

奈良県の子育て情報が盛りだくさん!

# 子育てネットなら

子育てについて困っていることはありませんか?  
「子育てネットなら」は、県内の子ども・家庭に関するお役立ち情報を提供する総合的なポータル(玄関)サイトです。



子育て中や妊婦がおられる家庭に役立つ情報をお知らせします!

vol. 4



子育て情報の検索方法はとっても簡単!  
年齢・地域・テーマ別など、さまざまな条件で検索できるよ。

これがサイトの画面だよ



## なら子育て応援リレーコラム

毎日の子育てを楽しくするためのアドバイスや、子育てに疲れた時のひと工夫を、子育ての先輩たちがリレーコラム形式で発信します。

## お役立ち情報満載のメルマガも配信中!

イベント・講座・子育てに関するさまざまな支援や助成制度・なら子育て応援団などの情報をタイムリーにお届けします。  
奈良県全域または希望する市町村の情報をお届けします。登録・購読料は無料です。(通信料のみ利用者負担)



問 県女性活躍推進課 ☎0742-27-8603 FAX0742-24-5403

子育てネットなら [検索](#)

# ならびと

vol. 1

## 元気で長生き

かめたにおといち  
**亀谷音一さん**  
(御所市在住・大正3年生まれ)

第7回ならビューティフルシニア表彰で最高感動賞を受賞された102歳の亀谷音一さんに「元気のひけつ」をお伺いしました。

元気で長生きのひけつは、人と争わず、穏やかに過ごすことです。モットーは「人を愛する心 人に愛される心 人の悪口を言わない」です。

旬の野菜を食べることも大切です。自分の家で育てた米の「ご飯」が一番の好物です。

趣味や生きがいをもつこともひけつの一つです。70代半ばから始めたグラウンド・ゴルフでは、交渉して小学校の運動場を借り、メンバーを集め、10年ほど会長もしました。100歳を越えるまでプレーしていましたが、最近、膝が悪くなり走れなくなったので中断しています。100歳を越えてから、「最近年を取ってきたなあ」と感じるようになりました(笑) 春になったら再開できたらいいなと思っています。

子・孫・ひ孫・玄孫が46人います。親戚はみなとても仲が良く、100歳の時には80人ほどでお祝い会を開いてくれました。今回の受賞もみんなに祝ってもらえ、うれしかったです。これからも元気に過ごしたいです。



亀谷音一さん(左下)とご家族のみなさん