

金曜 ライフ・楽しむ

シニア世代を応援するページです

わたし色

生活情報誌「悠悠と。」
編集長・真鍋康利さん



「キョウドウ」も若さの秘訣に

シニアにとって「キョウヨウ」と「キョウイク」が大切です。「教養」と「教育」ではなく、「今日、用がある」と「今日、行くところがある」の二つが若さの秘訣……と、心理学者の多湖輝さんの著書にあるそうです。

4年ほど前の「天声人語」で知り、「上手いこと言うなあ」と早速メモしました。今でも広く知られているようです。その証拠に、今年の年賀状にも3人の方がこの言葉を添えてくれました。毎年新しいシニアが誕生し、この言葉に出会い、感じ入るのでしょう。

定年を迎えると、特に男性は何をしたらいいのかわからなくなると言います。時間だけはたっぷりある、これからは趣味に生きるぞ、と宣言しても、仕事人間だった方ほど趣味にのめりこんではいなくなりました。接待ゴルフが仕事の一部だったという方は、もちろんシングル級の腕前でしょうが……。

技術や経験・知識の要る趣味は、一朝一夕には上達しません。絵筆を持って子ども達の落書きのようではまずいし、スポーツや楽器、または囲碁や将棋など、下手で、いつも負けてばかりでは面白くない

ですもんね。

家庭にも地域にも自分の居場所がなく、疎んじられる。生きがい探しとしてNPO（非営利団体）に入り、皆のため「昔取った杵柄」を見せたいやろつとしても、元気で仕切りたがる女性陣にいいようにこき使われ、しまいには「使えない人ね」と決め付けられる始末。これでは長続きしないのも当然です。

肩書が上だった人ほど、部下に命令するのが役目だったわけで、自分で何かをすることが多くなる「使えない」ことが多いのも事実です。ただし例外もあります。このような団

体は行政から補助金や業務委託を受ける場合があります、その術を持っている方は間違いなく重宝されます。

それはさておき、多湖先生の言葉に小生（こせい）が補足するなど誠におこがましいのですが、思い切って書きます。「キョウヨウ」と「キョウイク」に「キョウドウ」を加えてはどうでしょうか。

「今日、どうする？」という言葉で、漢字にすると「協働」や「共同」よりは「共動」でしょうか。カラオケに行く？ 釣りにいく？ 一杯やる？ など「今日、どうする？」という問いかけだけで通じ、いつも行動を共にしてくれる親しい友やかけがえのない仲間が、シニアの暮らしには不可欠だからです。

「キョウヨウ」と「キョウイク」そして「キョウドウ」を大切にして、元気に過ごしたいものです。