

## 好き嫌いなく何でも食べること そして体をよく動かすことが大切です

今回は、市内最年長で111歳の宇佐美キクさんをご紹介します。明治、大正、昭和、そして平成へと戦前戦後の激動の時代を生きてきました。

宇佐美さんから、これまでの人生そして健康の秘訣など、お話を伺いました。

「以前から111歳というのが縁起が良くおめでたい数字なので、目指していた年齢を達成できるととても嬉しいです」

111歳の年齢を感じさせない、とてもステキな笑顔の宇佐美さん。毎朝甘いコーヒーを一杯飲むことが日課だそうです。明治、大正、昭和、そして平成へと戦後の激動の時代を生きてきました。

「子どものころ、新しいわらじを履き、さらに背中にもう一足わらじを背負い、母親と一緒に弥彦神社まで歩いていきました。新品のわらじが嬉しかった。何も無い時代、でもとても楽しかったのを覚えています」

戦後すぐにご主人を亡くし、女手一つで5人の子どもを育て上げました。育ててきたことが苦勞であって苦勞でもない、今となっては、苦勞ではなかったと話します。

「健康に過ごすためには、好き嫌いなく何でも食べること。好物はカキフライなんです。また体をよく動かすことも大切です。ちなみに105歳まで食事作りや裁縫もしていました」

最後に、宇佐美さんからメッセージをいただきました。

「いつまで生かされるのか、本当に感謝しています。いただいた命です、皆さんも大切にしてください、素晴らしい人生を送ってほしいと思います」



### 宇佐美 キクさん

うさみ・きく（殿島一丁目）

●市内最年長（111歳・明治37年生まれ）



◀「つばめいちの美人だったね～」とキクさん（写真は91年前、成人記念に撮影したものです）。

### 紙上ブログ

燕市長 鈴木力

燕市名誉市民の一人で世界的なグラフィックデザイナーの亀倉雄策氏。

1964年の東京オリンピック公式ポスターはあまりにも有名です。

今年はその亀倉雄策氏の生誕百年に当たります。そこで、同じく生誕百年を迎えた工業デザイナー小杉二郎氏と亀倉雄策氏の業績を顕彰する展示会を企画しました。

9月25日から10月12日まで、燕三条地場産業振興センター・リサーチコア3階のデザインギャラリーで開催します。

亀倉氏の地元燕市ならではの展示品もあり、必見です。

多数の皆さんのご来場をお待ちしています。

起業の悩みをズバツと解決！

## 創業講座

きょうえい 受講料 無料

特別講座のご案内！ 10月31日(土)9:00~12:00

### 「創業のプランニングとこれからの方向性」

1. ビジネスプラン、21のチェックポイント  
2. 失敗とは何か、何故おそれるのか  
3. 成功へのキーワード

【特別講師】三好 一美氏  
特定非営利活動法人 日本MITベンチャーフォーラム理事  
有限会社ハイロエンタープライズ代表取締役社長  
政府系金融機関 女性起業支援アドバイザー

●お申込み・お問い合わせは

**協栄信用組合**  
燕市東太田 6984 番地 TEL 0256-61-1507  
http://www.kyoei-shinkumi.jp/

【燕市特定創業支援事業】  
共催：燕市 燕商工会議所 日本政策金融公庫  
協力：ハートの美人

## CHIHARA CLINIC

安らかな良いお産

医療法人社団 産科 婦人科

### 茅原クリニック

院長 茅原 保

三条市東本成寺12番14号 県央工業高校グラウンド向かい  
☎ (0256) 31-1103

◀こちらは有料広告です。