100歳おめでとうございます

下京区にお住まいで、大正３年４月１日から大正４年３月31日までにお生まれの新100歳の方が昨年度より23名増え、36名いらっしゃいます。ご長寿の秘訣やお好きなことなどをお聞きしました。（８月25日現在）

100歳を迎えるお二人の「これまでの100年」と「今」をご紹介します。

◆林寺　スイさん（菊浜）（大正3年生まれ）

新潟でお生まれになり、結婚を機に、京都に移られました。

若くにご主人を亡くされましたが、八百屋を切り盛りされ、息子さんを育てられました。八百屋は、商品がなくなることがあるほど繁盛し、休む間もないほど大変お忙しい毎日だったそうです。

90歳頃まで八百屋のお仕事をなさっていたとのことです。

ご生家が仕出屋だったこともあり、料理がとてもお上手で、刺身の時は、かつらむきをして剣から作られるほど。一品一品、細やかに盛り付けられる、林寺さんの愛情のこもったお料理が一番で、ご家族は外食されることはほとんどなかったそうです。

五木ひろしさんがお好きで、息子のお嫁さんとコンサートに行ったのが、いい思い出とお話しになります。

今も、３食しっかり食べられ、規則正しい生活を送られています。好物のカステラ蒲鉾と巨峰は毎食欠かさず、ご飯も大好きとのこと。また、台所に立たれることもあるそうです。

モットーは「何でもできることは自分で」という林寺さん。ご家族は「愚痴を言っているのを聞いたことがない」と、ご本人は「苦労はしていないよ」と優しく笑顔でおっしゃる、辛抱強く前向きなお方です。

◆今井　静吾さん（安寧）（大正4年生まれ）

滋賀のご出身で、15歳の時、商売見習として京都に来られました。

工夫をして物を作るのがとてもお得意で、また、いつも周囲に気遣いをされ、周りの方に喜んでもらうことがお好きな今井さん。

終戦時には、ビルマの収容所から日本に帰るまでの間、仲間を勇気づけ励ますために、十分な材料がない中ですが工夫をし、仲間と協力してウクレレや野球道具を作られたそうです。

日本に戻られてからは、畳の材料商を営まれていました。

58歳の時に脳梗塞で左半身が不自由になられた後も、懸命にリハビリに取り組まれ、ゲートボールやグラウンドゴルフを楽しまれたそうです。

また、国内外、様々な所への旅行もされたそうで、よい思い出とのことです。

今は、身近にあるチラシや荷作り紐を活用し、傘や籠、毬などを作るのがお好きです。出来上がった作品は子どもや地域の方々などに配られ、子どもたちからのお礼の手紙を大切にされているそうです。

ご長寿の秘訣は「家族円満なこと」と「無理をしないこと」と、にこやかにお話しになる今井さんの願いは、「みんなが元気に長生きしてくれること」とのことです。

髙橋　まささん（郁文）
手先が器用で、趣味は牛乳パックで籠を作ることです。長寿の秘訣は「何でも食べることと手先を動かすこと」。

坂本　惟佐子さん（郁文）
書道が堪能で、80歳まで習字教室を開いて若い人たちとお付き合いしたのが楽しい思い出だそうです。

久保　やゑ子さん（豊園）
和歌山生まれで魚やみかんがお好き。優しいけれどやるべきことはきちんとする凛としたお方です。ご家族とよく旅行を楽しまれたそうです。

飯田　カヅさん（開智）
毎年誕生日やクリスマスに記念写真を撮って部屋に飾っておられます。長寿の秘訣は「何でも食べること」。

塩川　光子さん（開智）
趣味の手まり作りが高じて、全国の手まりを見て回る旅をされたそうです。長年お花を生けるのを習慣にしておられます。

佐野　菊枝さん（永松）
明るいお人柄で歌が大好き。今でも高音の美声をお持ちです。コーヒーを入れるのがお上手で飲むのもお好きです。

木村　志なさん（淳風）
戦時中は、子どものため食べ物を見つけるのが大変で苦労されたそうです。詩吟や歌がお好きで、好物はアマダイのお刺身。

中村　マサ子さん（淳風）
好きな言葉は、石川弁で「あんやと（おかげさまで）」。お孫さんは、「マイペースで自立したかっこいいおばあちゃんです」とおっしゃっています。

岡田　儀一さん（修徳）
陽気なお人柄で、長寿の秘訣は「よう食って寝ることや」ときっぱり。

山﨑　美代さん（修徳）
生け花やお茶をたしなまれ、陶器をめでるのがお好きです。昼寝をすることなく夜ぐっすり眠る規則正しい生活を過ごされています。

河野　キミさん（有隣）
着物を縫うのがお得意。きれい好きで気配り上手です。趣味はテレビ欄を見てメモをとること。好きな番組は「笑点」です。

中川　ゑんさん（有隣）
袈裟を作る家業だったこともあり手先が器用で、引退後は傘の飾りを作られていたそうです。長寿の秘訣は「好きなことをすること」。

山本　京子さん（植柳）
松坂屋のエレベーターガール第１号だったそうです。くよくよせずにおおらかな性格です。

森　ふみさん（植柳）
刺繍、塗り絵、編み物がお得意だったそうです。長寿の秘訣は「笑ったり怒ったりありのままでいること」。

堤　ちかヱさん（植柳）
ご自分のことより家族を気遣う優しいお人柄です。鯉のあらいが大好き。大嫌いなものは「牛乳」と即座に答えられました。

河本　綾子さん（尚徳）
裁縫がお得意で刺繍もされ、おはぎを作るのがお上手。好きな言葉は『愛』で、家族に感謝して過ごされています。

石角　まさゑさん（尚徳）
旅行がお好きで、海外ではハワイや香港、国内は北海道から九州を巡ったのがよい思い出だそうです。

大藪　準二さん（尚徳）
バイクが大好きで88歳まで乗られ、後ろに奥様を乗せてよく出かけられたそうです。毎日、新聞やニュースを見ることを欠かされないそうです。

丹羽　シカ枝さん（稚松）
現在療養中です。小唄や詩吟で声を出すのがお好きで、地域の役員を長年引き受けていらっしゃったそうです。

鄭　銀宋さん（安寧）
お部屋から景色を眺めることと、ふわふわのスフレを食べることが楽しみです。編み物がお得意です。

中村　ナツ子さん（皆山）
現在療養中です。長年旅館を切り盛りしておられました。

水野　巴さん（皆山）
行動的で思いやりの深いお方。英語も話され、アメリカ人の友達もいらっしゃり、琴や三味線、裁縫もお得意だったそうです。

古髙　俊子さん（大内）
仕事が趣味。今でもそろばんをはじいていらっしゃいます。長寿の秘訣は「起きたい時に起き、寝たい時に寝て、食べたい時に食べる自然体の生活」。

河上　とみゑさん（大内）
趣味はお花を育てること。几帳面で和裁がお上手。人生の大切な選択の時は、「ご先祖様が喜ぶ方を選んできた」とおっしゃいます。

西浦　㐂美枝さん（大内）
手先が器用で、いろんな小物を作っていらっしゃいます。90歳まで孫の面倒や家事などで家族を支えてこられ、デイサービスや家庭でも頼りにされる存在です。

安井　倖冨さん（光徳）
80歳過ぎまで、老人会で社交ダンス、カラオケ、折り紙などの活動をされていました。おしゃべりがお好きで、何でも自分でやるのがモットーです。

村山　ふぢ枝さん（七条）
手先が器用で手作りの洋服で６人の子どもたちを育てられました。「家族の顔を見られるのが一番の栄養」とおっしゃっています。

岡本　芳雄さん（七条）
80歳までスキーをされテニスもお好きだったそうです。奥様は「夫が好きなものは私」と仲睦まじいです。

吉田　靜子さん（七条第三）
社員寮の寮母さんを定年まで勤め上げられました。おしゃれで、越路吹雪さんの歌がお好きです。

小東　きみさん（七条第三）
現在療養中です。洋服を縫われるほど器用で、おしゃれも楽しまれていたそうです。

須田　すゑ子さん（七条第三）
おしゃれがお好き。お顔のつやもよく、70歳まではお手入れを欠かされなかったそうです。毎日、買い物に出かけ、たまに料理をされているそうです。

川尻　鈴子さん（西大路）
優しいお孫さんがご自慢で、毎晩お孫さんとビールを飲むのが嬉しい一時。おしゃれを楽しみ元気に過ごされています。

※公表のご了承をいただいた方のみ掲載しています。

これからもお元気で健やかに過ごされますよう、心からお祈り申し上げます。

地域の支え合いを応援する標語

登下校　笑顔とあいさつ　ありがとう

下京渉成小学校　村上弥生さんの作品です

ジュニア京都観光大使に任命！

京都市では、世界有数の歴史都市である京都の暮らしに息づく優れた文化を守り、京都の良さを次代へ継承していく子どもたちを育むため、ジュニア京都検定を実施しています。

検定で「名人」に認定された方の中から、特に優れた小・中学生が任命されるジュニア京都観光大使。この度、下京区から七条第三小学校の大塚葵さんが平成26年度の大使に任命されました。

歴史がお好きで、ジュニア京都検定を通じて、一層知識を深められた大塚さん。

８月２日の「京の七夕」のオープニングイベントでは、短冊に書いた「古都京都の伝統や文化が未来へと受け継がれていきますように」という願いを発表されました。

今後、ジュニア京都観光大使として、京都の魅力を発信するため、市内各地の文化・観光行事への参加など様々な体験活動をされる予定です！

願いを発表される大塚さん

JR山陰本線京都～丹波口間　七条通付近へ新駅設置を求める要望書が提出されました

梅小路公園界隈は京都水族館の開業を機に多くの人で賑わっており、平成28年春には京都鉄道博物館の開業も控え、更なる発展が期待されます。

そうした中、８月11日に大内学区自治連合会と七条学区自治連合会、梅小路公園界隈の６商店街でつくる梅小路活性化委員会から、JR山陰本線の七条通付近に新駅設置を求める要望書が本市と西日本旅客鉄道㈱（JR西日本）に提出されました。

大内学区自治連合会　本政和好会長と七条学区自治連合会　西村為彦会長は、「人の流れが新たに生まれ地域活性化に期待」、梅小路活性化委員会　市村勝委員長は「商店街をはじめ地域の活性化につながる大きな契機」と地元の思いを伝えられました。

８月19日には、本市とJR西日本が、新駅設置に向けて共同で検討を進めていくことについて合意しました。

〈要望書提出時の様子〉

左手前から
本政会長（大内学区）
西村会長（七条学区）

左側 市村委員長
（梅小路活性化委員会）

下京区少年野球選手権大会

下京区の２チームで決勝戦！

下京区の７チームをはじめ６行政区から16のチームが参加し、６月８日に開幕した下京区少年野球選手権大会の決勝戦が、７月26日に岡崎グラウンドで行われ、熱戦の結果、下京区の光徳クラブが優勝されました。

上位の結果は以下のとおりです。

優　勝　光徳クラブ（下京区）
準優勝　七条ファミリーズ（下京区）
三　位　壬生ライガー（中京区）
　　　　北白川ベアーズ（左京区）

優勝された光徳クラブの皆様

京都駅西部エリア活性化「地域レポーター育成塾」塾生募集！

梅小路公園をはじめ多彩な地域資源が集まる京都駅西部エリアの活性化の一環として、その魅力情報を地域の皆様自らの手で発信していただくための「地域レポーター育成塾」を開催します。

塾では、「地域の魅力情報をどう集め、伝えるか」を初心者の方でも楽しく学べる講座をご用意。地域で「暮らす／働く／学ぶ」方ならではの視点で、一緒にこのエリアを盛り上げてみませんか。

日時　11月15日、12月20日、１月31日、２月28日
　午後１時30分～４時30分（いずれも土曜／全４回）
場所　梅小路公園「緑の館」２階和室
対象　区内在住または通学・通勤の方（大学生以上）で本エリアの情報発信にご協力いただける方
定員　10名（先着順）　**費用**　無料
申込み　申込書に必要事項をご記入のうえ、９月16日（火）よりＦＡＸでお申し込みください。申込書は市役所、下京区役所、下京区ＨＰで配布。
企画・運営　特定非営利活動法人 京都・地球みらい機構
問・申込み先　市市民協働政策推進室プロジェクト推進担当
（☎222-3176　FAX213-0443）

健康教室　「40歳代から始めよう～知って得する ロコモ予防～」

「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉を聞かれたことはありますか？膝や腰が痛かったり歩きにくいなど、運動器が衰えていたり、衰え始めている状態のことで、放っておくと要介護の原因になることもあります。

ロコモの予防は若いときから始めることが大切です。

ロコモについて知り、予防に取り組みましょう！

日時　①10月３日（金）午後１時30分～３時30分
　②10月10日（金）午前10時～午後０時30分
場所　①下京区役所４階　会議室
　②下京保健センター２階　調理実習室
対象　18歳以上の区民の方（２回とも参加できる方）
内容
①講話　「ロコモティブシンドロームってなに？」
　講師　山下医院　院長　山下　琢 氏
②講話と調理実習　管理栄養士「食生活から防ごう　ロコモ！」
　歯科衛生士「よく噛んで　ロコモ予防！」
定員　24名（先着順）　**費用**　②のみ500円（食材費）
持ち物　①筆記用具、②エプロン・三角巾・手拭きタオル
申込み　９月16日（火）～電話にて受付
問　健康づくり推進課成人保健・医療担当（☎371-7292）

防災イベント　イザ！カエルキャラバン！

おもちゃの物々交換（かえっこ）と、楽しくアレンジした防災プログラムを組み合わせた防災イベントです。

区役所の防災クイズなどのコーナーもあります。

使わなくなったおもちゃを「かえっこ」しながら防災のお勉強をしましょう！

日時　９月21日（日）
　午前10時～午後４時
場所　大阪ガスショールーム
　ディリパ京都（中堂寺粟田町93）
費用　無料
主催　大阪ガス㈱
協力　下京消防団、下京警察署、下京消防署
後援　下京区役所、市教育委員会
問　地域力推進室総務・防災担当（☎371-7164）

下京警察署からのお知らせ

自転車の盗難被害が多発しています！

自転車は管理された駐輪場にとめ、施錠（ツーロック）しましょう！

路上には放置しないでください。

問　下京警察署（☎352-0110）

秋の全国交通安全運動 街頭啓発

日時　９月21日（日）午前９時30分から
場所　京都リサーチパーク　ＫＲＰガスビル北側
内容　啓発物品の配布、シートベルトコンビンサー体験

平成26年　秋の全国交通安全運動
９月21日（日）～30日（火）

スローガン　秋空に　無事故を誓う　京の道

運動の基本
子どもと高齢者の交通事故防止
運動重点
①夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止（特に、反射材用品等の着用の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底）
②全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
③飲酒運転の根絶
④二輪車の交通事故防止

この期間にご家庭や地域での交通ルールの再確認をお願いします。

問　地域力推進室総務・防災担当（☎371-7164）

区社協からのお知らせ　『生活支援員』を募集

下京区社会福祉協議会では、ご高齢の方や障害のある方が住みなれた地域で安心して生活を送ることができるよう、『生活支援員』が家賃、公共料金、福祉サービスの利用料などの銀行払戻しと支払いのお手伝いや、日常の困りごとを受けとめるなどの支援をする日常生活自立支援事業を行っています。

この事業の利用を希望する方が増えてきているため、『生活支援員』を募集しています。地域の中の支え合いにより、みんなが安心して暮らせるように、あなたの力をお貸しください！

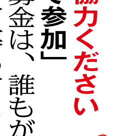
募集期間　10月17日（金）まで
研修日・時間　10月28日（火）、10月30日（木）、11月４日（火）午後１時30分～４時

※全日程の研修受講後、生活支援員として登録し、活動を行います。
※生活支援員は、月１回～４回程度（各１時間半程度）の活動を行います。

問　下京区社会福祉協議会（☎361・1881）

～10月１日スタート～　赤い羽根共同募金にご協力ください

「地域の福祉　みんなで参加」

皆様から寄せられた募金は、誰もが住みなれたまちで幸せに安心して暮らすことができるよう地域の福祉活動に生かされます。

問　地域力推進室まちづくり推進担当（☎371・7170）