

9月16日は 「敬老の日」です

敬老の日は、多年にわたり社会に尽くしてきた
老人を敬愛し、長寿を祝う日です。

本市のご長寿さん

(令和6年8月1日時点)

市内の満100歳以上

女性▶50人 男性▶11人

市内の最高齢

女性・男性ともに105歳

元気なご長寿さんにインタビュー！

常に前向き！ 101歳の岩瀬さんに 長寿の秘訣を聞きました

後ろの掛け軸は
岩瀬さんが
書いた写経



岩瀬 保夫さん(101歳・木戸町)

長寿の秘訣三箇条

- 一、自分でできることは自分で
行う(できないことは頼る)
- 一、新しいことに興味を持つ
- 一、日々向上心、改善意識を
持って生活する

◎毎日欠かさず行っていることは？

あらかじめ決めたルートを朝夕20分程度散歩することと、自分の食事は自分で作ることです。調理師だったので調理は得意で、週に1回息子に買い出しに連れて行ってもらい、1週間分の献立を考えて食材を買います。自分でできることは人に頼らないよう生活しています。

◎継続している趣味・活動はありますか？

75歳頃から通信教育で習字を勉強し、今も掛け軸等を書いていきます。写真の掛け軸は、81歳の時に書いた力作です。それから、息子や孫に教えてもらいタブレット端末を使うようになり、ニュースや興味関心のあることを情報収集しています。新しい物事にも関心があります。

◎日々を楽しく過ごすポイントは？

向上心、改善意識を持って生活することですね。日常のちょっとしたことに、やり方を変えたらどうかと考えて生活すると、新しい気づきがあり楽しいです。

本市では皆さんのご長寿を祝し、
敬老事業を実施しています

敬老金・100歳祝花束の贈呈

令和6年1月1日～令和7年3月31日に満88歳になる人及び100歳以上の人に敬老祝金1万円(サルビア商品券)を9月中旬に郵送で贈呈します。

また、同期間に満100歳の誕生日を迎える人には、花束を贈呈します。

敬老の日浴場無料開放

- 日時 9月16日(祝)午前10時～午後4時
- 場所 各福祉センター
- 対象 市内在住の60歳以上

デンパーク無料入園券

- 対象 市内在住の65歳以上とその同行者1人
- 本号23ページに掲載の無料入園券で、同行の家族1人まで一緒に入園できます。