



なかがわ しんこ
中川 眞子さん

101歳

●趣味

永代雑書を読むこと、人とおしゃべりすること、おしゃれをすること

●好きな食べ物

肉、チーズ、栗、パイナップル



内藤 先の大戦で旧海軍の水雷艇に乗っていました。すさまじい爆撃に囲まれ、全速力で右



中川 昭和20（1945）年3月10日の東京大空襲時のことです。当時東京の病院で働いていましたが、3月9日に発熱したため、埼玉の実家に帰されました。翌日、空襲で東京の空が赤くなっていて、勤務先の病院も焼け、同期の人も空襲で亡くなりました。



市長

戦争の体験や大火事な



に左に走り、やっと助かりました。戦争は絶対にしてはいけません。仲間が皆死んでいました。今でも思い出すと涙が出ます。平和ほど大切なものはありません。

戦後は、テニスとコーラスをしていました。長年、上福岡でテニス協会の理事をしており、全国大会のダブルスで優勝をすることができました。

大事にしている考えや暮らし方



雪平

盆踊りと歌と民謡を長くやっていました。何事にも率先してみんなをまとめたり、損得を考えず人のために尽くしてきたりしたことが、今の幸せにつながっていると思います。



相川

集会所で自彊術の健康体操を80歳から91歳まで続けたことが元気で生活できる手助けになったと思います。



ゆきひら なか
雪平 ナカさん

100歳

●趣味

編み物、カラオケ、盆踊り、民謡、おいなりを作って皆さんにふるまうこと

●好きな食べ物

くだもの、うなぎ、お煎餅



中川

家族や、妹夫婦などの親せきと仲良くしてきたから今があるのだと思います。



内藤

人生はただ一度です。少しでも長く生きていこうと思っています。寿命の神様よろしく願います。



市長

皆さんがご家族や周りの人との関係性を大切に考えられていくことがわかりました。続いて、長寿・健康のために心がけていることがあったらお聞かせください。



あいかわ ゆき
相川 ユキさん

ゆきひら なか
雪平 ナカさん

たかはた ひろし
高畑 博 市長

ないとうひろし
内藤 弘さん

なかがわ しんこ
中川 眞子さん

市報1月号の新春座談会。今回のテーマは「いつまでも元気・健康に」です。市民一人一人が自分にあった健康づくりへの取り組みを進め、元気・健康による好循環のまちづくりを目指す「元気・健康都市宣言」から10年となる節目の年の幕開けに、元気な高齢者の皆さんが集まっていたいただき、ご自身のこれまでの暮らし方や今後の目標について市長と語っていただきました。

これまでの人生を振り返って



市長

まずは、これまでの来歴や人生を振り返って、大きな出来事や記憶に残ることがありましたらお聞かせください。



雪平

昭和26（1951）年の冬頃に上福岡駅前で大きな火事があったのを目の当たりにしました。他でもあちらこちらで大火事があった、とても恐ろしかったです。

市は、平成27年1月5日に「元気・健康都市宣言」をしました。この宣言を契機として、市では健康づくり事業をより一層推進していくとともに、市民一人一人による自分にあった健康づくりの取り組みが行われ、皆さんがより一層元気で健康になることを目指しています。



相川

新潟県で生まれ、5歳の時に母が病気で亡くなり、東京に住む母方の姉夫婦の養女となりました。

本日は、今年100歳を迎える、または100歳以上の人生の大先輩である皆さんにお集まりいただきました。本日の皆さんの年齢を合計しますと404歳、私自身も含めると5人で合計467歳の座談会になります。市報を読んでいる皆さんも、高齢になっても元気で健康な生活を送るきっかけとなればと思います。

最近では、100歳の誕生日を迎えて、たくさんの人と祝えたことが心に残っています。

