

「毎日が発見」アクティブシニアの情報雑誌

THE SENIOR

ざっしにあ

2024年
初夏号
Vol.46



駅長おすすめの
JR九州ウォーキング

2024年
春編

スクリーンで感動を
シアター・シエマ
上映スケジュール

生の舞台上で
感動を
佐賀市民劇場
こころ動かす感動の舞台を!!

「入れ歯で噛む」で
認知機能予防対策へ

ご自由にお取りください。

無料

一押し
おすすめ
コンサート・
公演情報

ざっしにあ 読者プレゼント

駅長おすすめの JR九州ウォーキング 2024年 春編

JR九州



JRに乗って九州を歩こう!!

参加費 無料

事前申込 不要



詳しくは駅長おすすめの JR九州ウォーキングの専用ホームページをチェック

5月12日(日) スタート駅【JR多久駅】 **NEW**

多久で体感! アートとウォークで7つの輝★

かがやき

【市政70周年】
多久市の新スポットと旬な味わいを巡る、体験型まちあるき。街中に彩られたウォールアートや最新鋭の国民スポーツ大会の競技場など魅力的な7つの輝くスポットでおもてなし!

■コース距離/約7km
〈スタート受付〉8:30~11:30
■所要時間/約3.5時間
〈ゴール受付〉15:00まで



交通系ICカードはご利用いただけません。往復乗車券をお求めのうえ、お越しください。

アートもスポーツも体験いっぱい!

佐賀鉄道事業部 共催/多久市、多久市教育委員会 協力/たく21、多久市ウォールアートプロジェクト実行委員会

6月8日(土) スタート駅【JR相知駅】

交通系ICカードはご利用いただけません。往復乗車券をお求めのうえ、お越しください。

日本の滝百選にも選ばれた 見帰りの滝で癒されよう!

赤・青・紫の50種約4万株のカラフルなアジサイと九州一といわれる「見帰りの滝」を見てリフレッシュしませんか?コースの途中には、美味しいスイーツ屋さんもあります!是非お立ち寄りください!

■コース距離/約10km
〈スタート受付〉9:00~11:00
■所要時間/約3時間
〈ゴール受付〉14:30まで



佐賀鉄道事業部 協力/唐津市、あじさいまつり実行委員会、唐津観光協会



見帰りの滝



ASTIQUE

『入れ歯で噛む』 で認知機能予防対策へ

佐賀市松原
松原入れ歯
クリニック

施設で指先や手を使った作業や遊びをよく見かけます。けん玉、貼り絵や折り紙、編み物、書道、生け花、洗濯物を畳む、など色々あります。なぜその様な事をするのでしょうか？

それは、指先や手を動かす事で『脳が刺激され活性化する』と考えられている為です。また、口、唇、舌を動かす事も指先や手と同じくらい『脳が刺激され活性化する』と言われています。日常生活で口、唇、舌を動かす事はどんな時でしょうか？



それは『噛む』と言う事です。『噛む』で脳が刺激され活性化し認知機能予防になるとは、一体どのような関係でしょうか？そもそも口は、歯で食べ物を切ったり、磨り潰したり、舌で転がし形状

を整えながら噛む(=咀嚼 そしゃく)と言う機能を持っています。歯と歯が噛み合わさった時の刺激が脳に伝達され、脳の中の感覚や運動、記憶力、思考などを司っている場所の活性化に繋がり物事に対して気力や意欲が湧いて元気になっていきます。よって、『噛む』で脳が刺激され活性化し、結果的に『認知機能の予防対策』にも繋がるのです。

このように脳に刺激を与えて活性化を促すためには、『よく噛む』や『よく噛める状態』で、食事する事が大変重要です。しかし、年齢と共に様々な理由で噛むことが難しくなる場合があります。例えば、虫歯や歯周病などで歯が少なくなったり、全て歯が無くなると噛む事に支障をきたします。この状態のまま食事をする事は、脳への刺激が減り認知機能低下へのリスクが高まる可能性がある為、噛む機能を回復させた方が良いでしょう。

入れ歯を使用している人も同じ事が言えます。入れ歯を入れてい

ても、痛い、合わない、ガタガタするなど、快適に使えなければ入れ歯で噛むという事が出来ず認知機能が衰えてしまう可能性も考えられます。



まずは、自分に合った入れ歯で噛む事が何より大切です。噛める入れ歯で噛むを回復し、毎日楽しく過ごしましょう！

これが、結果的に認知機能を予防する最大の対策ではないでしょうか？

貴方の入れ歯は大丈夫ですか？



高森祐介

岩手医科大学歯学部卒業
宮城県、埼玉県など開業医勤務
現在、松原入れ歯クリニックにて従事

ご自宅や福祉施設・病院に訪問歯科診療を行っています。

入れ歯で噛むを真剣に考える

入れ歯が落ちる、噛めない、痛い、など、そのままにして諦めていませんか？。そういう貴方を歓迎します。そして、貴方と私達で入れ歯の事を考えていきましょう。



診療時間

月・火・木・金
AM9:00~PM5:00

訪問診療 水
休診日 土・日・祝

※最終受付はPM4:00 ※その他臨時休診あり

松原入れ歯クリニック

MATSUBARA DENTURE CLINIC

佐賀市松原4丁目6-7

歯科衛生士募集中

完全予約制 ☎0952-23-6298

※「ざっしにあ」を見たとお伝え下さい

一押しイベント

いちおしの
イベント情報を
ご紹介します！



おすすめ

コンサート・公演情報

佐賀市文化会館
東与賀文化ホール

気軽にクラシック

須川展也 サクソフォン・リサイタル

出演/須川展也(サクソフォン)、小柳美奈子(ピアノ)



須川展也(サクソフォン)

6.22(土) 開場14:30 開演15:00

佐賀市文化会館 中ホール

全席指定 一般 1,500円

高校生以下 500円 ※消費税込

※未就学児の入場はご遠慮ください。(託児サービスはございません。)

プレイ
ガイド

佐賀市文化会館 ☎0952-32-3000 チケット発売中!
佐賀玉屋
チケットぴあ <https://t.pia.jp> [Pコード:262-735]
ローソンチケット <https://l-tike.com> [Lコード:82226] 他

Program /

♪アイルランド民謡/石川亮太編曲: ロンドンデリーの歌

♪E. サティー/長生淳編曲: ジュ・トゥ・ブ

♪作曲者不詳/本多俊之編曲: アメージンググレース 他

※曲目・内容は変更になる場合がございます。

指定席ペアで2組様にプレゼント!! ★詳しくは5ページを
ご覧下さい。

九響メンバーによる 名曲の花束コンサート2024

出演/【九州交響楽団】ヴァイオリン:佐藤仁美、飯田拓斗

ヴィオラ:猿渡友美恵 チェロ:山本 直輝

【ゲスト】オーボエ:川内優子【佐賀市出身 東京吹奏楽団オーボエ奏者】



6.30(日) 開場13:30 開演14:00

東与賀文化ホール

自由席 一般 2,500円、大学生以下 1,500円 ※消費税込

※未就学児の入場はご遠慮ください。(託児サービスはございません。)

申込・お問合せ 佐賀市東与賀町大字下古賀 1228-3
東与賀文化ホール ☎0952-45-3939 チケット発売中!

プレイ
ガイド チケットぴあ <https://t.pia.jp> [Pコード:265-436]
ローソンチケット <https://l-tike.com> [Lコード:81887] 他

毎回好評をいただいている九州交響楽団トップ
メンバーによる室内楽コンサート、4回目を迎える今回
はゲストに佐賀出身のオーボエ奏者 川内優子さん
を迎え開催。

川内さんは佐賀北高芸術コース、桐朋学園大学で
学び、現在は東京吹奏楽団で活躍。

クラシックの名曲から映画音楽まで、ヴァラエティ
豊かなプログラムでお届けします。オーボエと弦楽器
が奏でる豊かで繊細な音楽をお楽しみください。

Program /

♪モーツァルト: オーボエ四重奏曲 へ長調 K. 370

♪モリコーネ: 映画「ミッション」より「ガブリエルのオーボエ」

♪スタジオジブリ名曲集 他 ※曲目・内容は変更になる場合がございます。

自由席ペアで2組様にプレゼント!! ★詳しくは5ページを
ご覧下さい。

公益財団法人 佐賀市文化振興財団 <https://shinpoo.jp>

佐賀市文化会館

〒849-0923 佐賀市日の出1丁目21-10

TEL 0952-32-3000

Eメール magpie@mte.biglobe.ne.jp

東与賀文化ホール ▶

〒840-2221 佐賀市東与賀町大字下古賀1228-3

TEL 0952-45-3939

Eメール higasiyokabunka@gmail.com



スクリーンで
感動を
ぜひ、大画面で
体験してください

シアター・シエマ 上映スケジュール

シアター・シエマ

！ 上映スケジュールの変更・休止などがある場合がございます。
詳細は各劇場公式サイトでご確認いただくか、劇場まで直接お問い合わせください。



© 2023 Cable News Network, Inc. A Warner Bros. Discovery Company. All Rights Reserved
5/10(金)～
リトル・リチャード
アイ・アム・エヴリシング



© 2022 KOREAN FILM COUNCIL. ALL RIGHTS RESERVED
5/17(金)～
ビニールハウス



© MASAYA NODA
5/17(金)～
津島 -福島は語る・第二章-



© COPYRIGHT 2022. ALL RIGHTS RESERVED.
5/17(金)～
FEAST -狂宴-



© 2022 PARTICIPANT FILM, LLC. ALL RIGHTS RESERVED.
5/24(金)～
美と殺戮のすべて (R15+)



© DACP-Kiss Films-Atelier de Production-France 2 Cinema
5/24(金)～
パリ・プリースト
-夢をかなえたスイーツ-



© 2023 Doba Vita Films, Miyu Productions, Palasanto Films, France 3 Cinema
5/24(金)～
リンダはチキンがたべたい!



© Office Kurnagel 2023
5/24(金)～
かづ急的 (「UDCast」対応作品)



© 2023 One Tree Productions
5/24(金)～
RED SHOES / レッド・シューズ

料金 一般 1,800円 / 小・中学生 1,000円 / 幼児(3～6歳) 900円 / シニア(60歳～) 1,300円
障がい者手帳お持ちのご本人様及びお付き添いの方 1,100円

特別割引 モーニングショー 1,400円 (平日午前中の1回目) / 水曜ハッピーデイ 1,300円 (毎週水曜日)
映画の日 (毎月1日) 1,300円 / 夫婦50割引 1,300円 (どちらかが50歳以上の夫婦)

会員 ヴィンテージ会員 1,200円 / シニアヴィンテージ 1,100円 / スタンダード会員 1,600円

※ご不明な点がございましたら劇場まで気軽にお問い合わせ下さい。 ※カフェのみのご利用も可能です。



シアター・シエマ

佐賀市松原2-14-16 セントラルプラザ3F
TEL/FAX: 0952-27-5116

詳細情報はHP で検索



ざっしにあ読者プレゼント

個人情報の取り扱いについて

プレゼントへ応募いただいた個人情報は ①プレゼント提供元への取次 ②プレゼント商品の発送 ③ざっしにあ編集部からのご連絡のために利用します。尚、プレゼント提供元へ取次いた個人情報は、その提供元の責任において管理されます。

プレゼント商品番号
1
気軽にクラシック
須川展也
サクソフォン・リサイタル
『指定席
ペアチケット』



須川展也サクソフォン

開催日/
2024年6月22日(土) 開演15:00
開催場所/佐賀市文化会館 中ホール
応募締切/令和6年5月31日(金) 必着
協賛/(公財) 佐賀市文化振興財団

2組様(4名様)

プレゼント商品番号
2
九響メンバーによる
名曲の花束コンサート2024
『自由席
ペアチケット』



開催日/
2024年6月30日(日) 開演14:00
開催場所/東与賀文化ホール
応募締切/令和6年6月3日(月) 必着
協賛/(公財) 佐賀市文化振興財団

2組様(4名様)

プレゼント商品番号
3
グリーンランドより
『ペア入園券』
アトラクション数 日本一!!
絶叫マシンからほのぼの系の
アトラクションまで、ご家族やお孫様、
3世代で一日中楽しめます。



協賛/グリーンランド

応募締切/令和6年6月10日(月) 必着
※入園券のお届けは6月中旬を予定しています。
※入園券の有効期限/2024年8月31日(土)まで

5組様
(10名様)

プレゼント商品番号
4
佐賀の湯処
KOMOREBI こもれびより
『ご入浴券』
2組様(4名様)

ご入浴券には有効期限があります。
ご当選の方はお手元に届くご入浴券の
有効期限を必ずご確認ください。

応募締切/令和6年7月16日(火) 必着
協賛/佐賀の湯処 KOMOREBI こもれび



プレゼント商品番号
5
シアター・シエマ
『ペアチケット』
『午前十時の映画祭
14』では使用出来
ません。その他の当館
での上映作品が対象
となります。
応募締切/
令和6年7月16日(火) 必着
協賛/シアター・シエマ



本誌×切の関係上、
お届けは8月中旬頃になります。

2組様
(4名様)

応募方法

ご希望の商品番号、「ざっしにあ」の感想・入手場所、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、を明記の上、下記の宛先まで郵便ハガキでご応募下さい。当選発表は抽選の上、商品発送・当選通知ハガキ発送(プレゼント提供元に当選通知ハガキを持参し、商品をお受け取りください)をもってかえさせていただきます。応募締切は商品によって異なります。プレゼント商品の受取には期限がありますのでご注意ください。

応募先

〒849-0921
佐賀市高木瀬西6-11-3
(株)副島印刷 ざっしにあ編集部
[プレゼント係]まで

ざっしにあ 設置場所のお知らせ

【佐賀エリア】JR佐賀駅・江北駅/JR佐賀駅構内観光案内所/佐賀駅バスセンター/佐賀市観光協会(エスプラッツ2F)/九州佐賀国際空港/佐賀市文化会館/佐賀市立東与賀文化ホール/佐賀市民活動プラザ/佐賀市立金立教育キャンプ場/各おたっしや本舗/ぶんぶんTV/えびすFM/佐賀市老人クラブ連合会/佐賀市シルバー人材センター/佐賀市立図書館/高木瀬公民館、他/佐賀市歯科医師会/道の駅大和/イオン佐賀大和店/モラージュ佐賀/シアター・シエマ/佐賀大和温泉ホテルAmandi/ドコモショップ(佐賀東店・佐賀南店)/よってこ十間堀/おちよぼ/上林茶店/上林茶店(アルタ高木瀬店)/アルタ開成店/いしむら高木瀬店/いしむら本庄店/ラポール/セブンイレブン佐賀開成6丁目店/佐星醤油/T SUTAYA(兵庫町店)/スーパーモリナガ各店/フードウェイ大和店【小城・多久エリア】小城市民図書館/小城市民病院/ひらまつ病院/ゆめぶらっと小城/多久市立図書館/道の駅厳木/むら雲堂/太平庵/セリオ牛津店/牛津アイル/牛津蒲鉾【武雄鹿島エリア】JR肥前鹿島駅/佐賀県立宇宙科学館/武雄市図書館・歴史資料館/武雄温泉物産館/道の駅山内/ショッピングセンターピオ【鳥栖・三神エリア】JR新鳥栖駅/さざんか千坊館/オークヒルビュー/和光堂/ドコモショップ(吉野ヶ里店・鳥栖店・基山店)/他(順不同・敬称略)
※設置部数には限りがあります

ざっしにあの配布エリアがどんどん拡大中!

がばい効きます!

ざっしにあの広告

お問い合わせは ☎0952-31-6688
(株)副島印刷『ざっしにあ編集部』

次号発行は
7月末予定です。

編集後記

青葉のつくしか〜季節になりましたネ!
緑が目には沁みます。
青葉・新緑といえば、材木川沿いの「柳」〜♪、
北高前の「銀杏」〜♪、みんなどこさい行った?
見送られることもなく〜♪



367回例会

文学座

五十四の瞳

作=鄭 義信、演出=松本祐子

出演=たかお鷹、金沢映実、松岡依都美 ほか



舞台は瀬戸内海に浮かぶ小さな島。

かつて実在した朝鮮初級学校を舞台に、時代に翻弄されながらもたくましく生きる4人の若者と、その姿を温かく厳しく見守る大人たちの20年にわたる人生。

「大空の虹を見ると私の心は躍る」の鄭義信・松本祐子のコンビで。

6月10日(月) 19:00 佐賀市文化会館
11日(火) 13:00 中ホール

368回例会

劇団文化座

しゃぼん玉

原作=乃南アサ、脚本=斉藤祐一

演出=西川信廣

出演=佐々木愛、藤原章寛、青木和宣 ほか

直木賞作家・乃南アサのベストセラー小説を舞台化。

生きる力が弱まっている現代人。

人間の可能性と生きて行く希望と勇気を感じ、

「人間は捨てたもんじゃない」と人生を励まして

くれる人間再生のドラマ。

7月 9日(火) 19:00 佐賀市文化会館
10日(水) 13:00 中ホール

会員制

地方では思うように見られない“芝居”。
佐賀市民劇場は、みんなで会費を持ち寄り、見たい芝居を
招き、継続的に鑑賞会を開き、みんなで運営しています。

お問い合わせ

佐賀市民劇場・事務局

〒840-0831 佐賀市松原1丁目2-5

TEL (0952)26-0791

JA教育ローン

2024.4.1(月)~2025.3.31(月)

通常
金利
年利
(保証料別途)

2.0%



軽減
金利
年利
(保証料別途)

1.0%

※表示の軽減金利は軽減条件を全て満たした場合の金利です。

他金融機関から
借入中の教育資金
の借換資金

教育に関する費用をサポート!



©よりぞう

A 年利0.3%軽減

下記①に該当する方

- ①住宅ローン・リフォームローンご利用の方
※同一世帯も含む。

B 年利0.2%軽減

下記②に該当する方

- ②NISAまたはiDeCoをご契約の方
※ローン実行時までまでに申し込みでも可

C 年利0.2%軽減

下記③・④の内、いずれかに該当する方

- ③以下ローンご利用の方
(・マイカーローン・教育ローン) ※同一世帯も含む。
(・フリーローン・カードローン) (教育カード含む)
- ④他行無担保ローンをJAに借換えされる方
(本ローンを除く) ※本人契約に限る。

D 年利0.3%軽減

下記⑤~⑨の内、3項目に該当する方

- ⑤JAカード
- ⑥JAネットバンク
※JAネットバンクは、一部申込制限あり ※本人契約に限る。
- ⑦給与振込(返済額以上)
- ⑧JAの正組合員 ※同一世帯も含む。
- ⑨ネットローン申込 ※今回申込分

A B C D

金利軽減条件

合計最大軽減

1.0% (年利)

軽減金利を適用するには左記に該当する必要があります。※当JAでの契約に限ります。



インターネットパソコン、スマートフォン、
タブレット端末機からも

仮審査申込



JAバンク佐賀
JA佐賀信連 ☎(0952)25-5151

- JAさが ☎(0952)25-5372
- JA佐賀市中央 ☎(0952)23-8557
- JAからつ ☎(0955)70-5225
- JA伊万里 ☎(0955)23-5556

ネット申し込みはこちら↓

