

### 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



市川ますゑさん  
(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

