

いじょうに  
**手**を  
つづらぐ

No.203  
9月1日号  
2021

手先を器用に動かすことが長寿の秘訣

(中野方町：柘植嘉江さん 100歳)

手先が器用で、紙を折って箱を作ることが得意な嘉江さん。出来上がった紙箱は、デイサービスでも重宝されているそうです。身体も丈夫で草むしりをしたりと体を動かして、元気で過ごしています。

おもな内容

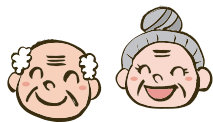
- 敬老特集「人生の達人たち」 ..... P2・3
- 寄付、児童センターからのお知らせ、福祉なんでも相談、社協相談窓口 ..... P4



恵那市の高齢者を取り巻く状況

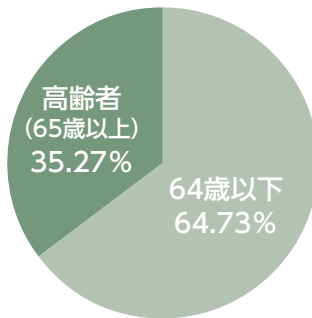
恵那市の長寿者数 R3.6.1現在

- 101歳以上 55名
- 100歳 31名
- 99歳 62名



恵那市社会福祉協議会は、99歳以上の方へお祝い金(100歳で希望される方には額入り写真)をお届けする長寿祝事業も行っています。

恵那市の高齢化率 R3.7.31現在



- 恵那市人口 48,584人
- 高齢者数 17,137人
- 高齢化率 35.27%

※高齢者数は65歳以上の方の人数

恵那市の地域別高齢化率 R3.7.31現在

- |             |              |              |             |             |
|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| ● 大井 29.47% | ● 長島 29.88%  | ● 東野 34.97%  | ● 三郷 39.24% | ● 武並 32.65% |
| ● 笠置 44.18% | ● 中野方 42.48% | ● 飯地 44.44%  | ● 岩村 34.71% | ● 山岡 41.25% |
| ● 明智 43.37% | ● 串原 50.00%  | ● 上矢作 50.95% |             |             |

高齢者が安心して暮らせる  
まちづくりを支援しています

## 家族のために歩み、穏やかに過ごした100年



### 伊藤茂子さん (104歳)

大正7年2月22日生 東野

100歳を過ぎてても家の戸締りや洗濯物の片づけを自分で行うしっかりした性格の茂子さん。家族の支えもあり、大好きなお風呂と食事を楽しみ、穏やかに過ごしています。

**Q** 長寿の秘訣は？

**A** とにかく色々なことに興味、関心を持ち続けること。

**Q** 私の信条(大切にしていること)

**A** 済んだことは済んだこと、引きずらない。決める判断をしっかりする。

敬老  
特集

# 人生の達人たち

9月の第3月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。(101歳以上の方で希望された方のみ掲載させていただきます)

109歳	三宅みつゑ	大正11年11月20日生	申原
108歳	伊藤ツゲコ	大正3年2月19日生	明智町
106歳	三浦 登代	大正4年7月27日生	岩村町
	鈴木 ふみ	大正4年9月2日生	中野方町
105歳	渡邊 ゑ、	大正5年9月13日生	大井町
	平林 雪江	大正6年2月25日生	申原
104歳	坂井よし江	大正6年7月15日生	大井町
	二村 年枝	大正7年1月1日生	岩村町
103歳	柘植よしゑ	大正7年5月4日生	飯地町
	水野 敏子	大正7年5月25日生	長島町
	岩木 富子	大正7年7月7日生	長島町
	安藤志津子	大正7年8月23日生	大井町
102歳	長瀬としゑ	大正8年7月9日生	大井町
	熊谷 久代	大正8年8月17日生	明智町
	笠木 楚乃	大正8年10月3日生	三郷町
	阿部 久代	大正8年11月6日生	山岡町
	塚田 志げ	大正9年2月5日生	明智町
	田立 久枝	大正9年2月15日生	大井町
	後藤とよ子	大正9年3月10日生	山岡町
101歳	渡邊 静子	大正9年6月6日生	武並町
	市川うめ子	大正9年6月19日生	申原
	近藤 なか	大正9年7月30日生	上矢作町
	安江 美保	大正9年8月20日生	三郷町
	大原 秋世	大正9年9月15日生	明智町
	永谷 あや	大正9年9月18日生	長島町
	鈴木 一枝	大正9年9月25日生	大井町
	三宅 久代	大正9年10月12日生	岩村町
	鈴木 宏子	大正9年10月20日生	長島町
	安藤多美子	大正9年10月27日生	山岡町
	岡山みや子	大正9年10月29日生	申原
	遠山さと子	大正9年11月25日生	大井町
	水野ヒサ子	大正10年1月3日生	岩村町
	林 那美子	大正10年1月15日生	笠置町
	西尾 通夫	大正10年1月22日生	山岡町
	伊藤 西江	大正10年2月1日生	山岡町
	足立かね子	大正10年2月27日生	三郷町
	堀井なみ子	大正10年3月8日生	三郷町
	丸山よし子	大正10年3月15日生	大井町
	水野まさ子	大正10年3月20日生	明智町
	宮地 忠男	大正10年3月22日生	長島町
	美澤すみ子	大正10年2月14日生	
	各務ひさゑ	大正7年12月17日生	
	熊谷 文六	大正8年2月1日生	上矢作町
	南 つる	大正8年2月15日生	大井町

## 家族に支えられ、家族に感謝した100年

### 伊藤久代さん(105歳)

大正5年11月25日生 山岡町

今でも食事など簡単なことは自分で行う久代さん。家族に支えられ、家族に感謝しながら過ごされています。意志の強い性格で、若いころから毎日続けている日記は、1日の出来事を細かく書き込んでいます。



**Q** 今、楽しみなことは？

**A** デイサービスで友達に会うこと。

**Q** 人生でもっともうれしかったことは？

**A** 子ども達と色々な所に旅行に行ったこと。

## 楽しみを今の生きがいとして



### 渡邊浩光さん(102歳)

大正8年11月2日生 東野

食事はなんでも食べられて好き嫌いが無い浩光さん。長寿の秘訣は家族が作ってくれる栄養のある食事を取ること。本を読むことが好きで、大好きな仏像の写真が掲載された雑誌を見ながら過ごすことが、今の楽しみです。

**Q** 私の性格は？

**A** 気が長くて大人しいが芯がしっかりしている。

**Q** 人生でもっともうれしかったことは？

**A** 高齢になっても同級生と旅行や喫茶店などで遊んだこと。

# やさしい心をありがとう

(令和3年7月受付分・順不同)

ボランちゃん



## 善意のご寄付

- 匿名様 (明智町) ..... 10,000円  
明智支部へ
- 匿名様 (大井町) ..... 30,000円  
ケアプランセンターへ
- 匿名様 (岩村町) ..... 50,000円  
岩村支部へ

## 物品のご寄付

- 匿名様 (明智町) ..... 紙おむつ  
社会福祉事業へ
- 恵那東中学校園芸部様 (大井町) ..... 花  
大井児童センターへ



発行 社会福祉法人 恵那市社会福祉協議会

## 児童センターからのお知らせ

予約制



赤ちゃん教室

# よちよち

参加費 100円

※緊急事態宣言が発令されているため、9月12日(日)まで児童センターは休館とさせていただきます。

### 大井児童センター

9月21日(火) 10:30~

内容 リトミック  
講師 高瀬孝子先生

9月28日(火) 10:30~

内容 リトミック  
講師 長瀬郁子先生

### 中野児童センター

9月28日(火) 10:30~

内容 リトミック  
講師 安保優子先生

申し込み・問い合わせ 大井児童センター TEL 0573-25-6493 中野児童センター TEL 0573-26-3878

## 福祉なん相談 — ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか? —

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、体調などの不安がある方や、そのご家族、お知り合いなどの、ご本人以外の相談も可能です。

日時 9月13日(日) 13:30~15:30

市内のどなたでも  
ご利用できます

場所 恵那中央出張所 えなえーる (パロ-恵那ショッピングセンター2階)

定員 2名 申込方法 お電話にて予約

問い合わせ 恵那市社会福祉協議会 総合相談 TEL 0573-25-6424

予約優先

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・延期となる場合があります。

## 被災地に行けなくても出来る ボランティア活動

# 災害義援金



「義援金」は、被災者の生活再建に役立ててもらうために、集まった募金額や被災の状況に応じて、自治体から被災した世帯単位に渡されます。共同募金会が募集している義援金は、被災県が設置する義援金配分委員会で公平に配分され、生活再建のために活用されています。

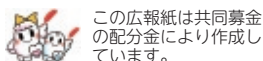
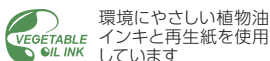
8月大雨に伴う災害により被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

- 令和3年8月福岡県豪雨災害義援金 ..... 令和3年12月30日まで
  - 令和3年8月大雨災害青森県義援金 ..... 令和3年12月28日まで
- 8月大雨災害に伴う、R3.8.23現在受付中の義援金を掲載

受付窓口 恵那市社会福祉協議会事務局・各支所 (各福祉センター内、山岡振興事務所内、寿限無の里)

問い合わせ 岐阜県共同募金会恵那市支会 (恵那市社会福祉協議会内) TEL 0573-26-5221(代)

〒509-7201 岐阜県恵那市大井町727-11  
TEL(0573)265221(代) FAX(0573)265222



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