

ばづめ しんいちろう
馬詰 眞一郎 さん（103歳：河合町在住）

※年齢は、平成30年12月15日現在

最高感動賞

活動奨励賞



奈良県初のホスピス開設を目指し、85歳から勉強会を組織し運動を展開。活動が実り田原本にホスピス開設のあとも、南和地区への開設のために奮闘、現在も移転する県立医大跡地へのホスピス開設を目指し活動中。平成25年がん対策功労奈良県知事表彰受章。このお願いのために一生懸命に生きてきた、と努力を続けておられます。

健康のために心がけていることは何ですか。

体操とウォーキング、首と肩の運動。平凡だが毎日確実に。
食べ物は緑黄色野菜とヨーグルト。それに最近は蛋白質の摂取を。

若々しさの秘訣は何ですか。

私の信条は「生涯青春」です。
ウルマンの「青春の詩」を見たショックは忘れることはありません。

あなたにとって理想とする高齢者像とはどのような方ですか。

伊能忠敬。
50歳で隠居後測量と天体観測を学び、日本全国を72歳まで測量して日本地図を作った。年齢を超越した気力と体力。

これからの目標や挑戦したいことは何ですか。

県立医大附属病院にホスピス開設実現のための運動と、その母体の「ホスピスとがん医療をすすめる会」の推進。

若い人へのメッセージをお願いします。

人生に最も大切なものは「愛」と信じます。少しでも良い、他人のために涙と汗を流しましょう。

最後に「第9回ならビューティフルシニア」を受賞された感想をお願いします。

このように立派な賞をいただけたことを光栄に思い喜んでいきます。これからも心身の健康を一層増進し、積極的に社会参加を心掛けて、この賞の受賞者として恥ずかしくないよう、少しでも皆様のお役に立つ高齢者となるよう努力いたします。

いこま きぬこ

生駒 絹子 さん（102歳：生駒市在住）

※年齢は、平成30年12月15日現在

文化芸術賞



60歳頃から始めた「結び」「折り紙」など指先を丹念に使う創作活動を現在も続け、「結び」の集大成として「生駒絹子 102歳 回顧展 飾り結びの世界」展覧会を奈良市内等で開催。美しい四季折々の季節感を大切に、古布と飾り結びで古い布に新しい命を吹き込む創作活動に打ち込んでおられます。

健康のために心がけていることは何ですか。

死ぬまで自分の足で歩きたいという祈りで歩行練習を続け、筋力向上のために栄養価の高い肉、魚を積極的にとり、腹八分目に努めている。

若々しさの秘訣は何ですか。

たえず前向きに物事を捉えて積極的に若い人達の声に耳を傾けながら、より生活が豊かになるよう願いつつ、お洒落も楽しんでいる。

あなたにとって理想とする高齢者像とはどのような方ですか。

蓄えた永年の経験を内に秘めて、静かな姿で自立しながらも温かみを感じさせてくれる方。

これからの目標や挑戦したいことは何ですか。

やり残した課題の「古布と結び」－伝統的な結びを継承し続けて、より味わいのある作品の創作に余生を委ねたい。

若い人へのメッセージをお願いします。

核家族が当たり前になり、洋風的な快適な文化生活のみに慣れているが、自然界への謙虚さや、日本の伝統的な良さも見直してもらいたい。

最後に「第9回ならビューティフルシニア」を受賞された感想をお願いします。

－趣味の結びに支えられての健康長寿－半世紀にわたる私の姿を認めていただき賞に授かりましたことはこの上もない喜びでした。残された日々、衰えた身体と上手に付き合いながら、新しい喜びに出会えるよう願っています。12月15日の受賞の感激は私を生まれ変えさせて下さいました。有難うございました。

くすだ しょういちろう

楠田 正一郎 さん（96歳：宇陀市在住）

※年齢は、平成30年12月15日現在

地域活動賞



「地蔵山墓地を美しくする会」を立ち上げて、墓地清掃活動を32年間地道に続け、清掃作業のみならず皆が作業しやすいように段取りを組むなど、現在も中心となって活躍。他にも、老人ホーム訪問での手品披露、絵画、木目込み絵、90歳から始めたパソコン、過去にはマラソンなど、幅広く活動されています。

健康のために心がけていることは何ですか。

足です。歩けなくなると人生何も出来ず楽しむ事も出来ない、転倒に注意して足を鍛えるように心がけている。

若々しさの秘訣は何ですか。

妻は亡くしたが、異性を意識して、月2回程度女性と食事やメールでの楽しい交流をして楽しみ、張りのある楽しさで若さを保っています。

あなたにとって理想とする高齢者像とはどのような方ですか。

物事をたずねられたら的確に親切に教えてあげて、何も知らない頼りない高齢者と言われたいような尊敬出来る人。

これからの目標や挑戦したいことは何ですか。

体力作りに、少しでも野菜作りを続ける。腹話術と手品を、新しいネタ作りに挑戦して演技する。

若い人へのメッセージをお願いします。

地域に各種の会があるが、最近どの会も、役員になり手がなくて困っている。若者が率先して役員になってほしいものです。

最後に「第9回ならビューティフルシニア」を受賞された感想をお願いします。

このようなイベントがあるのを全く知らなかったのだから、友人から、県の知事さんの表彰を受けるように推薦するから、と言われ、まったく信じられなかった、また信じていなかった。墓地清掃は当初一人で作業を進めていたので苦しいことが多くあり、くじけそうになった時もあったが、表彰されたことでとても嬉しくて、感無量です。

たかまつ たかこ

高松 孝子 さん（96歳：御所市在住）

※年齢は、平成30年12月15日現在

文化芸術賞



まちを元気にし、家にこもりがちな高齢者にも一緒に楽しんでもらおうと、落語家などに呼びかけ、落語イベント「御所出笑朗亭」（ごせでわろうてい）を開催、毎回盛況です。また、60歳から日本画を始め、市の展覧会に毎年展示。健康維持に、手芸や体操、人々との交流を日々楽しんでおられます。

健康のために心がけていることは何ですか。

毎日規則正しく生活すること。常に前向きな気持ちで、体操、ウォーキング、バランスのとれた食事をし、新聞もくまなく目を通します。

若々しさの秘訣は何ですか。

いつも笑顔で人と接し、多くの人とたくさんおしゃべりすること。好奇心を持って、新しいことにも挑戦する気持ちを持ち続けること。

あなたにとって理想とする高齢者像とはどのような方ですか。

心のやさしさを持って人に接することができる人。常に何か目標を持っている人。人を引きつける魅力のある、かわいいお年寄りでいたい。

これからの目標や挑戦したいことは何ですか。

健康を維持し、今まで出来ていたことが続けていけるよう、精進したい。家族と旅行もし、東京オリンピックや大阪万博も見たいと思う。

若い人へのメッセージをお願いします。

お年寄りには愛情を持って接して頂きたい。何事にも好奇心と挑戦する意欲を持ち続けて欲しい。ひいては、町の活性化に繋げて欲しい。

最後に「第9回ならビューティフルシニア」を受賞された感想をお願いします。

元気で長生きさせて頂いたご褒美と思って感謝しています。たくさんの方のお力添えのお陰です。霜月祭には、毎年新しい作品を展示できるよう作品作りに励み、落語会では、より多くの方に笑顔になって頂きたいと思います。そのためにも、長く活動が続くよう、若い方々にバトンを繋げていけたら、と思います。

まえだ やよい
前田 やよひ さん（93歳：奈良市在住）

※年齢は、平成30年12月15日現在

健康増進賞



老人クラブ「万年青年クラブ」の中心メンバーとして、毎朝のラジオ体操、踊り、エクササイズ健康体操など、60歳台の人たちにも溶け込んで、仲間と楽しく健康維持に努めておられます。また、煎茶サークルの代表として、現在も小学校の放課後教室や地区で、煎茶の稽古もしておられます。

健康のために心がけていることは何ですか。

毎朝のラジオ体操。週1回の元気ならエクササイズ菊地体操も取り入れ、月1回はいきいき体操塾の踊りの練習。月3回の社交ダンス練習等。

若々しさの秘訣は何ですか。

年齢だと思ふこともなく思ふままに行動し、服装も自分の思ふままに若い人達にも仲良く付き合い、集会にも欠かさず出席します。

あなたにとって理想とする高齢者像とはどのような方ですか。

身体が不自由になっても愚痴を言わず自分の出来ることを続けて、いつも笑顔で過去を自慢せずにこにこしている人・・・こんな人になりたい。

これからの目標や挑戦したいことは何ですか。

挑戦と言うより、今指導している伝統の組紐を、一人でも多くの人に伝えていきたい。絶えることのないように。煎茶のおけいこも続けていきたい。

若い人へのメッセージをお願いします。

自国日本を愛し、平和で発展性のあるよう努力してほしい。女性にも自分に合う仕事を見つけるようになれば良いと思う。

最後に「第9回ならビューティフルシニア」を受賞された感想をお願いします。

今回思いがけなく身にあまる賞を頂き、大変嬉しく思います。朝早くから会場の設備器具の整備等万全でした。職員の方々も親切に対応して下さい嬉しく思いました。知事様もお忙しい中ひとりひとりにやさしくねぎらって下さり感激でした。