

☑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:的場泰平 筒井俊行 音響効果:金田智子 整音: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」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://rcc.jp/104-hitori/>

あなたのまちの身近な映画館

2026年7月26日(日) 湖南省甲西文化ホール

上映時間[1回目 10:30]・[2回目 14:00] 開場は各回30分前

94分
字幕あり

<入場料> 前売 1,000 円(当日 1,200 円)【自由席】未就学児は入場できません

<チケット販売所> ■甲西文化ホール ■ローソンチケット(Lコード=54166)

5/17(日)~
発売

他のお客様にご迷惑がかかる行為や係員の指示に従わない場合は、ご退場いただくことがございます。その際はチケット代の払い戻しはいたしませんのでご了承ください。

お問い合わせ/湖南省甲西文化ホール 湖南省中央 5-57 ☎0748-72-2133(8:30~17:00 月曜休館・月曜が休日の時は翌日)

主催/滋賀県映画センター、湖南省教育委員会

老いてなお、
ごまげん



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やかに変えていきます。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

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

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 X @104_hitori F @104.hitori

2025年

1/31 (金) 広島県内
より 先行公開!

八丁座

082-546-1158

T・ジョイ東広島

082-493-6781

シネマ尾道

0848-24-8222

呉ポロシアター

0823-21-5903

福山駅前シネマモード

084-923-6800

4月 シネスイッチ銀座
ほか全国順次

湖南省甲西文化ホール

〒520-3234 滋賀県湖南市中央 5-57 (JR 草津線「甲西駅」下車徒歩7分)

※駐車場はございますが台数に限りがあります。

☎0748-72-2133 [8:30~17:00・月曜休館(月曜が休日の時は翌日)]