

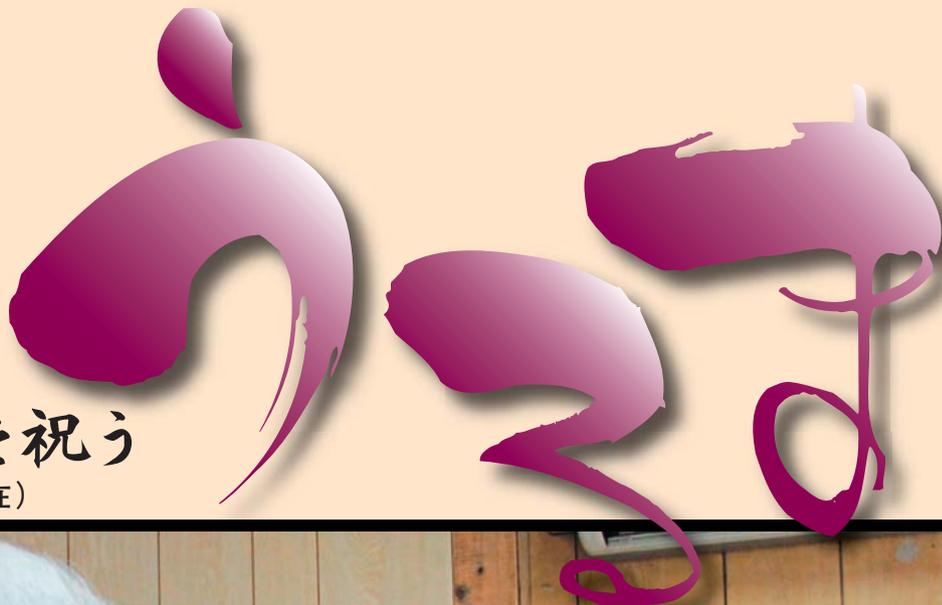
平成25年  
2013

No.103  
**10**

2013年10月1日

# 新百歳の長寿を祝う

うるま市内47人(9月1日現在)



あらかき  
**新垣** シズさん(城北区)

百歳の今でも杖なしで近所を散歩し、友人のところへおしゃべりに行く事が楽しみの一つ。

好きな食べ物：芋・魚 歯の数：百歳でも17本

**祝** **百** **歳**



ひが  
**比嘉** ふみ子さん(石川前原区)

70歳頃から、老人会活動を行い、文集をだし、最近まで自彊術体操も続けていた。

若い頃：陸上選手

健康状態：風邪をひいても鼻みず程度で治る

|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| うるま市エイサー祭り .....               | P 2-3     |
| まちの話題 .....                    | P 4-5     |
| 保健師一口メモ .....                  | P 6       |
| 年金だより .....                    | P 7       |
| 介護保険料はどのように納めるの? .....         | P 8       |
| 平成25年11月5日(火)避難訓練の実施について ..... | P 9       |
| 公民館だより .....                   | P 10      |
| としょかんだより .....                 | P 11      |
| くらしの情報 .....                   | P 12~P 19 |
| 第8回うるま祭りについて .....             | P 20      |