

# いつまでもお元気で！100歳おめでとうございます！

7月22日  
村上 綾子さん



大林町で呉服商の父と小間物売る母のもとに、7人兄弟の長女として生まれました。24歳の時に工務店勤務の夫と結婚、小学校の先生をしながら1男1女を育てられました。手先が器用な綾子さんは、趣味で、今でも小物づくりをされています。71歳の時、藍染めを始められ多くの賞を獲られました。92歳から市内の有料老人ホームで過ごされています。

長寿の秘訣は一番に食事をしっかり摂ること、次に運動することだそうで、週3回のリハビリで歩いたりしっかり体を動かされています。

22日、100歳を迎えられ、「両親が大きなけがをさせることなく育ててくれたことをありがたいと思っています。今も皆さまのおかげで元気です。」と祝いに東京から駆けつけたご家族や関係職員に喜びの言葉を伝えました。

## 介護予防講座のご案内

会場

総合福祉センター

要申込

市内在住の65歳以上の方が対象です。事前申し込みが必要です。

参加希望の方は、8月15日(木)までに地域包括支援センターへお電話またはご来所にてお申し込みください。

脳と体の健康教室

定員35名

テーマ ノルディックウォークを体験しよう  
～専用ポールを使って安全に～

講師 徳島文理大学 教授 理学療法士 柳澤 幸夫 先生

日時 8月19日(月) 午後1時30分から3時まで

※水分補給ができる飲み物を必ずご持参ください。

お申し込み、お問い合わせはこちらまで

市社会福祉協議会地域包括支援センター  
(横須町11番7号・市総合福祉センター内)

☎ 33・4040 / FAX 33・4042



小松島市のおすすめスポット、イベント、風景、文化、誰も知らない秘密のスポットなど、あなたが撮ったとっておきの写真を募集します。

Komatsushima Photo Contest

ええとこあるぞいぞ！  
小松島  
フォトコンテスト2024

期間 2024.7.10(水)～12.10(火)

テーマ 「小松島の新たな魅力を伝える」イチオシ写真!

1

小松島市公式Instagramアカウント  
@komatsushima\_official  
をフォロー

2

小松島市に関連する投稿写真を用意。  
※新たに撮影した写真のほか、2024年1月以降に撮った写真でもOK。  
※食べ物や人物をメインとした写真は不可とします。

3

写真の「タイトル」「撮影場所」を明記し、ハッシュタグ「#こまフォト2024」を付けて投稿。  
※ご自身のアカウントは「公開」にしておいてください。

最優秀賞 [1名]

賞金 3万円

優秀賞 [2名]

賞金 1万円

入賞 [10名]

3千円相当の賞品

投稿写真はホームページでもご紹介します!!  
魅力ある小松島を世界に発信しよう! <https://komaphoto.com>

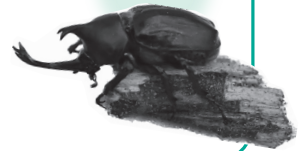


善意の寄付

徳島市在住の橋本ご夫妻より、心を込めて飼育されたカブトムシ約400匹を市にご寄付いただきました。

ご寄付いただいたカブトムシは、市内の保育施設などに配布させていただいたほか、小松島港まつりで子どもたちに配布させていただきました。

カブトムシを受け取った子ども達は、目を輝かせていました。



《今月は、後期高齢者医療保険料1期分、固定資産税・国民健康保険税・介護保険料2期分の納付月です。》忘れずに納期限内に納めましょう。市税の納付は、確実・安心・便利な口座振替をご利用ください。

2024年(令和6年)8月5日  
広報こまつしま

18