美宇選手を破った韓国のエースのシン・ユビンと対戦しました。準々決勝の時に負傷した利き腕に痛み止めを打ちながら、ハイレベルなラリー戦を制して勝利。最後に決まった瞬間は泣き崩れて、しゃがみ込んでしまいました。今までの言うに言えない思いがあふれ出てきたのでしょうか。

また、早田選手の勝利が決まった後のシン・ユビン選手の勝利者を称える思いやりのあるハグにも感心しました。

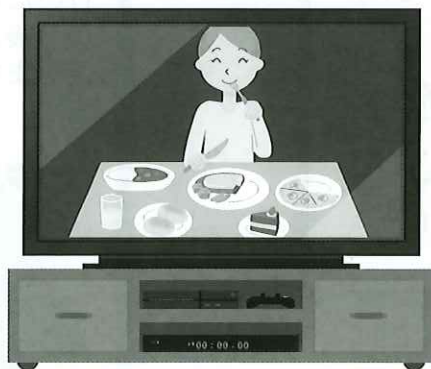
カエルの独り言
やめてほしいなー

昇町 みずき会 藤嶋 誠也

テレビの番組に大食い番組がある。外国から来た小柄な女の子が中華料理をどれだけ食べきるかの番組。食べるは食べる。20皿、30皿と平らげる。どんな胃の持ち主だろうか、司会のお笑いタレントが傍で煽り立てる。しばらく見ていたら気分が悪くなった。大食いすることがそんなに面白いことなのか、食べ物をお笑いのネタにすることがそんなに面白いことなのか。以前からこの手の番組がときどき出てきたが、批判が出てしばらくは途絶えていた。力士や力仕事をする人ならまだしも、子供や中高大生と対象を取り換え、今度は女の子。それも小柄な女の子。

大食い競争をさせて、優勝だ。準優勝だとかと盛り上げる。番組制作者の知恵には恐れ

まいる。番組に根強い支持があるのかもしれないがこんな番組は作らないで欲しい。たべものの尊厳を無視している。面白からう、笑えるだろうでは品格を疑う。



きらめき春日第82号（2025年8月発行）

原稿募集



次号掲載の原稿を募集します。

クラブ活動紹介、旅行記、随筆など、ジャンルは問いません。文芸（俳句、短歌、川柳など）、趣味のコーナー（趣味の写真、絵手紙、イラスト、書など）についても募集しております。

投稿方法

所属クラブの会長さんにお渡しください。

締切：2025年5月末

文化広報部

◆投稿にあたって◆

- ・原稿には、必ず氏名、年齢、地区・クラブ名、連絡先（内容についてご連絡させていただく場合もございます）を明記してください。また、難しい言葉にはルビや言葉の意味等注釈も入れてください。
 - ・原稿は楷書もしくはパソコンで入力したもののお願いいたします。
 - ・ご投稿いただく原稿はすべて自作未発表のものに限ります（二重投稿はご遠慮ください）。
 - ・紙面の都合上、一部割愛、掲載見送りなどさせていただく場合もございます。
- ※見出しの作成、校正等につきましては文化広報部にご一任ください。



博多にわか

若葉台東

東若葉会
元木 由紀子

◆料理教室

「連合会主催の料理教室に参加して身近な食材で男でも作りきる料理は教えてもらいたばい。」
「私も習ったことのあるばってん簡単でおいしくうが。」

「出来上がって皆で食べたならこれなら家族に作っても喜ぶと、よか完食（感触）やった。」

◆ボランティア

「私にも役に立つことのあるやろうかと、手芸で協力してみたよ。」

「あなたは、器用に小物やら作るもんね。」

「まわりにもほめられて、自分ながらよう出来たと思うて、ボランティアセンターに、自画自賛（持参）した。」

スポンサーへのお礼

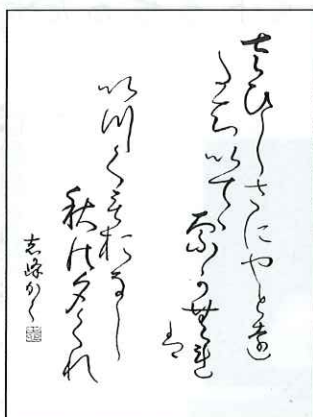
このたびは「きらめき春日」に広告掲載のご協力を賜りまして誠にありがとうございます。本紙は、会員が豊かで幸せな生活を送れるように願って発行いたしております。

今後とも末永きご厚誼、ご支援いただきますようよろしくお願い申し上げます。

春日市シニアクラブ連合会



書



さびしさに宿をたち出でてながむれば
いづくも同じ秋の夕ぐれ

（後拾遺和歌集 良運法師）

須玖北 福寿会

鳴瀧庵 松尾志峰

会員文芸

短歌

膝に乗せ孫とじやれ合い遊びしも
顔見せ途絶える孫の成長

あな悲し雑草だからとむし取らる
ただ生き大地に根付いたるに
進行の会議意見は外れ行く
結論ならず時は長引く

昇町 令和みずき会 藤嶋 誠也

炎帝はいつまで御座す 秋半ば
日盛り温度 三十余℃

裏金と妻の臍繰り ひそかなり
是非善悪を 世に事問ひぬ

今は亡き莫逆の友 五指を超へ
生老病死 四苦を吾堪ゆ

昇町 令和みずき会 古賀 正道

百姓で田植期登飯団子汁
味噌に新じゃが 顎丹外れる

有楽町赤い提灯朝帰り
女房は雷 別れ話しよ

平和台福岡球団ライオンズ
剛腕神様稲尾様

天神山 さわやか天神会 石川 忠雄

海の道むなかつた館へバスハイク
笑顔あふれる福寿会諸氏

リビングに君の画きし久重山
思い出数多山に感謝す

須玖北 福寿会 清水 ミツ子

カフェできな粉だんご頂きて
残りしきな粉お茶々で飲み干す

米一粒拾い集めし夜のメシ
明日は元気でモーニング

落葉の風舞う気節
心さびしき母こいし

大谷 南寿会 大野 ミヅホ

ママが着たおさがりゆかた手を通す
祖母の喜び夢に酔うほど

花いちもんめパツと咲いたる雪中化
眺める母の顔のやさしさ

昇町 令和みずき会 内山田 貞子

年経りし黒松の翠もあでやかに
苔生す幹の鉢に聳えむ

筆とれば文字と墨彩画の相和して
峰の嶺志して歩みぬ

須玖北 福寿会 鳴瀧庵松尾志峰

俳句

道草のランドセル追ふ夕とんぼ
百歳は中途と云へり生身魂
磔刑を解かれ案山子は安らかに

昇町 令和みずき会 古賀 正道

ベービーカの昼寝の子等よ平和なる
満月や露草滴や 蠡斯
曼珠沙華蝶は極楽 舞い踊る

天神山 さわやか天神会 石川 忠雄

日の本の民を誇りに千代の春
夢一つ叶える気魄去年今年

須玖北 福寿会 清水 ミツ子

老夫婦庇ひ合ひつつ初詣
囲碁に生きさらに楽しむ去年今年
卒寿坂迎へて感謝初日の出

須玖北 福寿会 志鶴 富生

はつはる 初春や梅の蕾も息吹かな
去年今年錦松の翠も艶やかに

須玖北 福寿会 鳴瀧庵松尾志峰



「春日公園の桜」(写真)
大谷 南寿会 澁谷 嘉明



「熱海桜にメジロ」(写真)
大谷 南寿会 澁谷 嘉明



「武蔵寺の紅葉」(写真)
大谷 南寿会 吉川 肇

みんな熱中
趣味のコーナー
「これぞ、生きがい」

会員の皆さんの趣味の
作品をご紹介します



「むらさき露草」(絵手紙)
天神山 さわやか天神会 宮本 ヒロコ



「清納の滝(奈良)」(アクリル画)
松ヶ丘 松の実会 泉 恵美子



「くわい」(絵手紙)
天神山 さわやか天神会 宮本 ヒロコ

私たちは春日市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

あなたの瞳のより良きパートナーに
なれる事を心より願っております。

視力屋
めがね物語 Eyesight shop
Megane Monogatari
TEL:092-558-8858
春日市紅葉ヶ丘東3丁目93
営業時間:午前10時~午後7時(月曜日定休)

自内障目帰り手術
なかの眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	【休診】
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	日曜日
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	祝日

那珂川市中原2丁目127
JR(新幹線)博多南駅前 医療ビル1F **住診可**
☎953-1139 駐車場完備

KT 株式会社 春日技研

- 自動制御設計・施工・管理 ●自動制御盤設計・制作
- 調整・メンテナンスサービス ●電気工事設計・施工
- 設備撤去工事 ●塗装工事全般

本社 春日市岡本1-107-101
TEL 092-589-5988 FAX 092-404-5989
E-mail: r_ooya_kasuga.g@outlook.jp

やまぐち歯科医院
歯科・小児歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	／
14:30~19:30	●	●	●	●	●	●	／

春日市桜ヶ丘1丁目114
TEL:092-591-0426

住まいの相談なんでもOK!
お気軽にお問合せください

オールハート不動産
春日市下白水南5丁目148番
TEL:092-591-0844
賃貸管理もお任せください!!
・お部屋は1室から・駐車場は1台から

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
nichikomi