

令和7年度「しまね健康超寿者」表彰受賞者一覧（7名）

氏 名	性別	年齢	住所	日常生活の様子
むらかみ たたと 村上 忠登	男性	満 100 歳	浜田市	・新聞を毎日読んでおられる。 ・グランドゴルフに参加されることもある。 ・野球・相撲などのスポーツ番組が好きで、いつも楽しみにしておられる。 ・野菜作りが好きで、季節の野菜を作って畑の管理をしておられる。 ・食事は好き嫌いがまったくない。 ・毎日家の周りを歩いておられる。 ・毎週開催される百歳体操に参加され、健康づくりや参加者との交流を楽しんでおられる。 ・近隣施設の草刈りをされるなど、ボランティア活動をして地域に貢献されている。
さだ よしいち 佐田 義一	男性	満 100 歳	益田市	・好き嫌いなく何でも召し上がり、同居されているご家族と同じ食事をしっかりと召し上がっている。 ・毎日夜は20時に寝て、朝は6時に起きるという規則正しい生活を送っておられる。 ・毎日、午前中は家から少し離れた畑に行き、趣味である農作業をされている。 ・ペダル式の健康器具で足の運動をされている。 ・毎週水曜日に「いきいき百歳体操」に参加し、身体を動かすとともに近所の方との関わりを持っておられる。
（本人・家族のご希望により、氏名は非公表とします）	女性	満 100 歳	川本町	・朝は子どもたちに電話をかけ、庭の周りの草取りをし、お地蔵さんに参られている。夕方から夜にかけては、4人の子どもたち、ご自身の妹、弟それぞれからの電話を受けることを日課とされている。 ・食事は毎日ご自身で調理をされている。 ・庭の花の世話をされている。 ・隣2軒の住民さんと日ごろのお付き合いをされており、垣根越しにお話されたり、さつまいもなどおかずをもらったりされている。
（本人・家族のご希望により、氏名は非公表とします）	女性	満 100 歳	川本町	・犬を飼っていて、毎日えさやりをしておられる。 ・デイサービスではお友達と昔の話などをして楽しく過ごされている。

令和7年度「しまね健康超寿者」表彰受賞者一覧（7名）

氏 名	性別	年齢	住所	日常生活の様子
（本人・家族のご希望により、氏名は非公表とします）	女性	満 106 歳	邑南町	・ 食事では、ご飯を炊く、お味噌汁を作る、お茶を入れるだけでなく、食べ終わった食器を洗って片付けることもされている。 ・ お花を愛でることが好き。 ・ 新聞に目を通している。 ・ 草取りを自分でされている。 ・ 移動販売車が来た際は買い物をされる。販売員の方と交流をもたれている。 ・ 地域全体で見守られながら楽しく過ごしておられる。
ひだ あさよ 飛弾 アサヨ	女性	満 101 歳	邑南町	・ 新聞や広報を読まれる。 ・ ご自身のものは自分で洗濯をされる。 ・ テレビが好きで、イヤホンをつけて鑑賞される。 ・ 週 1 回、電動カーに乗って近くのお店に買い物に出かけておられる。 ・ 買い物に行かれた時も、地域の方がよく知っておられるので見守られながら買い物を楽しんでおられる。 ・ 編み物が好きで、座布団など作られている。 ・ 服を自分でコーディネートして着ておられる。
もりわき てつお 森脇 哲夫	男性	満 101 歳	邑南町	・ 新聞を毎日読んでおられる。 ・ 食事は好き嫌いがあまりなく、お肉が大好き。 ・ 夕飯は家族一緒に食べている。 ・ スポーツ番組が好きで、テレビでよくスポーツ観戦をされている。 ・ 読書を嗜まれている。 ・ 人のことをよく覚えておられる。地域の方とお話をしたり交流をもたれている。 ・ 週 2 回のデイサービスで利用者や事業所職員との交流を楽しんでおられる。

※年齢は令和7年9月1日時点