

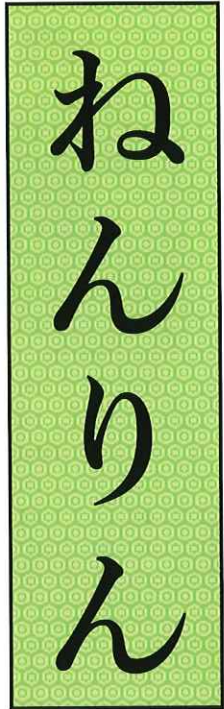
今年も11月22日に女性リーダー研修会で門司町長による「岡垣町のまちづくり」と題した講演会が実施されました。

今年度、町役場に「おかがきPR課」が設けられました。町長のお話では岡垣町への観光や企業誘致活動を町外にむけてPR活動を強化するために設置されたことと、その成果は徐々に表れており、岡垣のやわらかでおいしい地下水を活用したワイナリーや



岡垣町は住みよい町ランキングでは上位にあると語る町長

女性リーダー研修会で門司晋町長おおいに語る



令和4年度
令和5年(2023年)
3月15日発行
発行責任者
会長 田崎豊一

地ビール、日本酒の醸造所などが次々できています。また魅力的な観光資源とタイアップさせた事業で、地域と一体となった観光地の再生に取り組む現状を教えていただきました。町民の私たちも岡垣町の魅力を再認識した次第です。町のこれからの発展を願うとともに岡垣町産のお酒を飲み味わいなながら応援していくつもりです。私たちができる岡垣町支援の一つとして「ふるさと納税」の推進があります。ふるさと岡垣を離れている家族や友人に声かけをする方法があるようです。

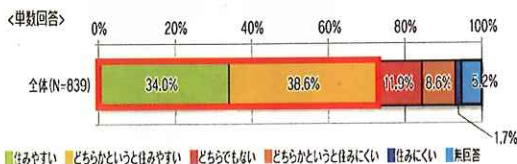
門司町長の話は分かりやすく、これでも私「岡垣通」になった感じです。質疑応答の時間も設けられました。質問に対しても丁寧な答えがあり有意義な研修会になったと思います。

寿会連合会 女性部 岩崎喜久子

住民にアンケートを実施した結果

岡垣町は住みやすいと感じている住民の割合

72.6%



資料：まちの未来計画に係るアンケート項目「住みやすさ」から抜粋（2019年調査）

研修会で町長が示された資料の一部



女性リーダー研修会 2022. 11. 22 いこいの里

民間企業のランキングでも岡垣町がランクイン

順位	自治体名
1位	福岡市中央区
2位	糟屋郡新宮町
3位	福岡市早良区
4位	福岡市城南区
5位	福岡市西区
6位	北九州市戸畑区
7位	福岡市博多区
8位	春日市
9位	福津市
10位	福岡市南区
11位	遠賀郡岡垣町

資料：株式会社リソート suumo/リーダーセンター「SUUHO住民実態調査2022 福岡県版」から抜粋

地域に顔見知りや知り合いが
できやすい自治体ランキングでも
第9位にランクイン!

研修会で町長が示された資料の一部

岡垣町役場玄関に次のような掲示がしてあります

岡垣町が見事ランクイン

街の幸福度と住み続けたい街ランキング(2022)

出典 大東建設株式会社刊

住み続けたい街ランキング
1位 (福岡県版)
3位 (九州・沖縄版)
2位 (福岡県版)

街の幸福度ランキング



1等5本を引く長寿あ
んしん課 船倉課長
(町長の代理)



提出された散歩カレンダー
総数 810枚 カレンダーに
は通し番号を付けて50枚ずつ
リングで束ねています。

昨年11月「散歩で健康大作戦」期間を設けました。歩いた時間を散歩カレンダーに記入して足腰の健康維持に努めました。この努力は抽選会で景品をゲットできるという「ごほうび」付きです。参加の皆様ありがとうございます。抽選会は1月13日に行いました。



散歩で健康大作戦

このほかに4等賞は「もえるごみ袋(中1巻)70本がありました。入賞の皆さんおめでとうございました。入賞の皆さんも含めて参加者全員に参加賞として燃えるごみ袋(中2枚)又はこいの里入浴券が贈られました。これからは散歩をしながら健康維持に努めましょう。



- 1等5本
- 2等10本
- 3等40本
- ダイバッグ
- 歩数計
- タオル(命年)



カードを照合し当
選者カードに記載
します。



当たった番号のカ
レンダーを選びま
す。



単位クラブの会
長は交代しながら
4等賞70本を引き
ます。

毎日散歩の目的の一つは外の新鮮な空気を吸うことだと思っています。もう一つは脚の力を衰えさせないことです。私は、押し車(歩行補助具)を使って車の少ない近所を15分以上は散歩するように心がけています。現在足腰が弱り、耳の聞こえに支障があります。しかし、見る力、話す力が弱っていないのは幸いです。

この賞を百一歳への祝福の前進旗として会員の皆様とともに健康を祝い、感謝申し上げる次第です。

散歩で健康の当選は数年前に三等賞をいただき寿会の広報にご紹介頂いたことがあります。令和4年度は寿会会員の中からはただ一人の当選だと聞いて驚いています。神仏と寿会会員の皆さんに心から感謝申し上げます。私は今年の正月で満百歳を健康で迎え、その上、一等賞をいただき心が張りさけるような喜びに浸っています。



刀根博愛氏
100歳 東松原

散歩で健康大作戦抽選会入賞者の声
一等賞
全体で5名当選



野々庵

福岡県遠賀郡岡垣町手野 168-1
ぶどうの樹 草樂野々庵
電話 093-282-2231

一 等賞 全体で10名当選



原口ひわ子氏 89歳 野間4

私は週に4日グラウンドゴルフに行っています。片道15分ほど歩き、プレー中は1時間以上歩いていきます。仲間と大きな声で話す事や脚を積極的に動かすことが私の健康に役立っていると思います。

賞品の歩数計はスマホよりずいぶん軽く使いやすいので早速、日頃の生活に生かしています。

コロナ感染症の流行時期には買い物も必要な時以外はやめて外出を控えるようにしていました。また子ども達も私の家にできるだけ来ないようにするなどの工夫をしていました。

数年前にけがや骨折で入院、手術も経験しました。その時の検査で実年齢以上に骨量が多いことが分かりました。今は病気や足腰の支障もなく元気にすごしています。

健康な体を与えてくれた両親に感謝しながら楽しく生きていきたいと思っています。

二 等賞 全体で40名当選



廣澤雄志氏 72歳 高塚

散歩カレンダーは毎年提出していましたが入賞は初めての事です。

賞品のガーゼタオルは肌ざわりがよく気持ちよく使えそうです。またデザインの「卯年」は妻の干支でもあり、めでたさと喜びが重なりました。

数年前の健診で「太り過ぎ」を注意されました。以来、車をやめて歩き中心の生活に切り替えた結果2年で18kgの減量に成功しました。医師からは「非常に優秀」との評価を頂きました。遠くの外出は循環バスを利用し買い物もできるだけ歩くようにしています。

家庭内では家事を分担しこまめに体を動かしています。日常生活の中で自然に体力づくりができています。

寿会では誕生会が楽しみですがコロナ禍ではビンゴゲームだけで解散、弁当は持ち帰りになりました。しかし、そのまま帰らずに知人宅に少人数で集まり、おしゃべり会を楽しんでいます。

ぞうきん・募金ありがとう

今年度も12月までに各単位クラブから合計1817枚のぞうきんと199,013円のボランティア募金が寄せられました。ご協力ありがとうございました。



寄せられたぞうきんは数えやすく配りやすくするために50枚ずつ束ねます。



束ねたぞうきんの山 合計1,817枚

ぞうきんの配布先

寄贈された雑巾は以下の場所にお贈りしました。

学校	452枚
学童保育所	400枚
幼稚園保育所	350枚
老健福祉施設	450枚
公共施設	150枚
合計	1,802枚

寄贈先では感謝の言葉をたくさん頂いています。ご協力ありがとうございました。

各単位クラブ(寿会)に少しずつ寄せられた募金は連合会全体では大きな金額になります。今後ともよろしくお願いいたします。



① ボランティア募金年度別推移

	募金総額	募金クラブ数
令和1年	381,113円	38クラブ
令和2年	253,400円	36クラブ
令和3年	243,803円	36クラブ
令和4年	199,013円	30クラブ

皆様から寄せられた募金は毎年「赤い羽根共同募金」のほか、豪雨災害やウクライナ難民支援のために日本赤十字社を通して支出しています。

② 「散歩で健康」大作戦 参加者及び会員数の推移

年	会員参加者	一般参加者	合計	寿会会員数
令和1年(2019年)	745	197	942	2002名
令和2年(2020年)	715	284	999	1938名
令和3年(2021年)	622	312	934	1680名
令和4年(2022年)	509	301	810	1475名



はがき絵同好会のメンバー
年に2回 駅前ギャラリーで作品展示会を
催します。 前列右端 会長 成田さん

定例会の会場を訪問し取材しました。
縦15cm横10cmの限られた紙面の中に
多彩な題材が取り上げられています。
描いた絵は自宅の玄関や壁に額に入
れて飾る方、野菜をもらったらすぐに
その野菜を描いてお礼の言葉を添えて
送る方、又は自分の勤務する店に飾っ
ている方など、はがき絵の生かし方は
様々です。
はがき絵同好会の取り決め事項の中
で「絵を描くこと」によって潜在能力の
向上」を図る。「頭と手先を使うこと
によって脳の活性化を高め老化予防」
を図るとの文章があります。

同好会訪問
はがき絵同好会

同好会会長
成田勇氏
南高陽



絵筆 パレット 絵の具を使います



紙上ギャラリー
素晴らしい作品の数々

一人暮らしの高
齢者宅に届けら
れる年賀状のデ
ザインも同好会
メンバーが描い
ています。
同好会では新
メンバーを募集
しています。
連絡先
09312821
2601 成田
さんまで。



<http://www.sarnath.jp>

市民斎場 岡垣町老人クラブ寿会指定

サルナト岡垣

遠賀郡岡垣町東高倉1丁目1番5号

☎281-4114

サルナト水巻 ☎201-0983

サルナト香月 ☎619-1212

単位寿会訪問

西高陽寿会



西高陽寿会
会長 檀山貴氏

会員数 男28人 女40人 計68人

単位寿会の中でその活動が活発だという推薦がありましたので訪問しました。12月23日吹雪の中伺いましたが公民館は暖かい雰囲気でお話を聞きしました。以下、お話の内容です。

寿会の大きな行事は年4回の誕生日会や高陽公園の草取りや花見などを計画しています。コロナ禍で中止した行事もありますが少しずつ行事を再開しつつあります。

今年では体力測定を区の公民館で行うようにしました。握力計は購入、体前屈の道具は手作りしました。これで遠くの公民館まで行かなくて済みます。

西高陽区では認知症予防などを目的として土曜の会「オレンジカフェ」を始めました。4年度からは区に移管しましたが運営は寿会が行っています。

翌日24日オレンジカフェ見学に伺いました。受付で100円支払って参加します。当日は「正月飾りを作る」ことが計画されていました。役員さんが事前に準備したものを組み立てて作品が出来上がります。



作り方が分からなくてすぐ教えられる。



担当の方から挨拶と作り方の説明



西高陽公民館の架けられたオレンジカフェの案内板



1月28日のオレンジカフェ「パル」は「鬼退治ゲーム」



役員さんが用意したものを組み立てて正月飾りの完成

年度当初の計画にしたがって活動が実行され会員のつながりも強いようです。そのきずなおかげで役員選挙もすんなり決まるとのことです。昨年実績で高齢者支援活動について、見守り対象者13人 支援者11人、支援回数延べ2492回。下校時の子ども見守り活動にも延べ106人の方が参加しています。

オレンジカフェ、これまでの行事

- ・間違ひ探し
 - ・塗り絵
 - ・折り紙
 - ・紙ひもでかご作り
 - ・輪投げ大会
 - ・ハーモニカ演奏(外部)
 - ・押し花
- 等々、たくさん実施されたそうです。

(編集部)

被害にあわないための対策

- キャッシュカードや通帳を渡さない。
- 暗証番号を教えない。
- 公的機関の職員を名乗ったら、部署や氏名を確認する。
- 身に覚えのない請求には応じない。
- メールやパソコンに表示された連絡先に電話しない。



一人で判断せず、必ず誰かに相談する。

福岡県警

寿連文芸

俳句

雪解や 土水仙の 芯明り
溜池の さざ波うけて 鴨帰える
枝垂梅 瀑布の如し 夢舞台

南山田 大堂園治

早梅や木陰に鯉の群るあり
風向の漁港へなびき野焼かな
陶里へも寄りし旅終え春炬燵

吉木一 原悦子

短歌

物価高に庶民の暮らしは苦しかりいつ落ちつくか新年をまつ
物価高いつまで続くがまんして 庶民の声をたくす新年

西高陽 白武眞理子

母の眼は何も見えないわからない 見せてあげたいひ孫の写真
母の眼は白内障なれどコロナ禍で手術が延期春まで元気で

西高陽 黒瀬里美

秋晴れの故郷の川は変わりなく水鳥来りて静かに泳ぐ

東山田 石田眞智子

町長のリーダー研修でのアピールは地下水地酒ジビエの料理
岡垣の名所あげれば三里松原岡城に睥睨していた熊鰐族とぞ

南高陽 藤原一子

わが里に金明竹有るが誇りなり黄色と緑に鮮やかに光る
旅先を決めるに迷う楽しみは一に食欲二に土産品

上高倉 御領園久美子

「受け皿のありて椿の花の落つ」母辞世の句今噛みしめる
休まずにうなずき続け励まざる手のひらサイズの私のくまモン

吉木2 早川京子

あとがきにかえて

法隆寺・薬師寺の木に学ぶ

広報部員 大村信義

私は奈良の法隆寺や薬師寺を見学するのが好きです。それは、生徒の修学旅行の引率を何度もしたからかもしれない。転職で引率業務が無くなった時、無性に奈良や京都が恋しくなり個人で行くようになりました。

法隆寺や薬師寺を建てた時代や現在管理している人たちに感心したり、感謝したりするようになっていく自分に気付きました。

ある年教科書の採択の事務をしているとき、法隆寺や薬師寺の宮大工西岡常一さんの著書「木に学べ」「木のいのち 木のこころ」の一文を見つけ購読しました。『木の癖を見抜いて、それを適材適所に使う』や『木の癖をうまく組むためには人の心も組まなあきません』等々、重要なことが数多く記されていました。

要するに、複数の人が携わる仕事では人の癖をみぬき、人の心を掴まなければ良い仕事はできない、と言っていると解釈しました。

現在に通じる名言だと思ひ肝に銘じています。

香典返しご寄付

次の方から香典返しとしてご寄付がありました。

厚く御礼を申し上げますとともに故人様のご冥福を心からお祈り申し上げます。

(令和四年十月〜四年十二月)

本間 博子 様 (吉木1)
故 本間 教司 様

令和5年度「ねんりん」発行予定
取り上げる中心記事

◎6月8日(木) 119号

役員紹介 決算書 5月大会

◎11月10日(金) 120号

囲碁・将棋大会 ペタンク、グ

ラウンドゴルフ大会結果

女性リーダー研修会

◎3月8日(金) 121号

各種大会の結果 散歩健康作戦
各号とも寿連文芸を掲載します。

俳句、短歌 お寄せください。

広報部員紹介

中葉 允雄
神田 和雄
出崎 吉数
金子富美子
大村 信義
秋武 博晃

次回119号は令和5年6月8日発行予定です。原稿締切を5月8日とします。