

「はつらつ人生」

達人

たっじん

登録番号 57 番

青木 春生さん 86 歳
(上 分)

私の元気の秘訣

農業の合間に平成6年から始めた詩吟です。詩吟は歌詞に込められた筆者の思いや情景を思い浮かべながら歌います。腹筋を使って発声しますので、これが私の元気の秘訣です。

生活で気を付けていること

毎朝、近くの喫茶店にモーニングに行きます。喫茶店



青木さんは詩吟の免状取得者
朗々と情緒豊かに歌っていただきました

で、友人とたわいのない話を
して一日の行動を開始してい
ます。友人との会話は自分
にとって生活の励みになっ
ています。いつまでも、この日課
を維持できるように無理はし
ないように心掛けています。



「夫には良くしてもらっています。
夫の作るご飯は満点です」と奥さんの知恵さん

青木さんは「家庭が和やか
でないといかん。そうでない
と人生面白くない」との名言
をおっしゃっていました。そし
て、人を大事にすること、友
達を多く持つことが人生を豊
かにしてくれると教えていた
だきました。

このコーナーでは、須崎市
に生き活きと暮らしている75
歳以上の素敵な達人たちを紹
介します。自薦、他薦は問い
ませんので、達人の情報をぜ
ひお寄せください。

須崎市地域包括支援センター

☎ 42・1206

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 9月18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)

市内美化活動に ご協力をお願いします

9月14日(土) 川端
シンボルロード

9月29日(日) 富士ヶ浜

午前7時から1時間程度清掃を
行います。雨天中止・小雨決行



人口・世帯数 (7月末日現在)

人口	23,811人	(前月比 -55)
男	11,541人	(前月比 -30)
女	12,270人	(前月比 -25)
世帯数	11,031世帯	(前月比 -6)

7月に誕生した赤ちゃん(出生数) 9人

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>

