

さえき映画上映会

上映日は哲代さん106歳のお誕生日 大正9年 4月29日生まれ



人生を味わいつくす

- 喜んで年齢を感ずる
- 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:釣場泰平 筒井俊行 音響効果:金田智子 監音:高永重一 プロデューサー:中村知章 吉田直子 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://rcc.jp/104-hitori/>

自分がしっかり笑ってないと
相手を笑顔にできません

体は思うように動かんけれど
心だけは自由です

日時 2026年4月29日 水・祝

- ①10:30~上映 (開場 9:30)
- ②14:00~上映 (開場13:00)

会場 佐伯区民文化センター ホール

料金 前売1,000円(税込)/当日1,300円(税込) 全席自由

《チケット販売所》佐伯区民文化センター

《チケット販売開始》2026年3月1日(日)10:00~(電話でのご予約も可能です)

主 催: 広島市佐伯区民文化センター 指定管理者 株式会社イズミテクノ、シネマキャラバンV・A・G

後 援: 中国新聞社、中国放送、FMIはつかいち76.1MHz

©「104歳、哲代さんのひとり暮らし」製作委員会

お問い合わせ 広島市佐伯区民文化センター

〒731-5128 広島市佐伯区五日市中央6丁目1-10 ☎082-921-7550 / FAX 082-921-9898
【開館時間】9:00~21:00 【休館日】月曜日(祝日除く)





老いてなお、
ごまきげん



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。

<アクセス>

【最寄り駅】

- ・ JR山陽本線 五日市駅 北口
- ・ 広島電鉄宮島線 広電五日市駅 北口
五日市駅北口からバスまたはタクシーにご乗車ください。

【バス】

- 広島バスセンター(市役所・バイパス経由)から
東観音台団地・薬師が丘団地・四季が丘・阿品台北・藤の木団地・彩が丘団地(城山経由) 行き
→「佐伯区民文化センター前」下車
- 五日市駅(JR・広電)から
- ・ 五日市駅北口2番のりば
山田団地・美鈴が丘高校(石内バイパス経由) 行き
→「五日市落合」バス停下車 約280m
- ・ 五日市駅北口1番のりば
彩が丘団地・藤の木団地・薬師が丘団地・市立大学(石内旧道・五月が丘経由) 行き
→「岡の下橋」バス停下車 約940m

※ 駐車場の収容台数に限りがございます。土日祝日や大きな催し物の開催日には駐車場が大変混雑いたします。ご来場の際は、公共機関をご利用ください。近隣への無断駐車は固く禁じます。

- ・ 当日のチケット販売はホールロビーにて各回の開場時間より開始いたします。
 - ・ 主催者の都合による中止の場合以外、いかなる場合も払い戻し再発行はいたしません。
 - ・ 車いす席をご希望のお客様は事前連絡のうえ、チケットをお買い求めください。
- ※ 映画の鑑賞マナーを守りご鑑賞ください。
※ 会場内は飲食禁止です。

お問い合わせ： 広島市佐伯区民文化センター
〒731-5128 広島市佐伯区五日市中央6丁目1-10
☎ 082-921-7550 / FAX 082-921-9898 <https://saekibc.com/>

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



書籍紹介・当日販売のお知らせ



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) 1,400円(税別)



103歳、名言だらけ。
な一んちゃって

石井哲代、中国新聞社 著
文藝春秋刊 (2024) 1,300円(税別)

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。

パンフレット1,200円(税込)

