

みまき



第30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 7 年 8 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

祝！みまき30号

町老連の活動をプレイバック



目次

注 水巻町老連総会……………	3 ページ	単位クラブ活動紹介……………	4 ページ
事業部だより……………	5 ～ 7 ページ	各種大会報告……………	8 ～ 9 ページ

減少傾向を乗り越えて

副会長あいさつ



水巻町老人クラブ連合会

副会長 井上 澄

日頃より水巻町老人クラブ連合会へのご理解とご支援、厚く感謝申し上げます。

今、日本は「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマに大阪・関西万博が55年ぶりに開催されています。時間には十分余裕があるので、都合をつけて行ってみてはどうでしょうか。

さて、全国・県内の単位クラブ数及び会員数が減少傾向にあり、水巻町老連でも60歳以上の方の就労延長・就労希望者の増加により新規加入者が増えず、また高齢化による単位クラブ数の減少傾向が見受けられます。

今年度は、単位クラブは25と、2クラブ減少（退会が1、休会が2）し、会員数も546名と昨年度より145名減少しました。

会員拡大を図るために会員皆さまの協力が必要です。隣近所にお住いの高齢者への声掛けをお願いします。また、町老連として魅力ある行事の掘起こしなど、各専門部会での検討が必要です。

令和7年度の町老連の行事が始まりました。多くの会員皆さま方の参加をお願いします。

今回「インゲン豆」の栽培を初めて行いました。予想以上の出来で町老連の行事に合わせて収穫・販売を行いました。

今年も、昨年並み（昨年以上の猛暑が予想されます。水分補給をし、体調管理を徹底して楽しい行事にしましょう。また、ポイントカード満杯者も2回目・3回目と徐々に増えてきています。まずは第1回目を目指して頑張りましょう！

【令和7年度 水巻町老連 理事一覧】

会 長	副 会 長	副 会 長 (女 性 部 長)	理 事 (農 園 部 長)	理 事 (女 性 部 副 部 長)	理 事 (ス ポ レ ク 部 長)	理 事 (若 手 部 長)	理 事 (会 計)	監 事	事 務 局 長
荒谷美知郎	井上 澄	村井美智子	白澤 栄	原 裕子	大垣 久雄	富松 裕治	原 裕子	前田ますみ 西村 暁美	高瀬 一幸

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

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)

内科・循環器科
うちわ内科クリニック
院長 打和 大幹
●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】 入 院 54床
●一般内科 ●整形外科 ●皮膚科 ●放射線科 ●運動器リハビリ科
【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
入院・入所・デイケア・ケアプラン等ご相談ください

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～
水巻町吉田南2-9-1 ☎ 201-8800

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

看護学生募集中
遠賀中間医師会立
遠賀中央看護助産学校
Onga Central Nursing and Midwifery School
☎ 093-203-2333 詳しくはこちら
〒807-0052 駅から徒歩5分!
福岡県遠賀郡水巻町下二西2-1-33

令和7年度
水巻町老連 単位クラブ会長

クラブ名	氏 名
伊左座校区	
砧 会	土井 久司
川瀬会	白澤 栄
みずほ福寿会	新徳 恭一
浮島会	古賀 國夫
新生クラブ	豊澤 賢行
ときわ会	新町 長文
のぞみ会	岡田 洋
吉田校区	
長寿会	渡辺 小夜子
青葉会	佐藤 元紀
サンクラブ曙	岩崎 イツ子
さつき会	石橋 敏美
宮尾台シニアの会	桑波田 和美
頼末校区	
おもいやりの会	久良木 功
なごみ会	休 会
シニア倶楽部Ohana	前田 ますみ
ふれあい会	岡田 和之
高尾コスモスクラブ	西村 暁美
あゆみの会	渡邊 のり子
松校区	
机シニア会	小田 尚徳
古城会	休 会
寿 会	谷川 ミエ子
青梅会	合戸 博治
若葉会	熊原 啓子
つばさの会	富松 裕治
猪熊校区	
千寿会	河野 治
鷹見シニアクラブ	渡邊 安朗
高松クラブ	戸谷 キミエ

令和7年5月30日(金)、サ
クラほーるにて第49回水巻町
老連の総会を、美浦町長はじ
め町議会議長、社会福祉協議
会会長など5名の来賓をいた

令和7年度
水巻町老人ク



令和7年度に向け前進

令和7年度第49回水巻町老連総会

議長に坂元洋一氏(ふれあい
会)が全員一致で選出され、令
和6年度の事業実施報告、令

だき開催しました。
今年度鯉寿会が老人会を退
会、なごみ会が休会で、実質
単位クラブ数「25」・会員数も
「546」となり年々減少が続
いています。
はじめに、昨年度おとくな
りになりました会員の方に対
して黙祷をささげ、荒谷会長よ
り開会の挨拶がありました。



和6年度決算報告、会計監査
報告が行われ、質疑応答の後、
新役員紹介、令和7年度事業
計画(案)、予算(案)など審
議がなされ、すべて原案どおり
承認、可決されました。

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

家族のように暖かく心をこめて
住宅型有料老人ホーム
ここあの里
株式会社 ここあ介護サービス
TEL:093-201-8880
遠賀郡水巻町伊左座5丁目2-9(3施設併設)

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

はら耳鼻咽喉科
HARA CLINIC
月 火 水 木 金 土
午前 9:00~12:00 ○ ○ 休診 ○ ○ ○
午後 2:00~ 6:00 ○ ○ 休診 ○ ○ 休診
休診日 土午後・水・日・祝日
TEL.093-701-8841
遠賀郡水巻町頼末北4丁目7-3

**宅配弁当
受付ます。**
Cafe 373
遠賀郡水巻町伊左座3-7-3
☎093-701-8535

医療法人 **沖永歯科医院**
診療時間 平日 9:00~19:00
土曜 9:00~12:00
休 診 日 日曜・祝祭日
遠賀郡水巻町樋口6-17
☎(093) 201-0772

はるおか歯科医院
診療時間 ※木・日・祝日休診
月・水・金・夜間診療/午前10:00~午後7:00
火・土曜日 /午前10:00~午後6:00
インプラント(25万円から)自由診療
水巻町下二東2-14-26
☎201-2255
Email:info@haruoka.or.jp

活動紹介

猪熊校区 鷹見シニアクラブ

代表 渡邊 安朗

会員数50名

(男性14名、女性36名)

わいわいがやがや賑やかに

猪熊校区は令和7年4

月現在、人口3300人

(1300世帯)、うち70歳

以上は約850人(28%)の

比率構成で65歳以上に線引き

すれば、1000人位になる

と思います。ここ数年住宅が

増え町内でも増加している地

区となっています。

正確な資料ではありません

が、町老連発足から3、4年

遅れて「鷹見会」として20名

位で立上げ、会員は令和元年

24名から毎年少しずつ増え現

在50名となっています。令和

3年より会員の提案で「鷹見

シニアクラブ」と名称変更を

行いました。

会の運営は、本年度役員改

選を行い、役員7名、役員兼

任の4班制を組み連絡事項の

徹底を図ることに重点を置き

ています。

ています。

毎月第1月曜日に定例役

員会を開き、当月の行事案

内ほか情報交換を行い、会

報「わかたか」を発刊して

会員間の疎通を図ることに

しています。

年間の予算は、収入63万円、

支出50万円、会員1人当たり

約1万円の経費を当て込んで

います。収入は会費、町老連

助成金、自治会補助金、及び

公民館納骨堂・公園花壇の清

掃代となっています。

年間を通じての活動状況

は、町老連行事、及びシニア

クラブ単独の行事が60%、自

治会(公民館)行事が40%の

比率になっています。シニア

クラブの主な行事は、秋のバ

ス旅行、懇親会(2回)、校

区交流会(2回)、花壇管理、

子ども食堂(6回)となりま

す。

猪熊地区は大型の公民館、

グラウンドの公共施設に恵ま

れ、公民館活動が活発です。

卓球、ふれあい体操、太極拳、

囲碁、健康マージャン、グラ

ウンド・ゴルフなどの同好会

が活動され、シニアクラブの

会員が世話役として中心的な

役割を担っています。

自治会行事の提灯山笠祭

り、盆踊り、秋祭り、餅つき

大会に都合10、18名の会員が

担当を受け持ち行事を盛り上

げています。特に600人集

まる秋祭りには、ワナゲ、ダ

ーツ、金魚つりの出し物、「柿

の販売も行っています。ワナ

ゲゲームは子どもから大人ま

で順番を待つほど好評です。

これら地域の年間行事に積

極的に参加することにより情

報交換ができ、シニアクラブ

活動への理解が深まり、会員

を増やす機会になり得ている

と思っています。

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

セブン-イレブン
中間岩瀬西町店
中間市岩瀬西町31-8
TEL.093-245-6177
中間長津2丁目店
中間市長津2丁目25-2
TEL.093-244-1522

シミュレーションゴルフ
●軽食 ●ドリンク
お食事のみもOK!
30分 1000円 以上 半額
水巻町下二東1丁目1-19
TEL.093-701-5794
【営業時間】11:00-22:00(月・木は15時まで)
株式会社 頼生

社会医療法人財団池友会
福岡新水巻病院
診療科目
内科・循環器内科
呼吸器内科・消化器内科
外科・整形外科・脳神経外科
泌尿器科・小児科・救急科など
診療時間
午前 9:00~12:00
午後 14:00~17:00
(専門外来)
(内科系・外科系)
水巻町立屋敷1-2-1
TEL.0570-06-2220

究極の縮毛矯正技術 Mr.ハビット認定店
美容室ローズマリー
※ご予約優先※
営業時間 9:30~17:00
定休日 毎週月曜・火曜・第3日曜
水巻町二西4丁目3-27
TEL.0120-11-3382
http://rosemary1995.com/

黒沢建具製作所
水巻町頃末北1-16-34
TEL (093)201-1294
FAX (093)201-1296

認知症に勝つ! 楽しい脳トレ
クロスワード
クイズ など
まずはクリック!
脳トレ ニチコミ 検索



農園部通信 バトンを受け継ぎ、 農園部、再始動！

農園部長 白澤 栄

令和7年3月、4年間にわたり農園部長として心血を注がれ、重責を果たされた永田勝利さんが退任されました。お疲れさまでした。

未熟ですが、私が後を引継ぎ、継承することになりました。部員・役員の方たちと相談・連絡を密にしてよりよい成果が期待できるよう頑張っていきたいと思います。現在の陣容は部員8名（男性5名、女性3名）役員3名という構成です。

役員の方も高齢化が進み平均年齢80歳目前という状況です。

農園部のしごとは、どなたにも出来る簡単な農作業です。気ままな老いの時間を一緒に楽しみませんか？参加を希望の方は町老連事務局(202-3044)へご一報ください。



いんげん豆の収穫

令和7年度のスポレク部は14名中、卓球・ワナゲは女性担当の新体制でスタートしました。県老連本部は、「伸ばそう！健康寿命」を共通のテーマに掲

スポレク部

ながら運動で
脳いきいき
スポレク部長
大垣 久雄

事業部だより



各部からの報告・お知らせ
 けて様々な健康推進策を進めています。私たち町老連のスポレク部の展開は県内でも幅広く競技種目を揃え、毎年13回多くの参加者を集め、健康と会員の交流を深めています。

健康雑誌に、現在高齢化社会の到来により認知症の人は460万人、予備軍は640万人で1千万人と推定され、高齢者は3・6人に1人の割合になっています。

日常の運動習慣の中で予防策のひとつとして「重課題運動」

言い換えれば「ながら運動」を取り入れれば大きな効果があると実証されています。

例えば、ジョギングしながら
 唄う・計算する・しりとりをする・俳句を作るなど運動をしながら脳に負荷を与えれば脳神経の活性化に繋がるといわれています。

本年度は、5月のペタンク大会からスタートを切りました。一人でも多くの皆様の参加をいた

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

福岡県知事許可(般-4)第115665号

有限会社 **福田工務店**

営業種目 ●基礎工事 ●土木工事
 ●住宅・店舗リフォーム
 ●外構工事 ●解体工事

遠賀郡水巻町吉田南 1-3-10

TEL093・201-6336 FAX093・201-6333



鉄工業

有限会社 **山本工業**

代表取締役 山本 健吾

遠賀郡水巻町頃末南3丁目2-5

TEL:201-8538 FAX:201-8546

KOURI 洪力商事株式会社

金属全般高価買取

鉄・銅・真鍮・アルミ・鉛・ステンレス・電動工具
 工業雑品・廃車・電線・廃農機具・バッテリー等

●小さなことでも遠慮なくご相談ください●

TEL 093-701-6893 FAX 093-701-6899

遠賀郡水巻町立屋敷3-21-12



Hiraku

株式会社 **HIRAKU**

遠賀郡水巻町二東2丁目7-18

TEL.093-701-7010

e-mail: info@hiraku1111.com



website

とび・土工工事業

株式会社 **高村組**

福岡県知事許可(般-1)第113043号

遠賀郡水巻町高尾 19-1

TEL/FAX 093-555-3423

困ったときの あなたの電気屋です！

まちなでんきやさん **ババデンキ**

家電品販売・オール電化・ボイラー
 住宅リフォーム・水まわり工事・健康器具・補聴器
 その他なんでもご相談下さい！

遠賀郡水巻町下二東3-9-33

☎093-201-1205

女性部

**笑顔とにぎわい
あふれる**
女性部長 村井美智子

令和7年4月10日(木)サ
クラほーるにて、第1回女性
部会を開催しました。
各種教室(歌声教室、合同
料理教室、折紙教室、文化講
座)、日帰り研修旅行等につい
て協議しました。他の行事な

どについても全員で盛り上げ
ていきたいと思えます。
以下、1月から6月までの
報告をいたします。
【男性料理教室】
令和7年1月23日(木)い
きいきほーるにて男性料理教

若手部は、会員増強を図る
ということを目標にこの5年
間活動を行ってきました。し
かしながら会員数が増えるど
ころか、減少傾向が続いてい
ます。具体的には、令和2年
度860名いた会員は、令和
7年度546名とほぼ300
名の減少になっています。大
きな要因としては、高齢化に
よる自然減が進んでいるこ
と、クラブの休会、解散があ
げられます。会員数を維持し
ていくためには、若い新規会
員を増やしていくことが、急
務です。ただ、若い新規会員
を増やすことは容易ではあり
ません。
そんな状況の中、少しでも

前に進めるように、会の活動
をPRすること、活動の充実
を図ることを目標に活動して
いきます。2025年度は、
次の活動を行っていきます。

①「SCみまき」活動内容の
PR
以前より会の活動内容を、
インターネットを利用した
「ブログ」で発信してしまし
た。本年も引き続き発信して
いきます。ブログの参照数を
増やす取り組みとして、有効
な健康情報の提供、タイム
リーな農園情報の提供を行っ
ていきます。
また、グラウンド・ゴルフ、
ペタンクの体験会を実施し
ます。

②健康づくりの推進
・体力測定活動の推進
・体力測定値に関する理解の
推進

各大会の中で、手軽に実施で
きる種目について、体力測定
の試行を行います。
・重点テーマ「口腔ケア」に
関する健康講座の開催と関連
情報の発信を行います。

③50周年記念式典の準備
SCみまきは、来年度(令
和8年度)に50周年を迎え
ます。
6月に記念式典を予定して
おり、将来のSCみまきの運
営にプラスになるような記念
式典の実施に向けた準備活動
を行います。なお、50周年記
念誌の具体的な内容の検討
は、ほぼ完了しています。

以上の活動にあたり、会員
の皆様方のご協力をよろしく
お願いします。

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

お任せください

句集・記念誌・自分史
「パソコン苦手」でもOK!

「1冊から作成」まずはご相談を!

TEL 092-292-6538

株式会社 ニチコミ

春
潮
第一集



株式会社 **SRK**

遠賀郡水巻町吉田南1丁目4-22

TEL.093-203-5005

浄土真宗 本願寺派

恵光山 信行寺

遠賀郡水巻町二東3丁目20番24号

電話 (093)201-3446

水巻町老人クラブ連合会指定斎場

JA北九

斎場 **やまらぎ会館**

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

コバケン

一級建築士 一級建築施工管理技士 監理技術者

遠賀郡水巻町二西2丁目10番22号

TEL/FAX 093-287-5354



男性料理教室

室を開催しました。

男性7名が参加し、女性部6名の応援および石尾先生の指導のもと3班に分かれて慣れない包丁さばきで材料を切り、①コーストビーフ②蓮根とひじきのサラダ③大根とウインナーの生姜スープ④里芋のごま和えの調理に挑戦しました。

はじめは少々緊張気味でしたが、何とか出来上がった料理を盛り付け、テーブルに並べて先生を交えてみんなで試食しました。予想以上の料理の出来栄に、感想を述べながらおいしくいただき、後片付けをして「腹いっぱいのお腹」をさすりながら散会しました。

【単位クラブ料理教室】

令和7年2月10日（月）猪熊公民館で料理教室を開催しました。

参加者40名（お手伝い5名、女性部2名）と多くの参加者でにぎやかな料理教室になりました。ツナ寿司、白和え、ささみ



歌声教室

のすまし汁、黒糖蒸しパンの4品の調理に挑戦しました。調理の後、楽しく食事会（試食）をしました。

【第1回歌声教室】

令和7年5月8日（木）サクラほーるで第1回歌声教室（ボケ防止）を開催しました。参加者37名（男性2名）と通常より少し少なめでしたが、宮田先生のユニークなトークに翻弄されながらも楽しい時間を過ごすことができました。脳トレ、歌謡曲・童謡と曲に合わせて指ふりをしながら歌うが、曲と指がついていない。

特に童謡「鬼のパンツ」を手指を動かしながら歌うという「記憶のトレーニング」を行いました。ボケを防止するには、歌を唄う・笑う・お喋りすることが大事で、すぐに忘れること。肺を鍛えるのはお腹から笑うこと、お喋りはお腹からするとよいということでした。

次回、10月8日に開催予定です。多くの参加お待ち

しています。

【ネットワーク研修会】

令和7年6月23日（月）サクラほーるで47名参加のもと開催しました。

各単位老人クラブより2名（支援活動員）が参加し、村井副会長（女性部長）、樋口（幸）（女性部員）が講師となり、支援活動の内容や記録書の記入方法について説明を受けました。

これら高齢者ネットワーク推進事業（愛の一声・友愛訪問）は高齢者が互いに助け合い・支え合う地域社会を確立するため、高齢者相互支援事業を充実させ、高齢者福祉の向上を図ることを目的としています。

なお、この事業は県老連助成金の対象になっています。ネットワーク講習会終了後、折尾警察署職員による「高齢者の交通安全」等についての講話がありました。

今年度

初めて収穫した「インゲン豆」の販売を行いました。

ネットワーク研修会



ネットワーク研修会

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

「第21回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催 シニア川柳作品募集中

【お題】
未来

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)

募集期間：2025年7月1日～9月30日まで

受賞作品発表：2025年10月下旬予定

まずはクリック!



川柳 ニチコミ

検索



健康講座(若手部主催)

尿漏れ予防について

令和7年1月29日(水)にサクラホールで健康講座を開催しました。

若手部では「腰痛」をテーマに活動を行っています。今回は高齢者に関係深い「尿漏れ予防」について、八幡病院泌尿器科より渡邊周貴先生を講師にお招きして行いました。

参加者61名と多くの方が聴講され、先生のユニークなトークを交え面白おかしく楽しい時間をすごすことができました。

県老連主催筑豊地区単位クラブ新任会長研修会

地道な声掛けが未来をつくる

令和7年6月18日(水)飯塚市穂波町交流センターで筑豊地区新任会長研修会が開催されました。水巻町老連から、岡田和之さん(ふれあい会)及び小田尚徳(おしん)が出席し、4時間にわたる研修を受講しました。午前中、県主任主事による「高齢者福祉について」と県老連事務局長による「老人クラブの現状と課題について」の説明がありました。

会員以外の未加入者にも情報

尿漏れのパターンは、①トイレに間に合わない②重いものを持つたり笑ったりしたときに漏れる③常に漏れているの3パターンがあります。

尿漏れを予防するためには「骨盤底筋体操」(①リラックスする②背筋を伸ばす③骨盤底筋を締める(肛門の収縮)5秒間締めたままにする④ゆっくり力を抜く)を毎日行うことが大事だということでした。

最後に荒谷会長の謝辞で講習会は終了しました。講習会終了後、個別相談が数件あり、非常にためになった講習会でした。

発信する(老人クラブは、何をしているかわからない)。

そのためには、「地道な声掛け」「未加入者への体験型事業」「未加入者への広報」など会員増強については、参考になりました。

また、後継リーダーの育成は大きな課題です。65歳から75歳の年齢層への勧誘・育成を積極的にする必要があります。午後からは岡垣町寿会連合会と小竹老連から単位クラブの現状と取り組み事例についての報告があり、質疑応答後研修会が閉会されました。



第2回囲碁・将棋大会(R7.2.7)

静けさの中に熱気あり

令和7年2月7日(金)サクラホールにて開催しました。

当日は、近年にない大雪で欠席者も多く囲碁の部4名、将棋の部9名と少ない参加者で、囲碁の部1ブロック・将棋の部2ブロックの大会となりました。参加者は少なめでしたが、知恵をめぐらせ静かな対戦が繰り広げられました。ここ数年参加者が少なく、事務局でも参加者を集めるのに苦労をしています。

囲碁・将棋はランク別にブロックを分けていますので、初心者の方でも安心して対戦できます。みんな大会を盛り上げましょう。

なお、大会優勝者は次のとおりです。



第2回囲碁・将棋大会結果【敬称略】

【囲碁の部】

ブロック	氏名	クラブ名
A	富松 裕治	つばさの会

【将棋の部】

ブロック	氏名	クラブ名
A	小林 敏行	宮尾台シニアの会
B	民木 悦雄	浮島会

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

お味噌汁に
かけるだけ!



カラダに大切な
たんぱく質の一種
コラーゲンを
手軽に摂取!

Nestlé®
HealthScience



入賞者の皆さん

当日は107名が参加し、大いに盛り上がりを見せました。

第2回ワナゲ大会(R7.1.22)

和気あいあいと競技

令和7年2月26日(水)に開催しました。

心配された寒波も去り、和気あいあいの大会になりました。

前回より20名ほど参加者が減ったものの88名の参加で、7つのブロックに分かれて競技を行いました。

ル、マナーも徹底され、競技はスムーズに行われ、受付から大会終了まで2時間弱と最短時間の大会でした。

競技は、



入賞者の皆さん



第2回ダーツ大会結果【敬称略】

順位	氏名	クラブ名	得点
優勝	松田 貢二	みずほ福寿会	291
2位	隼田 誠	宮尾台シニアの会	242
3位	樋口知恵子	高松クラブ	239
4位	佐藤サツキ	高松クラブ	236
5位	石川千代子	川瀬会	235
6位	木村 幸子	宮尾台シニアの会	235
7位	富松 裕治	つばさの会	234
8位	大垣 久雄	鷹見シニアクラブ	226
9位	鬼塚 憲二	シニア倶楽部 Ohana	225
10位	高瀬 一幸	なごみ会	222

順位	氏名	クラブ名	得点
2	飯田 康弘	ときわ会	194
3	丸井 紘昭	ふれあい会	211

真剣に狙いを定めて矢を投じているのですがボードに届かず床に落ちたり、得点の枠外に刺さったりと、笑いの連続でした。今回入賞者は大幅に入れ替わり、女性の健闘が目立ちました。

なお、大会結果は次のとおりです。

第2回ワナゲ大会結果【敬称略】

順位	氏名	クラブ名	得点
優勝	河野 治	千寿会	543
2位	田代 康文	みずほ福寿会	423
3位	須崎 一	宮尾台シニアの会	421
4位	松田伊三男	みずほ福寿会	398
5位	飯田 康弘	ときわ会	369
6位	松田 倫子	みずほ福寿会	361
7位	西原 廣行	ふれあい会	348
8位	河野千代子	千寿会	330
9位	宿里 秀俊	シニア倶楽部 Ohana	312
10位	桑波田和美	宮尾台シニアの会	300

順位	氏名	クラブ名	得点
2	和田 貞子	みずほ福寿会	294
4	青木 幸雄	千寿会	253
10	石川千代子	川瀬会	214



入賞者の皆さん

令和7年6月27日(金) 町民体育館で開催しました。

参加者104名が熱戦を繰り広げました。蒸し暑い日でしたが、開扉から入る風が心地よく楽しい大会になりました。

今回の大会では、2年ぶりに89歳の和田貞子さん(みずほ)

第1回ワナゲ大会(R7.6.27)

暑さに負けず、熱い戦い

福寿会がみごとに「パーフェクト賞」を達成しました。

和気あいあいの中、熱中症になる人も出ず大会を終了しました。



入賞者の皆さん

第1回ペタンク大会(R7.5.28)

秋の郡大会へ4チームが出場

令和7年5月28日(水) 総合運動公園でペタンク大会を開催しました。

75人の参加を得て、13クラブ20チームが参加しました。

初参加でペタンクのボールを初めて手にされた方も見受けられましたが、競技の楽しさを実感したようです。

審判制への理解も浸透し競技の進行がスムーズになってきたようです。

曇り空でありましたが体調の不調をきたした方があり、体調管理につ

第1回ワナゲ大会結果【敬称略】

順位	氏名	クラブ名	得点
優勝	和田 貞子	みずほ福寿会	582
2位	西原 廣行	ふれあい会	462
3位	須崎 一	宮尾台シニアの会	457
4位	河野 治	千寿会	430
5位	樋口 幸代	高松クラブ	429
6位	松田 倫子	みずほ福寿会	400
7位	松田伊三男	みずほ福寿会	398
8位	宿里 秀俊	シニア倶楽部 Ohana	360
9位	松本憲之助	シニア倶楽部 Ohana	353
10位	福山 寛子	砧会	310

順位	氏名	クラブ名	得点
5	新町 長文	ときわ会	243
6	岡田 和之	ふれあい会	279



ペタンク大会結果

順位	クラブ名	勝点	総得点	得失点
優勝	シニア倶楽部 OhanaA	3	28	+13
準優勝	宮尾台シニアの会 A	3	18	+12
第3位	宮尾台シニアの会 B	2.5	21	+7
第4位	みずほ福寿会 B	2	23	+11

いて注視していく必要を感じた次第であり、今後の大会に活かしていきます。

結果は別表のとおり4チームが秋の郡大会(10月28日遠賀町グラウンド)に出場となりました。

健闘を期待します。

なお、最高齢者賞は男性では、益田健一さん(高尾コスモス)、女性では新田香さん(机シニア会)が受賞しました。

皆さんの作品を掲載します

みんなの投稿広場



私の趣味

のぞみ会 岡田 洋

退職後、何か趣味の一つでもと思つて20年前に始めたのが水彩画です。

当時、中央公民館では「はつらつ塾」として幾つもの教室がありました。

どれも魅力がありましたが、美しい絵が自分にも描けるならと水彩画に決めました。

水巻町の画家・佐藤幸乃先生が講師で、絵の基本から技法までご指導をいただいています。同じものをみんなでも描いても絵は全く違うものになります。先生は個性に応じた指導をしていただきます。

絵は「風景、人物、静物」に分けられますがそれぞれ描き方に違いが



水巻神社(水巻町) (水彩画)

あり得手不得手や好き嫌いも出てきます。先生はバランスよく順番に指導されています。

「塾」は令和4年度で終わり、以降

は「同好会」として継続しています。新会員も毎年入会されていて、それぞれ自分の絵を描いて楽しんでいます。

お手柄

81歳の母と娘が連携

SNS詐欺阻止

82歳女性の「ネット交流サービス(SNS)」型投資詐欺被害を未然に防いだとして、折尾署は水巻町の藏戸智子さん(鷹見シニアクラブ)と娘さん(鞍手町在住)の母娘に感謝状を贈呈しました。親子の連携プレーで、同世代となる高齢者の被害を防いだ藏戸さんは「被害を防げて良かった」と笑顔をみせたそうです。(毎日新聞一部抜粋)



毎日新聞より掲載

ぼうぼう 茫々の70年

青梅会 合戸 博治

昭和27年7月、七夕の日に筑後平野に点在するある小学校で事件が起きました。

それぞれの想い

おもいやりの会 大谷 明美

朝 雨戸を開けると 春の雨が静に降っています

今 思えばお正月には皆集まってくれて 嬉しかった

私の一族20名元気に集合しました

今 私にできることはこれから先

も 家族皆元気で暮らせるように

お祈りすることです

お互いに思いやりが少ないと

思った事もありましたが 話合う

ことで解決し 心の安らぎを得る

事が出来ました

庭先には枝垂れ梅が咲き濡れています

ですが 私の心は晴れています

思えば 優しさ 寂しさ 楽しさ

の人生の中で 色々あるけれど

ひ孫ができて嬉しかった

子が親になり 子から孫へ 孫か

ら 又 次の子へと 命の絆が育

まれていく

私は今年八一歳 中学校の同窓会があるので楽しみです

私たち5年生同士17名が学校を大脱走したのです。その頃、私たちは肥前(佐賀征伐で頭が二杯でした。筑後川が急に湾曲し、生じた三日月湖が戦場で、水辺に「柳の砦」を築いていました。

対岸の肥前のガキどもと同じよ

身体の弱い私は貧血に ならない様にと自分を励ましています

いつまでも元気でいたい 病氣しない様に 長生きしましょうと

心から願うばかりです

どうか元気で皆さんに会えます様に

出来れば今年も博多座へ行きたい

し 交流旅行にもいきたい

転ばないように健康体操も続けよう

う

う

う

う

春しぐれから忘れ雪に

差し伸べた掌に忘れ雪が次々と

消えては降り注ぐ

春の日差しは

もつすぐそこに・・・

令和7年3月の例会は、会員の方に短冊を配り、それぞれの想いをひと言メッセージ風に書いていただき、それを一編の創作詩としてまとめて朗読させていただきました。(連作詩)

うな砦を築いていました。夏休みに入る前に補強する計画で学校に行く暇(?)はなかったのです。

夏休みに入ると「肥前征伐」「筑後征伐」と叫び合い合戦が始まります。「お前の姉ちゃんフスデベン」などとのしり合い、後は投石合戦と

お詫び

みまき第29号のダーツ大会の結果表で川瀬会の松永秀記さんの名前を誤って永松秀記さんと掲載しましたこととお詫びいたします。誠に申し訳ありませんでした。

なりますが、両軍とも不思議と投石の的は少しずつズレていました。合戦に疲れるどころどころもなく「休戦すこ」

戦いすんで、夕焼けの中を意気揚々と家路をたどるのでした。

自転車で私たちを探しに来られた城後先生に「カバヤのキャラメル買ってくれたら降参する」と強要まんまとせしめました。ここまでウハウハでしたが、学校に帰ると地獄全員校長室に立たされ、中村校長先生から「ギャフン、ギャフン」といわされました。数日して、母のもとに父兄会の知らせがきました。母「何かあったか私、知らんばい」。父兄会から帰ってきた母は、私を呼びつけるや否や、一閃の平手打ち、肥前征伐の英雄は宙に舞っていました。

時は流れ、17名の大脱走同窓生は、城後先生・原先生・増尾先生のご冥福を祈り、黙とうを捧げ「せんせえい、あん時は本当にすんまつせんでした」と叫び、閉会の言葉としました。

会員文芸

俳句

七夕や墨痕太き男文字

鷹見シニアクラブ 及川 百々代

十字架の形の島や糸蜻蛉

鷹見シニアクラブ 渡邊 午水

外れたるダーツの一矢晩夏光

鷹見シニアクラブ 渡邊 せろり

春霞み挨拶交わす河川敷

みずほ福寿会 松尾 高林

川柳

今年からエール送って見る田植え

票田は面積よりも数重視

断捨離の夕日が海に撒く小判

のぞみ会 岡田 洋

大谷の打席来るまで他のテレビ

みずほ福寿会 松尾 高林

短歌

空襲の語り部務む今生きて

希望は一つ穏やかな日々

みずほ福寿会 松尾 高林

たのしみは今日図書館明日畑

自由気ままな老いの日々かな

たのしみはたんぼぼわたげ

とばし合い友達できた孫の笑顔よ

青梅会 合戸 博治

詩

里の四季

作詞 松尾 高林

みずほ福寿会

松尾 高林

春です、ね、菜の花が

風に揺れている

ヒバリさえざる霞の空

カエルの合唱

田植えの頃は

もう夜は

蛍の明かりです

夏です、ね、ひまわりが

風に揺れている

ツバメ飛びかう田んぼの上

クマゼミ鳴き声

静まる頃は

もう夜は

コオロギの音色です

秋です、ね、コスモスが

風に揺れている

メジロついばむモチの木の実

紅色に染めた

木の葉散る頃は

もう夜は

木枯らしのうねりです

冬です、ね、水仙が

風に揺れている

ツグミの群れは森に憩い

雪かぶる木の芽

膨らむ頃は

もう夜は

春の匂いです

「みまき第31号」(令和8年2月発行)

原稿募集

クラブ活動紹介、旅行記、随筆などジャンルは問いません(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。

締切: 令和7年12月19日(金)

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

机校区

映画鑑賞会を開催！

つばさの会 富松 裕治

机校区支部では新しい試みとして、令和7年2月15日(土)に、緑ヶ丘公民館で「映画鑑賞会」を開催しました。中間市出身の高倉健が熱演する「ぼっぼや(鉄道員)」の映画を鑑賞しました。参加人数は22名でした。

皆さん、鉄道一筋に生きる主人公を演じる高倉健の演技に見入っていました。

映画は1時間52分と長いために、途中に休憩時間を設けました。

映画鑑賞後はグループ分けをして、飲み物を飲み、お菓子を食べながらの「おしゃべり会」を実施しました。映画と共にこのおしゃべり会が好評でした。



猪熊校区

ペタンク大会

鷹見シニアクラブ 大垣 久雄

令和7年3月28日(金)猪熊公民館において、令和6年度第2回の交流会を開催しました。参加者は前回よりも1クラブ少なくなったため26名になりました。チーム編成は抽選で8チームの混成で本来の親睦を深める大会になりました。

A、Bパートともに1点差の混戦となり、大いに盛り上がりました。

来年度は、スポレク以外の交流会も実施することを申し合わせて終了しました。

老人クラブ
共同主催

健康マージャン大会

鷹見シニアクラブ 大垣 久雄

公民館、老人クラブ共同主催で令和7年5月29日(木)猪熊公民館において、第1回交流大会を開催しました。男性20名、女性12名(オープン参加)

計32名が集い親睦を図りました。大会は得点順に4名1組の入れ替え3回戦トータルで戦いました。実力伯仲の接戦を制して、優勝は近藤真利さん(鷹見シニアクラブ)第2位志岐格さん(ふれあい会)、第3位井上澄さん(ふれあい会)、敢闘賞は須崎志津子さん(宮尾台シニアの会)がそれぞれ入賞しました。

マージャンは約1千年前中国で発祥、日本には明治42、43年ころ日本人が持ち帰り、当時の文士(作家)の間で流行したそうです。ここ10年来、健康マージャンとして高齢者施設や公民館活動の一環として脳の活性化、コミュニケーション向上に有効なゲームとして取り入れられています。ゲームを通じて特に集中力、思考力の向上、会話が Sosyal フレイル(引きこもり)の防止に期待できると思います。健康マージャンはマナー最優先が必須条件として飲酒、禁煙、賭けの負のイメージを徹底的に排除しています。

興味のある方はチャレンジしてはいかがでしょうか。



編集後記

暑い日が続いております。会員の皆様はいかがお過ごしでしょうか。「みまき第30号」をお届けいたします。

今号も、暑さに負けない、会員の皆さまの元気なお姿や地域での活動の様子をお届けすることができ、編集部一同、うれしく思っております。これからも、皆様のご活躍をお届けできる広報紙を目指してまいります。

まだまだ暑さは続きますので、どうぞお身体に気をつけてお過ごしください。

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、会員が豊かに暮らせる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

外 科 (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

N ニチコミ

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ



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

水巻町末南 1-32-1

※移転しました(旧レッドキャバツあと)

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メートルから湧きた源泉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3分 ☎093-203-1126