



# 東地区の高齢化を考える

九月十八日(月・祝)は、敬老の日です。前橋市では、昨年に比べ、高齢化率(65歳以上)が30%を超えています。東地区ではいかがでしょうか？



NO	町名	人口(人)			65歳以上人口(人)			高齢化率(%)
		男性	女性	計	男性	女性	計	
1	箱田町	2,847	3,030	5,877	576	726	1,302	22.15(22.07)
2	後家町	418	431	849	61	67	128	15.08(14.70)
3	前箱田町	724	686	1,410	179	206	385	27.30(27.18)
4	前箱田町二丁目	197	220	417	58	80	138	33.09(32.17)
5	川曲町	1,015	1,042	2,057	257	337	594	28.88(28.88)
6	稲荷新田町	799	838	1,637	145	176	321	19.61(18.64)
7	下新田町	1,817	1,949	3,766	360	437	797	21.16(21.11)
8	上新田町	1,738	1,821	3,559	417	499	916	25.74(25.24)
9	小相木町	1,147	1,102	2,249	227	271	498	22.14(21.86)
10	小相木町一丁目	141	163	304	51	67	118	38.82(39.53)
11	古市町	610	560	1,170	118	143	261	22.31(22.81)
12	古市町一丁目	705	697	1,402	162	224	386	27.53(27.24)
13	古市町二丁目	19	20	39	7	9	16	41.03(37.50)
14	江田町	1,226	1,189	2,415	234	266	500	20.70(20.47)
15	朝日が丘町	122	136	258	30	46	76	29.46(30.16)
16	光が丘町	321	339	660	102	129	231	35.00(34.83)
17	大利根町一丁目	649	729	1,378	215	276	491	35.63(36.25)
18	大利根町二丁目	571	687	1,258	217	298	515	40.94(40.67)
19	新前橋町	325	339	664	78	106	184	27.71(29.65)
20	青葉町	324	326	650	30	25	55	8.46(8.81)
	東地区	15,715 (15,726)	16,304 (16,357)	32,019 (32,083)	3,524 (3,521)	4,388 (4,388)	7,912 (7,909)	24.71% (24.65)

前橋市

人口計

330,215人  
(332,355)

65歳以上人口

99,467人  
(99,491)

高齢化率

30.12%  
(29.94)

令和5年6月30日現在の数値です。( )内は前年度の数値です。

## お元気なお年寄りを訪ねて①

### 飯野繁美さん(小相木町)

毎日続くこの暑さは、みんな閉口してしまっそうです。こんな暑さの中、小相木町の飯野繁美さんをお訪ねしました。

1931(昭和6)年生まれの92歳、笑顔で娘さんと一緒に取材を受けてくださいました。

生まれは箕郷町、6人兄弟の長女、農家で過ごされたとのこと。当時は、米麦養蚕が主で忙しい毎日、田植時は、牛で田を耕す、はんどりという牛を連れ歩く仕事もやった。田植は、新潟から「すうとめ」を頼んで苗を植えたりした。石倉町まで買い物にもよく行ったが、藤岡県道が石ころだらけだったので桐下駄のはが半分減ってしまった。小相木も当時は、田畑ばかりだったのに今は住宅地になってしまった。

朝日が丘団地が出来たころ、家がガソリンスタンドをするようになり、その仕事もよく手伝ったという。トラックを運転して重油を倉賀野のオイルターミナルに取りに行ったり、車のパルクの修理も夢中でやっていたと言います。若い頃は、精力的に、色々働いていました。

友達にも恵まれ、実家のほうにも小相木にも親しい友人がいて、積立て貯金をし、1年に1回、旅行に行き、85歳まで旅行しました。人との関わりで元気にいられます。年をとってからは、ゆっくりと自分の生活を送っています。

老人クラブの行事にも積極的に参加しました。グラウンドゴルフや輪投げ、スマイルボーリングをやっていたのが元気の秘訣です。今も、老人クラブに入っているが行事への参加は少なくなりました。食べ物の好き嫌いもなく何でも食べる。乳製品が少し苦手だが、体に良いという事で食べる様にしている。少し食べるだけで肥ってしまうと苦笑していたが、健康の証拠かもしれないと思えました。

以前、転んで腕や足を痛めたが、今は元気になれたとのこと。近くに娘さんの家があるので、昼間はそこで過ごして、老人施設のお世話にもならず、日常生活ができると話されています。

お話を伺っている間も穏やかな笑顔でした。若い時から自分の生活をその時々十分にやっていた人生の先輩の姿を感じました。これからお元気です。

(館報編集委員 木村 恭子)

### 大堀ミサヲさん(下新田町)

7月の暑い土曜日、大堀豊・ミサヲさん夫妻の自宅を訪ねた。あいにく時間が早かったためご主人の豊さんは、まだ睡眠中だった。ただ、豊さんについては、下新田の町内誌『しもしんでん』(96号)にグラウンドゴルフ大会で特別賞受賞という記事が紹介されているのでご覧になった方もいるだろう。そこで今回は奥さんのミサヲさんから話を伺うことにした。

ミサヲさんは、1933(昭和8)年、高崎の大八木で生まれ今年90歳。ご主人とは仲介人の紹介で結婚。ご主人の豊さんは、1926(大正15)年、玉村生まれの96歳。結婚後、ご主人の実家である玉村にしばらくいたが、その後、西片貝に移転。下新田に家をかまえたのは、ミサヲさんのお姉さんが下新田に嫁いでいた縁で現在地に土地を購入し家を建て現在に至っている。結婚後、ご主人の豊さんは、保険会社に勤務、県内各地を転勤したが、下新田の現在の家から通勤し定年まで勤めた。その間、豊さんは、生涯学習奨励員や自治会長などの役員を歴任。また、自治会役員等が地元の人だけで固め、他から引越してきた物は圏外という時代である。特に、自治会長の時は、現在と違い各家庭軒下に噴霧器の粉(消毒)をまくのも自治会の仕事で、豊さんと一緒に噴霧器をかついで出かけたものだ。市の広報も全世帯分を他の配布物と一緒に丸めて各家庭に配布する手伝いもした。どちらも大変手間のかかるものだった。その他、いろいろと旦那の手伝いをしたが、地域の人との交流ができていい経験だった。

ミサヲさんは、現在90歳。今まで一度も大病はしなかったと大きな声で答えた。健康の秘訣は何か?と聞いたら、まず「よく食べること」だという。好き嫌いはない。豊さんは特に肉が好きだという。次に身体を定期的に動かす。二人とも週2回、デイサービスに行きいい汗を流している。豊さんは、時間があるのと近くのパチンコ屋へ出かけ夕方まで帰ってこないそうだ。ミサヲさんは、以上のことに加えてよくしゃべる。これも健康によいとされている。

みなさん、よく食べ、身体を動かし、言いたいことは遠慮しない、好きなことに集中する。これこそ、ミサヲ流の健康の秘訣。

(館報編集委員 中川 春雄)



※今回、中林稔夫さん(上新田町)にもインタビューをさせていただきましたが、紙面の都合上11月号に掲載予定です。

