

これから
も元気で。

元気に長生き!

◆100歳を迎えられた方(3月20日現在)

2月20日 □□□□さん(□□□□)

◆90歳を迎えられた方(3月20日現在)

2月12日 □□ □□さん(□□□)

2月17日 □□□□さん(□□□)

2月19日 □□ □□さん(□□□)

2月24日 □□ □□さん(□□□)

2月24日 □□□□さん(□□□□)

3月 2日 □□□□さん(□□□)

3月 3日 □□ □□さん(□□□)

3月 5日 □□ □□さん(□□□)

3月 6日 □□ □□さん(□□□)

3月12日 □□ □□さん(□□□)

3月12日 □□ □□さん(□□□□)

3月16日 □□ □□さん(□□□□)

3月20日 □□ □□さん(□□□□)

町で100歳と90歳を迎えられた方をご紹介します

お友だちと仲良し

□□□□さん(□□□)



10人のひこ孫に恵まれ、たびたび遊びに来るのを楽しみにしている□□さん。近所のお友だちと仲良しで、いつも集まっておしゃべりなどを楽しみ、過去には何度も旅行へ出かけるほどの仲だそう。長生きの秘訣は、「お友だちとお話をして、たくさん笑うこと」と、話していました。

お菓子づくりに励む

□□□□さん(□□□)



46年間にわたって町内の菓子店に勤務し、お菓子づくりに励んだという□□さん。数あるお菓子のなかでも、生菓子を作るのがいちばん得意だそう。今は塗り絵に夢中で、毎日の楽しみとなっているそう。長生きの秘訣は、「好き嫌いなくなんでもよく食べ、くよくよせずに過ごすこと」と、話していました。

心穏やかに過ごす

□□□□さん(□□□)



つい最近まで、畑仕事などに取り組んでいたという□□さん。手先が器用で裁縫が得意なほか、バイクが好きで、若いころはツーリングなどを楽しんだそう。長生きの秘訣は、「嫌なことがあっても怒ることなく、心穏やかにいつも笑顔で過ごすこと」と、話していました。

秋田追分全国大会へ出場

□□□□さん(□□□)



歌うことが好きで、若いころから民謡の練習に励んだという□□さん。秋田追分全国大会へも出場しています。絵を描くことが得意で、町内で個展を開くほどの腕前だそう。長生きの秘訣は、「歩いて通院したり、冬は家の周りの雪投げをしたりなど、体をよく動かすこと」と、話していました。

長距離走が得意

□□□□さん(□□□)



長距離走が得意だという□□さん。消防団の分団対抗駅伝大会では、最下位からのごぼう抜きで、所属の第1分団を優勝へ導いたこともありま。民謡や尺八も得意で、町の行事等で歌や演奏をよく披露したそう。長生きの秘訣は、「散歩で体を動かすことや、食べ物に気を付けること」と、話していました。

大工仕事に励む

□□□□さん(□□□)



中学校卒業と同時に大工として働き始めた□□さん。自身が所有する山で集めた木を製材し、その資材などをもとに自宅を建てたそう。2、3年ほど前までは、毎朝4時に起きて畑仕事に励んでいたとのこと。長生きの秘訣は、「若いころから働き続けたことや、よく体を動かすこと」と、話していました。

ひ孫に会うのが楽しみ

□□□□さん(□□□)



30代のころに自宅を馬を飼っていたという□□さん。その馬を使い、山から木材などを運んだそう。力仕事に励んで鍛えた体は今でも丈夫で、若いころは、腕力の強さにも自信があったそう。長生きの秘訣は、「3食しっかりと食べることや、ひ孫とふれあうこと」と、話していました。

大相撲やカラオケが好き

□□□□さん(□□□)



「世話好きな性格で、今までたくさんの方の面倒を見てきた」と□□さん。テレビで大相撲中継を見ることがカラオケが大好きとのこと。現在は、入所している施設での食事を楽しみにしながら過ごしているそう。長生きの秘訣は、「毎日決まった時間に寝て起きて、規則正しい生活を送ること」と、話していました。

毎朝の体操が日課

□□□□さん(□□□)



若いころは、保険の仕事や農業に励んだという□□さん。現在は、入所する施設での日替わりのおやつを楽しみにしながら、みなさんと仲良く毎日を過ごしています。長生きの秘訣は、「施設で毎朝行う20分ほどの体操で、皆さんと一緒に楽しく体を動かすこと」と、話していました。

特技は和裁

□□□□さん(□□□)



「子どものころから、手芸や小物づくりが好きだった」と、□□さん。ミシンの扱いが得意なことに加え、和裁を習っていた経験を生かし、着なくなった着物の生地を活用して普段着などを作っているそう。長生きの秘訣は、「家族と話をし、好きなことをしながら毎日を過ごすこと」と、話していました。

孫やひ孫に会うのが楽しみ

□□□□さん(□□□)



町内の会社に勤め、一生懸命働いたという□□さん。近所の方ととも仲が良く、頻繁に会ってはしゃべりや散歩を楽しみ、いつも楽しい時間を過ごしているとのこと。長生きの秘訣は、「孫やひ孫たちと顔を合わせながら、元気を分けてもらうこと」と、話していました。

いそうら 率浦大学の生徒を募集

各種分野の学習講座、体力づくりなど生徒の皆さんのニーズに沿った学習会を予定しています(月1回程度)。

▶開催期間 4月から翌年3月まで

▶対象 町内在住の60歳以上の方

▶申込期限 4月11日(火)

☎町教育委員会生涯学習課 (☎852・4411)

書道通信講座の受講生を募集

講師のお手本をもとに練習し、毎月提出されたものを添削指導します。

3月には、成果発表として受講生の書道展を開催します。

▶受講料 1,000円(年間)

▶定員 20人

▶申込期限 4月24日(月)

☎町教育委員会生涯学習課 (☎852・4411)

元気な歯っていいね! 3歳児歯科健康診査 虫歯ゼロ



▶2月16日健診



□□ □□ちゃん
(町 村)



□□ □□くん
(雀 館)



□□ □□ちゃん
(雀 館)



□□□□ちゃん
(西磯ノ目)