

おしゃべりと 思う心が 長寿の秘訣



宮地政江さん(100歳)
大正13年2月10日生 明智町

長く続けることが得意な政江さん。妹さんに習った短歌は新聞に投稿する程の腕前です。たくさんの短歌と短歌の元となっているノートは今でも大切な宝物。宝物の家族と短歌と一緒に、毎日を笑って楽しく過ごしています。

- Q** 長寿の秘訣は？
A 食べること、話すこと、笑っていること。
Q 普段の過ごしかたは？
A お花が好き。花を世話して育つのが楽しみ。
Q 趣味は？
A 毎週楽しみにしている新聞掲載のクロスワードパズル。20年程続けていて、息子さんと一緒に楽しんでいます。

自然に身を任せてゆっくり生きることが長寿の秘訣

浅野 彰さん(100歳)
大正12年6月1日生 上矢作町

自分でもこんなに長生きできてびっくりしているとおっしゃっていた彰さん。とにかく自然に身を任せて、元気なうちは頑張ると意気込み、とても元気に毎日を過ごしています。

- Q** 長寿の秘訣は？
A しいて言えば自然に身を任せてゆっくり生きること。
Q 趣味は？
A 今はない。昔は毎日、新聞や本を読んでいたが最近はずが小さくて読めない。
Q 最近一番嬉しかったことは？
A 2、3年前に息子が宮中に呼ばれて勲章をもらったこと。自慢の息子です。

