

「はつらつ人生」 達人の たっじん

登録番号54番

横畠サダメさん 87歳
(吾井郷)

私の元気の秘訣

体を動かすことです。寝て過ごすことは楽ですが、もともとじっとして過ごす性分ではないので、朝も目が覚めると朝食前にま

ず畑を見に行きます。作物の成長が楽しみで、日に何回か畑に行つては草引きなどしています。収穫したての野菜をおいしく食べるのも元気の秘訣の一つです。

生活で気を付けていること

気持ちを若く持つことです。気が付くといつの間にか87歳になつていました。段々と体の動きが悪く



鯉のぼりをバックに元気な姿を見せていただきました

横畠さんは、氷川きよしさんのデビュー当時からファンで、友達と誘い合っ

なつてきましたが、できることは自分で、無理はしないをモットーに今の生活のまま長生きをしたいです。

須崎市地域包括支援センター

☎42・1206

このコーナーでは、須崎市に活き活きと暮らしている75歳以上の素敵な達人たちを紹介しています。自薦、他薦は問いません。達人たちの情報を、ぜひ左記までお寄せください。

て県外のコンサートに行ったりしています。氷川きよしさんの話になると、顔をほころばせていました。氷川きよしさんのファンでいることも気持ちを若く持つ秘訣のようです。

一日行政相談の開催

国や県、市役所の窓口などのサービスについて疑問に思っていることや、苦情などがある場合、また直接申し出にくい場合などにぜひお気軽にご相談ください。

日 時 6月19日(水) 午前10時～12時

場 所 市民文化会館

相談委員 松浦静子さん 川北久美子さん

(一日行政相談は毎月1回開催されますのでご利用ください)

人口・世帯数 (4月末日現在)

人口	23,944人	(前月比 -17)
男	11,607人	(前月比 -43)
女	12,337人	(前月比 +26)
世帯数	11,055世帯	(前月比 +22)

4月に誕生した赤ちゃん(出生数) 10人

市内美化活動にご協力をお願いします

6月23日(日)

午前7時～ 富士ヶ浜

清掃は1時間程度です。

雨天中止・小雨決行



須崎市の情報を
Facebookでも発信中
(詳細はホームページにて)

須崎市の観光情報は
「すさきガイド」をご利用ください

<http://g.city.susaki.kochi.jp/>

