

活力ある
長寿社会に向けて

9月19日は長年社会に貢献されてきた高齢者を敬愛し長寿を祝う「敬老の日」です。高齢者の方に、いつまでも健康で長生きしていただき、活力ある長寿社会を築くため、町では介護予防や健康づくり事業を行っています。

本町の高齢化率は令和4年8月1日時点で42・0%で昨年の同月よりも0・4ポイント上昇しています。超高齢社会と言われる現状と未来に関心を持っていただき、見守り支え合いながら誰もが安心して心豊かに暮らせる社会を、地域みんなで築きましょう。

高齢者クラブ・サロンの活動

グラウンドゴルフや脳トレなど各団体が工夫して活動しています。健康維持だけでなく、地域の見守りや支援活動にもつながっています。



介護予防につながる
ころぼん体操

童謡のリズムに合わせて立った状態やいすに座った状態で体を動かします。おもりを使うことで筋力を維持し、転倒や寝たきりを予防します。



高齢者元気度アップ・ポイント事業

高齢者クラブや、ころぼん体操などの介護予防を行う団体の活動に参加している65歳以上の方に、1回1ポイント＝100円を交付します。参加した際に、ポイントカードにシールを貼ります。年間50ポイントまで集められ、年度末に個人口座へ振り込みます。



ポイントシール

敬老商品券を
贈呈しています

町では、長寿を祝福し、敬老の意を表すため、毎年9月に80歳と90歳の方へ敬老商品券を贈っています。9月1日時点で、1年以上本町に居住している方が対象です。



お問い合わせ先
高齢者支援課高齢者支援係
(内線2172)

対象者

- ▼80歳(昭和16年9月2日)～昭和17年9月1日生)
- ▼90歳(昭和6年9月2日)～昭和7年9月1日生)
- 商品券の額
- ▼80歳………5千円
- ▼90歳………1万円
- 商品券の使用について
- ▼500円券でおつりは出ません。
- ▼町内の商店などで利用できます。
- ▼使用期限は令和5年2月28日までです。

あなたの元気が
地域の元気が

9月19日は高齢者を敬い長寿を祝う敬老の日。みんなで健康長寿社会を築きましょう。

週に1度、天神サロンで体を動かしている榎山さん。5男4女の9人きょうだいで、四女として生まれました。県立宮之城農蚕学校(現在の薩摩中央高校)に進学し、戦時中は満州に戦後の引き揚げで乗った船が沈没しかかった時は米軍に助けられ、九死に一生を得ました。

くしやま
榎山 ヤツ さん (98歳)

長寿の秘訣は、毎日濃い緑茶を飲み3食きっちり食べること。



夫とは約20年前に死別。夫婦で営んでいた榎山商店の手作り豆腐はとても評判だったそうで「優しくて何でもできてよか夫だった」と笑顔を見せました。



天神サロンでころぼん体操をする榎山さん(右)

現在は、娘さん家族と3匹の愛猫と暮らしている榎山さん。プロ野球や高校野球、メジャーリーグも観るほど野球観戦が好きで、大谷翔平選手の大ファン。いつも活躍を楽しみにテレビの前で応援しているそうです。好きな食べ物はバナナやキウイで、毎朝パンとバナナを食べ、間食をしない生活を送っています。長寿の秘訣は、毎日欠かさず濃い目の緑茶を飲み、3食きっちり食べることにきょうだいで長寿で3人が100歳を超えているそうです。

「私たち、まだまだ元気です！」

ふちがみ とめお
淵上 留男 さん (97歳)

長寿の秘訣は、飲酒や夜更かしせず体を動かすこと。



グラウンドゴルフが趣味という淵上さん。近所の公園まで歩いて行き、轟原グラウンド・ゴルフ同好会に週2回参加し汗を流しています。

昭和19年に徴兵され、銃の訓練を受けましたが戦地に出る前に終戦を迎えました。その後、ソ連によりウクライナにある収容所に連行され、伐採などをさせられました。食事が無かったり野宿したり、冬は気温が氷点下になるので辛くて不安な日々だったそうです。

現在は、娘さん家族と暮らししており、野球や相撲観戦が日頃の楽しみ。好きな食べ物は肉やうなぎ、フルーツで、3食しっかり食べて毎日風呂に入る生活を送っています。長寿の秘訣は「飲酒や夜更かしをしないで、毎日手足の軽い運動をすること」と笑顔で話しました。

長寿者をご紹介

淵上さんは、6男2女の8人きょうだいで、五男として薩摩川内市東郷町で生まれました。長濱学園私立川内商業学校(現在の川内商工高校)を卒業後、17歳で当時日本の植民地であった北朝鮮に渡り、税関職員として働いたそうです。



妻が生前使っていたクラブを愛用