

101歳の西浦ヒサエさん 厚労省「地域で話題の高齢者」に 選出され 市長室を表敬訪問

厚労省の「地域で話題の高齢者」50人に選出された西浦さんに、長寿の秘訣や新年の抱負をお伺いしました。



西浦 ヒサエ さん (山城町上名)

101歳で自分の歯が26本
昭和8年に結婚し、大工の夫を支えながら5人の子どもを育てました。101歳になった今でも26本全て自分の歯。眼鏡なしで新聞を読み、補聴器を使わず会話。毎週2回、デイサービスに通っては、おしゃべりやカラオケを楽しんでいます。現在は自宅で、息子夫婦と孫夫婦、そしてひ孫の4世代6人で暮らしています。

西浦さんは、厚生労働省が実施した全国の100歳以上対象の「地域で話題の高齢者」として、全国50傑に選出されました。また、日本歯科医師会が推進する「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という8020運動において、選考基準を大きく上回る自分の歯26本を有しており、徳島県歯科医師会より「よい歯の高齢者」表彰を受賞しました。

12月14日、三好市役所を表敬訪問した西浦さんに、黒川市長から祝い状が手渡されました。

西浦さんに聞く

「101歳になっても西浦さんくらい元気だったら素晴らしいと思います。ぜひ、ご自身の健康法や生活習慣を教えてください。」

朝は新聞を読んで、食事はしっかりと噛んで何でも食べる。固いせんべいとかも大好きでよく食べています。

最近の楽しみは、週に2回通うデイサービスで、みんなと話したり、歌ったりすること。天気の良い日には草抜きや自宅周辺の清掃をするのも



日課です。これとって、長生きの秘訣なんて何もないけど、自分でやれることは自分ですること。これからでもできる範囲で続けていきたいです。

「新年はどんな年になれればいいですか？」
息子夫婦や孫夫婦、ひ孫ら親族の皆が元気でいてくれればいいですね。

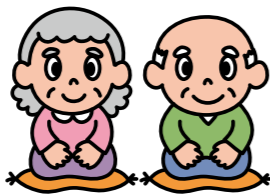
ばそれだけで十分です。

自身のことよりもまず家族の皆さんのことが心配と語られた西浦さん。毎日仏壇にお供えをし、家族の健康を願っているそうです。ご家族も冗談をいながら家族で笑って生活することが一番のこと。いつまでもお元気で過ごしてください。

記念品などを
お贈りします

ダイヤモンド婚(結婚60年)と長寿夫婦(結婚61年以上) 申請はお済みですか

ダイヤモンド婚(結婚60年)と長寿夫婦(結婚61年以上) 対象の方へ



今年度ダイヤモンド婚(結婚60年)を迎えるご夫婦、また長寿夫婦(結婚61年以上)のご夫婦の方々に、祝状並びに記念品をお贈りしています。該当される方で、まだ申請されていない方はお申し込みください。

ダイヤモンド婚(結婚60年)を迎えるご夫婦

【対象者】
三好市の住民基本台帳に記載され、市内に1年以上居住されているご夫婦で、昭和31年

4月1日から昭和32年3月31日までに婚姻届を提出されたご夫婦
【必要書類】
ダイヤモンド婚該当申出書・戸籍抄本(婚姻年月日が分かるもの)
*申出書は、長寿・障害福祉課、各支所窓口にて備え付けています。

結婚61年以上の長寿夫婦

【対象者】
三好市の住民基本台帳に記載

され、市内に1年以上居住されているご夫婦で、昭和31年3月31日以前に婚姻届を提出されたご夫婦
【必要書類】
長寿夫婦該当申出書・戸籍抄本(婚姻年月日が分かるもの)
*申出書は、長寿・障害福祉課、各支所窓口にて備え付けています。

【お申し込み先・お問い合わせ先】
三好市役所長寿・障害福祉課
電話 72・7612
各支所

祝 百歳到達

おめでとうございます

12/2

佐川 キクさん (西祖谷山村善徳)



佐川さんは、18歳の時に結婚しましたが若い時に夫を病気で亡くし、それからは雑貨店を営みながら長男を育てました。2年前から美馬市の介護老人保健施設に入所されていますが、手先が器用で他の入所者と折り紙を楽しんでいます。この日も集まった人たちに、折り紙で作ったくす玉をプレゼントされました。

12/4

横山 ツネさん (池田町イタノ)



横山さんは、戦時中満州で電話交換手として働き、帰国後結婚をしました。しかし、5年後に夫を病気で亡くし、縫製工場で働きながら一人息子を育てました。犬の散歩や庭先の花壇作りが毎日の日課で、また裁縫が得意で孫の衣服をよく縫ってくれたそうです。この日は、孫や親族らが集まりお祝いをされました。

連載 地域おこし協力隊活動報告

四国まんなかのお茶会を行いました

福田喬也

こんにちは！
冬の寒い季節になってきましたね。10月・11月とイベントが盛りだくさんあり、三好市はにぎわっていました。私自身も10月に「四国まんなかのお茶会」を実施して、たくさんの方に「来場いただき、本当に嬉しく思います。イベント当日は四国各地のお茶の試飲を巡り、生産者にお話を聞いたり、「きき茶」に挑戦していただいたりと、お茶を楽しめるような内容にいたしました。四国各地のお茶を集めたイベントはほとんどなかったため、いろいろな方々から好評いただきました。ありがとうございます！

11月には三野町にある休耕地のゆずの収穫を行いました。「三野のゆず」は北海道の旅館に送り、ゆず湯として使われます。また、ゆずの収穫体験も実施したりと休耕地の活用をいろいろと提案しております。

また、11月29日には協力隊員3人で「協力隊トーク!」を行いました。今回は山城で行い、たくさんの方に参加いただき、嬉しく思います。「協力隊トーク!」では各町村を巡り、私たち3人の活動を知ってもらいたい、もっと地域の方々の意見を聞きたいという思いから企画しています。次回の開催もまたお知らせいたします！

