

家族のために歩み、頑張って働いた100年



安田花子さん(100歳)
大正12年3月28日生 大井町

もうすぐ100歳を迎えますが、洗濯、掃除、洗い物などを自分で行く元気な花子さん。家族の支えもあり、90歳ごろまで仕事を長く続けられたことに感謝し、明るく笑顔で過ごされています。

Q 長寿の秘訣は？



A 元気でずっと過ごせていること。

Q 私の信条(大切にしていること)

A 食べ物に気を付け、何でも食べ栄養をしっかりとること。

Q いま、楽しみなこと

A 孫に会うこと、デイサービスに行くこと。毎日色んなことがあるので、毎日が楽しみ。

ゆっくり生きることが100年長寿の秘訣

西尾綾子さん(100歳)
大正11年6月5日生 岩村町

食事は何でも食べられて好き嫌いが無い綾子さん。家族の支えに感謝し、通っているデイサービスでは計算やクイズを簡単に解き、今をゆっくり生きることが大切にして過ごされています。

Q 長寿の秘訣は？

A 誰とでも仲良し、好き嫌いなし。流れに身を任せること。

Q 私の性格(大切にしていること)

A 正直者、嘘はきらい。嘘をつかないことで自分にいいことが起こる。

Q 人生でもっともうれしかったことは？

A 家族に支えられ元気に過ごせていること。

