

みんなに喜んでもらえるのが嬉しい！ いきいき人生

本年度の8020推進財団理事長賞に推薦された方の中から、とても器用な手先でお口の健康を保ち、大好きな編み物でいきいき人生を楽しんでいらっしゃる佐藤フミエさんをご紹介します。



キューピー人形とパチリ



息子さん夫婦と一緒に



大作ストール

豊かな自然に囲まれて

県央部にある三条市の山裾野に広がる自然豊かな田園の集落に自営業をされている息子さんご夫婦とお孫さんの5人家族で佐藤さんはお住まいです。集落全体でもお元気な高齢者の方々が多くいらっしゃる地域で、ご自身も若い頃からお医者さんとは縁遠く、80歳までは近くの山でお花や野菜の畑づくりや、家事をされて身体を動かしておいでだったとお話されました。

また近くにお住まいのご姉妹そろってお花が大好きと歯が丈夫とのことで、きれいな花ときれいな歯が元気の源になっておられると思いました。

チャーミングなヘアスタイルと きれいな指先

インタビューに伺った日は9月とはいえまだまだ暑く、ご高齢の身体には大変大きな負担があるのだらうと考えながら、お待ちし

ているとお宅の奥の方から出てこられたのはとても88歳とは見えない、涼やかで笑顔のすてきな方でした。特にチャーミングなヘアスタイルのことをお聞きしたところお家が床屋さんだから息子さんに髪もきれいにしてもらっているそうです。

お肌もツルツルで張りもツヤもあると伺い、手も拝見させていただくと、きれいな細やかな動きでお口のお手入れが十分にできる非常にお若い手をしていらっしゃいました。

みんなが喜んでくれるのが 張り合いになって

子どもの頃から手先が器用で編み物は大好きで、学校では昼休みに編み物をしていると先生から外に出て運動を促されたそうですが、またすぐに教室に戻って編み物を再開していたと笑っていらっしゃいました。その後は、お好きな編み物に携わる隣接する見附市の機織工場でお勤めをされ、また仕事

の帰りにはお花を習ったりしたそうです。

特に大好きな編み物は、小さな作品ではお洋服を編んだキューピー人形で数を覚えてないぐらい作られ、大作となるとお嫁さんにストールやご姉妹にひざ掛けやお孫さんにチョッキを編んでプレゼントしたそうです。贈られた皆さんから大変喜んでもらえるのが生きがいで、これが健康の1番目の秘訣だそうです。

また若い頃はカレーライスが好きじゃなかったけど今は好き嫌いなくなんでも食べられるそうです。歯が丈夫だからお肉も大好きで、沢庵やおせんべいも周りが驚くほどいい音を立てて食べておられるそうです。暑い夜でもよく眠れるし、よく食べて、よく眠ることが2番目の健康の秘訣と笑顔でお話くださいました。これからも、素敵な笑顔のご家族みなさんと健康に気をつけてお過ごしください。

(新潟県歯科医師会 地域保健部員
土屋信人)