

# いっしょに手をつなご

No.179

9月1日号

2019

## 敬老特集号

のんびりと、おだやかに歩んだ1世紀  
(大井町:南つるさん 101歳)

「何でもよく食べ、のんびりと生きてきた」と長寿の秘訣を語ってくれたつるさん。今でも毎日洗濯物を干し、裁縫やナンプレなどを楽しみながら、元気に過ごしています。

## おもな内容

- 敬老特集「人生の達人たち」…………… P2-3
- 寄付、児童センターからのお知らせ…………… P4

## ボランティア・市民活動支援センターからのお知らせ



安心・安全なお弁当をお届けしましょう

### 配食ボランティア研修会

### 参加者募集



ボランティア・市民活動支援センターでは、恵那市内で配食等のお弁当を作っているボランティア団体及びお弁当をお届けしているボランティア団体等を対象とした研修会を実施します。

- 日時 10月2日(水)午前10:00~13:30
- 場所 東野コミュニティセンター 参加費 500円
- 内容 ①食品の安全と衛生管理について  
②高齢者食事づくりにおける注意点について  
③食中毒予防について
- 講師 恵那保健所 申込締め切り 9月17日(火)
- 申込方法 下記までお電話にて申し込みください

### 夏休み福祉施設 ボランティア体験報告

ボランティア・市民活動支援センターでは、市内の中高生を対象に、夏休み期間中のボランティア体験を行いました。活動の様子や感想を一部ご紹介します。

#### 活動を終えての感想

- ・小さな子に対する接し方や教え方など難しかったが、嬉しそうな笑顔がとても印象的でした。(明智中3年)
- ・ボランティア体験をして高齢者の施設のイメージがよく分かり、とても勉強になりました。利用している方とたくさん話をして「ありがとう」と言われとても嬉しかった。(恵那西中1年)



児童センターで作品づくり



高齢者施設でのお茶出し

問い合わせ 恵那市ボランティア・市民活動支援センター TEL 0573-26-5221(代)



この広報紙は共同募金の配分金により作成しています。

敬老特集

人生の



103歳

男性 最高齢 ※市内  
野々村房夫さん (大井町) 大正6年2月20日生



107歳

女性 最高齢 ※市内  
三宅みつゑさん (申原) 大正1年11月20日生



106歳

伊藤ツゲコさん (明智町) 大正3年2月19日生

9月の第3日曜日は敬老の日です。今月号では敬老特集として、市内の101歳以上の「人生の達人たち」をご紹介します。



小栗ひでのさん (三郷町) 大正4年11月26日生



篠原いくみさん (武並町) 大正4年11月11日生



鈴木ふみさん (中野方町) 大正4年9月2日生



三浦登代さん (岩村町) 大正4年7月27日生

104歳  
大正4年度生まれ



平林雪江さん (申原) 大正6年2月25日生



伊藤久代さん (山岡町) 大正5年11月25日生



渡邊ゑさん (大井町) 大正5年9月13日生



服部まさゑさん (岩村町) 大正5年5月24日生

103歳  
大正5年度生まれ



和田ナミさん (明智町) 大正7年3月30日生



伊藤茂子さん (東野) 大正7年2月22日生



二村年枝さん (岩村町) 大正7年1月1日生



坂井よし江さん (大井町) 大正6年7月15日生

102歳  
大正6年度生まれ

### 年齢別 長寿者総数 (8月15日現在)

107歳	1名
106歳	1名
105歳	1名
104歳	4名
103歳	7名
102歳	4名
101歳	18名
100歳	18名

※紙面の都合により、お写真は101歳以上の方のみの掲載とさせていただきます。



岩木富子さん  
(長島町)  
大正7年7月7日生



水野敏子さん  
(長島町)  
大正7年5月25日生

**101歳**  
大正7年度  
生まれ



笠木良美さん  
(三郷町)  
大正7年10月17日生



安藤志津子さん  
(大井町)  
大正7年8月23日生



市川まするさん  
(大井町)  
大正7年7月18日生



加藤しずかさん  
(三郷町)  
大正8年1月13日生



伊藤ときさん  
(上矢作町)  
大正8年1月8日生



渡邊たいさん  
(武並町)  
大正7年12月20日生



和田しずえさん  
(笠置町)  
大正7年11月5日生



石原花子さん  
(長島町)  
大正8年2月25日生



南つるさん  
(大井町)  
大正8年2月15日生



熊谷文六さん  
(上矢作町)  
大正8年2月1日生

# 達人たち

## 人生の達人アンケート

### 「長寿の秘訣はなんですか？」



#### 食事について

- 好き嫌いなく、何でも食べる
- 肉や魚(両方またはどちらか)をよく食べる
- 腹八分目でよく噛んで食べる
- 好きな物しか食べない

#### 運動などについて

- 若いころからよく歩き、身体を動かす
- 一生懸命働く(仕事や農作業など)

#### ご家族の意見

- とにかく頑固
- 芯がしっかりしていてブレない
- やさしい
- これまで叱られたことがない



#### 性格や暮らし方など

- のんびり、おおらか  
(くよくよしない、好きなように生きてきた、平々凡々、怒らない、イライラしない、穏やかに暮らしてきた、細かいことは気にしない、悩みがない など)
- 多趣味
- 常に挑戦する
- たくさん笑う



# やさしい心をありがとう

(令和元年7月受付分・順不同)

ポランちゃん



## 善意のご寄付

- ・タカ歌謡会 伊藤歌謡教室 代表 伊藤 孝文 様(明智町) …96,601円  
明智支部へ
- ・柘植 敬五 様(飯地町) ……50,000円  
亡 よし乃様のご冥福をお祈りいたします 飯地支部へ
- ・鈴村 和敏 様(中野方町) ……100,000円  
亡 誠 様のご冥福をお祈りいたします 中野方支部へ
- ・長谷川 和広 様(石川県) ……100,000円  
亡 うた様のご冥福をお祈りいたします 中野方支部へ
- ・柘植 潔 様(中野方町) ……50,000円  
亡 文子様のご冥福をお祈りいたします 中野方支部へ

- ・一市民 様 ……200,000円  
社会福祉事業・三郷支部へ
- ・一市民 様 ……5,000円  
社会福祉事業へ
- ・一市民 様 ……966円  
大井支部へ

## 物品のご寄付

- ・佐藤 庄次 様(岩村町) …… 囲碁・将棋道具一式他  
岩村デイサービスへ
- ・学頭壮健クラブ女性部 様(大井町) ……切布たくさん  
社会福祉事業へ

## 児童センターからのお知らせ

赤ちゃん教室  
**よちよち** 100円  
参加費

大井児童センター 9月17日(火) 10:30~  
内容 リトミック 講師 安保優子先生

中野児童センター 9月3日(火) 10:30~  
内容 リトミック 講師 施設職員

問い合わせ・申し込み 大井児童センター TEL0573-25-6493 中野児童センター TEL0573-26-3878

## 恵那市こども発達センター

# ことばと発達の相談会

子育て中の方を対象に、お子さんのことばや発達についての相談会を行います。家庭での関わり方などについて、相談支援専門員や言語聴覚士からの具体的なアドバイスを受けることができます。

申し込み・問い合わせ 恵那市こども発達センター・おひさま

TEL/FAX0573-56-3620

# 10/26(土)

8:45~10:00

会場 恵那市こども発達センター・おひさま  
(山岡町上手向584-1)

対象 市内在住の親子(乳幼児・児童)  
※保護者のみの参加も可能です

定員 約20名 締切 10月10日(木)

“ぷらっと”立ち寄れるプラットフォーム

# 地域生活支援拠点「ぷらっと」

「ぷらっと」は、市内の障がいを持つ方やひきこもりの方などが地域で安心して暮らすための場所です。日中の居場所を探している方や、社会との関わりを持ちたい方など、お気軽にお立ち寄りください。



## 9月の行事予定

- 9日(月) 市役所の花壇清掃
- 11日(水) ささゆりカフェサポートボランティア(図書館)  
あけちdeぷらっと(毎月第2水曜日)
- 26日(木) 市役所の花壇清掃
- 30日(月) お仕事体験(広報えな仕分け)



定期的に行っている市役所前の花壇整備活動



室内にはパソコンやドリンクコーナーなどもあります

見学希望の方など、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 恵那市社会福祉協議会 地域福祉課  
TEL0573-26-5221(代) ※平日9:00~16:00

## 福祉を相談 今月は山岡町で行います

生活面の不安や心配事の解消に向けたお手伝いをします。仕事や収入、体調などに不安がある方や、そのご家族・お知り合いなど、ご本人以外の相談も可能です。ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか？

9月25日(水) 13:00~16:00 山岡振興事務所

予約優先 予約・問い合わせ 総合相談窓口  
TEL0573-25-6424(直通)

ホームページアドレス <http://www.ena-shakyo.or.jp>

発行 社会福祉法人 恵那市社会福祉協議会

TEL(0573)25-5221(代) FAX(0573)25-5225

ブログ掲載中

スマホの方はこちら

