



大河筑後 大川市老連だより

謹賀新年



東洋一の昇開橋

目次

新年のご挨拶	2
大川市ベタンク大会	3
文化センター清掃	3
やすらぎとふれあいの旅	4-5
第35回県グラウンドゴルフ大会	6
女性リーダー研修会	7
南筑後グラウンドゴルフ大会	8
南筑後高齢者相互支援リーダー研修会	8
第53回全国老人クラブ大会	9
南筑後ベタンク大会	10
健康をすすめる運動推進研修会	10
会員文芸	11
体力測定	12

筑後川昇開橋の夜明け 光の道

朝の静かな時間、凜として立つ昇開橋

昭和10年旧国鉄佐賀線「可動式で船が通れる」鉄道橋梁として建設されました。しかし、平成15年国鉄の民営化により廃線となり大川市が重要文化財として譲り受け、現在観光の一環の遊歩道として利用しています。

筑後川の朝の川面の流れはなんと美しいことでしょう。まるで昇開橋が素敵な夢を見ているようです。

発行：大川市老人クラブ連合会
大川市大字上巻 405-1 (大川市社会福祉協議会内) TEL: 0944-86-6556
製作・編集：プリンティングコガ 福岡県大川市大字一木 736-5 ☎0944-88-0027

自己管理に100人

笑顔広がる体力測定



10分障害物歩行



開眼片足立ち

大川市老人クラブ連合会(龍野正明会長)は12月11日、市民体育館で体力測定を行った。約100人が参加し、笑顔を見せながら4種目を実施した。血圧測定のと開会式で龍野会長があいさつ。ラジオ体操をした後、各校区ごとに体力を測定。筋力を計る「握力」、身体の柔軟性を見る「長座体前屈」、バランス能力を計る「開眼片足立ち」、調整力をためす「10分障害物歩行」を行った。楽しみながらの測定に、会場では笑顔が広がった。



編集後記

新年あけましておめでとうござい
ます。

最初に龍野会長育成成功労賞おめでとうござい、今年蛇年で、脱皮をする蛇は「復活と再生」を連想し、不老長寿や強い生命力に繋がる縁起のいい動物とされているとのこと。

昨年はやすらぎとふれあいの旅の四国における足摺岬、金剛福寺、四万十川・ゼロ戦の紫電改と旅情豊かな報告に私も行けず残念に思っています、また、福岡県老人クラブ女性リーダー研修会の「認知的フレイルの予防と実践について」の報告があり、フレイルと予防に取組む必要があります。グラウンドゴルフ、ベタンク大会、文化祭における皆様の活動における元気な姿の報告に感謝致します。

最後に「復活と再生」を心に刻んで楽しい人生を送る今年であることを願います、自分の心に人生がある。

広報委員長
古賀政則

スポンサーへのお礼

このたびは「大河筑後大川市老連だより21号(1月号)」の発刊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。
大川市老人クラブ連合会

私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

永代供養墓 お墓のことなら何なりとご相談ください

柳川 さくら墓苑

50万円~ (税込)

福岡県柳川市西蒲池100 ☎0120-64-7177
【営業時間】9:00~17:00

指定石材店 (株)石の山本 TEL:0942-62-6100



◎有明海沿岸道路柳川西ICより車で約1分
◎西鉄柳川駅より車で約8分(3.0km)
☐お問い合わせ先
TEL 0944-77-7177 【営業時間】9:00~17:00
☐ホームページ
信頼のおける霊園選びは「さくら墓苑」 検索
https://www.sakuraboen.com
許可番号/28柳生環第349号



龍野会長挨拶

龍野会長挨拶
競技に入り、参加者は小さな赤玉めがけて銀色のボールを投げた。
表彰された3位までは①中小路②友楽会③東老会となった。

選手宣誓する福山さん



ボールを投げる競技者



中小路が優勝 ペタンク大会

大川市老人クラブ連合会（龍野正明会長）主催の高齢者ペタンク大会が7月23日、中央公園グラウンドで開かれ、田口校区の「中小路」が優勝した。中小路は県大会に出場する。

1チーム3人編成の32チームが参加。開会式では龍野会長があいさつし、倉重良一市長と遠藤博昭市議会議長が来賓祝辞を述べた。また前年度優勝の楽友会（大川）の福山勝己さんが選手宣誓を行った。

170人参加し一斉清掃 大川市文化センター周辺など

例年より夏日が長かった9月4日早朝、大川市老人クラブ連合会（龍野正明会長）は文化センター裏から体育館まで、また健康福祉センター周辺を二斉に清掃奉仕した。

81の単位クラブから2人ずつの約170人が参加。一斉清掃は10月の木工祭りが近づいたこの時期、毎年行っている。

参加者は鎌や草刈り機で雑草を刈り取り、早朝に心地よい汗を流した。作業後は体育館前に集合し、お茶とタオルを受け取り解散した。

老連の皆様へ、龍野正明会長と江藤義行大川市長より 新年のごあいさつ



大川市老人クラブ連合会
会長 龍野正明

大川市老人クラブ連合会の皆さま、明けましておめでとうございます

市長祝辞



大川市長 江藤義行

明けましておめでとうございます。大川市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、清々しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃より、高齢者支援活動はもとより地域活動にも積極的に取り組まいただき、心から感謝を申し上げます。

この『大河筑後大川市老連だより』は、発刊から丸10年を迎えられ、会員の皆様には益々楽しんでいただける情報提供されており、役員をはじめ関係者の皆様方のご尽力に敬服いたします。

現在、大川市の高齢化率は36%を超え、高齢化が一層進んでおります。75歳以上の人口も過去最高を記録し、令和6年10月には6775人となりました。

ことなく地域で支え合う基盤となっていくものと思います。今後一人でも多くの仲間とながり、支え合いながら大川市がより一層元氣な活気ある街となっていくようお力添えいただければ幸いです。



私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

歴史をたどる象徴に 風浪宮 三本の御柱お披露目

風浪宮百年の杜
記念事業で境内に建立
樹齢110年程で高さ約10m、重さ1.5トンの御柱3本が太陽・月・星を表す同宮紋所と同じ配置で建てられた。来年4月末頃にすつらえまで終わる予定。



令和7年2月9～11日
筑後三大祭 風浪宮大祭
▼2月10日(土)夜裸ん行



勅命社 風浪宮
〒831-0016 福岡県大川市大字酒見726-1
TEL0944-87-2154 FAX0944-87-8543

私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

【診療科目】内科・循環器科・泌尿器科・外科・整形外科・脳神経外科・胃腸科・肛門科・放射線科・リハビリ科・人工透析等
救急指定病院・開放型病院・人間ドック・健診各種

医療法人 福田病院
FUKUDA HOSPITAL

〒831-0005 福岡県大川市大字向島1717番地3
TEL:0944-87-5757
HP: http://fukuda-hp.net

おおぞら薬局

月～金 8:40～19:00
土 8:40～16:30
休業日 日曜・祝日

大川市中八院1307-6
☎0944-86-4709

浄化槽維持管理及清掃業

(株)近藤商事

〒831-0024 大川市大字鬼古賀605
TEL(0944)87-1414
FAX(0944)87-1415

完全予約制 腰痛専門院
大木町整体整骨院
三瀬部大木町大字大角 1558-3
☎0944-78-1144

神の手を持つ治療院
に選ばれました。

一級建築士事務所
有限会社 佐々木設計室

〒831-0045 福岡県大川市大字大野島423-1
TEL:0944-88-0601 FAX:0944-88-0610

大川精五株式会社
機械用刃物
■海苔用ミンチ刃製造研磨

リード刃 プレート
実用新案登録 第3046995号 実用新案登録 第3175323号

大川市大字三丸1115の1
☎0944-87-5510



写真提供：大木康伸氏 ありがとうございました。

私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

町をきれいにしましょう (有)大川環境センター 大川市大字中古賀961-2 0944-86-5254

浄化槽保守点検・清掃業・汲取業 樹木剪定枝リサイクル業 東洋開発工業(株) 086-5170 088-0393

SERA DENTAL CLINIC せら歯科医院 院長 世良 健司 (0944) 89-1666

浄土真宗 本願寺派 浄福寺 大川市小保 40、41 TEL(0944)86-5464

車の総販 各新車・中古車販売、車検、自動車保険など 大川店 福岡県大川市一木 727-1 0120-843-150

安心と信頼をあなたに 損害保険 生命保険 代理店 株式会社 共栄ベスト 0944-88-1411

やすらぎとふれあいの旅に参加して

大野島校区 北中通老人会 田中 博美

大川市老人クラブ連合会の年1回の旅行が、今年は、あしずり温泉郷・道後温泉3日間として、令和6年9月23日(月)〜25日(水)までの2泊3日で行われました。

今回は、53名の皆さんに参加して頂きました。大野島校区からは、14名の方が参加されました。私は、足摺岬には行ったことがなかったので、とても楽しみにしていました。

まず、1日目は、大分の佐賀関港から愛媛県の三崎港まで、フェリーに乗船し、約1時間10分揺れることもなく、快適な船旅でした。三崎港に着き、昼食会場のレストラン宇和島に向かいました。レストランでは、名物の宇和島鯛めしを美味しく食べました。その後、1日目の観光の目玉である、足摺岬展望台へ向かいました。四国の南

端、足摺岬にある展望台で、展望台から眺める海は、およそ270度にも及ぶ視界で、まるで地球の丸さを実感出来るような絶景を楽しむことが出来ました。そばにある金剛福寺は、四国最南端の四国霊場第38番札所で、823年にできたものです。歴代天皇の勅願所で、皇室や藩主の尊崇あつく、境内には、多宝塔・十三石塔・逆修の塔など多くの文化財があります。

2日目は、四万十市で、四万十川遊覧船で、周りの景色や清流を眺めながら、のんびり旅気分になりました。有名な沈下橋は、水量が多かったので、そばまで行くことはできませんでしたが、四万十川の雄大さに感激しました。その後、昭和53年に久良湾で引き上げられた、紫電改が恒久平和を願うシンボルとして展示されている、紫電改展示館へ行きました。紫電改は、ゼロ戦に代わる新鋭機として終戦まじかに開発された、海軍のもっともすぐれた戦闘機

だったと言われています。今もその当時のままの状態で、展示されています。その後、日本庭園南楽園や松山子規堂、正宗寺へ行きました。3日目は、大洲街並み散策でした。「伊予の小京都」と呼ばれている場所で、江戸時代から明治時代にかけての街並みが当時のまま残っていました。趣のある懐かしい景色と出会え、嬉しかったです。最後に、夜の懇親会も芸達者な方が多く、歌に踊りに大変盛り上がり楽しい3日間の旅でした。

3日間お世話いただいた、添乗員さん、運転手さん、ガイドさん有難うございました。



ありがとうございました!



私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

家族葬ホール 羽犬塚草苑 2022年12月 GRAND OPEN 大川中央草苑 大川榎津草苑 大川三瀬草苑 大川柳川草苑 24時間365日受付中 0120-700-978

TSURUSHO 株式会社 鶴商 大川市大字一木719-2(新田大橋通り) 0944-88-1161 0120-710-926

株式会社 かねせ建設 スケルトンインフィル (ルネスマンション・KS住宅) 〒831-0034 大川市大字一木439-8 TEL:0944-87-2804

福勝 松乃 大川市大字三木780-1 Tel.0944-87-1627 0944-87-1627

相続・贈与の相談はこちらへ 園田税務会計事務所 所得税・法人税・経営コンサルタント 大川市大字津 22-2 TEL 0944-87-3579

救急は24時間365日対応しています 医療法人社団 高邦会 高木病院 【診療時間】月～土曜(日・祝日を除く) 午前:9～12時/午後:14～ ※診療科によって異なりますのでご確認ください 大川市酒見 141-11 TEL 0944-87-0001(代表)



10月に入っても真夏の暑さでございましたが、10月11日春日市のクローバープラザで開催されました。大川市から7名でございましたが、会場は県内の参加者でいっぱいでした。

「演題 認知的フレイルの予防と実践 について」福岡国際医療福祉大学医学部作業療法学科の講師佐野伸之先生のお話がありました。

福岡県老人クラブ女性リーダー研修会に参加して

女性部長 古賀政子

個人による予防対策

話は2時間近くあり、健康で長生きの為に日々の習慣として実践せねばと痛感致しました。

認知症の危険因子と予防

- ・人生の中で12の認知症の危険因子が報告されている。
- ・教育不足・糖尿病・聴覚障害・喫煙・外傷性脳損傷・うつ・高血圧・社会的接触の少なさ・過度のアルコール消費・大気汚染・肥満・運動不足。

- ・高血圧を治療し、中年期は収縮血圧130mmHgを目指す
- ・毎日ビール3本分を超えるような過剰な飲酒は避ける
- ・リスクの高い外傷性脳損傷を予防する。
- ・禁煙は年齢に関係なく有益で、副流煙も減らすことができ。
- ・健康的な食事によって肥満や糖尿病などの関連疾患を減らす。
- ・中年期から高齢期の身体活動を維持する。
- ・特に、有酸素運動や抵抗運動などが良い。

第35回福岡県老人クラブ大会に同行して

大川校区 山浦春美



令和6年9月26日、遠賀郡岡垣町に於いて県のグラウンドゴルフ大会が開催されました。

小高い山に囲まれた岡垣町は工業が盛んですが、夏には美味しい枇杷の産地としても有名な町です。

県内から選ばれた選手240名でのプレイ開始です。

初秋といえ、この暑さの中での競技ですから選手も応援も大変です。

大川からの出場者12名も暑い暑いといながら成績は良好でした。

県内から選ばれた人たちで、みな優秀です。上位6位までが全国大会へ参加されます。

残念ながら、大川からの入賞はありませんでしたが、田口校区の小原勝実さんがホールインワン特別賞19人の中に入り、明るい話題となりました。

最年長賞96歳、最年少69歳の表彰と記念品が渡されました。

老人会の加入者が減少している現状です。

第35回県老連グラウンドゴルフ大会結果

順位	所属	氏名	打数	1打数	2打数
優勝	行橋	岩澤茂子	40	4	12
準優勝	柳川市	柿野博明	49	3	9
第3位	うきは市	白井秀一	49	2	14
第4位	行橋	小坪幸一	50	3	8
第5位	久留米	古賀英雄	51	3	7
第6位	行橋	白石利治	51	2	11
第7位	柳川	森 高成	51	2	11
第8位	糸島	川添利信	52	3	7
第9位	筑前	平田嘉輝	52	2	12



グラウンドゴルフ、ペタンク等スポーツ又、文化面に於いても、健康増進、会員同士の交流に参加して、楽しい老人クラブとして発展してほしいと願うばかりです。

私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

有限会社 **三和開発工業**

浄化槽維持管理
し尿汲取り

大川市大字一木84-4
☎0944-87-3276

JA福岡大城

おもひでホール
大川斎場

〒831-0014
福岡県大川市大字中木室570番地 TEL:0944-88-0002

☎0120-880-002 年中無休 24時間受付

有限会社 **酒見建材店**

大川市幡保166-2
TEL:88-1181・FAX:88-1012
HP:https://sakemikenzai.com/

松藤歯科医院

診療時間 平日 午前 9:00~13:00
午後 14:30~18:30
土曜 午前 9:00~13:00

休診日 日曜日・祝日・土曜午後

TEL 0944-88-2326
大川市酒見177-3(西日本シティ銀行ウラ)

社会福祉法人 **道海永寿会**

◆永寿園 ◆いこいの家
◆ふれあいの里道海 ◆あじ彩館
(学習療法実施・天然温泉湧出)

大川市道海島861 ☎(0944)88-0800
http://www.eijunosato.com/

DUSKIN
喜びのタネをまこう
家事のお困り事や負担なことは

「家事お手伝いサービス」
《定期サービス》1回:7,700円~
(スタッフ1名2時間)

㈱ダスキン大川・ダスキン三橋支店
三橋支店 TEL 0944-73-8901
大川 TEL 0944-87-5399

私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

サービス付き高齢者向け住宅
レインボー富士川副

全36室
全室個室

認知症対応 生涯入居可能

〒840-2213
佐賀県佐賀市川副町鹿江 960-1
TEL:0952-37-5308
FAX:0952-37-5389

有限会社 メディカル産交

住宅型有料老人ホーム
希望川副

全19室
全室個室

24時間スタッフ常駐 併設サービス利用可能

〒840-2213
佐賀県佐賀市川副町鹿江 960-23
TEL:0952-37-7458
FAX:0952-37-7368

本社 〒831-0035 福岡県大川市大字津425-3
TEL:0952-37-5308(代)

柳川の諸藤Bが優勝

南筑後ペタンク大会

南筑後老人クラブのペタンク大会が12月5日、みやま市瀬高町中央公園夢広場で行われ、諸藤Bが優勝した。

1チーム3人編成の24チームが参加。大川市からは6チームが出場した。開会式では主催者(代理)あいさつなどの後、みやま市の中尾久義さんが選手宣誓し試合を開始。小さな赤



選手宣誓する中尾さん

色の玉をめがけて銀色のボールを投げた。優勝は諸藤B(柳川市)、2位は藤寿会(大牟田市)、3位に下久末西(柳川市)が入った。

会員文芸

田口 中原南大喜

冬晴といふも寂しき別れかな
こみあぐるものを押さえてる寒さ

大川 石田邦輔

色鳥の挨拶終えて去りにけり
風浪宮まで万歩あるくや冬日和

大川 仲村イソ子

ゆったりと潮満ちて来し鴨日和
大前に凜然と立つ大冬木

三又 諸富孝子

牡蠣ごはん海の恵みの旨みかな
朝夕に銀杏舞ひ散る木場通り

木室 今泉美代

短日や螺子を捲かれてるやうな
短日や柱時計の音太き

三又 佐野浩恵

青空の色濃くしたる紅葉川
槌の音鏝ぎりの音歳の暮

木室 福山弓子

糸選ぶ楽しさのありセーター編む
毛糸編む夫の三味の音聴きながら

川口 龍 泰子

狍犬の参道にらむ神の留守
空と海つながっている小春かな

大野島 本田富千代

受け皿は百均の白室の花
たわい無き事に笑ひて年忘

川柳

川口 龍 洋子

見守へ子等の挨拶冬ぬくし
冬夕焼山は静かに予守歌

川口 古賀喜旬生

自然薯がうまい長生きしたくなる
おじぎする角度で男試される

川口 古賀美佐子

懐満ちる偶数月の十五日
お互いに一步譲れば事は済む

田口 石橋良夫

器具は増え体重減らぬダイエット
宝くじ淡い望みで買い求め

田口 田島暢子

信号のカーブ下れば里の家
ひとり居の淋しさテレビと暮らす

三又 甲斐さとる

たばこ止め血液きれい病みしらず
いくえにもカーブを越えて卒業きた

大川 横田菜穂子

猫の手は痒い所に手が届く
ギリギリのプロポーズでもうれいよ

大川 田辺和子

曲った胡瓜主婦がさらって売れ残り
退院の一步が仰ぐそらの青

福岡県老人クラブ連合会主催

健康をすすめる運動推進研修会

福岡県老人クラブ連合会主催により令和6年12月4日春日市のクローバープラザは沢山の参加者で満席となりました。福岡県老連クラブの会長松栄磐氏の挨拶に続いて飯田みゆき事務局長より研修会が行われました。お話を聞いてできる事から始めたいと痛感いたしました。

健康寿命はみんなの願いです。

ここで紹介する「日本老年学的評価研究」の6つの研究データの分析から「老人」シニアクラブの仲間づくりが健康長寿にプラスの影響を与える可能性が大きいことが分かっています。



○秘訣① 人との交流が多いと健全プラス。

○秘訣② 運動は仲間とすると健康にプラス
みんなですぽーツや体操を実施

○秘訣③ サロンへの参加は健康にプラス
サロンに参加している人たちは要介護認定率が低い

○秘訣④ 笑いのある生活が健康にプラス
仲間と一緒に笑いがある

○秘訣⑤ 地域組織への参加は健康にプラス
地域の高齢者組織

○秘訣⑥ 地域で役割を担って長生きしよう
役員リーダーには長生きのごほうび

※この資料は全国老人クラブ連合会作成。
◎午後から「いきいき体操・認知症の予防と課題」が行われました。

参加者一同今までにない研修会で感銘を受け、できる事から始めたいと思いつつ会場を後にしました。



小室 柿添花子
襟足の白い女が罰り出る
油断した隙を猫から狙われる

大野島 古賀 明

今日も来たコピーフックス尋ね人
上辺だけ繕う素顔中味空

大川 石橋 慧

英会話推しフレーズはアイラブユー
温泉のパワーで帰路は杖いらす

川柳大会 一入選作品一

第44回 博多祇園山笠川柳大会

「ぼるぼる」川口 古賀喜旬生
かさぶたがぼるぼる取れる胸の傷

「伝」川口 古賀喜旬生
震災の一本松を語り継ぐ

「雨」川口 古賀喜旬生
八十億の中で出会えた雨宿り

令和6年 芳春籠ヶ崎川柳大会

「職」大川 石橋 慧
それぞれのリズムに合わせ介護職
職業に貴賤などなし夜の蝶



私たちは大川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

貸土地：貸倉庫：貸マンション

(株)増田倉庫

大川市北古賀131

☎(0944)87-3642
FAX(0944)86-8757