

「老い支度に入ったかなあ 今日この頃」
---還暦、古稀、喜寿、米寿、白寿---

8/12/2013

北村社会福祉士事務所

代表 北村弘之

この半年間に、会社時代の同期、そして大学時代のクラブの同期と懇親会の機会がありました。

6～7名のメンバーで気軽に話げできたことからか、話題は必然的に「子ども」のこと、そして「孫のこと」、一番の話題は自分達の「健康」のことでした。また、「還暦」を迎えたこと、迎えることでありました。そして異口同音、「若い時に見ていた年配の人の年代になったんだね」という思いでした。

数年前、かかりつけ医に受診してもらった際、昔は50代で寿命がきていたが、いろいろな力で伸びている。しかし、体力的には殆ど人は50代がピークでいろいろな障害が出るのは、やむを得ないという話を聴いて、まさにこれは「老化現象」の始まりかと思っていました。いろいろな障害といっても、目のかすみや耳鳴りや、歯茎の歯槽膿漏、夜間のトイレが近くなってきたこと、歩行時にふらつきを感じたりすることで、すぐ名前が出てこないなど、いわば自覚症状はすでに出てきています。もちろん、新しいことを覚えることが億劫になっていることも間違いありません。

私は「老化現象」という言葉は好きではありませんが、どんなものにも寿命があり、老いというものは自分で選ぶことなく自然にやってくるということを意識したいものです。しかし、私もそうですが、人はそこを避けて通りたがるものようです。

「老い支度」という言葉も、あまり馴染のあるものではありませんでした。しかし、子育ても終わり、仕事からも解放され、自分のための時間を過ごせる人は60歳以降の人生の輝かしい時代にあつて、不安なのは誰しも避けられない「老い」であり、「健康」のことです。そして、いつまでも平穏でありたいと願うものです。その中にあつて、人間の素晴らしさは、そのための備えができることです。それが、まさに「老い支度」ではないでしょうか。

人生の輝かしい時代にあつても、間違いなく体力や気力が落ちていき、ときには家族がいなくなった喪失感にも出くわすこともあります。老い支度とはそれを最小限にする準備です。

具体的には、遺言や相続の方法理解や、将来の住まい方、自分史を作り方、またゆったりとした自分達だけの旅行などがあります。そんな仕事を提供したいものです。

この秋で還暦を迎える私ですが、70歳の古稀、77歳の喜寿、88歳の米寿、そして99歳の白寿とどこまで生きていくのか本当に未知です。未知がゆえに人生は面白いのかもしれない。

以上