

# いつまでもお元気で



阿久比町最高齢者  
岡戸 あさのさん(102歳)に  
長生きの秘けつを聞く

阿久比町には八十歳以上の高齢者が千二百十七人(九月一日現在)います。その中で最高齢者は、明治三十九年五月六日生まれのお岡戸あさのさん(卯之山)です。

九月一日、町長が岡戸あさのさんの生活する阿久比一期一会荘を訪れ、敬老金を手渡ししました。

「顔色もよく元気そうですね」と町長が声を掛けると、岡戸さんは「皆さんにお祝いでいただき感謝無量です。長生きしてよかったです」と笑顔で答えていました。

現在百二歳の岡戸あさのさんに話を聞きました。

長生きの秘けつは、  
人のことはあまり気にせず、『人は人、自分は自分』という気持ちで毎日暮らしています。いろいろなことを考えすぎないことですね。  
何をしているときが楽しいですか。

仲間とワイワイしているときが一番楽しいです。

好きな食べ物は、  
好き嫌いはありません。何でも食べます。毎日三食しっかり食べます。好き嫌いのある人は長生きできませんよ(笑)

「この年になって一人ぼっちになってしまいました。皆さんが助けてくれるので幸せです」としっかりと口調で話してくれた岡戸さん。朝には一期一会荘の皆さんと体操をしてお茶を飲むのが日課だそうです。

手を合わせて「感無量です。感無量です」この言葉を何度も繰り返して、私たちにほほ笑んでくれた姿が印象的な、とてもチャーミングなおばあちゃんでした。これからも元気で長生きしてください。

## 80歳以上高齢者数

(平成20年9月1日現在)

行政区	敬老金支給対象者数			合計
	80歳～89歳	90歳以上 (内100歳以上)		
横松	15	3		18
萩	10	2		12
宮津	69	19		88
宮津団地	39	11	2	50
宮津山田	31	2		33
板山	54	5	1	59
福住	44	6		50
福住園高台	9	3		12
白沢(日生舎)	85	17		102
メイツ巽ヶ丘	2	0		2
白沢台	30	3		33
高根台	43	8		51
草木	127	20	1	147
坂部	61	13		74
卯之山	75	28	2	103
阿久比団地	34	6		40
阿久比	62	15		77
椋岡	34	6		40
矢口	27	5	1	32
高岡	20	6		26
植	89	29		118
大古根	41	9	1	50
合計	1,001	216	8	1,217

九月十五日は敬老の日。九月十五日から二十一日までの一週間は老人週間です。長年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝いましょう。

八月三十日と九月一日の二日間、八十歳以上の高齢者の自宅などを、各地区の行政協力員、民生委員、社会福祉協議会役員らが訪れ、町から敬老金を贈り、長寿を祝いました。

# 長寿おめでとう