

# すこやか 久留米



水天宮からの筑後川の風景

【発行】久留米市老人クラブ連合会

久留米市長門石1-1-32 久留米市総合福祉会館2階  
TEL 0942-39-1550 FAX 0942-36-6022

編集・制作 株式会社ニチコミ

福岡市博多区博多駅前 3-9-1 大賀博多駅前ビル2階 TEL092-292-6538 <http://www.nichicomri.com>



## 高浜虚子が詠む 美しい自然

瀬下町にある水天宮の本殿近くには、明治時代の俳人「高浜虚子」が水天宮の境内から見える筑後川の清流を眺めながら詠んだ句が刻まれた句碑が建立されています。

高浜虚子  
小春風  
氏子や  
この神の  
汝も



水天宮にある句碑

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

クッキング Mate

久留米市上津町1203-1  
TEL 0942-27-5750

社会医療法人 天神会  
KOGA 古賀病院グループ

高齢者総合福祉施設  
こがケアアベニュー  
久留米市宮ノ陣4-30-10  
0942-38-2525

介護老人保健施設  
こが21  
久留米市宮ノ陣3-3-9  
0942-38-3386

ケアプランサービス ●訪問介護 ●訪問看護 ●老健  
デイサービス ●通所リハビリ ●在宅型有料老人ホーム等  
■新古賀病院 ■古賀病院21 ■新古賀クリニック

医療法人 布仁会  
介護老人保健施設  
グループホーム  
デイサービスセンター  
村岡外科医院

久留米市東櫛原町1356 TEL0942-30-0100

がんの専門治療病院として、がんの予防治療・緩和ケアまで総合的に支援します

医療法人 松風(かぜ)  
内藤病院  
久留米市西町1169-1 ☎0942-32-1212

施設内プールを用いた運動保健指導や通所リハビリテーションも行っていきます  
内藤クリニック ☎0942-39-7711  
クリニック・保健予防活動センター(医療法第42条施設)

医療法人社団 堀川会 <http://www.horikawa.or.jp>

外科・内科・心療内科・精神科・精神科クリニック・内科  
**堀川病院**

(福岡6-55 新打バス停徒歩川南橋) ☎0942-38-1200(代表)

本館建築 スパビレッジ・ホリカワ  
西鉄花畑駅より徒歩5分 ☎0942-31-3600  
ホリカワ訪問看護ステーション  
スパビレッジ介護センター  
ホリカワ相談支援センター  
久留米市西町636番地  
介護老人保健施設 サンダイヤル ☎0942-31-1255

医療法人 日新会  
160床の医療養老型病院  
**久留米記念病院**

内科・胃腸内科・呼吸器内科  
循環器内科・外科・整形外科  
リハビリテーション科・放射線科

久留米市東合川8丁目8番22号  
電話 0942-45-1811 FAX 0942-45-2765

すめや歯科  
訪問歯科診療も行っております  
朝8:30から診療

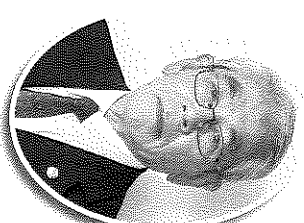
通町4-11  
ハヤシ石油さんとなり ☎46-2218

さねよし  
**実吉眼科医院**  
日帰り白内障手術  
水曜午後休診

岩田屋ヨコ TEL37-3111



会長おじさん！就任2期目を迎えて！



久留米市老人クラブ連合会  
会長 松柴 磐

「恩送り」と老人クラブ

作家の故井上ひさし先生のお話ですが、井上先生が少年の頃、本屋さんで辞書を万引きしようとしたら店のおばさんに見つかってさうです。

そして、店のおばさんから裏庭に連れていかれ、

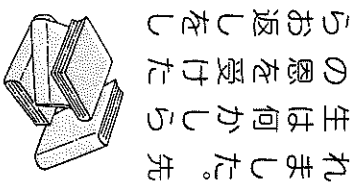
新割りをさせられたそうです。

「恩送り」は、恩を受けただ人に直接返す「恩返し」とは区別されています。

人から受けた恩を直接相手に返すのではなく、あえて別の人に返し、そして、その人がまた別の人がぐるぐると回り続ける

ことが感謝の輪である「恩送り」です。

かなり前に読んだ新聞記事に鳥取県の道路で数台の車が大雪の影響で立ち往生し、多くの人が

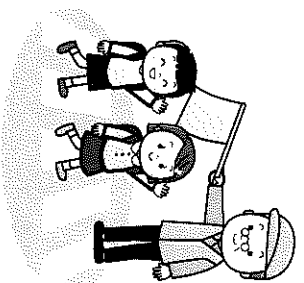


車中で寒い夜を明かさないければならなかったというニュースがありました。そのような過酷な状況の中、沿道にお住まいの方々が皆さんへ温かい食べ物や差し入れしてくれたり、自宅のトイレを提供してくれたりしたそうです。そして「何か困ったことはないか」など親身に声をかけたりは運転手さんたちを勇気づけてあげたそうです。これを読んで私は「恩送り」のことをふと思いつきました。

地域のために私たちができること

さて、私たち老人クラブ会員も頃頃から黄色いジャンパーを着て、雪の日も寒い日も、そして雨や雪の日も、子どもたちの交通安全のため横断歩道の見守り活動をしています。

私たちが働き盛りの頃もおばあちゃんに自分たちのおじいちゃんも近所のおじいちゃんとおばあちゃんを見守りつづけています。東京に



私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

小柳歯科医院

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

久留米市南2-5-13  
TEL 0942-22-8818

岡部医院

整形外科・内科・皮膚科  
リハビリテーション科  
荒木町荒木1318(高良台)  
☎0942-27-0185

はまの里

アール・アホーム  
城島町浜 226-2  
アール・アホーム  
城島町上青木 262  
アール・アホーム  
荒木町荒木 1972-18

有限会社 ベストライフ  
久留米市城島町城島289-1 TEL.0942-62-3519

安本病院

日本医療機能評価機構認定病院  
医療法人 日雪会  
内科・外科・消化器内科・呼吸器内科・人工透析内科  
リハビリテーション科  
久留米市三瀬町玉満2371 ☎0942-64-2032  
URL: /yasumoto.or.jp

松枝医院

内科・小児科・アレルギー科・リウマチ科  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○  
14:00~18:00 ○ ○ ○ ○ ○ まで

荒木町下荒木9-1 ☎26-1453

さくら歯科

訪問歯科診療行っています  
【訪問専用TEL】(0942)37-0667  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
平日...午前9:00~午後7:00(昼休み:1:30~3:00)  
土曜日...午前9:00~午後5:00(昼休み:1:00~2:00)  
休診日...木曜日・日曜日・祝日

久留米市東町28-1  
☎(0942)39-7435

安達医院

内科/腎臓内科/透析内科  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●  
14:00~18:00 ● ● ● ● ● ●  
休診日/日曜・祝日  
☎0942-27-5312  
久留米市西町921-14  
http://www.kidney-adachi.jp/

高血圧予防

食事のヒント  
ポイント  
1. だしを効かせる  
2. 香りを利用する  
3. 酸味を利用する  
4. 油を利用する  
5. 食材本来の持ち味を生かす

# 令和4年度 久留米市老人クラブ連合会 役員・理事一覧

役職	氏名	連合会
会長	松栄 馨	御井
副会長	堤 英生 豊福 悦子 宇野 恵 永田 進 小西 敏博	大善寺 山川 高良内 南 薫 田主丸
代表理事	内田 重義 野口 豊年 緒方 士郎 三原 勝 池上 浩平 梅野 忠 堤 忠羨 重松 正康 広津 猛 中村 昌明 笠 徳男 藤本 徳章 神代 孝男 山之内 修 佐々木 秀敏 今村 隆 馬場 弘典 川下 武敏 堤 正昭 高木 友三郎 亀山 繁世 石橋 清一 林 勝利 後藤 正義 緒方 隆寛 林 廣司 寺崎 敦子 高木 勇 平尾 光位	北野 野島 城島 三西国分 庄島 日吉 篠山 京町 鳥飼 長門石 小森野丸 金東国分 南川 合川 上津 宮陣 山本 草野 安武 荒木 善導寺橋 大青峰 津福 大善寺 島嶺
理事		
監事		



【市長あいさつ】

久留米市長

原口 新五

## 安心・安全で活力にあふれた、 誰もが生き生き生活・活躍できる 共生のまちを目指して

このたび皆様のご支援により、第21代久留米市長に就任いたしました原口新五でございます。日頃より、老人クラブ会員の皆様におかれましては、福祉行政の推進にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。市内の老人クラブにおかれましては、活動時の手指消毒、マスクの着用などにご協力をお願いいたします。

また、新型コロナウイルス感染症の感染の波に警戒しながら、東京オリンピック・パラリンピックが開催されるなど、コロナ禍においても、感梁拡大的防止の工夫をしながら様々な新たな取り組みが推進されてまいりました。

今後の市政運営において「人」を育て、支えることを大切にしながら、「街を伸ばし、暮らしを守る」取組を進めていくことが何より重要であると考えております。「安心して安全で活力にあふれた、誰もが生き生き生活・活躍できる共生のまち」の実現に向

けて、様々な施策に取り組みでまいります。そのなかで、老人クラブ活動がより活発になり、会員の皆様が生き生きと活躍できるよう、老人クラブの活性化や会員の加入促進について、最大限の支援に努めてまいりたいと考えておりますので、ご協力のごほうじをお願い申し上げます。

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援していきます

**もとむら歯科医院**  
久留米市野中町147-1大石ビル2F  
☎0942-43-8241

診療時間	午前	午後	休診日
月・火	9:30~13:00 14:30~19:00	14:30~19:00	日曜・祝日
水	9:00~13:00 16:00~19:00	16:00~19:00	【急 診】
木	10:00~13:00 14:30~19:00	午後11:20:00まで	午前11:30まで
金	9:00~13:00 14:30~19:00	午後11:30まで	午後11:30まで
土	9:00~13:00		

http://www.motomurashika.com/

**社会福祉法人 屏山福祉会**  
特別養護老人ホーム **山翠園**  
ケアプラン・入浴・排泄・食事等の介護・機能訓練など  
きめ細かなサービスで安心な生活を  
施設見学随時受付中

TEL 0942-47-4768  
FAX 0942-47-4824  
久留米市山本町耳納 2005

**つやま歯科・口腔外科医院**  
久留米市藤山町745-4  
TEL.0942-65-9082

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

http://www.tsuyama-oral.com/

**名取歯科医院**  
久留米市小森野 4-10-10  
TEL.0942-33-5236

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

https://natorident.com/

**内科・消化器科・循環器科  
医 薬 人 俣野内科医院**  
院長 俣野 淳

診療時間 = 休診日 =  
AM9:00~PM6:00 日曜日・祝祭日  
休診PM12:30~PM2:30 水曜日午後

久留米市梅満町1296 ☎32-5710

**ライフ訪問看護  
リハビリテーション**  
24時間連絡が取れる体制があり、  
夜間の緊急時もお任せします。  
療法士等による専門的な  
リハビリテーションをお届けします。  
お問い合わせ ☎0942-65-7733  
受付時間8:30~17:30

**すみたくリニックス**  
内科・胃腸科・呼吸器科・アレルギー科

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

休診日/日曜、祭日  
久留米市安武町 安武本 1646 (0942) 51-3333

**むたほとめきクリニック**  
呼吸器疾患 / 消化器疾患 / 外傷治療 / 在宅支援診療  
久留米市諏訪野町 2363-1  
☎0942-46-0909

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00	●	●	●	●	●	●
午後 15:00~18:00	●	●	●	●	●	●

(休診日) 木曜 & 土曜午後 / 日曜・祝日







松栄会長あいさつ

# 3年ぶり総会開催 ウイズコロナ下での活動を

5月13日(金)、令和4年度定期総会を久留米シテイプラザにて3年ぶりに開催し、久留米市老連の新年度の方針を決定しました。

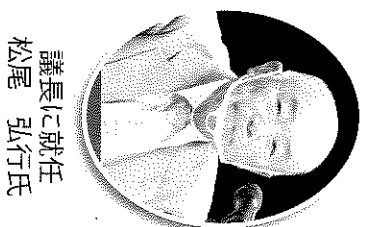
当日は多数の来賓がご臨席のもと、委任状を言わ220名が出席されました。

また、松栄会長のあいさつでは「昨年度は多くの行事がコロナの影響で中止や延期となりましたが、今年度はウイズコロナとしてコロナ



すべての議案が承認されました

## ～議事の様子～ 新年度の方針決定



議長に就任  
松尾 弘行氏

引き続き議事に入り、議長に大善寺校区老連の松尾弘行氏が選出され、令和3年度度事業報告、収支決算報告および監査報告、令和4年度事業計画(案)および収支予算(案)、会則の改正、役員選任について審議し、全て可決承認されました。

とともに活動を継続していきたいと思えます」と工夫を重ね活動を維持し、クラブ活性化を目指す」と述べられました。

令和4年度 久留米市老連総会開催

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

### 重富外科医院

久留米市梅満町1258-3  
TEL 0942-32-0707

### 丸田皮膚科医院

津福今町276-8  
TEL 38-1252

医療法人 **みつい医院**

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

休診/水曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日  
久留米市安武町安武本2927-5  
TEL(0942)27-9966

歯科 小児歯科 口腔外科  
**さやの木歯科**

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

※休診日/日曜日、祝日  
安武町住吉468-1 TEL 26-1336

### みづま観光バス

社内・家族 町内会・老人クラブ・各種送迎・冠婚葬祭などバスのご利用はお気軽にご利用ください

本社 久留米市三浦町原田487-4  
TEL(0942)65-0993 FAX(0942)65-0992  
佐賀営業所 神埼市千代田町渡瀬2324-1  
TEL(0952)34-6605 FAX(0952)34-6606

### 久留米自動車学校

〒830-0052 久留米市上津町2192  
TEL 0942-22-1236 (代)

### 晴家

毎日が晴れ晴れとした笑顔で過ごせますよう、お手伝いさせていただきます。

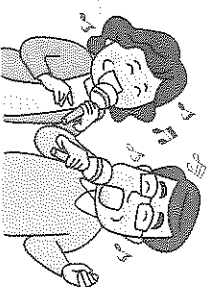
久留米市北野町高良2168-1  
TEL(0942)23-1788 FAX(0942)23-1789

◆住宅型有料老人ホーム  
◆サービス付き高齢者向け住宅  
◆グループホーム  
◆看護小規模多機能型居宅介護  
◆小規模多機能型居宅介護

いちようの杜グループ(関連事業)  
久留米市山川町326  
TEL 0942-41-1822

### 令和3年度 役員研修会

# ナーミングよりも 活動自体の魅力を高めよう!!



## 実践から学ぶ会員増強の秘訣

3月15日(火)、役員研修会をホテルニューラザ「舞鶴の間」にて開催し62名が参加しました。  
この研修会は、例年1泊2日で視察も兼ねて行っていますが、今回は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、市内で行う短時間の研修会に切り替えました。

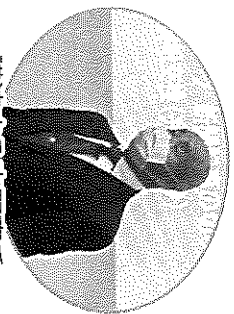
講師は、中止したリーダー研修会で講演予定だった高良内校区老連の宇野会長と、同じく高良内校区老連の横馬場老人クラブの吉田会長より「魅力ある老人クラブと会員増強の実践例」についてお話しいただきました。会員増強は、どのクラブにとっても深刻な課題であるため、関心の高いテーマについて考える約2時間の研修会は大変有意義な時間となりました。



### 校区老人クラブ連合会の活動について ～見えない縦糸と横糸～

高良内校区老人クラブ連合会 会長 宇野 恵

宇野会長からは、現在「会員が増えない理由」「活動上の問題点」について丁寧に分かりやすく説明があり、それらをふまえて現在の活動紹介がありました。



講演する宇野恵氏

#### 【主な活動】

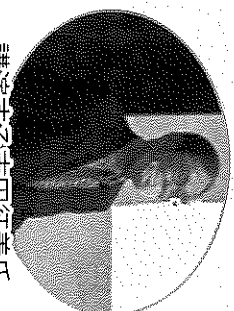
- ・芸能祭の開催
- ・カラオケ発表会 (年4回)
- ・通信カラオケの活用
- ・脳トレなど

今までの会長としての経験から、成果の出ない努力(募集活動)はいつばいあります。しかし、無駄な努力(募集活動)は一つもありません。また、魅力ある老人クラブ活動を目指し、日々努力を重ねることが重要だということをお話いただきました。

「魅力がない」との会員からの声に対して恐れず  
「魅力ある活動」をみんな考えていこう!

### 単位クラブの活動について

高良内校区老人クラブ連合会  
横馬場老人クラブ 会長 吉田 征義



講演する吉田征義氏

吉田会長からは、横馬場老人クラブが7年連続で会員増加を達成されたことについて、自ら分析した結果報告をしていただきました。

- ① 「抹消数」を超える「新規加入者の確保」が必要
- ② 「候補者リスト」を作成し、その活用を図る
- ③ 高齢者は増えている。新規会員は必ず周りにいる
- ④ 新規加入者との新たな活動ができる・仲間が増える

中でも「候補者リスト」の作成方法や新規加入者の加入経路の分析結果など、実践例をふんだんに用いて説明があり、大変分かりやすかったです。

お二人の貴重なお話に役員一同うなずく場面が多くあり、また質疑応答の時間では予定をかなりオーバーしたやり取りが行われていました。

今回の研修会で参考になったことや学んだことを生かして、これから老人クラブを引っ張っていくリーダーの皆さんが、魅力的な老人クラブづくりを実現されることを期待しています。

また5月には久留米市老人クラブ連合会の活動も開催していきます。



Exterior & Garden

街のお庭屋さん  
お庭のデザイン・施工・お手入れの会社です。

有限会社 シンセイ産業

代表取締役 酒見 英祐

久留米市瀬下町339番地

TEL.0942-34-8859

<https://shinsei-ex.com>

養育・遊育・共育

社会福祉法人 宮本福祉会

## わらしと保育園

久留米市荒木町下荒木1631-3

TEL.0942-26-2423

社会福祉法人 久留米遊育福祉会

## 晴明保育園

子どもたちと触れ合って  
みませんか? **保育士さん募集**

〒830-0038 久留米市西町871-1

TEL.0942-33-4434 FAX.0942-33-4464

☑ 晴明保育園 ☐ 検索

社会福祉法人 東合川福祉会

## 木の実保育園

KONOMI NURSERY SCHOOL

よく遊び、よく考え、笑顔ですこせき増殖づくり

久留米市東合川9丁目8番1号

TEL 0942-48-2818



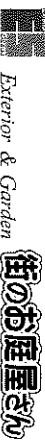
龍護山

## 千光寺

(あじさい寺)

禪 曹洞宗

霊園墓地 納骨堂 永代供養  
久留米市山本町豊田2287  
☎0942-44-1434



Exterior & Garden

街のお庭屋さん  
お庭のデザイン・施工・お手入れの会社です。

有限会社 シンセイ産業

代表取締役 酒見 英祐

久留米市瀬下町339番地

TEL.0942-34-8859

<https://shinsei-ex.com>



白蟻 白蟻退除・予防工事  
工事の集約・工事の相殺  
■床下防霉工事  
■防蟻工事

54年の実績

株式会社 衛専

久留米市御井町244  
TEL(代) 43-1213 FAX 43-1221  
久留米市御井町244  
TEL(代) 43-1213 FAX 43-1221

社会福祉法人 美希福祉会

## りんごの木保育園

久留米市荒木町荒木1313  
TEL 0942-26-7154

美希保育園  
久留米市安武町安武本1125  
TEL 0942-26-2960

## 大橋保育園

社会福祉法人 コスモス会

久留米市大橋町合築 85-1

TEL.0942-47-0258  
<http://www.oohashi-hoikuen.com>



京町は「豊なる愛の大河」阿蘇に源を発し有明海に注ぐ全長141<sup>キ</sup>の筑後川を擁し、坂東太郎（利根川）四国三郎（吉野川）とともに三天河川に数えられている。また、日本の水天宮の繪本社水天宮や、面壇の巨匠の坂本繁次郎の生家の武家屋敷も残っている。

京町には約1800年前の弥生時代の「速水遺構遺」や「京隈小路遺跡」そして通称「京隈山」の台地に約1500年前の「日輪寺遺跡」の前方後巴壇があり、京町は歴史と伝

## 歴史と伝統の町「京町」



統の町である。

### ①「京町の由来」

皇に仕える「按察使局伊勢」が供養のため法華経9万部を修めたので「経9万」がなまこて「経9万」となり「京の隈」に変わった。明治のはじめに「京町」に変わった。

### ②天歴5年（村上天皇時）52

年）長雨・台風・大水で難儀した時、性空上人の弟子である隆信お坊さんが法華経9千部誦経の願いを立て、背振の東方（七曲り峠）に入野川）とともに三天河川に数え

られている。また、日本の水天宮の繪本社水天宮や、面壇の巨匠の坂本繁次郎の生家の武家屋敷も残っている。

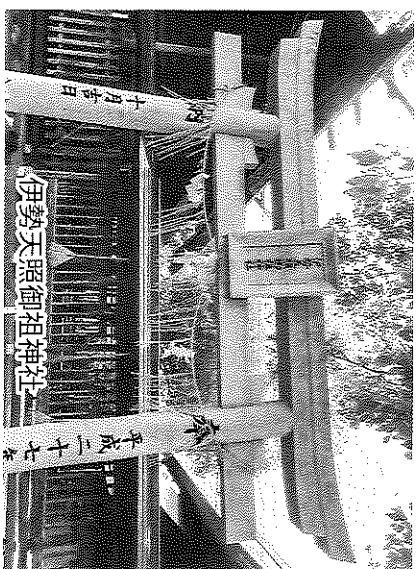
京町には約1800年前の弥生時代の「速水遺構遺」や「京隈小路遺跡」そして通称「京隈山」の台地に約1500年前の「日輪寺遺跡」の前方後巴壇があり、京町は歴史と伝

統の町である。皇に仕える「按察使局伊勢」が供養のため法華経9万部を修めたので「経9万」がなまこて「経9万」となり「京の隈」に変わった。

③昔ある人が66州に経1部づつ66部を収めて回り、久留米では西の端の小高い丘に埋めた。経を埋めた西の隈という意味で「経の隈」それが「京の隈」になり京町に変わった。

④巨勢入道の妻が法華経9万部を日輪寺で供養し、経9万部1経隈1京隈になつたといふ説がある。現在の京町校区は、約2400世帯、人口約7千人を数える九州の観光の玄関口と発展を遂げている。JR久留米駅西口の国道264号線は豆津橋

へとつながっている。



京町は「藩政期」は京の隈小路だったが、明治6年（150

年前）に京町と改称され、現在小学校を中心に栄えている。

明治22年（135年前）、久留米市市制施行時の町である大石町（伊勢天照御祖神社）に大石が祀られ、天慶7年（944）大石神社の鎮座地名は大石越前の守が伊勢神宮参拝の帰途五十鈴川の小石を持ち帰った。伊勢大御宮として祀った。伊勢大御宮として

⑤大石が祀られ、天慶7年（944）大石神社の鎮座地名は大石越前の守が伊勢神宮参拝の帰途五十鈴川の小石を持ち帰った。伊勢大御宮として祀った。伊勢大御宮として

⑥大石が祀られ、天慶7年（944）大石神社の鎮座地名は大石越前の守が伊勢神宮参拝の帰途五十鈴川の小石を持ち帰った。伊勢大御宮として祀った。伊勢大御宮として

⑦大石が祀られ、天慶7年（944）大石神社の鎮座地名は大石越前の守が伊勢神宮参拝の帰途五十鈴川の小石を持ち帰った。伊勢大御宮として祀った。伊勢大御宮として

⑧大石が祀られ、天慶7年（944）大石神社の鎮座地名は大石越前の守が伊勢神宮参拝の帰途五十鈴川の小石を持ち帰った。伊勢大御宮として祀った。伊勢大御宮として

日吉山王神社の「山」をとった。

### 梅瀬町は、神社のご紋の「梅」と天満宮の「満」をとった。

繩手町は、篠山城下の市街から瀬下までの道が「一畷」であせみちの意味である。そして篠山城の繩手に当たっている。軍事上重要な所だった。

年（1643年）瀬下に民家を移し藩の海軍根拠地となった。池町は、享保12年（1727

年）廃町となり細工町・米屋町・中央町が残った。寛文記に（1661年）「寛文元辛丑

現在、池町の起源となった。水天宮は壇ノ浦の戦いで多く

ずと消えた源平の悲劇にまつわるゆかりの神社である。水難除けの神威である九州に逃げ延びた安徳天皇は寿永3年（1184年）入水された。侍女「按察使局伊勢」は尼となり、千代と名乗り下野鷹の原で冥福を祈った。のちに尼御前社

を創立し、水天宮の前身である社に法華経9千部を誦経し供養した（経の隈に変わった）とする説もある）。水天宮は、安徳天皇、安徳天皇の生みの親「生母建礼門院」平二位尼、三韓征伐の折白鬼を組み伏せて、その白い角を折って持ち帰った白折角神社の「白」と

## 友野建設株式会社の活動の輪を拡大していく

久留米市水道指定工事店  
久留米市下水道指定工事店  
久留米市東櫛原町283  
TEL (0942)32-5410

株式会社  
坂田ガス住設

久留米市城島町江上本209-3  
TEL 0942-62-3235  
FAX 0942-62-3240

友野建設株式会社  
福岡県知事許可(特-29)第20818号

解体

一般土木工事業 重量物撤去工事業  
とび・土工事業 舗装工事業  
解体工事業  
水道施設工事業  
一般貨物業(ダンプ)

TEL 0942-27-2121  
久留米市荒木町荒木1348-2

筑後運送株式会社

代表取締役社長 仲 聡 陽

本社 久留米市京町5丁目191-3  
TEL 0942-35-1555

総合ビルメンテナンス  
明星ビルサービス 株式会社

久留米市藤光町 925-23  
TEL:0942-26-0767  
FAX:0942-26-0768

株式会社  
下川工業

一般土木工事 埋立造成工事 建造物解体工事  
重機工事 各種基礎工事 建築工事 造園工事

久留米市城島町江上本209-3  
TEL 0942-62-3235  
FAX 0942-62-3240

株式会社  
遠藤電設

福岡県知事許可(特-1)第91834号

久留米市大石町612-7  
TEL 0942-38-0790

株式会社  
福子建設 Fukushi

一般土木施工管理技士  
代表取締役 野 崎 喜代

久留米市荒木町白口 2076-1  
TEL(0942)27-1228

環境緑化・造園工事  
老木園

代表取締役 江上 尚紀

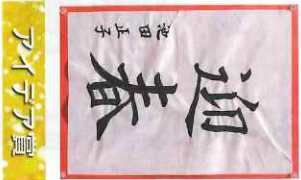
久留米市三瀬町田川 1987-1  
TEL.0942-64-3926



女性 最高年齢賞



「長寿」  
久(106)宮ノ陣 池田 マサ子(91)南



「迎春」  
アイデア賞



# 経験と技術で魅せる 玄人はだしの作品 270点

第43回久留米市シニアアート展が久留米市美術館にて開催されました。期間中は、絵画、書道、写真、手芸・工芸、共同作品の5部門の計270点を展示。いずれも高レベルの作品で、来場者もつい見入ってしまうほどでした。

## 書道部門



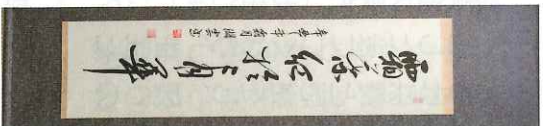
優秀賞「実英行断」  
古賀 時藏(95)



優秀賞「かな書 古今集より」  
柴田 由美子(76) 御井



努力賞千字文「小屋松 佐恵子(78)



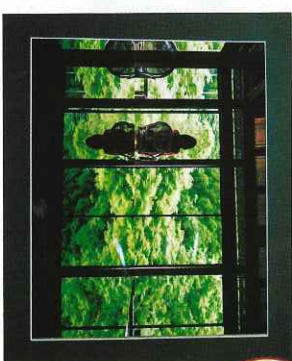
「晩秋」笠 健一(92) 小森野

久留米市老人クラブ連合会会長賞



市長賞  
「蘭亭叙 臨書」  
井上 光子(69) 倉川

## 写真部門



市長賞  
「緑の深海」  
古川 正則(72)

## 共同部門

市長賞



「はなれても布あそび」  
安武 園地キロハナクラフ



優秀賞「和幸(わこう)」  
ナイサーピスなごみのとなり  
田主丸



「ピカリテラス"テルソルオレンジ号」  
ヒカリテラス"テルソルオレンジ" 山川



優秀賞「久留米乃初春」  
タルトアホームミンクしほら 日吉



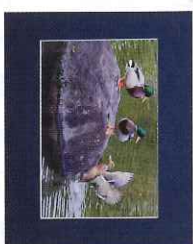
努力賞「ハートケアひまわり畑」  
ハートケア21 大善寺



久留米市老人クラブ連合会会長賞  
「雨」若久園アイデアセンタ-荒木 荒木



アイデア賞  
「真つ赤なもみじ」  
社会福祉法人ひじり会  
通所介護さくら



優秀賞  
「もう一杯なんだけど…」  
津田 悦夫(73)狂島



「霧氷」  
中村 敏(78)荒木



努力賞  
「浦山公園(上津町)の蝶たち」  
大木 武彦(79)上津

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**3S LIFE**

冠婚葬祭  
セリエンス

あなたの生活に  
3つのSを

ホテル・リタール創世  
草苑

久留米草苑 0120-75-7401  
ホテルリタール創世久留米 0120-25-8817  
冠婚葬祭セリエンス 0120-34-5183

久留米市野中町 8 6 5  
https://www.kinostataouen.jp

久留米草苑 検索

浄化槽工事 ご相談下さい

SUNMEI 総合水処理業  
株式会社 スイメイ

〒830-0116 福岡県久留米市三瀬町清松264-1  
tel.0942-65-1507 / fax.0942-65-1508  
E-mail:sunmei@voice.ocn.ne.jp

給排水空調設備  
株式会社 和住設

久留米市三瀬町清松249-3  
TEL 0942-64-5816

合川さかもと内科

認知症に勝つ!  
楽しい脳トレ

まずはクリニック!

脳トレ ニチコミ 検索

内科・呼吸器内科・アレルギー科・感染症科

☎0942-41-8585 合川小学校南側

医療法人  
小川眼科医院

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

久留米市北野町今山 572-1  
TEL 0942-41-3701

全国の老人クラブ活動はコチラ!

まずはクリニック!  
クラブ特集 ニチコミ 検索



絵画部門



優秀賞「耳納北麓の風景」  
高木 誠哉(88)津福



優秀賞「午睡」  
一ノ宮 昌伸(68) 高良内



優秀賞「本山の大木」  
中山 静恵(75)善導寺



「風薫る」  
緒方 由美子(76)安武



「新幹線の孫」  
善導寺 中村 悟(73)



優秀賞「夜明け」  
石橋 康子(77)北野



優秀賞  
「新緑の奥入瀬」  
雑野 敏光(85)北野



優秀賞  
「翠...そして笑り」  
堺崎 安子(64)西国分



優秀賞「肖像画」  
村田 常良(93)  
南薫



特別賞「灯」  
川原 純二(71)  
荘島



優秀賞「7月の星野村」  
松尾 誠治郎(76)  
田主丸



「フレイス」  
野口 祐二(66)長門石

市長賞

古賀 「乱菊」  
ハツヨ(79)  
南薫



「アイデア賞」  
「竹細工」  
大和 英樹(80)御井



優秀賞  
「フランス・チュニッテ」  
平田 真知子(69)安武



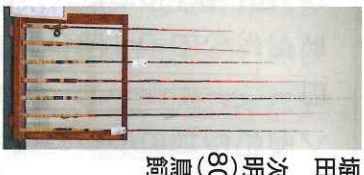
「家族」  
末次 壽子(69)南薫



優秀賞「聞き間違えたタ・サインチ」  
佐藤 満雄(73)荒木



優秀賞「さをり織り」  
田中 鳥飼



優秀賞「手作り釣り竿」  
堀田 次明(80)鳥飼



優秀賞「トランプ」  
古賀 ともし(74)高良内



優秀賞「能面(乃嬬)」  
山下 豊文(70)北野



優秀賞「子供守護神社」  
木崎 安則(79)善導寺



優秀賞「能面小面」  
小石 糖男(88)宮ノ陣



優秀賞  
「和紙ちぎり絵 白桃」  
北本 勝代(79)上津



優秀賞「フラーバスケットの  
ペットカバー」  
小野 恵子(74)善導寺



優秀賞「薔薇と天使に囲まれて」  
高尾 梢(78)長門石



努力賞「書を持つ」  
西田 昭子(79)上津

私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

雨漏りなどご相談下さい

坂井正記商店

0942-44-4141

大石化成株式会社

代表取締役社長 久富

株式会社 隆建設

代表取締役 隆基

大工の 素敵なつきあい方。 WAKU

建築 株式会社

D.K.S Den Kuu System

株式会社 ティンカーズ

24時間ロードサービス・クレーン作業

TEL 0942-38-2424

新型特別養護老人ホーム(ユニットケア)

みづま敬和苑

だいでんじ幼稚園

TEL.0942-27-3600





介護予防にもつながる  
ケアトレーニング

### 「元氣いきいきサロン」 身体を動かして健康長寿

金丸校区老人クラブ連合会  
会長 藤本 徳章

金丸校区老人クラブ連合会では、コロナ禍ではありますが、会員一同、健康維持を目標として元氣に頑張っています。昨年度は、1月から3月まで「元氣いきいきサロン」で、ケアトレーニングを使って運動に励む計画をしていました。が、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で2月まで活動できませんでした。しかし、3月に入ってから再開す



清掃活動で守り続ける美しい町

ることができ、以降、毎週火曜日に行い、3月29日(火)まで実施しました。4月から「元氣いきいきサロン」では以前行っていた「ラジオ体操・軽い運動」を月2回木曜日に行うこととしています。これから健康長寿の実現に向けて継続していきたいと思っておりますので、多くの皆様のご参加を心よりお待ちしております。

また、その他の活動として2月24日(木)に老人クラブ会員および管理人など計8名で環境整備に取り組みました。作業当日は、この家周辺から西鉄花畑駅西口までの空から西鉄花畑駅西口まで参加者同士で話に花を咲かせながら、和気あいあいとした雰囲気の中、さわやかな汗を流しました。毎回、見違えるほど綺麗になった様子を見ては、みんな達成感を味わっています。

### 金丸校区

### 校区活動紹介

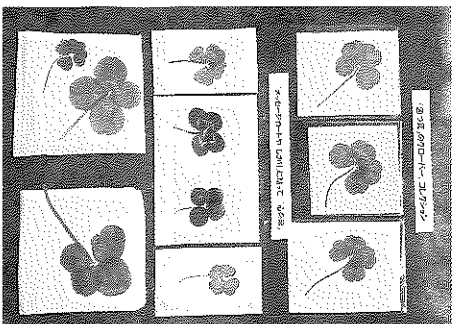
### 笑顔をお届けする 心の薬

高良内校区老人クラブ連合会  
横馬場クラブ 丸山 優次

私は、退職して5年近くになります。退職後は、吉田会長に誘われ老人クラブに入会しました。また、コロナ禍の中で大変な業務に携わっている通院先の院長先生をはじめ、職員の方々にもメッセージカードに「四つ葉のクローバーを貼り続け、力が健康維持の一つと信じて一日

5千歩以上を歩くことを目標にしています。また、会員募集も兼ねて道行く人とあいさつを交わしながら町内を散策し、日々の生活を楽しんでいきます。

ある時、道端のクローバーが目にとまり、偶然にもそれは「四つ葉」でした。次の日も、また次の日も「四つ葉」のクローバーを見つけ、集めていくと今では800枚ほどになりました。何か役立つのではないかと思います。良内町は、高良山からのパルスを浴びる「笑顔と長寿のパラスポット」ではないかと臨床心理士の方が医師と相談



メッセージに添える  
四つ葉のクローバー

談して、メッセージカードに「四つ葉」のクローバーを貼り、励ましの言葉を加えて渡すことになりました。患者様の「心」の薬になり、笑顔が戻ってきたと話していました。また、コロナ禍の中で大変な業務に携わっている通院先の院長先生をはじめ、職員の方々にもメッセージカードに「四つ葉のクローバーを貼り続け、力が健康維持の一つと信じて一日」を浴びる「笑顔と長寿のパラスポット」ではないかと臨床心理士の方が医師と相談しました。何か役立つのではないかと思います。良内町は、高良山からのパルスを浴びる「笑顔と長寿のパラスポット」ではないかと臨床心理士の方が医師と相談

高良内校区老人クラブ連合会の活動に積極的に関与しています。

**株式会社 東洋硬化**  
代表取締役社長 小野 賢太郎  
本社 久留米市津福本町1978-1  
TEL(0942)34-1387

工業用クロームめっき・AIP・超硬研磨  
研削(内面・円筒・平面・溝面)  
ロール・ロット・シリコン加工製作修理

**平井建設工業株式会社**  
代表取締役 平井 正秋

久留米市津福本町字南津留2348-34  
電話 0942-35-5525

**総合建設業**  
**株式会社 ユニテック**

久留米市山川追分1-5-1  
TEL 0942-27-8252

設備機器・工業用・業務用  
アロパパン冷暖房設備・オートガス

**渡辺アロパパンガス(株)**  
代表取締役 渡辺 精一  
久留米市野中町1288(市場通り)  
【本社】TEL0942-32-8291(代)  
【カーガス】TEL0942-35-7545

**(有)エース工業**

住宅設備機器・浄化槽・給湯器・設計施工  
代表取締役 相田 祐二  
久留米市安武町安武本2729-7  
TEL(0942)26-0221

有限会社  
**深田ハーバークローム**

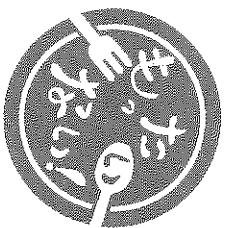
久留米市津福本町字津留2348-34  
(西田工業団地内)  
TEL 0942-32-9261

**NISHITANI**  
建築工事業  
建築士  
土木工事業士

**にしにたに建設工業株式会社**  
久留米市荒木町藤田1557-5  
TEL.0942-27-3545 FAX.0942-27-3751

**植原電設株式会社**



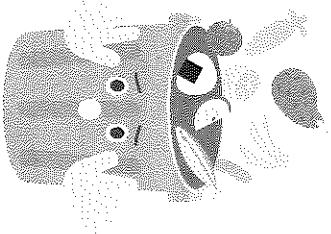


～フードロス削減&困窮者支援～  
**「もったいない」を  
 支援に変えよう！**

久留米市社会福祉協議会では、賞味期限が近い食品や規格外の野菜やお米をいただき、困窮者支援団体を通じて支援が必要な方々にお渡ししています。

近年、新型コロナウイルス感染症により仕事がなくなったり給与が下がったりして困窮する方が増えています。ご寄贈いただくことで、フードロスの削減と困窮者支援へつながります。

皆さんの家庭にある食品や、野菜、米などがあれば、市社会福祉協議会へ寄贈をお願いします。



**お問い合わせ先**

**久留米市社会福祉協議会ボランティアセンター**  
**TEL：0942-34-3035**

**すこやか 文芸コーナー**

川柳

私じや喜寿人生百年まだ長い  
 お薬と病院通いの時間表  
 まだいける爪とヒゲとがまだ延びる  
 耳よりの話が聞けない年になり  
 やりなされペタンク・ダツにゲートまで  
 おじいちゃんを老人と呼ばれ腹が立つ  
 コロナをも無病息災神のみ  
 正体を明さず化けるコロナかな  
 フクチンを迷わせてるコロナかな  
 城島老人クラブ 坂井 朝男

オミクロン老人活動ひと休み  
 暖冬の野菜芽を吹く春が来る  
 市長選保守革新入り乱れ  
 早寝して多く水飲みかわき止め  
 老人は短い先も日は長し  
 寒い日は虎を縫って日を過ごす  
 元気が有れば何でもできるとアト二才  
 踏まれてもしぶとく生きる若い妻  
 鳥飼校区 広津 猛

本誌には久留米市をとりまく事業者の活動の内幕がのぞけます

**橋梁補修・補強工事**  
 TORAYUTO INDUSTRIES LTD.

**株式会社 トラスト工業**  
 本社 久留米市梅満町407-5  
**TEL 0942-38-0865**



**伊藤産業株式会社**  
 厨房設計 厨房機械 販売・買取 衛生商品  
 マラミの食器 備品等 フード/ダクト エアコン  
 久留米市梅満町74-1  
**TEL(0942)33-8546 FAX(0942)33-8547**

**住宅解体業**  
**株式会社 木村産業**  
福岡県知事(一般)第98737号  
 解体工事業/ビビ・土工事業

久留米市大石町370-1  
**TEL(0942)32-8617**

**総合建設業**  
**コンテック株式会社**

久留米市山川追分1丁目5番1号A  
**TEL 0942-45-7773**

**ビル総合管理**  
**株式会社 錦光ビルサービス**

久留米市東合川4丁目1-1  
**TEL.0942-45-6341**



**黒田建設株式会社**  
 Kuroken  
 久留米市大石町32番地  
**TEL 0942-32-1911**

**有限会社 富士自動車整備工場**  
**車検・点検・整備・車の処分**

久留米市東合川4丁目7-2  
**TEL.0942-43-5482**

ボリマーシート施工 カーフイルム施工  
 カーオーディオ・カーナビ・ETC各種取付  
 新車・中古車販売

**Auto Starbuck**  
 オート フアブリーク・K  
 久留米市梅満町85-5  
**TEL 0942-64-9022**



## 令和4年度 主要行事予定

大会行事等	主催	開催	開催場所	大会行事等	
				委託	主催
大会行事等	◆久留米市老人クラブペタソク大会	6月22日	西部地区体育館		
	◆久留米市老人クラブダーツ大会	7月15日	耳納CC多目的棟		
	◆久留米市老人クラブゲートボール大会	9月8日	津福運動公園		
	◆久留米市老人クラブソフト・ゴルフ大会	10月3日	河川敷多目的広場		
	◆久留米市老人クラブ福祉大会	11月18日	久留米シテイプラザ		
	◆久留米市老人クラブ新年懇親会	1月13日	ハイネスホテル(予定)		
	◆令和4年度久留米市シニアアート展	2月14日～21日	久留米市美術館		
	◆県老連グラウンド・ゴルフ大会	9月15日	岡垣町		
	◆県老連ペタソク大会	10月5日	小郡市		
	◆久留米オリソピック	10月16日	陸上競技場		
研修等	◆県老連ゲートボール大会	10月27日	春日市		
	◆北筑後地区老連スポーツ大会	11月2日	大刀洗町		
	◆久留米市老人クラブリーダー研修会	12月13日	えーるピア久留米		
	◆久留米市老人クラブ役員研修会	2月26日～27日	未定		
	◆北筑後地区単位クラブ新任会長研修会	6月30日	久留米シテイプラザ		
	◆九州ブロック老人クラブリーダー研修会	7月7日～8日	長崎市		
	◆県老連広報紙づくり研修会	7月28日	春日市		
	◆県老連体力測定講習会	9月30日	久留米市		
	◆県老連女性リーダー研修会	10月14日	春日市		
	◆北筑後地区高齢者相互支援リーダー研修会	10月20日	筑後市		
活動	◆県老連健康を進める運動推進研修会	12月9日	春日市		
	◆県老連ペタソク講習会	2月9日	古賀市		
	◆愛の一声運動	4月～3月(年間)			
	◆高齢者相互支援活動事業	4月～3月(年間)			
	◆地域貢献活動	4月～3月(年間)			
	◆全国一斉「社会奉仕の日」活動	9月20日			
	◆ウオーキング普及・推進	12月～3月			
	◆会員の加入推進 (会員1人が新規会員1人加入)	4月～3月(年間)			
	◆会員増強運動・強化期間				
	◆広報紙の発行	2回(6月・12月頃)			
会議	◆久留米市老人クラブ連合会総会	5月13日	久留米シテイプラザ		
	◆理事会	年8回を基準			
	◆正副会長会(代表理事会)	年8回を基準			
	◆女性部会・委員会その他	年3～4回			

### 令和4年度 久留米市老連事業計画 メインテーマ のばそう！健康寿命、 担おう！地域づくりを

#### 《基本方針》

- ◆健康寿命ののばし、自立した生活、生きがいのある生活の実現を目指す。
- ◆仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取組む。
- ◆世代や関係団体と連携し、「地域づくり」を旨とする。
- ◆安全・安心の住みよい地域づくりを目指す。
- ◆元気高齢者の知識・経験・活力を活かす場づくり・機会づくりを広げる。

- ① コロナ禍における感染予防と健康の保持・増進の両立
- ② 高齢者の健康づくり・介護予防活動の推進
- ③ 組織活動の強化に向けた取組の推進
- ④ 高齢者・地域の支え合い事業の推進

私たちは久留米市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

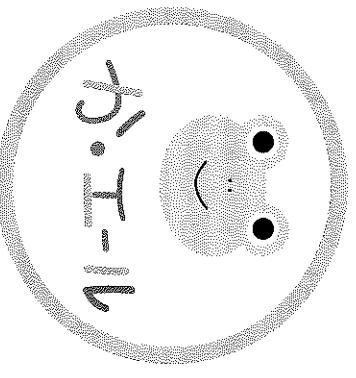
旬集・記念誌・自分史  
「パソコン苦手」でもOK!

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 ニチコミ

老人クラブを応援する  
お買い物サイト

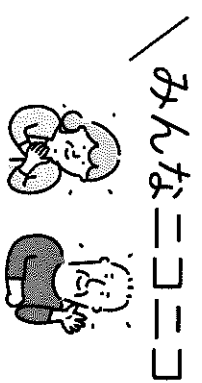


まずはクリック！

お買い物 かエール 検索

ソニアにうれしい商品が盛りだくさん！





# みんなニコニコ / シニア割引を楽しく暮らそう!

アクティブなシニア世代が増え、シニア割引は様々なところで利用できます。令和4年度の高齢者の利用料の割引が受けられる施設一覧をまとめましたので、ぜひ皆さんも活用してください。

## 市内の割引対象施設一覧 (令和4年4月1日現在)

※市内在住の65歳以上の方が対象

### ★★ 入館料等が無料になる施設 ★★

施設名称	所在地	内容	電話番号
青少年科学館	東櫛原町 1713	展示、プラネタリウム	0942-37-5566
三潁農業者トレーニングセンター	三潁町玉満 2935-2	利用料(フリーナ個人利用)	0942-64-5267
西部地区体育館	大善寺町藤吉 434	利用料(フリーナ個人利用、トレーニング室)	0942-27-3741
総合福祉会館	長門石 1丁目 1-32	浴室(月・水・金のみ)	0942-38-9288
鳥類センター	東櫛原町(中央公園内)	入園料(市内在住者のみ)	0942-33-2895
城島体育館・ 城島トレーニングセンター	城島町檜津 1468	利用料(個人利用)	0942-62-6618
三潁B & G海洋センター	三潁町玉満 2925-4	利用料(個人利用)	0942-64-3020
みづま総合体育館	三潁町玉満 2593-1	利用料(メイン・サブアリーナの個人利用、トレーニング室、ラウンジコース)	0942-65-1115
荘島体育館	荘島町 11-1	利用料(全施設の個人利用、トレーニング室)	0942-33-3003
久留米アリーナ	東櫛原町 170-1	利用料(武道場、弓道場、トレーニング室)	0942-39-7371

### ★★ 割引を受けられる施設 ★★

施設名称	所在地	内容	電話番号
筑邦市民センター多目的棟	大善寺町宮本 165-6	トレーニング室：2時間 210円⇒105円 ホール：個人 2時間 200円⇒100円	0942-27-4210
耳納市民センター多目的棟	善導寺町飯田 202-1	トレーニング室：2時間 210円⇒105円 ホール：個人 2時間 200円⇒100円	0942-47-0995
久留米市美術館	野中町 1015	市内在住の65歳以上の方は割引がありません。詳細は施設にお問い合わせください。	0942-39-1131
市民流水プール	東櫛原町(中央公園内)	入場料：730円⇒410円	0942-33-4565
市民温水プール	上津町 2199-39	温水プール：2時間 410円⇒210円 トレーニング室：2時間 210円⇒110円	0942-21-2040
城島げんきかん	城島町檜津 739-1	トレーニング室：2時間 210円⇒100円 歩行プール：2時間 210円⇒100円	0942-62-2122
コスモすまいる北野	北野町中 3253	トレーニング室：2時間 210円⇒100円 歩行プール：2時間 210円⇒100円	0942-23-4500

(注意) 割引内容は予告なく変更される場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

私たち久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

## 「第8回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

# シニア川柳作品募集中



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

募集期間：令和4年6月30日まで



nich.com





### 筑後国府は3回移転

今から約1300年前、

奈良時代のことです。筑後川を望む現在の合川町一帯

の低台地上では、新たな都

市「国府」の建設が急ピツ

チで進んでいました。

国府とは、日本古代国家

における地方支配の拠点で

す。全国60余りの国ごとに

設置された都市で、地域の

政治・経済・文化・交通の

中心でした。

筑後国府跡では、昭和

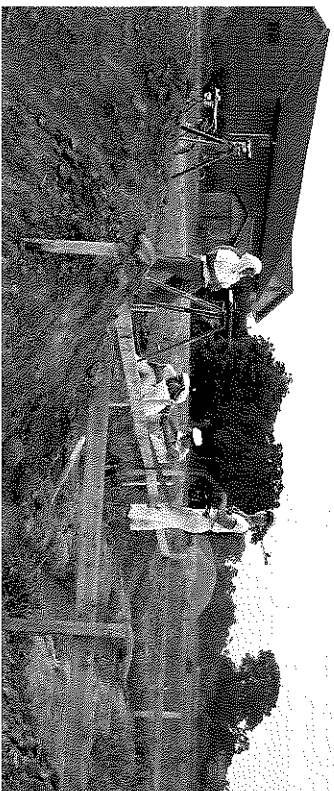
36年(1961)以来、

300回を超える発掘調査

を実施。そこで得られた最

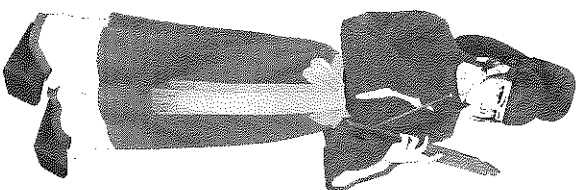
も大きな成果は、飛鳥時

九大調査風景



代(7世紀末)から平安時

代末(12世紀後半)の約



国司のイメージに3度移転したことで、役所

うに移転を

繰り返す例は、現在

のどこか他の国府

では確認されてい

ません。

国府内の諸施設

についても具体的

な様子がわかって

きました。国府域の

中央部を東西に貫

く幹線道路があり、

これを軸として、両

側に国府の中枢施

設である政庁をは

じめ、役所の各部

門・正倉・鍛冶工房・

国司館・厨などが

配置されています。

その外側には国府

で働く人々の居住域があり

ました。

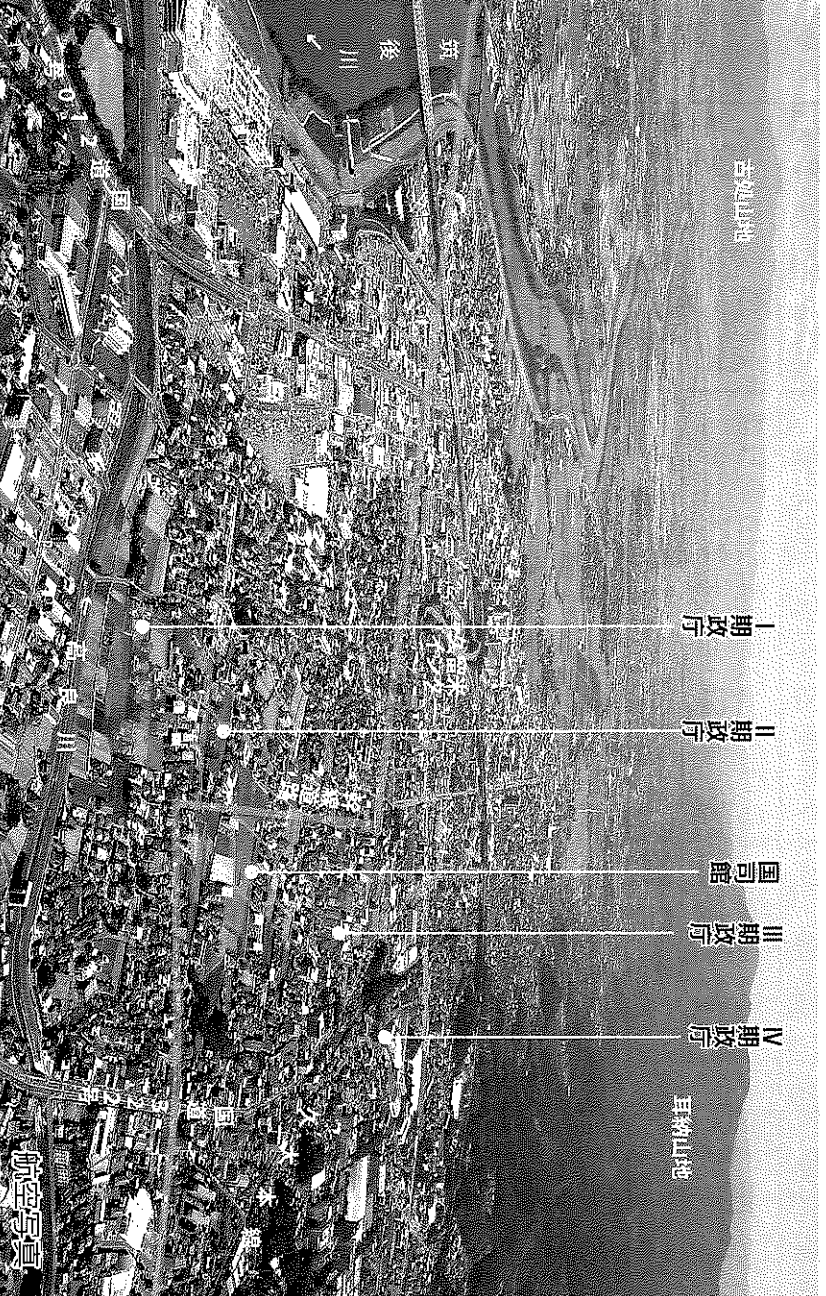
出土品も多種多様です。

特徴的な遺物として、役所

の文書作成には欠かせない

硯類や役職・所属部門名が

書かれた土器などがあ



## 国家事業によって建設された古代都市・筑後国府と国司の仕事

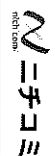
久留米市市民文化部 文化財保護課 主査 小澤 太郎



私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ



### 寝苦しい夜は…

始める前の風呂に入る

体温が低くなるほど寝付きがよくなります。38度

くらいのお風呂で汗をかき、体温を下げましょう。

寝る前に軽い運動をする

運動をしたあとは体温が下がりがやすくなるので、寝る前に運動すれば眠りやすくなります。



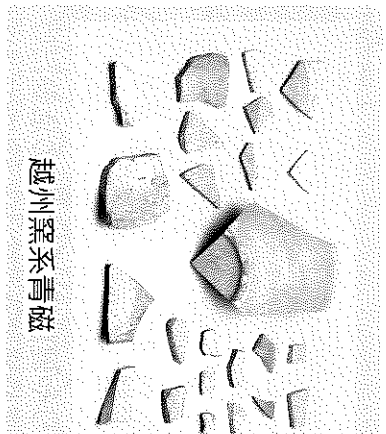
おはあちゃん

賑近、元気かな?

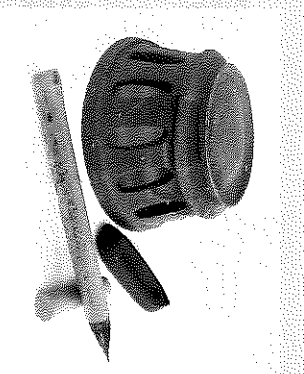
Twitter: @nitchoco  
Facebook: nitchoco  
Instagram: nitchoco  
LINE: nitchoco



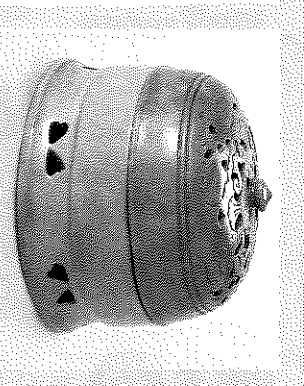
れます。他にも政府や館での宴会に使用された食器類が多量に出土しています。また、役人がベルトにつけていた飾り具、国府工房で使用された鍛冶道具類や漆紙、イヌラム陶器や青磁・白磁といった輸入陶磁



越州黒系青磁



硯・筆・墨のイメージ

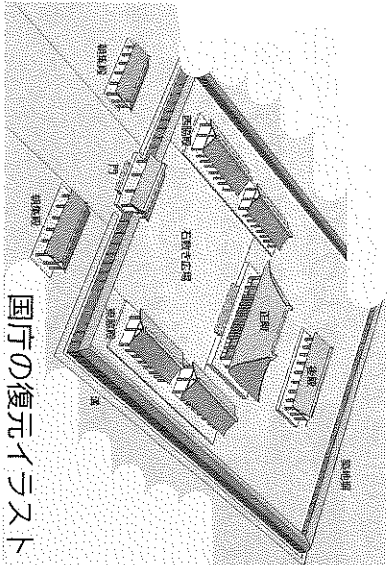


緑釉花蝶文香炉

器類、緑釉・灰釉陶器などを飾った瓦類など、一般の集落遺跡では見ることができない遺物が数多く発見されています。また、役人がベルトにつけていた飾り具、国府工房で使用された鍛冶道具類や漆紙、イヌラム陶器や青磁・白磁といった輸入陶磁

### よみがえる 壮麗な政庁

3度移転した政庁ですが、中でも1期政庁は、都の宮殿をモデルに、規模を縮小しながらも壮麗な施設だったことが判明しました。敷地規模は、南北75m、東西67・5m。周囲を溝と高い築地塀に囲まれ、南側には正門が開いています。門をくぐると正面に筑後国の長官が着座する正殿、その両脇に役人が控える脇殿があります。



国庁の復元イラスト

### 国司の仕事とくらし

これらの建物の屋根は瓦葺で、鮮やかな朱塗りの柱と白壁、窓の格子は緑色に塗られていたと考えられます。一般の住宅が竪穴住居や板葺き・草葺きの建物だったことを考えると雲泥の差です。まさしく、地方支配のための権威と権力を示す舞台装置だったと言えます。

国府には、中央から派遣された7名の国司と地元採用の役人たち430人が勤務していました。長官として赴任した守は、五位の位階を持つ下級貴族です。その権限は強大で、民政・財政・税制・軍事・警察・裁判など、国内支配のありとあらゆる分野に及びます。

国司たちは、赴任するまず国内の諸神を参拝します。一宮から巡回するたため、筑後国の場合は、真つ先に高良山の玉垂神社に向かいました。ところが平安時代になると、国司館（国司の官舎）の近くに、国内の神を集めて祀る「総社」（現味水

御井神社）が設置されました。このため、国内諸神への参拝が一カ所で済むようになりました。他にも、配下の郡司の業務に際しても、配下の郡司の業務監督や農民への勧農のため、国内の巡察も行いました。

日常の政務は政庁で行われ、政庁は各種儀礼や仏教法会の空間としての役割を残しつつ、政務の場は国司館へと移っていきます。そして、終業すると配下の役人達とたびたび宴席が設けられました。

宴席には、国府の厨（台所）で調理された料理や酒が並びました。現代でいうところの「官官接待」ですが、中央から派遣されたわずか7人の国司で一国を治めるためには、日々の細やかな一飲みにケージョンは、必要不可欠だったのでないでしょうか。

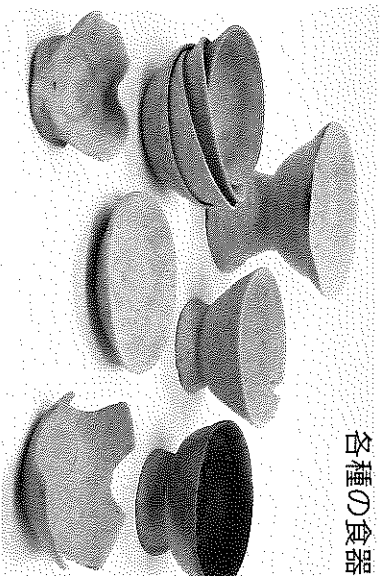
国司館の発掘調査では、多くのゴミ穴が発見されています。中からは、硯類の他、高級な輸入陶磁器類や大量の食器類が出土しており、国司たちの暮らし振りが伺えます。（写真提供：久留米市教育委員会）



現在の味水御井神社



国司館が多量に高良山



各種の食器

同書では遺跡や出土品の写真、図面なども多く収録しています。コラムでは、大宰府を焼き討ちにした藤原純友の乱(941年)と筑後国府の関係や、賊徒が国司館を襲撃した事件(883年)も取り上げました。市役所12階の文化財保護課窓口や、六ツ門図書館展示コーナー、埋蔵文化財センターで無料配布しています。

このたび久留米市では、国指定史跡「筑後国府跡」の歴史的意義についてまとめたガイドブックを作成しました。

詳しくはガイドブックを

お問い合わせは市文化財保護課まで  
☎0942-30-9225





### イベント情報や連絡事項を掲載

## 久留米市老人クラブ連合会 ホームページ案内

気軽に検索を!

ただいまホームページ内で久留米市老人クラブ連合会の各種連絡や、行事の案内を掲載しています。事務局の活動報告なども随時掲載しています。ぜひご覧ください!



皆さんもぜひ活用ください!

## 久留米市老人クラブ連合会



スマートフォンからもご覧いただけます

スマホ用ホームページ QRコード



## 久留米市老人クラブ連合会

# 地域のクラブで 楽しく活動!



老人クラブは、仲間づくりや健康づくりなどの活動だけではなく、長い人生で得た知識や経験を生かして地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会奉仕活動にも取り組んでいます。老人クラブと一緒に第2の人生を輝かせましょう!

### 老人クラブに入ると...



楽しく世代間交流☆

- 生きがいができる
- カラオケ・ダンスなど
- 健康の維持・増進
- ゲートボール・ベタソクなど
- 仲間ができる
- 旅行・各種スポーツ大会など
- 地域貢献できる
- 清掃活動・世代間交流 など

### 《連絡先》下記までお問合せください

久留米市長門石1丁目1-32 久留米市総合福祉会館 2F  
久留米市老人クラブ連合会 TEL 0942-39-1550

## 広告協賛へのお礼

このたびは「すこやか久留米」の発行にあたりまして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。

これからも未永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

久留米市老人クラブ連合会

## 編集後記

5月13日に3年ぶりに定期総会を開催することができました。コロナ禍においても感染対策を十分行っていればこのような集まりもできるようになったんだな〜と改めて感慨深く総会場を見渡していました。

まだまだ終わりが見えないコロナとの戦いですが「With コロナ」で自分なりの新常識を見つけていきたいものです。

久留米市老人クラブ連合会

## 私たちは久留米市老人クラブ連合会の活動を応援しています

日本医療機能評価機構認定病院  
医療法人かぶとやま会  
久留米リハビリテーション病院  
理事長・院長 柴田 元  
久留米市山本町豊田 1887  
☎0942(43)8033  
http://www.kurume-reha.or.jp

独立行政法人地域医療機能推進機構  
Japan Community Healthcare Organization  
JCHO(ジェイコー)  
久留米総合病院  
久留米市榎原町21番地  
☎0942(33)1211  
久留米総合病院附属介護老人保健施設  
ジェイコー久留米老健

施設の特徴  
・介護職員が24時間常駐、介護が必要な方が入居可能。  
・運営母体が医療法人で、24時間医師と連絡可能。  
・眺望に恵まれています。住環境に適しています。  
・在宅に近い生活が可能。  
ケアタウンL5ゆりの郷 久留米市小森野4丁目2番15号  
入居者募集 中 お問い合わせ ☎38-2211 (〒569)

内科 呼吸器内科 消化器内科 糖尿病内科  
ファミリークリニック陽なた  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
9:00~12:30 ● ● ● ● ● ●  
15:30~19:00 ● ● ● ● ● ●  
休診日...木、土曜日午後・日曜・祝日  
訪問診療可 夜7時まで診療  
久留米市榎原町1253-1 ☎36-5050

KOGA.JYUSETSU.GROUP  
株式会社古賀住設  
久留米市集合川1丁目6番29号  
TEL.0942-44-8880 FAX.0942-45-2400  
サノケイ株式会社  
TEL.0942-44-6200 FAX.0942-44-6661  
http://www.kogega-j.co.jp

介護医療院 ストレス相談  
認知症相談・不眠相談  
松岡病院  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
午前 9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●  
午後 13:00~17:00 ● ● ● ● ● ●  
久留米市安武町住吉1766  
☎(0942)26-2151(代)

1995年第1回 太陽光補助制度自社設置  
太陽光発電がよくなる会社です!  
福岡県知事許可第58903号  
電気工事業・建築工事業  
水道施設業・管工事業  
izumi-dars  
フリーコール 0120-59-3380 株式会社 和泉プロパティ

★オービス付き高齢者向け住宅 小規模多機能ハートケア21  
◆小規模多機能型居宅介護 小規模多機能ハートケア21  
◆地域密着型通所介護 ハートケアデイサービス  
◆訪問介護 ハートケアサービス  
◆障がい者居宅介護 ハートケアサポート  
◆自費サービス ハートケアホーム  
久留米市上善寺町宮本165-3 ☎0942-51-3787

e-smile 管理 売買 仲介 販売  
不動産の事は全てお任せ下さい!  
老舗家具をお求めやすい価格で販売中!  
株式会社スリーエイチ  
福岡市久留米市合川114-112 ユナイテッド1F  
☎0942-41-8129  
☎0942-50-1177  
お部屋探しのお問い合わせは...

医療法人恵育会  
森山整形外科  
診療受付時間のご案内  
月・水・金 午前 9:00~12:30 午後 14:00~18:00  
火 午前 9:00~12:30 午後 15:00~18:00  
木・土 午前 9:00~12:30 午後 休診  
木・土 午前 9:00~12:30 午後 休診 (日曜・祝日/休診)  
久留米市長門石2丁目9-63  
TEL0942-30-1625

ホワイト歯科  
西鉄宮の陣駅 徒歩1分  
診療時間 月 火 水 木 金 土 (休診日)  
9:00~13:30 ● ● ● ● ● ● 日曜日  
15:00~19:00 ● ● ● ● ● ● 祝祭日  
※土曜日午後は16:00まで  
久留米市宮ノ陣 1-8-15 ☎37-2244

癒しの森内科クリニック  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 休診日:水・日  
10:00~13:00 ● ● ● ● ● ● ●  
14:30~18:00 ● ● ● ● ● ● ●  
※平日14:00まで診療  
生活習慣病(高血圧・糖尿病など)外来・各種診療  
ゆめクリニック(久留米)クリニック2F  
☎0942-65-6010  
[HP] www.iyashi-mori.jp