

老いをうけとめ、自由な心で変えていく暮らし。いくつになっても幸せに生きるヒントをくれるドキュメンタリー

おりなすシアター

104歳、哲代さんの ひとり暮らし

人生を味わいつくす

☑ 喜んで年齢を重ねる

☑ ものごとは
良いほうに考える

☑ できなくなったことを
追わない

☑ なんでも
美味しくいただく

☑ 「ありがとう」と
感謝を口にする

☑ 自分で
自分を励ます

とき: **11月3日**(月・祝) ①10:30~ ②14:00~

【日本語字幕付き上映】

開場は各回30分前 ところ:おりなす八女 はちひめホール

ホームページ

【鑑賞料金】 1000円

前売券はおりなす八女で発売しています。

障がいをお持ちの方、中高生は 500 円 おりなす友の会 800円 小学生以下は無料

f facebook



ナレーション リリー・フランキー 監督・編集 山本和宏

撮影:的場泰平 筒井俊行 音響効果:金田哲子 監音:富永憲一 プロデューサー:中村知喜 古田直子 出雲志帆 高山英幸 統括プロデューサー:岡本幸 制作:RCC

協力:RCCフロンティア 公益財団法人 民間放送教育協会 中国新聞社 後援:広島県 尾道市 府中市 配給:リガード 写真提供:中国新聞社

2024 | 日本 | 94分 | ドキュメンタリー ©「104歳、哲代さんのひとり暮らし」制作委員会

老いてなお、
ごきげん

哲代さんの心も体もさびない生き方

広島県尾道市。自然豊かな山あいの町で100歳を超えてひとり暮らしを続けている石井哲代さん。小学校の教員として働き、退職後は民生委員として地域のために尽くしてきました。83歳で夫を見送ってからは、姪や近所の人たちと助けあい、笑いあいながら過ごしています。いりこの味噌汁を作り、家の周りの草をとり、お茶を囲んで語り合う。時には体調を崩して病院にお世話になることもあります。年齢を重ねてできないことが増えても、哲代さんは自分を上手に励まし、自由な心で暮らしをしながら変えていきます。なんでも美味しく、誰とでも楽しく、いつだってご機嫌に。そんな哲代さんの101歳から104歳までの日々をみつめたドキュメンタリーです。

のんきのんきで
100年がすぎました。
生きとるからこそできることが
いっぱいですよ。
友達とも話ができるし、花も摘まれるし。
うららかな日が続く100歳はうれしいです。
ありがたい人生です。
「でした」言うたらいけん。
「ing」でいきましょう。

石井哲代

普段の生活の中では気づきにくい
本当の喜びとか幸福、そういう発見がたくさん
散りばめられている映画だと思います。
ぜひ劇場でお楽しみください。

ナレーション リリー・フランキー

書籍紹介



102歳、一人暮らし。
哲代おばあちゃんの
心も体もさびない生き方

石井哲代、中国新聞社 著
文藝春秋 刊 (2023)



103歳、名言だらけ。
なーんちゃって

石井哲代、中国新聞社 著
文藝春秋 刊 (2024)

累計21万部超のベストセラー！

「人生100年時代のモデル」として
新聞やテレビでも紹介された哲代
さんの前向きな姿勢とユーモアあ
ふれる言葉は老後の不安を希望に
変えてくれます。

104歳、哲代さんのひとり暮らし

2024 | 日本 | 94分 | ドキュメンタリー ©「104歳、哲代さんのひとり暮らし」製作委員会

<https://rcc.jp/104-hitori/>

📺 @104_hitori 📱 @104.hitori

★主催・お問合せ先：八女で映画をみる会

☎090-5473-9968 (平井靖文) mail: cinema.flower0219@gmail.com