



紫ヶ丘



俗明院

二日市東地区



針摺



若中



むさしヶ丘



針摺東



石崎



紫

御笠地区



みかさ台



原



上阿志岐東



西吉木



天山



中阿志岐



大石



上阿志岐西



下阿志岐



東吉木



牛島

私たちは筑紫野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



Nestle HealthScience

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!



地区・単位クラブ活動通信

御 笠

御笠シニアクラブ連合会

〔会長 槻木 繁美〕

会員数 238名

健康食について

教養講座を開催

日時..7月12日(金)

場 所..御笠コミュニティセンター学習室

参加者..34名

(男性13名 女性21名)



参加者による熱心な受講風景

【講義内容】

●人生100年時代健康で生きがいをもて生活するには
(健康食について)
講師..風天空 氏

1960年福岡県久留米市出身。現在食育アドバイザーとして多くの講演会にて活躍中。

【良い食習慣は、生活習慣や心の持ち方に良い影響を与える】

良い生活環境とは、自然に触れてみましょう。

良い食習慣とは、命ある自然なものを食べましょう。

良い心の持ち方とは、感謝の心と癒しの音楽で満たされましょう。

まずは、良く「食う・眠る・動く」を実践すること。

○筑紫野市議会議員、八尋一男氏による市議会の現状報告
带状疱疹アンケート、議会での代表質問説明。その他、現状の問題提起説明等行いました。
*日頃議会の内容を聞くことなく大変有意義な内容



八尋一男市議員による説明



風天空氏による講義風景

女性部。ペタンク大会開催

10月7日(月)午前9時

から、御笠シニアクラブの女性部。ペタンク大会を開催しました。当日雨のため、みかさ台公民館で室内競技として初めて実施。参加人数は7チーム、33名(男性5名、女性28名)。結果は表の通り。上位6チームが、10月21日(月)に諸田多目的グラウンドで行われた市大会に出場しました。



順位	チーム名	クラブ名
優勝	牛島 (B)	牛島
準優勝	西吉木	西吉木
第3位	牛島 (A)	牛島
第4位	上阿志岐西	上阿志岐西
第5位	東吉木	東風の会
第6位	原	原

地区・単位クラブ活動通信

二日市東

むさしヶ丘シニアクラブ

〔会長 森崎 勝彦〕 会員数 49名

会員拡大施策として

「むさしヶ丘マンドリンコンサート」開催

むさしヶ丘シニアクラブでは、会員の増加を期待して当クラブの活動内容を最大限にアピールができるツールを探求したところ、太宰府市を中心に定期演奏など数多くのコンサートを実施している「太宰府マンドリン倶楽部（楽団員20余名）」を招致し、コンサートの実現に向けて折衝を行ったところ幸運にも当クラブの9月例会において開催することができました。

また、このコンサートを担当クラブだけではなく、団地住



コンサートを知らせる手作りチラシ♪

民全体に広く参加していただくために、自治会の「協賛」を取り付け、当会員による手作りチラシの作成のほか、クチコミによる宣伝、演奏会場の装飾など、クラブの企画に基づき共同作業を行い、会員相互の更なる絆を深めたことは大きな成果でした。

当日（9月16日）は夏から秋への爽やかな季節の移り変わりを期待していましたが、例年になく猛暑の中でのコンサートになりました。

演奏曲は誰もが口ずさみよく知っている「愛燦燦・東京ブリウギ・昂」のほか、一緒に歌うコーナーでは「上を向いて歩こう・きよしのズンドコ節」など、連日の猛暑を吹き飛ばすほどの手拍子と大合唱で盛り上がりました。



エンディング曲では「蘇州夜曲・シルクロードのテーマ曲」など、マンドリンの音色が最大限に生かされた演奏に魅了されました。

最後は盛大なアンコールの声援に応えて、古賀政男の定番曲「丘を越えて」を追加演奏していただき、アツと言う間の1時間でした。



音楽に触れてうっとり♪

地区・単位クラブ活動通信

筑 紫

ちくしシニアクラブ（筑寿会）

【会長 牟田 正】

【会員数 48名】

秋季グラウンド・ゴルフ大会開催！
船小屋公園の宿！

10月25日（金）雲一つない秋
晴れの良い天気恵まれて恒例
の秋季大会を船小屋公園の宿、
筑後広域公園で行いました。

毎年、春と秋に行っています
大会ですが（25名位）、今回は
参加者が少なく17名でした。と
いうのも前日になって急に持病
が出て体調が悪いつか家族の人
が急病になった等で3名の方が
欠席という事態でした。

我々の年代になると、いつ、
何が起きてもおかしくない年代
ですから多少の変更は覚悟し
て、いろんな行事なども行っ
ていきます。

大会の内容は、相変わらず難
しいコースなのでスコアも通
常の成績より20打位多くて優勝
スコアがイブンパーの72打で
した。おまけにホールインワン
も1名しかいませんでした。



ゴルフの後は、成績発表と懇
親会を行いカラオケで賑わいま
した。帰りのバスの中では人数
が少なかった分、「カラオケも
何曲も歌えて楽しかった」との
声も出ていました。

「高齢者向け体力測定」を
実施しました

10月の月例会に参加されたメ
ンバーで「高齢者向け体力測定」
を行いました。

写真は全員一斉に「30秒椅子
立ち上がり（30秒間の回数を計
る）」を行っている様子です。

その他に①開眼片足立ち（片
足を上げて時間を計る）、②握
力、③ステップテスト（2歩幅
（cm）÷身長×2ステップ幅）、
④片足立ち上がりテスト等を行
いました。簡単なテストですけ
ど、人によってはできる、でき
ない内容がありました。ロコモ
度を確認するにはいいテストに
なりました。

この「高齢者向け体力測定」
に関してはシニア連のホームペ
ージに詳しく記載していますの
で、各クラブの皆さんも行われ
てみてはいかがでしょう？

測定後の皆さんの感想は「や
ってみて良かった」「時々家
でもやってみよう」とのこと
でした。みなさん、健康づくりに
頑張ってください！！



2024/10/19 10:41

地区・単位クラブ活動通信

暑い夏は去り、
のどかな秋の日帰り旅行で

爽やかな秋空中、黄金色の田畑を眺めながら筑寿会の一行は秋のバスハイクへと車が走ります。

楽しいバスの中、あつという間に目的地のパークゴルフ場に着きました。丘の上からの眺めにすごいな一と思わず「深呼吸」、ゴルフ

フ場の広さに心と身体が癒される瞬間でした。早速5組に分かれて競技開始。

各々3回で5回で「入った」「すごいバーディーで入ったよ」と芝生を踏みしめながらアップダウンの草むらの中で玉を打った時にはオーバーして「キャー」「ワーツ」「スゴイ」等あつちこつちで興奮した声が聞こえて



きます。

日頃の老いを忘れ足の痛みもどこへやら、背中もピンと伸び頬を染めた青年、少女の笑顔に戻った楽しい時間を過ごしました。

その後、花立山温泉で親睦会が開かれ乾杯の後、団体戦の1位と3位に賞品が渡されました。その時の興奮がよみがえり、ほころんだ顔がより一層ほんのり桜色に輝きました。

そんな盛り上がった中でカラオケと進んでいきしました。次から次へと18番が披露され拍手、喝采、絶好調の時間を過ごしました。会長、副会長に感謝を伝え、心元気に身体元気、つながり元気でいつまでも時を分かち合えますようにと願いつつ無事に帰路につき、最高のバスハイクに感謝の1日となりました。

(文責 石丸 伊久子)

筑 紫

筑紫第三クラブ（鶴寿会）

【会長 和田 正廣】

【会員数 21名】

筑紫第三クラブ（鶴寿会）の近況

単位クラブ（会員22名）独自の主要行事は次の通りです。会の決算、予算と行事を決める総会（4月）や行事の方針を決める運営委員会（4月、8月、11月、1月）。例えば、いきいき

明やのど自慢歌等、アツという間でしたが、大変楽しい一時でした。その後、鰻のせいゐ蒸しに舌鼓を打ち、カラオケも大盛り上がりでした。

サロン（5月、7月、11月、2月の4回。公民館で10時～12時）。その内容は、ラジオ体操第一で始まり、スカットボールⅡ（両チーム対抗）、パタカラ体操、穴埋め川柳、脳トレパズル、唄（4歌）で締めます。

新年会（1月）に次いで、歩け歩け運動（4月）ではサクラの花見も兼ねて楽しめます。社会奉仕の日（9月）は団地内道路から第一公園まで草刈りを行います。健康学級（6月）。警察講話（12月）は交通安全（自動車、自転車）、ニセ電話詐欺、闇バイトによる犯罪について学びます。それから防犯パトロールは2班に分かれ、毎月交互に行っています。

以下の行事もあります。春（3月）と秋（10月）のバスハイク。10月24日はお天気にも恵まれ、20名参加で、

これからも楽しい会でありますように願い、会行事の現在の平均出席率77%がさらに向上するように工夫しながら取り組んでいきます。

柳川の川下りを体験。船頭さんによる柳川の説



(文責 立山 幸子)

地区・単位クラブ活動通信

山 家

山家中央クラブ

【会長 町田 松雄】

【会員数 13名】

日帰りの旅、女性ペタンク大会に参加

〈日帰りの旅〉

山家クラブは、会員数13名。活動できる方が9名で活動しています。会員相互の親睦で、今回は大刀洗の平和記念館に行きました。

参加者の中に戦争経験の方がいません。記念館の方に説明を受けました。特攻隊が残した手紙を読み、涙しました。

今の若い方は、なぜ自分の命をお国のために捧げないといけないかと反発すると思います。若い方がお国のために命を落とされていることに胸が痛みました。

甘木観光ホテルに行き、お風呂に入り食事をし、芝居を観ました。外は猛暑でしたけど、涼しく、おいしい食事をし、芝居を見て癒されて、無事に帰り着きました。



楽しい旅行を
みんなで♪

〈女性ペタンク大会に参加して〉

10月21日(月)、暑くも寒くもなく女性ペタンク大会が行われました。

山家クラブは、後期高齢者ばかりで、1名が体調不良で参加できなくなり、3名で頑張りました。今年は暑かったので練習もなしで参加しましたが、力を合わせプレーし8位に入賞しました。うれしかった……！



狙いを定めて!!

筑紫南

美しが丘北いきいき会

【会長 兼田 清】

【会員数 36名】

諮問して 共に進もう 明日の路

令和6年度総会を

開催しました

5月26日(日)、公民館において令和6年度総会を実施、5月8日市老連、5月14日南地区の総会を受けて、いきいき会の活動について決めてまいりました。

・スポーツを通して健康づくりの活動と介護予防の活動

・友愛活動を基盤とする幅広い生活支援活動の推進

・社会奉仕活動による地域活動の推進。いきいき会としては公民館の清掃など

・相互扶助の理念の下、高齢者への生活支援活動の推進

・生きがいや遣りがい、楽しみなど魅力ある「いきいき会」の推進

美しが丘北いきいき会の存在感を、シニア祭り・椿山などを通してアピールしつつ、活気ある組織を目指し、会員の増を第

一目標に掲げて頑張りましたと決めてまいりました。



朝揃い ラジオ体操 元氣よく

フレイル防止に最適な
ラジオ体操しよう

7月22日(月)から始まったラジオ体操に、いきいき会も自治会活動に積極的に参加、フレイル防止対策の一環として推進。参加証に押印しつつ推奨を図って賞を贈りました。

地区・単位クラブ活動通信

皆勤賞（20日）2名、優秀賞（10日以上）5名、参加賞2名それぞれに豪華賞品を贈呈しました。本年度は、周知漏れなどあつて十分な活動とならず、次年度からは誘い合いながら参加意欲を高めて初期の目的「フレイル防止対策」に努めることにしましょう。

集う程 元気を貰う 祝いかな

敬老の集いを
開催しました

9月15日（日）、会員全員を対象に敬老の集いを行いました。今年の暑さは格別で、太宰府では猛暑日が国内最多記録だった桐生市の46日を上回り、猛暑日の記録を更新しました。

この様な中でもシニアクラブは元気に活動し、いきいき会においてもラジオ体操や社会奉仕活動、生活支援活動など推進しており、楽しい活動の一環として『敬老の集い』を実施しました。

11時より昼食を進めつつ、会長・自治会長・市会議員の挨拶。12時よりビンゴゲームを行っ



て賞品をゲット。ラジオ体操参加者に賞の贈呈。

12時30分より歌声の時間、最初に「筑紫野恋歌」に合わせて健康体操をやり、青春時代の歌をそれぞれが歌い、最後にいつもの「鳩ぽっぽ体操」で締めくくり、楽しく一日を過ごしました。

歌いつつ 手足振り振り 秋まつり

いきいき会も頑張つて
参加しました

9月28日（土）、美しが丘北2号公園において『秋まつり』が開催されました。いきいき会は、自治会活動に積極的に参加、フレイル予防策には、栄養バランスのよい食事、適度な運動と社会参加すること

が大切です。その一つ、適度な運動の実践としていきいき会をアピールしつつ参加しました。皆さん、長山洋子の『炭坑節』に合わせて舞台いっぱいを活用、元気に踊り大盛況。たくさん拍手をいただいて、より一層元気に披露することができた秋まつり、次も頑張ろうと意気投合しました。



舌鼓 温泉と踊りと 秋の空

6年度、バスハイクを
実施しました

10月28日（月）、花立山温泉を会場に、日帰りバスハイクを実施しました。集合場所に1人ひとりと集まり、顔を見せてい

ない方には電話をかけたたり、迎えのバスを待つがバスは来ない。何でだろうと会場へ連絡、食事は聞いていますがバスの件は聞いていませんとの返事にビックリ。話を進めると今からバスを出します、待つてくださいの返事に一安心するとともに30分遅れての出発となり、12時からの『乾杯』とお料理を食べつつ、カラオケタイムになると思い思いの歌を披露、最後は皆で合唱「青い山脈」の歌に合わせて即興の『炭坑節』を踊り出し、手を振ったり足を跳ね上げたり踊る姿に会場は大笑いだった。最初に冷や汗をかき、報連・相の大切さを体験した「いきいき会」。終わり良ければ全て良しの旅でした。



筑紫南

筑紫南シニアクラブ連合会

【会長 松永 達始郎】

【会員数 403名】

筑紫南地区が大活躍！女性部大会

市老連主催 女性部ペタンク大会において筑紫南地区から出場したチームが入賞！

第2位と第3位の成績を収めました。

10月21日(月)、市老連主催で女性部ペタンク大会を諸田多目的グラウンドにて開催。筑紫南地区より、美しが丘北・光が丘・原田・美しが丘南・西小田の5チームが出場しました。

【光が丘チーム】

Eコートにおける試合の状

況は、第2戦、光が丘6対次田B2で破り、第3戦、光が丘9点対阿志岐西2点でこれまた勝ち。第5戦、光が丘12対筑紫第三3点の大勝、三連勝の結果を出しました。

【美しが丘北チーム】

Dコートの試合状況は、第2戦、美しが丘北8対針摺東2で破って、第3戦、美しが丘北4対西吉木3下して、第5戦、美しが丘北5対下見3で破り、これまた3連勝で終わりました。

た。

日頃の練習成果が、各チームとも発揮できたのでしようネ。

結果が発表され、第1位はちくしチーム。第2位が光が丘チーム、第3位、美しが丘北チームと順次呼ばれると、大拍手の波。筑紫南地区より入賞2チームという快挙をあげました。

(文責：兼田 清)



伊藤英人、松岡萬寿美お二人には、審判員お務めご苦労さまでした。



核問題について

西小田シニアクラブ

高原 儀雄

このところ核廃絶についての新聞の報道記事が目立つ。

朝刊を広げれば「被爆七九年核抑止依存転換」の大見出しが躍っていた。

一面、二面、三面、いずれも

核関連記事で埋められていた。

「日米が核の実態を共有し、信頼関係を築くことが核のない世界を目指していく」

以上、核廃絶に対する岸田総理の公式発言であった。

ところで数日前であった。こ

の猛暑の中、我が孫たちの出生地長崎県内の早岐に所用が出来、その序いでに流金焦土の中長崎市内に足を延ばし、長崎市内の歴史的文化遺跡散策でのん

びり一日を潰して来た。

我が老生にとって長崎はもともと印象深い唯一の観光地であった。これまで何度も長崎観光で余暇を過ごして来ている。

しかしながら、それでも長崎

原爆記念公園だけはまだ一度も訪れていなかった。が、今回は敢えて同公園を訪れてみた。当日は30度以上を越す炎熱日、そのためだろうか、同公園内は人の姿は疎らであった。

それでも広い原爆記念公園内を俯瞰してみれば、中国からの観光グループだろうか、イヤ、イヤ韓国からの数人の仲間たちのようであった。その彼等たち、原爆記念公園のモニュメントを見上げては賑やかに声を上げてはしゃいでいた。

まさしくこの地は七十数年前へ米軍機から原子爆弾が投下された地点であった。

原爆については原爆の父と呼ばれていたオッペンハイマーについて映画化されていて現在上映中だが、その映画の中でも描かれているが、なる程そう簡単に原子爆弾が製造されていたのではなかった。

原爆を製造するに当って、アメリカ軍は一千回もの核実験を繰り返し繰り返へし行っていたのである。

実験場所はアメリカ西部ニュ

ーメキシコ州のトリニティ・サイトという不毛の砂漠地帯であった。

西部劇に登場するような原野であった。そこには1万3千人もの地域住民たちが居住するにもかかわらず、アメリカ軍はその地で原爆テストを行っていたのである。であるため、その彼等住民たちには健康被害はなかったであろうか。その辺りについては全く不明である。

ともあれ、広島・長崎への原爆投下についてはアメリカ・サイドの言い分はあくまで「戦争早期終結のため」だと主張してやまない。

いずれにせよ、戦後七十数年間、平和と自由に豊かなる生活を享受して来た我等日本は戦争放棄政策を貫き通しては、この七十数年間一発の銃弾をも発していない、世界的にも誇るべき稀有の国なのである。

例へ我が国はそうであっても遙か遠い海の向うはそうではない。今この瞬間も好戦的なクレイジーな兵士たちによって多くの人命が失われているのであ

る。

そこはウクライナであった、パレスチナであった。

いずれもロシヤ軍にイスラエル軍による執拗なる攻撃であった。

例へ、その場所が児童教育施設であろうが、婦人高齢者の福祉養護施設であっても、彼等は情容赦なく銃弾の雨を浴びせていた。

パレスチナだけでも、すでに4万人以上の犠牲者を出しているが犠牲者のおおかたが非戦闘員であった。市井の一般庶民たちであった。特に子供の犠牲者が目立つ。

ここで気になるのが、これ等の戦闘の中で核兵器が使用されるのではないかということであった。

早くからロシヤのプーチン大統領は核兵器の脅威を誇示し使用を仄めかしていたからであった。ウクライナとの戦争が長引き膠着状態のまま決着がつかなければ、そこは独裁者としての権威も面子も失墜してしまう。

いずれの国の独裁主義者も面

子に拘泥する。であるためロシヤのプーチン大統領にとって何が何んでもこの戦争に勝たなくてはならない。独裁者の宿命であった。

就中、世界の中で核兵器の洗礼を受け核の恐怖と悲惨さを身をもって経験したる唯一我が国である。にもかかわらず、核の傘の中で我が国はいまだに国連機構の中で「核兵器禁止条約」には批准していないのである。

「七十数年前へ、長崎市内に一発の原子爆弾が投下されて長崎市内は見るも無残に一面焼け野原となってしまうも、奇跡的にも当寺の被害は屋根瓦がふっ飛んだだけで被害は免れまし

た」

以上、興福寺の関係者ガイドの説明による。

ちなみに興福寺は1654年、中国僧の隠元禪師の入山による我が国最古の黄檗宗の唐寺であった。



〈飲酒運転体験始末記〉 酒飲んで、車運転した!?

曙町シニアクラブ(ときわ会) 会長 渡邊 英敏

なんとも物騒なタイトルであるが、これには少々理由がある。いささか旧聞に属する話で恐縮であるが、昨年の盆前のことである。市シニア連事務局から「飲酒運転撲滅週間」を前に、アルコールが運転時の身体に及ぼす影響を実体験し、飲酒運転の危険性を広く知ってもらおうと筑紫野警察署主催、市交通安全協会協力による「飲酒運転の危険性を知る体験型ドライビングス



講師の筑紫野警察署交通課長

クール」があるから参加しないかとのお話を頂いたのである。特段の断る理由もないので参加することにした。

立秋も過ぎた残暑厳しい8月20日(火)、会場である筑紫野自動車学校に向いた。参加者は、筑紫野市内の企業・団体と報道機関から選りすぐりの飲酒愛好家約10名であった。

実施要領の説明の後、まずは自動車学校内のコースで素面での自動車運転体験があり、参加者は少し早めの昼食を取りながら、主催者側から準備されたビール、焼酎や酎ハイ等を飲んだが、これから自動車の運転をするのかと思うといささか複雑な気持ちであった。

勧められるままにしたたか飲んで運転体験に臨んだが、私を含め年配者は意外と無難に運転できたようだが、若者は脱輪はするは、コーンは倒す、信号無

視はするなど散々な運転であった。気が大きくなり速度超過などの危険な運転、車間距離の判断誤り、ブレーキペダルを踏むまでの時間が長くなるなどの安全運転に必要な情報処理能力、注意力、判断力などが低下したことは確かであった。

改めて飲酒運転の怖さを認識し、「飲んだら、乗るな」を肝に銘じた一日であった。私の名誉のために言っておくが、この日は会場までの往復はシニア連事務局の送り迎えであったことは言うまでもない。

警察公認の飲酒運転とは言え、「飲んだら乗るな」を信条としている私にとっては後ろめたさの残る体験ではあったが、有益かつ貴重な体験をさせて

もらった。会員の皆さんも機会があつたら、ぜひ一度体験されることをお勧めする。



インタビューを受ける

随想

第 26 回
「行橋～別府 100km
ウォーク」に参加して

曙町シニアクラブ 渡邊 英敏

令和 6 年 10

月 12 日 (土)

から 13 日 (日)

にかけて

100 km ウォ

ークに参加し

た。今回で 10

回目の参加と

なる。8 月

から 8 kg の

ダンベルを

背負い、朝

5 時、自宅

から徒歩で

天拝山頂上

258 m ま

で登り訓練

した。途中シニアクラブの方に
出合い、訓練の内容を話してし
まったので完歩の責任を痛感し
た。

そこで、タイムではなく完歩
をめざし無理のない歩きに専念
した。したがって、23 時間 16 分
54 秒のタイムで完歩できた。内
容は下記表の通り。

例年 3000 名の参加に対
し、今年度は 4325 名で最年
長は 85 歳、最年少は 8 歳だった。

実際に到着時間は腕時計での確認時刻

地 点	距 離	場 所	制限時刻	実績到着時刻	歩数計
スタート	0	今川河川敷き	12:00	出発 12:45	0
第 1CP	36,9km	中津中央公園	22:00	20:50	62,642
第 2CP	61,6km	宇 佐	4:30	10 月 13 日 2:45	104,286
第 3CP	87,5km	日出町保健福祉センター	11:30	8:58	145,776
ゴール	100,9km	的が浜公園	14~15:00	12:05	167,743

2 名の完歩は確認できなかった
が完歩を心より願っている。
毎年参加して思うことは、な
んでこんなキツイバカなことを
しているのかと思いつつも、不
思議と毎年参加申し込みをして
いる。何か引き付ける魔物が体
の中にいるのかもしれない。
健康維持のため現在 79 歳、85
歳位までは頑張りたいと思っ
ている。

市シニア連

県共同募金会会長感謝状を受領

10 月 23 日 (水)

市社会福祉協議会
の表彰状及び感謝
状贈呈式がカミ
リヤ視聴覚室で開
催され、当連合会
が令和 4 年度およ
び令和 5 年度の共
同募金運動にあ
り浄財を寄付し県
社会福祉の推進に
寄与したとして社
会福祉法人福岡県
共同募金会会長の
感謝状が伝達され
ました。

感謝状

筑紫野市シニアクラブ連合会 殿
貴会は令和五年度共同募金
運動にあたり多額の浄財を寄付
され本県社会福祉の推進に寄与
されました。
よってここに厚く感謝の意を
表します。

令和六年一月二十二日
社会福祉法人福岡県共同募金会
会 長 賀 正 義

おめでとうございます！

編 集 後 記

新年あけましておめでとうございます。昨年は活発な活動を通して、シニアクラブ連合会の輪がさらに広がったことをとても嬉しく思います。

本年も引き続き、シニアクラブ連合会が皆さまの生きがいや健康づくりのお手伝いをできるように努めてまいります。一緒に新たな挑戦や交流を楽しんでいきましょう。今年もよろしく願いいたします。

広報部一同

スポンサーへのお礼

このたびは「椿山」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。

本誌は、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。

筑紫野市シニアクラブ連合会

会 長 島村 紀生

これが私の生きがい

はじめてゲートボールに触れて

美しが丘北いきいき会

会長 兼田 清



令和6年度筑紫野市シニア連・秋季ゲートボール大会が、9月12日(木)開催されました。私は競技役員として出席して居り、開会式寸前に紫ヶ丘チームより選手1名足りないという知らせが急遽、紫ヶ丘の選手として参加することになりました。ゲートボールの「ゲート」も解らない全くの素人の参加ですが、紫ヶ丘選手の皆さんに温かく迎え入れられ奮闘すること、普段ゲートボールをしていないため道具も持つて

第一試合、紫ヶ丘対美しが丘南、俗明院の真鍋選手よりスティックを借り、試合に臨み、ボールNo.⑤、第一打席で第一ゲートを通し順調な滑り出し、監督の指示を受けボールを進めました。しかし、指示通りには上手に転がらず、監督より振り子の原理、素直にスティックを振り下ろしたらボールは伸びるとアドバイス貰いつつ必死で皆さん方に付いていくのが精一杯、他の選手から教えて頂くが、中々思う場所にはボールは進みません。狙って打つ時はお

おむね距離が短く、監督よりスティックが振り切れて無いヨとアドバイスを頂く。夢中でやっているうちに終了時間、紫ヶ丘12点。美しが丘12点。上がり点で紫ヶ丘の勝ちと審判員が告げて、試合が終わりました。ゲートボールは個人プレーでなくチームプレーだなと少しわからると同時に、監督の指示一つで試合の流れが変わってしまう不思議なスポーツ。第二試合、紫ヶ丘対俗明院、美しが丘南の山内選手スティックを拝借して試合しました。ボールNo.⑥、今回も第一打席で第一ゲートを通すという自信満々のスタートでしたが、やはり素人。思う様には転がらず一打一打を監督の指示の下、何とか競技している状態でしたが、結果は紫ヶ丘13点、俗明院7点。紫ヶ丘チームが2連勝し、秋季大会「優勝」しました。初めてのゲートボールでしたが、チーム成績に貢献出来たのでしうか？ 私が試合中に何点取ったのかも判らない初めての試合参加でした。

大会結果

順位	地区名	チーム名
優勝	二日市東	紫ヶ丘
準優勝	筑紫南	美しが丘南
第3位	二日市東	俗明院

私たちは筑紫野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 内科・呼吸器科・デイクア

★西本内科医院

理事長 西本 光伸

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	日・祝日
13:30~17:30	○	○	○	○	○	○	

筑紫野市原田6-8-1 ☎092-926-0021

医療法人 せいわ

医療法人 せいわ会



聖和記念病院

小都市津古半女寺 1470-1 ☎(0942) 75-1230

医療法人せいわ会
介護老人保健施設 ハーモニー聖和

筑紫野市西小田 991-3 ☎(092) 927-1811

ガルブホム おもやい

筑紫野市西小田 991-3 ☎(092) 919-7377

医療機能評価機構 第1号認定病院

神経精神科・内科



牧病院

診療時間 月~土 9:30~12:00

休診日 日曜日・祝日

筑紫野市永岡 976-1 TEL:092-922-2853

<https://www.maki.or.jp/>福岡県認知症医療センター
TEL.092-922-28571.5 テスラ
MRI 完備

無料査定・出張買取いたします

買取大吉 筑紫店
KAITORI DAIKICHI

☎092-555-3133

筑紫野市筑紫599-1

●営業時間 10:00~19:00(年中無休)

買取・生前整理・遺品整理

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
nichicom