

人生を味わいつくす

広島県尾道市。自然豊かな山あいの町で百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。八十三歳で夫を見送ってから、姪や近所の人たちと助けあい、笑いあひ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が、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。

そんな哲代さんの一〇一歳から一〇四歳までの日々をみつめたドキュメンタリーです。

- ☑ 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

104歳、哲代さんのひとり暮らし

ナレーション リリー・フランキー 監督・編集 山本和宏

撮影：嶋泰平 阿井俊行 音楽効果：金田智子 監音：富永重一 プロデューサー：中村知真 古田直子 出雲志晴 高山英幸 総監プロデューサー：阿本幸 制作：ROC

協力：ROC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 霞中市 配給：リカード 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」製作委員会

老いを受けとめ、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。

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

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

ナレーション：リリー・フランキー

監督・編集：山本和宏

(2024年/日本/94分/日本語字幕付き)

©「104歳、哲代さんのひとり暮らし」製作委員会

日時／2026年 3月18日(水) ①10:30 ②14:00

会場／アワーズホール明石市立市民会館大ホール (JR・山陽「明石」駅から徒歩約15分またはバス約5分)

◆市民会館専用の駐車場はございません。公共交通機関でご来場ください。

料金／前売券：900円 当日券：一般(中学生以上) 1300円 60歳以上、障害者1100円
市民会館友の会会員(本人のみ) 900円 小学生以下500円

前売券 発売所 ◆アワーズホール・明石市立市民会館 ☎078-912-1234
◆明石市立西部市民会館 ☎078-918-5678

9:00~20:00開館、平日の月曜日は休館。

主催／兵庫県映画センター ☎078-754-5503

共催／アワーズホール・明石市立市民会館 ☎078-912-1234

1月10日(土)
発売開始