



100 歳おめでとうございます

これからも元気で過ごしてください

白糠町では有間テル子さん、伊藤トミさん、佐藤ユリコさん、竹村ケイさんの4人が令和8年度で100歳を迎えられます。

9月16日、有間さん、伊藤さん、竹村さんのもとを棚野孝夫町長が訪問し、100歳を祝いました。贈呈式では棚野町長からお祝い状と記念品、花束等が手渡されました。

※佐藤さんは、ご家族を通じてお祝い状等をお渡ししました。

▶内閣総理大臣祝状等贈呈式

老人の日の記念行事として、100歳を迎える長寿者に内閣総理大臣からお祝い状と記念品（銀杯）が贈られています。

白糠町からはこのお祝い状等と併せて花束等を贈っています。

今もノートにつづる俳句と日記

(西庶路西1南1)

伊藤 トミ さん

森町出身のトミさんは若い頃に習得したタイプライターの技術を活かして事務員として働き、70歳まで仕事を続けました。

書道や俳句が趣味で、90歳まで俳句の会に所属し、現在もノートに俳句や日記を書いています。

好物は白飯と大根の漬物。今でも仕事がしたいと話すほど、働くことが大好きなトミさんです。



毎日の体操が元気の源

(東1北3)

竹村 ケイ さん

根室市出身のケイさんは昭和25年頃に知人の紹介で白糠町へ移り住みました。

今も毎日の体操を欠かさず、デイサービスでは、計算や漢字、脳トレの宿題にも真面目に取り組む、わからないことがあれば辞書で調べる勉強家です。

カラオケも大好きで、村田英雄さんや美空ひばりさんの歌を元気に歌っています。



「^た足るを知る^し」が長寿の秘訣

(東1南2)

有間 テル子 さん

白糠で生まれ育ったテル子さんは18歳の時に有間家へ嫁ぎ、長く理容師として働いていました。

花や庭が好きで、好きな食べ物はラーメンやそば等の麺類です。

現在は清和園で入所者や職員の皆さんとの会話を楽しみながら元気に過ごしています。

※足るを知る～今の自分の状態や環境に満足し、それ以上のものを無理に求めないこと

よく飲み、よく食べ、よく動く！

(西庶路西1北1)

佐藤 ユリコ さん

佐呂間町出身のユリコさんは、学校卒業後にアサヒストアで、その後営林署で長く働いていました。

体を動かすことが好きで、60歳頃までスケートやスキーを、卓球は90歳頃まで楽しんでいました。

演歌が大好きで一人カラオケも楽しむユリコさん。体に良いことは何でもすることが長生きの秘訣です。

