



左から岡村さん、太田さん、辻さん

私の元気の秘訣
岡村さん「糸に惚れ、布に恋して。手芸でストレス解消することです。機織り機で、機織りから、毛糸・服など何でもお手の物です」
太田さん「くよくよしないで毎日感謝することです。感謝は幸せのもと、元気のもとです」

「はつらつ人生」 達人の たっじん

登録番号67番

おかむら 岡村 淑子さん 78歳
おおた 太田 富美子さん 83歳
つじ 辻 さとえ 里江さん 81歳
(安和)

辻さん「100歳体操です。初めてまだ3年ですが、あんなの施術を受けるときに狭いベッドの上で落ちることなく体を動かす事ができました」
生活で気を付けていること
岡村さん「テレビを見ているときでも手を動かして手芸をしています。常に手と頭を使っている」
太田さん「小魚は若いころから食べています。足腰が丈夫なのか、3月末にビワの袋かけ作業をしているときに3mほど滑落しましたが、骨折することもなく無事でした」
辻さん「何より今は親孝行の反対の子孝行をすることです。4人の子供と孫、これから誕生するひ孫が楽しみです」

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

よさこいケーブルネット
(地上デジタル放送11ch)では、達人のインタビューを放送しています。
岡村さん・太田さん・辻さんのインタビューは、9月22日(月)・23日(火・祝)の「ほっとニュース」内で放送が予定されています。

安和地区のわかば会の3人は、100歳体操では、会場でのおしゃべりを楽しんでいるようです。「安和地区は穏やかな土地で、住民同士で助け合う土地柄です。この安和地区ですと元気に100歳体操を続けて行きたいです」という元気な3人の達人でした。



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17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(7月末日現在)

人口	23,465人	(前月比 -35)
男	11,405人	(前月比 -13)
女	12,060人	(前月比 -22)
世帯数	10,997世帯	(前月比 -5)

7月に誕生した赤ちゃん(出生数) 11人

市内美化活動にご協力をお願いします

9月13日(土) 川端シンボルロード

9月28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



人権無料相談所開設のご案内

人権に関する問題や悩みは、人権相談所にお気軽にご相談ください。法務大臣から委嘱を受けた民間ボランティアの人権擁護委員が相談に当たります。相談は無料で、秘密は厳守されます。

◆相談所開設日: 9月12日(金)・10月10日(金)

◆時間: 午前10時～午後3時 ◆場所: 人権交流センター

人権交流センター

☎42・1420