



# 100歳 おめでとうございます！



さかうえとしこ  
坂上敏子さん（助丸）

1月1日に100歳のお誕生日を迎えられました。普段は庭いじりをしたり、テレビを見たりして過ごしています。テレビのスポーツ中継が好きで、特に野球と相撲がお気に入りだそうです。ハキハキとした性格で知的好奇心が強く、今でも新聞の政治面などを読んでいます。長寿の秘けつは「好き嫌いなく食べること、体を動かすこと、そして、ご近所の皆さんに支えてもらったおかげ」と、話していました。



さいとうつとく  
斉藤都統さん（小路）

1月2日に100歳のお誕生日を迎えられました。若い頃は関東で暮らしていた齋藤さん。文学青年だったため、著名な作家とも親交があったそうです。荒尾市に戻ってからは、選挙管理委員長や中央公民館長などを歴任しました。長寿の秘けつは「早寝早起きの規則正しい生活を送り、よく歩き、くよくよせず、酒とタバコをのまないこと」と、話していました。



にしやま  
西山ユリ子さん（川登）

1月3日に100歳のお誕生日を迎えられました。外に出ることが好きな西山さんは時間があるとよく家の外を散歩しています。昔から、草むしり、畑仕事や旅行が大好きで、家でじっとしているよりも外に出ることが楽しみだったそうです。そのため「のびのびとした自由な性格なのは」と、ご家族が話していました。長寿の秘けつは「一日三回、規則正しい食事をする」とのことでした。

1月6日に100歳のお誕生日を迎えられました。川副さんは花が好きで、以前は自宅の庭に花を植えて楽しんでいました。

川副さんには4人の子供がいます。息子さんは「しつけは厳しかったけれど、自由に育ててもらいました」と、話していました。

川副さんは現在も自宅に暮らし、テレビでサッカーや野球などのスポーツ観戦をして過ごしています。



かわぞえみつえ  
川副三枝さん（大島町三丁目）

1月13日に100歳のお誕生日を迎えられました。林田さんの趣味は競馬で、以前はよく荒尾競馬場に通っていたそうです。

現在、家族と一緒に自宅で暮らしており、今でも自分でできることはできるだけ自分でやっているとのことでした。

長生きの秘けつは「切り替えが早く、くよくよしないこと」と、話していました。



はやしだしげゆき  
林田茂行さん（万田西）

1月27日に100歳のお誕生日を迎えられました。普段はテレビを見て過ごすことが多く、相撲や野球のスポーツ中継が大好きです。

15年ほど前の北海道への家族旅行の思い出を今でもとても大切にしているそうです。

畑仕事が趣味の山下さんの長寿の秘けつは「朝早くから畑仕事をして、自分で作った農作物を食べてきたこと」とのことでした。



やました  
山下モ>カさん（万田中）

1月30日に100歳のお誕生日を迎えられました。普段は新聞やテレビを見たり、パズルなどをしたりして過ごしています。

先日、100歳のお祝いに親族が集まったとき「今まで生きてこれたのは、親族のみんなが見守ってくれたおかげです。ありがとう」と、感謝の言葉を述べていたそうです。そんな西村さんの長寿の秘けつは「無心で生きること」とのことでした。



にしむら  
西村タマエさん（大島下）