

件 名:	「やまぐち元気いきいき大賞」の受賞者決定について
担当課:	健康福祉部 健康増進課 元気いきいき推進担当 (電話:083-921-2666)

●令和2年度「やまぐち元気いきいき大賞」受賞者一覧及び活動概要

コロナ禍においても、新しい生活様式を取り入れながら、次のような活動を元気にいきいきと行われている。

(※五十音順、敬称略、年齢は申込締め切り(1月12日)時点)

番号	氏名	年齢	性別	活動内容
1	あべ ひでお 阿部 秀雄	89	男	社交ダンスを退職後から始め、現在も週3回のレッスンを続け、足腰を鍛えるとともに、ストレス解消にもつながっている。禁煙や、定期的な健康診断の受診、畑での野菜作りなども行っている。
2	あらせ 荒瀬 フサエ	92	女	「荒瀬健康ホーム」で、体調を崩した方に親身に寄り添い、身の回りのことができるよう誠心誠意に対応している。地域の読書会で、積極的に活動している。
3	いしむら ふじよ 石村 藤代	91	女	週1回の「元気いきいき広場」には必ず参加し、やまぐち元気アップ体操や手芸、ゲーム、参加者との茶話会を楽しんでいる。畑で野菜を作り、できた野菜を度々、遠方の子どもや孫に送っている。
4	いとう たつひこ 伊藤 龍彦	88	男	月2回のフォークダンスの練習には必ず参加し、老人福祉大会や体育祭、文化祭などの地域の行事にも積極的に参加している。将棋が好きで、老人クラブの大会に出場している。
5	いとう ふみこ 伊藤 二三子	86	女	フォークダンスやコーラスで、踊ったり歌ったり笑ったりすることで、手足はもちろん、顔の運動にもなっているとのこと。周りを明るくする笑顔で、夫や多くの友人と、楽しく元気に活動している。
6	いわもと たけお 岩本 武男	88	男	地域活動に長年貢献し、現在も地域の市道周辺の草刈りや清掃を行っている。家に閉じこもらないようにしており、パークゴルフやグラウンドゴルフ、畑仕事、囲碁、フォークダンスに参加している。

7	うえの けいこ 上野 恵子	88	女	週1回の「元氣いきいき広場」には必ず参加し、元氣アップ体操を、無理のない範囲で取り組んでいる。広場では、他にも、手芸やゲームをいきいきとこなし、他の参加者と明るく談笑している。
8	うじなが みゆき 氏永 幸	84	女	朝6時に嘉川八幡宮を参拝した後に、仲間と境内を清掃、ラジオ体操を行い、会話を楽しみながら歩くことで、気持ちよく一日の活動を開始。3食必ず食べ、自分で作るヨーグルトは欠かさない。
9	おおた しゅうき 大田 修己	84	男	農作業や庭木・山林の手入れなど、自然に触れ合うことを楽しみに、無理のない程度に身体を動かしている。地域の方との関わりを大切に、地域や自治会等の良き相談役として活躍している。
10	おの えつこ 小野 悦子	90	女	定期的に検診を受け、身体の調子や健康状態を確認している。夫や近所の方との会話を楽しみ、自分の体調と相談しながら身体を動かすなど、無理のない範囲で、元気に過ごしている。
11	おの しげお 小野 繁雄	91	男	自分の畑で、季節に応じた野菜等を育て、収穫することが楽しみ。収穫した野菜等を使い、妻と一緒に料理をするようにしている。毎日、無理のない範囲で、近所の散歩をしている。
12	かねみつ ひろなり 金光 弘成	85	男	嘉川小学校教育会会長、川西土地改良区役員会嘉川支部長など、団体の役員を務めている。できるだけ車を使わず歩く、水田の耕作など、1日1時間程度は身体を動かすようにしている。
13	こいけ ちよこ 小池 千代子	86	女	グラウンドゴルフを週3回行い、月1回の大会では入賞。練習前の準備や後片付けを率先して行い、練習や大会を休むことはほぼない。野菜栽培や庭木の刈込など、家でも身体を動かしている。
14	さきうら ひろし 先浦 弘	84	男	阿東シルバー人材センターの最年長として、2か月に一度、約300箇所を電動自転車で回り、水道メーターの点検を行っている。家では、田んぼの草刈りや除草、施肥などに励んでいる。

15	さこ つねよ 佐古 恒代	89	女	家事など、自分でできることは自分でするようにしている。家の畑で野菜作りをし、野菜や野菜の苗を知り合いにお裾分けしている。週1回の「元気いきいき広場」には必ず参加している。
16	しばさき はるこ 柴崎 治子	89	女	健康体操やフォークダンス、コーラス等、家から出かけて活動することを楽しみにしている。予防接種等以外では病院に行くことがなく、医者いらずで、元気に毎日を過ごしている。
17	しませ かずこ 島瀬 和子	90	女	家業のレストランを手伝い、主に皿洗いなど、できることを積極的に行っている。週1回の「元気いきいき広場」には必ず参加し、準備を手伝ったり、他の参加者の世話をしたり、よく動いている。
18	しらがた ちえ 白潟 知恵	90	女	毎日20～30分の散歩やラジオ体操を日課とし、家庭菜園や花壇の手入れを小まめに行うなど、身体をよく動かしている。近所の方と、元気よく会話をしている。
19	すぎやま やすえ 杉山 安枝	95	女	「元気いきいきひろば」で同級生に出会い、95歳でできた新しい友人と、お互いの生きてきた道を辿りながら、互いに学びを得ている。毎晩体操をしたり、ナンプレ(パズル)で頭を鍛えたりしている。
20	すずき かずこ 鈴木 和子	89	女	社会奉仕グループ「みおつくし」に20年以上所属し、手作り激励品を作り、一人暮らしの高齢者宅に届けている。花の栽培、健康体操、歌唱グループ、友人との脳トレなどに取り組んでいる。
21	たごし タミ子 田越 タミ子	97	女	若くから「玉翠流」詩吟に親しみ、現在も指導者として活躍し、詩吟の奉納をしている。10年間所属している「お達者クラブ」の最年長として、花見やお手玉会などに積極的に参加している。
22	ただち つねこ 田立 ツ子コ	95	女	庭に沢山の花を植え、草引きなどの手入れを自分で行っている。畑仕事、買い物、読書などを行い、規則正しい生活を送っている。毎日、近所の友人と会話をしながら、散歩を楽しんでいる。

23	たていし ゆきよし 立石 幸義	85	男	退職後から、体調維持のため週4～5日プールに通い、75歳から山口県マスタース水泳競技大会に参加している。そのほかにも野菜作りやパソコン等、多方面に楽しく活動している。
24	たむら のぶよし 田村 展祥	87	男	人と人とのつながりを大切にし、毎日1時間程度、会話を楽しみながら仲間とウォーキングしている。そのほか、週3回のグランドゴルフ、月1回のパークゴルフなど精力的に活動している。
25	つだ はるお 津田 青生	94	男	串地区老人作業所「ゆめ工房」の一員として、仲間と一緒に、竹ほうきやしめ飾り等の伝統工芸品づくりに励んでいる。早寝早起き、健康体操への参加等、健康維持に努めている。
26	とくなが ひろし 徳永 博	90	男	誘われて始めた陶芸は、芸の奥が深く、会員との交流が楽しみで、30年以上継続している。毎日のラジオ体操、ウォーキング、庭の剪定、妻の介護、家事などで、身体をよく動かしている。
27	ながお ふみこ 長尾 富美子	87	女	フォークダンス、コーラス、日本舞踊、詩吟、御詠歌などで、声を出して身体を動かし、多くの仲間と交流して元気をもらっている。自家製の野菜を使い、栄養バランスの良い食事作りをしている。
28	なかがわ しげこ 中川 繁子	97	女	家の前の畑で、野菜作りを続けている。好き嫌いせず、何でもよく食べている。週1回の「元気いきいき広場」では、皆と一緒に号令をかけながら、楽しく体操をしている。
29	なかの あきら 中野 昭	88	男	毎日朝夕の約5kmのウォーキングやグラウンドゴルフなど身体を動かすことを日課としている。年末には注連縄 しめなわ を200個作成し、作り方のコツを子ども居場所づくり事業の指導者に伝授した。
30	はやし きょうこ 林 恭子	82	女	お茶、お花を趣味とし、週1回、会に参加し、仲間と楽しく活動している。畑での菜園、家族との団らんを楽しみ、規則正しい生活を心掛け、身の回りのことは自分で行うようにしている。

31	ひらの せいき 平野 正喜	85	男	スポーツを通じて仲間と交流し、人と話をすることを大事にしており、週4日グラウンドゴルフやボーリング、ゴルフなどを楽しんでいる。自分で作った季節の野菜を食べるようにしている。
32	ふくなが はつこ 福永 初子	95	女	「元氣いきいきひろば」で出会った同級生と友人になり、年女として、2人で元気に頑張ろうという目標を立てた。百歳体操、脳トレ、オセロ、ナンプレ(パズル)など、様々なことに挑戦し続けている。
33	ふじい ひでお 藤井 英夫	85	男	40年前から趣味として石南花 ^{しゃくなげ} を植樹し、春に美しく咲く姿を楽しみに、花見の季節には、沢山の方が訪れている。カワラケツメイ茶の栽培、竹材を使った工芸品作りなどにも励んでいる。
34	ふじた えんじ 藤田 圓治	83	男	車に頼らずに毎日できるだけ歩くよう努めている。畑の草刈りなどの家事を必ず行い、夜は早めに休むようにしている。好き嫌いなく、栄養バランスを考え、必ず3食食べるようにしている。
35	ふじつ きょうじ 藤津 亨治	88	男	グラウンドゴルフ、パークゴルフ、ウォーキング、ストレッチなどの様々なスポーツを楽しみ、各種大会で上位入賞している。自分の畑で栽培した野菜を食べ、規則正しい生活を送っている。
36	ふじつ まさこ 藤津 當子	89	女	若い世代の方とも積極的に触れ合い、人生経験を活かした良き相談相手となっている。自分の畑で季節に応じた野菜作りをすることを楽しんでいる。無理のない範囲での散歩も続けている。
37	ふじつ やえこ 藤津 八重子	89	女	染色を趣味とし、亡き夫が撮影した彼岸花の写真を見ながら、彼岸花の作品作りを楽しんでいる。身体を動かすようにしており、畑仕事をを行い、四季の野菜を作って食べている。
38	ふじつ ようこ 藤津 洋子	86	女	夫と一緒にウォーキングやグラウンドゴルフ、パークゴルフを楽しみ、元気な声を出し、きびきびとした動きをしている。夫が育てた野菜を使い、栄養バランスを考えた調理に努めている。

39	ぼうこうち きみこ 坊河内 公子	87	女	日本舞踊の講師として、盆踊り、文化祭などで生徒とともに踊り、地域の方々に楽しみと生きがいを与える手助けをした。図書館に歩いて通ったり、頭の体操に漢字ドリルをしたりしている。
40	ほんま さちこ 本間 幸子	87	女	50代からシルバー人材センターに30年間所属して、自治会の分別収集の手伝いを長年続け、地域の方々の手助けをしていた。着物をリメイクしたパッチワークで家を飾り、楽しんでいる。
41	まつぎき しげこ 松崎 成子	88	女	昭和35年から編み物教室を続け、編み物だけでなく、多くの生徒と交流することで元気をもらっている。車を使わず歩くようにし、自分で栽培した季節の野菜をたくさん食べている。
42	むらた たけみ 村田 武己	84	男	地域行事に積極的に参加し、多くの人と交流している。毎朝のラジオ体操、毎日の散歩を日課とし、読書、川柳づくり、パークゴルフ、バードウォッチングなど、多くの趣味を楽しんでいる。
43	わらび しゅうじ 蕨 周次	82	男	百歳体操に参加し、色々な人と交流を行っている。全部自分の歯で、何でもおいしく食べ、趣味の菜園・花づくりでは、太陽にあたり、酸素いっぱいの徳地の空気に触れるようにしている。

●令和2年度「やまぐち元気いきいき大賞」受賞者の活動の様子

あ べ ひでお
1 阿部 秀雄



いとう たつひこ
4 伊藤 龍彦 (右から1番目)



いとう ふみこ
5 伊藤 二三子



いわもと たけお
6 岩本 武男 （前列右から2番目）



こいけ ちよこ
13 小池 千代子



さきうら ひろし
14 先浦 弘



しばさき はるこ すずき かずこ
16 柴崎 治子（右）、20 鈴木 和子（左）



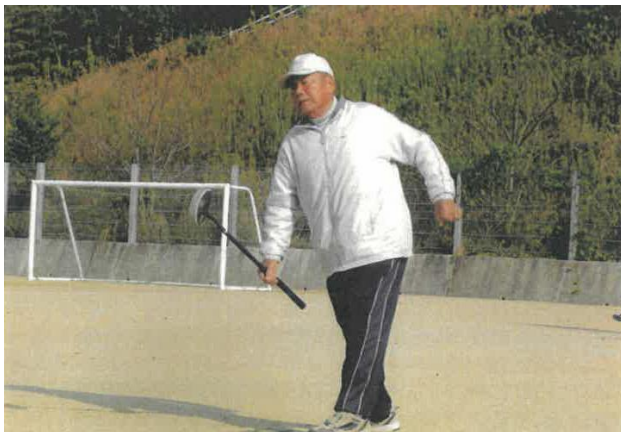
すぎやま やすえ ふくなが はつこ
19 杉山 安枝（右）、32 福永 初子（左）



たごし
21 田越 タミ子



たむら のぶよし
24 田村 展祥



つだ はるお
25 津田 青生



とくなが ひろし
26 徳永 博（右から1番目）



ながお ふみこ
27 長尾 富美子



なかの あきら
29 中野 昭



ひらの せいき
31 平野 正喜



ふじた えんじ
34 藤田 圓治



ふじつ きょうじ
35 藤津 亨治



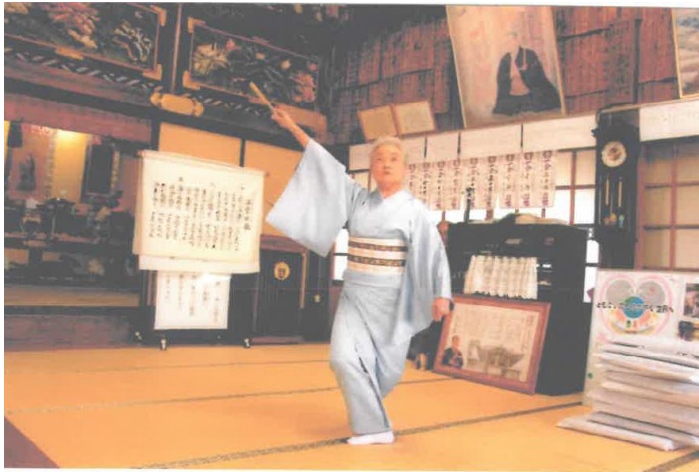
ふじつ やえこ
37 藤津 八重子



ふじつ ようこ
38 藤津 洋子



ぼうこうち きみこ
39 坊河内 公子



ほんま さちこ
40 本間 幸子



まつぎ しげこ
41 松崎 成子 (中央・黒いドレス)



むらた たけみ
42 村田 武己（前列右端）



わらび しゅうじ
43 蕨 周次

