お年寄りの生きがい

今日十五日「敬老の日」を前に、さる四日、新潟市のテレビ広報番組で「お年寄りの生きがい」と題して、〝中央ことぶき大学〟受講生の渡辺義雄さん（六十三歳、紫竹）と川上市長とで語っていただきました。

〝うちのおじいちゃん、おばあちゃん〟〝お年寄りの生きがいとは〟と題して寄せられた七人の方の意見とあわせて、その模様を紹介します。

出演者
中央ことぶき大学 渡辺義雄さん
新潟市長 川上喜八郎
司会 対間康二さん 吉弘知代さん（BSN）

〝心のはり〟を求めて
多い元気なお年寄り

対間 さわやかな九月ということで、何かこう、気分の方も充実してき、何かやってみたいという気がおきてくるころですね。

ところで、間もなく「老人福祉週間」が始まります。

吉弘 はい、最近は、お年寄り、といっても、私たちよりも、ずいぶん元気なお年寄りが多いんですね。

対間 そうですね。ほんとうにかくしゃくとなさっている方が非常に多いですね。

さて、今日は、スタジオに、新潟市長の川上喜八郎さんと〝中央ことぶき大学〟を受講されている渡辺義雄さんの二人においでいただき、元気なお年寄りの〝生きがい〟、ま、ことに、余暇、あるいは自由時間を、どう積極的に生きていくか、というあたりを中心に、お話をうかがっていきたいと思います。

よろしくお願いいたします。

市長、渡辺 どうぞよろしく。

対間 あのう、今日、スタジオに、実はね、お年寄りがみえる、ということだったんですけれど、渡辺さん、お年寄りじゃ失礼な、たいへん若々しいんですけども、おいくつでございますか。

渡辺 六十三歳になりました。

対間 ホー、渡辺さんのように、お若い感じの方が非常に多いわけですけども、渡辺さんは、サラリーマンをなさっていたとか。

渡辺 ええ！、サラリーマン生活以外は知りませんので、根っからの勤め人でございました。

対間 ハハア、サラリーマンの方は、何年くらいでした。

渡辺 去年で停年になりました。

対間 どうですか、こう、毎日毎日きちんきちんとしているのが、サラリーマンの生活だと思うのですけども。

渡辺 そうですね。今度、毎日毎日が休みなんでございましょ。本当に、今日一日、どうしてすごしたらいいか、時間をもてあましているわけですね。何かそのう、心のはりとか持続的な何かないかとか、それぱっかり願っていました。

対間 あぁ、そうですか。市長さんは、おいくつですか。

市長 五十七歳です。ですから、もう六年で、渡辺さんの年になるわけです、

対間 そういうことになるわけですね。ま、市長さんもお若い！、この前も新聞に出ていましたけども、ピッチャーをやるということですからねぇ。（笑い）

市長 〝年寄りの冷や水〟ですよ……（笑い）。

好評の老人無料休憩所
各種講座へ参加

対間 渡辺さんは先ほど、生活のリズムというものが、非常に大きな問題だ、というふうにおっしゃっておられましたけど、そのへんから、いま、〝中央ことぶき大学〟にお入りになったということですか。

渡辺 ええ、そうでございます。ことぶき大学は、去年、市報〝にいがた〟でわかりまして、早速申し込んでやらしてもらいましたが、今年もまた、受講しています。

講座で規律ある日々

ある一定の日に、一定の期間に出席する、ということは、非常にうれしいんでございますね。

ちょうど、もと勤めていたサラリーマン時代を思い出しましてね。それで、会社へ出勤するような、規律ある日々を過ごせるんですね。

対間 渡辺さんは、クラブ学習で、菜園クラブに入って、季節の野菜づくりをなさっておられるんですね。

渡辺 ええ、そうです。野菜を作る喜びは、何か生き生きとして、楽しいものですね。作ったものは、家内のみやげものにもなります。

市長 私もね、昔、農業を二年やったことがあるんですが、作る楽しみというのは、それはありますね。

渡辺 まあ、わたしどもは、こうしてことぶき大学で、楽しく日々を過ごしているのですが、何かほかにも、このような講座ものとか教室ものとかがあって、いいですねえ。

市長 そうですね。この種のものは、各地区にある公民館でも独自で開いていますし、老人無料休憩所ですね。そこでも、紙フラワー教室や楽焼き教室、スポーツ体操教室、民謡教室、生きがい教室といった教室を開いて、その地区のお年寄りが、自由に参加し、楽しんでおられるようですね。

対間 渡辺さんは、無料休憩所を利用なさったことはございますか。

渡辺 ええ。ときどきおじゃましています。とてもいいですね。こんな風な教室やなんかがあるのは存じませんでしたけど、ひまなときなんか、ずうーっと行っても、こう、わきでごやしょうぎをみて、それで、てきとうな人をみつけてはやる。そうすると、時間はつぶれますし……。

市長 なるほど。

渡辺 そして、おふろがございますし。

無料休憩所を大江山と両川に新設

対間 仲間づくりという面でもよろしいんでございましょうねぇ。

渡辺 そうですねぇ。私は、そのう、友だちを作るのがへたなんですけども、つい、こう、趣味を同じくして、友だちになることができますし、話をしたりしますと、つい、仲間になったりしますね。

市長 まあ、先ほど申し上げた教室などでも、みんな仲間になって、実に和気あいあいと楽しんでいるようですね。

渡辺 これらの教室は、どのようにして入れるんでございましょ。

市長 そうですね。それぞれの休憩所で異なりますので、自分の家の近くの休憩所でも、老人福祉課でもご相談ください。

また、今年度、松崎と内野の休憩所を増築したほかに、大江山と両川の二か所に新設する予定ですので、ご期待いただきたいですね。

自分のもっているものを社会に生かして

こんなに穫れた！

〝中央ことぶき大学〟の〝菜園クラブ〟では、季節の野菜を収穫。畑で物を作る喜びは大きい。

対間 どうなんでしょう。

そのようないろいろな講座や教室に参加したり、無料休憩所へ行って時間をつぶしたり、同じ世代の方々で話し合ったりするのも結構なことなんでしょうが、何か、もっと対社会的なつながりみたいなものも持ったらどいなんでしょうか。

渡辺 そうですねぇ。年寄り同志は気が合いますけれども、また、若い人の層のことも知らないでは心配でございます。

いつか、その若い人との話合いとか、あるいは、する、また、私らも理解してもらうーといった場を得るということは大切だと思います。

市長 ええ、結構なことでございますね。例えば、若い人たちとの交流などですね、老人クラブの方などが、サークル活動をやっている若い人たちと話し合いをしようじゃないか、と、やったところがありました。

渡辺 そうですか。

市長 私が、老人クラブの会合なんかに出てよく言うんですがね。個人的趣味から、社会とのつながりを考えてみたらどうかーとね。

渡辺 ええ。

市長 一番普遍的なのは、やはり、ボランティアでして、いろんな面で活躍しているお年寄りを承知しているんですがね。

例えば、保育所を老人クラブが打ち合わせをして、自分たちが保育所の手伝いをするぞ、といって、清掃などいろいろなお手伝いをしたり、あるいは、子どもたちと遊んでやったり、そんなことをやっているところもあります。

また、福祉施設ですね。体の不自由な人の施設へ行ったり、知恵遅れの子どもの施設へ行ったり、ずいぶん、そうしている人たちがいるんですね。

この前、老人クラブの皆さんと話をしておりましたら、街頭に植えてある木ね。それらの木の名前を、われわれは分かった方がいいですよね。そのために、市で名ふだを作ってくれれば、全部そこへ立ててやって、管理もわれわれがしていいんだ、という、そういうご意見がありましたね。いいことだから、早速、ご相談しましょうと。

対間 そうすると、木にも愛着を感ずるでしょうし、そうすると、そのまわりもきれいにしたくなるということなんでしょうかねぇ。

そういう風のものが、ずーっと進んだ形になるとー。

市長 もう、ずっと昔からやっているところもありますが、公園をきれいにしているというようなところ――そういう長寿クラブ、老人クラブがありますが、今年などは、海岸清掃に、ずい分たくさんのお年寄りが参加してくれましてね。

対間 やはり、だれかが参加してくれないか、という形で呼びかけたものに参加するのもいいんでしょうが、自発的な形で、自分たちでやってみよう、と、みんなでやるっていうのは、はりも出てくるんじゃないですか。

渡辺 そうですね。さらに、自分の持っているものを生かして、何かしら、社会の役に立ちたい、という気持も、非常に強うございますね。

「生きがい」――これは、あくまで、本人しだい

対間 市長さん、お年寄りの生きがいというものをどういうふうなものとお考えでしょうか。

市長 これは、あくまでその人、その人によって、全部求め方、内容が違ってくると思うんですね。あくまで本人が主体的に物を考えるということがないと、われわれがいくらお手伝いしようと思っても空振りになってしまいます。

若い時から、いろんなことを考えて生活することが必要じゃないかと思うんですが、案外、そのことがむずかしい。

対間 どうしても、やはり、年をとって、その時になって、やっと考えてしまう。若い人たちも、自分の問題として、お年寄りの問題を考え、お年寄りに接していく、ということでしょうか。

どうも、ありがとうございました。

百歳まで生きてね
丸山 裕子（松浜 小三年）

うちのおばあちゃんは、七十五歳です。おばあちゃんには、六人の子どもがいます。まごは十八人で、ひまごは六人もいます。

顔や手や足には、しわがいっぱいありますが、こしはまだまがっていないし、とても元気で、あがはまおんせんへいったり、松はまのぼんおどりを、わたしとおねえさんにおしえてくれたり、ろう人クラブのおせわもします。

たまに寺まいりにいきます。足やこしをいたがりますが、はたらくのが、すきなようです。

〝裕子は肩たたきが上手でネェ〟と目をほそめるおばあちゃん

きものをぬうときに「ゆう子、はりに糸を通してくれや」とたのみます。「自分でとうせば」といいながら、とうしてあげます。

わたしはおばあちゃんがだいすきです。だから「百歳までいきていてね」といつもいっています。

やはり心構えと生きる姿勢
内藤シゲ子（松浜 四一歳）

「老兵は消えゆくのみ」という言葉を残したマッカーサー元帥は、「人間というものは若干の年月を生きながらえたが故に年老いるのである」と明言しています。

いいかえると五十ですでに老いる人もあるでしょうし、八十代でも若さを感じさせる人もあるでしょう。老いがある日突然訪れるのではなく、現代の延長線上にあるわけですから、今の生活に希望も喜びも見い出せないとしたら、おそらく老後の幸せは考えられないでしょう。

人という字が二人で支え合っているように、人間は一人では生きられないようです。

人が生きていく時は友人のさりげないやさしさが生きる勇気を与えてくれるものです。心の通い合う友人、知己など支えが多ければ人生を楽しく過ごすことができます。

「地球は休みなく回っているので、ひっくり返って寝ていても齢をとるのよね」といった友人がいますが、誠にその通りで若いうちにせいぜい仕事に読書に精を出し時間を十分に使える時代を迎えたら、今度は年など気にせずに好きなことに打ち込めれば最高の幸せと思っています。

周りの人から幸せを分けてもらうような生き方では心の張りができません。

老人福祉も、しだいに見直されてきていますが、それがいかに完璧なものになったとしてもすべてのお年寄りに〝生きがい〟を与えることができるかというと多分「ノー」でしょう。

結局、各人の心構えと生きる姿勢にかかっているのではないでしょうか。

年にふさわしい仕事を
丸田 登（中山 六七歳）

「おじいちゃんもおばあちゃんも、年なんだからなにもしないでいいんだよ」――と何かしようとすると家族がこれを取り上げてさせてくれない。そして美味しいものをあれこれ作っては食べさせる。年寄りは、ただジッとしてテレビ見物が仕事というような生活をしていると寿命をちぢめるもとだという。

長生きと健康こそ老人の生きがいの第一とすれば、ただぼんやり無為に過ごし自分の殻にとじこもり自閉的になったのでは、生きがいは手の届かない遠いものになってしまう。

老人にとって心すべきことは、年にふさわしい仕事をして頭や身体を使うべきでなかろうか。趣味、社会奉仕、勉強などなんでもよいから三日坊主で終わることなく五年、十年と続けることがいいと言われている。

私も子供たちがそれぞれ独立して生活するようになって久しいが、時々、孫を連れてやってくる。嬉しいひとときだ。煩わしいことを忘れて孫たちと遊ぶことにこの上ない喜びを感じる。

それだけ彼らが帰ると空しい気持ちになる。ものごとにおっくうになり自分への関心だけが強まり、なんとなくイライラした日々であった。最近は老人のグループ活動やレクリエーション活動などに積極的に参加している。いろいろな知識や経験をつんだ人たちとの話し合いは楽しい。そしてその中から自分の生活に役立つものをつかみとる。

一病息災という。ひとつくらい持病をもっている方が病気とのつきあいがよく長生きするといわれる。

生きがいは頭を使うことと身体の養生から。

ランプ屋のお婆ちゃんのように…
石川 スミ（日の出 62歳）

今年も敬老の日がやってきました。私が県や市からのお祝の金品をお届けする仕事をして五年目になりますが、いつの間にか私も六十の坂を越してしまいました。自分ではまだ若い気でも、鏡を見るとしわやら白毛やらの繁昌で〝ああ、歳〟とがっかりします。そしてふと、余生はどうしようかと思うこの頃です。

私の町内で、満九十六歳の天寿を全うしてお盆に他界したなんか屋のお婆ちゃんがいました。昔はランプを売っていたので皆んなランプ屋と呼んでいますが、少しの雑貨と駄菓子の箱を並べて、亡くなる四〜五日前まで店に座っていました。

このお婆ちゃんの生活は年中、お日様と一緒でした。日の出前に起きて髪をすき絣の着物をきちんと着て、お日様を拝むことから始まりました。二〜三年前までは、布団まで作っていましたが、「お婆ちゃん、偉いですね」と言うと、「何さね。女ごの務めでありますわね」と笑っていた丸い顔が浮かびます。よく働き、怒ることなく、そして昼寝が上手だったことが長寿の秘訣だったようです。今年は、このお婆ちゃんへ長寿のお祝いをお届けできないのが残念です。明治の人には、何か気骨があって、生きる姿勢を感じます。私の亡母なども働き者で折目正しく生活していました。

私などは、味噌を煮たり漬物をあれこれ漬けたり、少しの野菜を作ったりと、家事を増やすことが上手でその上に俳句、墨絵、紙塑人形などやるので、主人からガラクタ趣味と見下げられています。

雨の後、吹く風もすっかり秋らしくなりました。さきほどからパチンパチンとはさみの音がするのは、主人のバラの手入れでしょう。ともあれ、日々好日と思い感謝していますが、朝起きの悪い私は、余生はランプ屋のお婆ちゃんにあやかることかなと、思うのです。

野次馬になって楽しむことサ
須田 丈夫（学校町 七四歳）

年寄りは野次馬になって見たり、聞いたり、しゃべくったり、駆けずりまわって楽しむことだ。

そうはいっても健康が第一で、家族の理解と協力がなかったらだめですね。それに自分も家族に好かれる良いおじいちゃんにならんと、若いものに〝年寄りはあんまりヒョコヒョコ飛び回って歩かねばよいで〟など痛いこと言われますよ。

人間関係は難しいですね。境遇や生活環境で、好き勝手な行動ができにくい場合がありますね。老夫婦だけの生活でも、勝手に飛びまわってばかりおりますと〝よく行く所がありますね〟といやみを言われたり、夜間出る場合は食事を一時間早く食べなければならず、そんな時はさんざん文句を言われて気持ちよく出かけられませんから、おばあちゃんにそれとなく務めておかないとなりませんね。

それから、多勢のお仲間がほしいですね。高中年の方ばかりでなく若い人たちのグループに入ったり女性のグループに入りますとまた違った面で面白いですよ。

御婦人方は活発に発言されて〝うちの亭主野呂が甲斐性もないくせに酒ばかりのみ、何日も午前様なのよ。だから家計のやりくりから子供の教育やらいっさい見ていかなければならず大変なのよ〟などと若い人たちや奥様方の不平不満も聞いて広く知っておきながら皆さんとおしゃべりしますと、自然、話題も豊富になって楽しいんでないでしょうか。

それに人は利口になると人が近づきにくくなるからなるべく馬鹿になっているほうがつきあいやすいと思います。

私ごとで恐縮ですが、六年前、美術教室で版画を習い、グループを作り、二十五人の会員で、若い人をライバルに目標を県展、市展グループ展に挑戦しながら下手な作品を作っていますが、手作りで形として残されるものはまた別な面で楽しさが倍加されるような気がします。

こんどはぼくがおんがえし
酒井 敦（新通 小四年）

〝植木の手入れは毎日かかせません〟と今日も植木に目をやるおじいちゃんと敦くん

うちのおじいちゃんは、明治三十三年生れで、今、七十七歳です。

植木の手入れが毎日の日課で、水をくれたり、ひりょうをやったりしています。

また、しょうぎの相手もしてくれます。

でも、心ぞうがよわいのであまりむりはできません。だから冬がいやだそうです。

むかしは国鉄の機関士をしていました。

おめしれっ車に天皇へいかをのせて走ったのがじまんです。

テレビのすもうが大好きで、いつもみております。

ぼくは、このおじいちゃんに、おせわになったので、こんどは、ぼくがするばんだと思って、おんがえしをしていきたいと思います。

自らの問題として考えねば…
大平 芳昭（団体職員 二八歳）

最初から私ごとで申し訳けないが、私はいま二十八歳。最近やっと嫁さんもらって世帯を構えたばかりである。独身貴族（？）などと呼ばれていた時とは違って、いろいろ頭を悩ましながら生活している毎日である。

そんな毎日の中で、ふと考えることがある。それは自分が四十代、五十代、そして老人と呼ばれる年になった時にはどんな生活をしているのだろうかということだ。

最近マスコミなどを通じて、ひとりぐらし老人の孤独死や、寝たきり老人の実態が報じられ、多くの社会問題を投げかけているが近い将来、世界でも有数の老人国になろうとしているわが国において、現在あるいは将来派生してくるであろうさまざまな老人問題を誰が、どのように、考え解決していかなければならないのか。行政なのか。現在の老人なのか。あるいは老人をかかえた家族だけなのか。

私たちは自分の身近なところに問題が起きないと、つい、他人事のように思ってしまう傾向が強いのであるが、これらの問題をただ単に現在の老人だけの問題としてかたずけることはできない。バスや電車の中にあえて老人指定座席をつくらなければ、老人が座れないという現実は、現代社会の特徴ともいわれる〝おもいやり〟〝ゆずりあい〟の喪失をつぶさにあらわしているのではないだろうか。

この社会は〝老い〟も〝若き〟も同じ社会の一員であるという共通理解の上に立って、私たちひとりひとりが老人問題を自らの問題として真剣に受けとめていかなければならない時を迎えていると思うのであるが……。