



若さの秘密
わたしの場合

耳も目も達者なきんさん、ぎんさん、脳細胞も活発に働いて、ボケてなどいません。そんな二人にとって、テレビは世の中を眺める何よりの窓であり、大きな楽しみです。きんさん「わしは、プロレスと相撲が大好きでよく見るよ。あとは、時代劇だにやあ」ぎんさん「わしは、役者の顔が覚えられんけに、あんまり

きんさん
ぎんさん (下)

見ないにや。一番おもしろいのは、やっぱり国会中継だよ」きんさん「アレは、頭が痛うなってダメだ」ぎんさん「だけど、おみやあ

毎日の散歩を 欠かしたことがない

さん、日本の国がどうなるか、知らん顔しとつたら、国民として情けないよ」

**食事は三食
決まった時間に腹八分**

歯だけは年に勝てず、きんさんは三十年前に全部抜きました。ぎんさんは、上の歯がまだ五本残っています。ぎんさん「この歯も気力で残った、ハハハ。だから毎朝、塩で磨いたあと、タオルで一本一本きれいにふいて、大切にします」

食事は三食、決まった時間に腹八分というのが、二人の長い間の習慣です。ぎんさん「せいたくは禁物、粗食が一番。朝は柔らかめのごはん、焼きのりとみそ汁、それに梅干しだね」きんさん「わしは、おかゆを軽く一杯ぐらいだわ」

夕食には、ときどきごちそうが出ます。きんさんの好物は、まぐろの刺身です。ぎんさん「姉は赤身の魚が好物らしいけど、わたしや大嫌いだ」

たまにせいたくするときには、白身のカレイの刺身。これを口にできるときは、長生きしてよかつたなあ、しみじみ思うねえ」二人とも、間食はほとんどしません。ぎんさん「甘い物を食べて、じっくりお茶なんか飲んでたら、糖尿病になっちゃうよ」

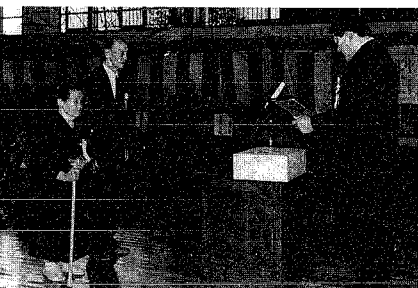
**寿命のある限り
普通にやっつけてください**

「寝たきりにならんようにせにやいかん」——きんさんとぎんさんが、いつも自分の胸に言い聞かせている言葉です。そのため、二人は毎日、散歩を欠かしたことがありません。きんさんは、毎日四、五回、自宅の周囲をキヤリング・カーを引いて、ゆっくりと歩きます。ぎんさんは、この三十年余り自宅近くの神社と、弘法大師をおまつりしてある御堂に、毎日、片道三十分をかけてお参りをしています。ぎんさん「こうやって寿命をもううていられるのも、やっぱり神様、仏様のおかげだね。われらの力では、どうにもならん」

そして、「自分のことは自分でする」がモットー。洗濯物をたんだんだり、布団を敷いたり、自分の服も自分で縫うなど、気力にあふれています。「これからも、寿命のある限り、普通にやっつけていだけ」きんさんとぎんさんは、口をそろえて言いました。(談)



▲喜寿、米寿の方々



▲ダイヤモンド婚、曾山さん夫妻

平成四年度 祝月瀉村敬老会

大橋ヨキさん(一〇三歳)
森山セイさん(一〇一歳)

去る九月十五日(火)の敬老の日に、午前十時から月瀉小学校体育館において平成四年度敬老会が開催されました。今年度の招待該当者は、七十四歳以上の方(大正七年十二月三十一日までに生まれた方)、及び六十九歳以上で独り暮らしの方で三百四十五名が対象とされました。その中で、二百十六名の方が出席されました。

式典後には、保育園児や各芸能団体によるお祝いの踊りや歌を披露していただいたり、出席者の中から歌の飛び入りが出るなど和やかな雰囲気の中にも盛会に終わることができました。お祝いされた方をご紹介します。(敬称略)

ダイヤモンド婚 (二組)
曾山菊松・キヨ
小林未作・ミイ

金婚 (十組)
本間武雄・キミ
白倉三平・ハナ
星野 隆・小枝
鷺尾政裕・初枝

関根俊一・いゑ
五十嵐信次郎・ミイ
河井吉平・ワカ
白倉 隆・チイ
加藤良平・シイ
竹内久平・スイ

九十歳 (八名)
児玉ツマ 児玉カズ
小湊トラ 山崎キヨ
吉川末次郎 児玉スギ
星野タケノ 小林ムメ

喜寿 (二十四名)
落田フジ 田辺キヨノ
五十嵐ミス 滝沢フジ
中村伊八 大橋武雄
阿部善太郎 河井吉平
和平サワ 青柳トイ
阿部泰一 山崎ウメ
原 金平 五十嵐ヨキ
北沢ヨシ子 原 フジ
神保ヨキ 大橋正意
児玉まつ代 谷井道子
小林辰次 野沢タツノ
萩原キヨ 石塚堅三郎

米寿 (六名)
阿部アキ 児玉木作
小湊勇吉 大橋キヌ
石塚スミ 児玉勇一

ひとりひとりの
優しさは、
社会の資産です。
ご協力をお願いします。
月瀉村社会福祉協議会

共同募金
赤い羽根募金
10月1日～12月31日