



## 敬老の日・式典9月16日【月祝】に盛大に実施!!

今年度も75歳以上の方を対象に式典および記念品を贈り盛大に実施しました。町内で167名の皆さんが対象となり、式典参加者も55名参加があり、歌あり、踊りあり、カラオケも盛り上がりました。

日本最高年齢は福岡市の田中力子さん116歳「世界最高歳」  
男子の最高年齢は新潟県の渡辺智哲さん112歳

\*鹿児島県の最高齢者は南さつま市の田中キクエさん112歳  
男子は南九州市の新屋哲雄さん108歳

- ・鹿児島県内の100歳以上方、女性1442名、男子186名、合計1628名  
全国では7万1238名の方が、9割は女性です。
- ・今回は「田中」さんが、男子の名前に「哲」入っている方が長生きかな!!

\*七丁目の最高年齢は男性の方で106歳です。



## 【鹿児島県の100歳以上の長寿の秘訣について】

鹿児島県の令和元年度の100歳高齢者（809名）の方々に行ったアンケートでは「長寿の秘訣」として以下のような回答がありました。

### 1.性格・信条

- ・物事を前向きに考える
- ・くよくよしない
- ・自由きまま
- ・マイペース
- ・のんびり過ごす
- ・よく笑う、いつも笑顔
- ・感謝の気持ちを持つ
- ・好奇心がある



### 2.生活スタイル

- ・人とよく話す
- ・よく寝る
- ・新聞を読む
- ・読書する
- ・自分で出来ることは自分でする
- ・規則正しい生活
- ・こだわらない



### 3.食生活

- ・よく食べる  
何でも食べる
- ・好き嫌いが無い
- ・規則正しい食事  
【1日3食】
- ・バランスの良い食事
- ・粗食、質素な食事
- ・食べるのが好き



### 4.趣味・運動

- ・歌を歌う、聴く
- ・テレビ勧奨
- ・体を動かす、適度な運動
- ・農作業、畑仕事、草取り
- ・散歩
- ・裁縫



七丁目の65歳以上の方「100歳」まで頑張る丸・・・出航です!!!



★町内会のサークルに参加★ ★毎日が楽しく・町内に友人を増やそう運動★

- ・おおぞら会(老人会)に加入しませんか 連絡先-山下会長 ☎254-4065まで  
会員募集中-65歳以上の方・・・現在会員60名・ボランティア活動中
- ・グラウンドゴルフ部 部員募集中!! 北公園へいつでもどうぞ!!  
北公園で月・水・金の9時～10時道具が無くてでも出来ます
- ・カラオケ部、現在20名、毎週水曜日13時～16時、公民館集合!!
- ・ゴルフ部(広木ナナちゃんカップ)4ヶ月に1度コンペ開催しています
- ・ひっこ踊り同好会=ななこ踊り-公民館で練習中です





# 十五夜祭り

台風接近のために残念ながら中止となりました。

9月21日(土) 18時より七丁目「北公園」にて「すもう大会」「綱引き大会」を計画し、子供たちが111名参加予定でしたが、台風のため中止となりました。

## ★参加賞のお菓子★



当日各区長さん班長さんにより、参加予定者の皆さんに配布しました。

もし、まだ届いてない方は「町内会ナナちゃん 何でも受付センター」



喫茶ポイント257-7906まで お菓子は準備しています。

**町内会ナナちゃん 何でも受付センター**

- 喫茶ポイントが町内会何でも受付センター!!
- 下野副会長のお店です!!
- 掃除道具、消毒液、会員受付等
- ★セブンイレブン前 ☎257-7906

主催\*広木まちづくり協議会

※第8回「広木校区運動会」プログラム

# 令和元年度・第8回「広木校区運動会」

## 1、趣旨及び大会テーマ

○広木校区運動会を通して、地域住民の健康づくりと親睦を深め、心のふれあう住みよい「ふるさと広木づくり」を目指す



○将来を担う子供たちの健やかな成長を願い、これまで地域を支えて下さった高齢者への感謝を込めて、皆で運動を楽しむひとときとする。



※大会テーマ・・・「ふれあい」

【親睦・協調・連帯】

## 2、日時

令和元年10月13日【日】

8時20分～12時40分

## 3、場所

広木小学校運動場

## 4、集合場所

★8時までに七丁目のテントに集合・時間厳守です。

5、各区長さん班長さんは全員参加とします。

## 6、参加者募集期間

別途「回覧板」回します  
9月22日～10月5日まで

No	種目	出場者	予定時刻
	入場行進	参加者全員	8時20分
	開会式	参加者全員	8時30分
1	短距離走	小学生3・4年生	8時50分
2	瓶倒し	成人男性	9時00分
3	プレゼント きょうそう	幼児	9時10分
4	血圧測定	成人女性	9時20分
5	輪投げ	60歳以上	9時30分
6	かけっこ	小学生1・2年生	9時40分
7	ボールリレー	小・中・高・成人	9時50分
8	特別出演	田上消防分遣隊による 防火消防訓練披露	10時00分～ 10時20分
9	ドリームジャンボ ゲーム?	参加者全員 (子供、大人)	10時20分～ 10時30分
10	短距離走	小学生5・6年生	10時30分
11	人生後半が楽しみ	70歳以上	10時40分
12	宇宙食競走	幼児・小・中・高	10時50分
13	玉入れ	成人男性・女性	11時10分
14	かねんわまわし	成人男性・女性	11時25分
15	ダンス 「パプリカ」	各町内会あいご会 小・中学生等	11時45分
16	みんなで総踊り	参加者全員	11時55分
	閉会式	参加者全員	12時00分

※後片付けは、皆さんでお願いします。(12時20分頃から)