

敬老の日

「長寿の秘訣」



敬老の日になみ、今年度新たに百歳・九十歳になられる方、そして百歳を超える方に対して、敬老訪問が行われました。

九月十五日現在、本町における九十歳以上の長寿者の方は、百八十人。うち百歳以上は、今年度中に百歳になる方を含め、十三人です。

本町の最高齢者は、茶花の竹千代さん百五歳。

ここに、敬老訪問の際にお伺いした、四人の方の「長寿の秘訣」をご紹介します。

【新 100 歳, 100 歳以上 長寿者名簿】

番号	氏 名	年齢	集落
1	竹 千代	105	茶花
2	興 千代	103	立長
3	平 ハナ	102	城
4	山下 チヨ	101	那間
5	竹 恵美子	101	那間
6	龍野 スミ	101	西区
7	上野 ウメ	101	立長
8	南 爲生	100	東区
9	町田 タケ	100	茶花
10	若松 北川	100	茶花
11	西 北長	100	叶
12	瀧 米持	99	東区
13	三田 克子	99	茶花

(年齢は、平成 22 年 9 月 15 日現在。敬称略)

瀧 米持さん (東 区)



1 日 1 回は必ず畑の様子を見に行っている、米持さん。

家の中でテレビを観ているより、外を歩いている時間の方が、好きとのことでした。

●長寿の秘訣

「好き嫌いがなく、野菜と魚中心の食事をする事」

若松 北川さん (茶 花)



ゲートボールが大好きな北川さん。

100 歳になられた今でも、庭掃除や庭木の伐採や、家のちょっとした修理もしたりするそうです。

●長寿の秘訣

「早寝・早起き・お昼寝
ゲートボール」

おめでとうございます。

新 100 歳

三田 克子さん (茶 花)



現在、老人ホームにショートステイで入所している克子さん。

好きなことは、孫の八木亜希子さんのテレビ番組を観ることだそうです。

■長寿の秘訣

「自立心と好奇心を持ち
食事は良く噛んで食べる事」

西 北長さん (叶)



若い頃から日記を日課としている北長さん。

日中の殆どを自宅のベッドで過ごしていますが、ほぼ毎日、日記を書いているそうです。とても達筆な字を書かれていました。

●長寿の秘訣

「好き嫌いをせず、
野菜中心の食事をする事」