

こんにちは!!

## 市長です

Vol.10

「ナカ・ヨシさん」

皆さん、こんにちは。  
9月17日は、敬老の日。  
市長の大事な仕事の一つに、  
100歳を迎えた方へのお祝  
いの訪問があります。毎月2  
〜3人位いますが、楽しみで  
す。



ナカさん(写真左)、ヨシさん(写真右)と一緒に

先日、北橋町の施設「ねむの丘」に入居している石田ナカさんを訪問しました。  
同じ施設には、91歳の実妹の須田ヨシさんも入居していました。

お二人の名前を並べると、『ナカ・ヨシ(仲良し)さん』。妹のヨシさんは少し泣き虫で、私を見て息子さんのことでも思い出したのでしょうか、泣き出しました。姉のナカさんは、天気が良いから畑に行かなければと気丈でした。

渋川市では、今年100歳を超える方が90人になる見込みです。最高齢は106歳の女性です。

ただ、平均寿命は男性80・98歳、女性87・14歳と伸びていますが、日常生活に支障がなく健康で過ごせる期間、「健康寿命」がなかなか伸びません。国の発表では、平成28年の健康寿命は、男性は72・14歳、女性は74・79歳です。平均寿命との差は8〜13年あります。この差をなんとか縮めていかなければなりません。

帰り際にナカさんが、「一生懸命頑張るなさいよ」と言ってくれました。元気な100歳は、口も達者です。

「ナカ・ヨシさん」のように、健康で長生きを目指したいものです。