



101歳

現在101歳で菊川市加茂に一人住まいをされている石川寿一さんをご紹介します。

「やあ～初めまして、石川です。よろしく！」という張りのある若々しい声、シャキッとした姿勢でご挨拶をされた石川さん。「初めまして、高井と申します。100歳以上の方にお目にかかるのは初めてのことで大変光荣です。」という挨拶を交わし取材を始めました。当日は娘さんや姪御さんにも同席をしていただきました。

石川寿一さんは大正6年(1917年)9月、菊川市西方の農家に生まれ、6人兄弟妹の次男として育てられました。5男の弟を除いて皆さんご長寿でしたが現在ご健在なのは次男の寿一さんだけとなりました。地元の中学校を卒業後、すぐに東京の浅草の家具屋へ奉公に出て木工のことを学びました。その後、静岡の家具屋へ就職しさらに技術的なことをたくさん身につけました。



101歳



101歳

やがて、20歳代半ばに入り太平洋戦争が勃発し戦争の兵役のため兄弟全員が出兵することになりました。石川さんは満州で病気(赤痢)になり入院したため、兵役としては後方部隊で戦うことになり、そのことが幸いにも日本へ帰還出来ることになったようです。しかし、同僚はみんな最前線で戦い帰らぬ戦没者となりました。まもなく終戦となり、兄弟のことを心配していましたが全員運良く帰還することが出来ました。

終戦後は戦前に身につけた木工の技術が役に立ち、楽器製作の会社でピアノを製造する仕事に就き定年まで勤めました。

定年退職後はボランティア活動として近所の中学校や小学校の花壇に水やりをしたり、また近所の木工関係の会社に87歳まで嘱託として働いていました。

さらに、木工の技術と持前の器用さで自宅用の踏み台(写真)やちょっとした家具を作り、娘さんやお孫さんの家族にも大変喜ばれています。



101歳

101歳

このような経歴の石川さんに、まず最初にありきたりな質問をしてみました。

「ご長寿の秘訣を教えてください？」

答えは「ポサーっと生きてただけだよ」「自然を相手にストレスのない生活を」「いつの間にか年を重ねた感じだな」

「好きな食べ物は？」

答え「お酒だね」

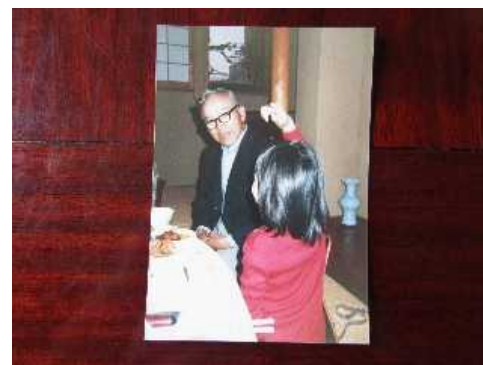
3年前の98歳までは毎日飲んでいました。毎晩飲み屋に出かけてはしご酒、23:00頃帰宅するという生活でした。しかし、現在47歳になるお孫さん(医師)の助言もあり、お酒を断つのは少し寂しかったけどきっぱりと止めました。たばこも50歳の頃にお孫さんに言われて止めました。

58年間連れ添った3歳下の奥様は86歳で亡くなりましたが、和裁が大好きで知り合いから頼まれた仕立て物を一日中やっていました。そんな奥様との思い出を聞いてみましたがシャイな石川さん、中々本音を語っていただけませんでした。娘さんの話によれば時々家族旅行をしたり、奥様が晩年の2年間病気で入院された際には毎日病院へ通ったとのこと、実は愛妻家でもありました。また、お酒が好きな石川さんが飲み屋でお酒を飲んで夜な夜な帰ってくると生前の奥様から「今まで飲んだお金を家に注ぎ込めば家が3軒くらい出来たね」とよく言われたようです。今はご仏前で懺悔をしているとのこと。



101歳

101歳



101歳

101歳

石川さんはご長寿のために何か特別なことをされているわけでもありません。とにかく若々しくてシャキッとしている姿はどこからきているのだろうか？取材をさらに進めてみました。

まず、日常生活でどこへ出かけるにも徒歩で行ったり、自転車を漕いで行くということです。自宅から7~8キロ離れた掛川市内に住む弟さんや姪御さんのところや生まれ育った実家(菊川市西方)にも徒歩や自転車で行きました。また、娘さんやお孫さんを連れて御前崎まで魚釣りに出かけたとしても100歳までは自転車で乗っていました。さらに、農家生まれでもあり自宅の近くに畑を借りて野菜をたくさん作り毎週のように娘さんやお孫さんのところへ送り喜ばれていました。

このような日常生活の中で健康長寿な身体になり、なおかつ強靱な足腰が鍛えられたのではないかと思います。

強靱な足腰は怪我をされた時も奇跡的な回復となったようです。1回目の怪我はお酒を飲んで酔っ払って歩いているときに溝にはまり足を骨折しましたが完全治癒されたようです。2回目の怪我は自転車に乗って通勤中、車にはねられ20mくらい飛ばされて救急車で病院に運ばれ足の手術を受けました。足に金具を入れることになり、医師には車椅子の生活になるでしょうと言われましたが、半年間のリハビリを人一倍取り組んだ結果車椅子も必要なく奇跡的に回復しました。看護師さんからは「石川さんは入院中に病院内の廊下を何度も往復して人一倍リハビリに取り組まれたお陰で回復したの shouldn't でしょうね」と言われたそうです。

それでは現在の石川さんの一週間の生活は？（100歳になりやっと介護認定がされました）

まず、日曜日・火曜日・木曜日はデイサービス、月曜日は訪問看護（1時間）、水曜日・金曜日はヘルパー（1時間）、土曜日はフリータイムです。

デイサービスでは「塗り絵」が楽しくて毎回3枚ほど仕上げて帰ってきます。土曜日は昼過ぎのラジオ番組で民謡を聴くことが好きとのこと。テレビはスポーツ観戦が大好きです。陸上、バレーボール、野球、サッカー、大相撲、水泳など何でもスポーツ番組を観ることが大好きです。昼夜関係なく寝たいときは寝ますし、身の回りのこと（炊事・洗濯・掃除）は自分でこなしています。服装は1日数回（外出用、来客用など）着替えることもあります。

食生活では、自分が食べたいものやお米はスーパーへ買いに行きます。ご飯は電気釜で炊き、煮物を作ったり魚を焼いたりしています。特に大好きな味噌汁は出汁に拘っています。



101歳



101歳

千葉県船橋市に在住の娘さんのご主人が最近亡くなったため、娘さんから船橋で一緒に暮らすことを勧められるが、人も多く空気が汚れているし、マンションの高層階は高所恐怖症のため嫌いと断りました。そのため娘さんが毎月2回程度実家を訪ねてくれます。また、お孫さんも時々訪ねてくれます。ありがたいことです。さらに、毎朝夕は娘さんと電話での連絡を欠かしません。今も庭の一角で野菜とお花を育て楽しんでます。



101歳



101歳



[101歳](#)

[101歳](#)

昨年は静岡県知事や菊川市長から100歳のお祝いをいただき感謝していますとのことでした。
改めて石川寿一さんのご長寿を心からお祝い申し上げます。

小笠・榛南地区 特派員 高井 豊