

比翼ひよくの束たばね 第六十九回

高齢期に備えて

木々の葉を渡ってくる風が、まるで緑の色や香りを含んでいるように感じられる。

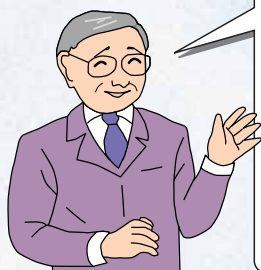
しかし、間もなく梅雨に入る。

新しい年度がスタートして、すでに2カ月が経過した。入学、就職、転職、転勤、退職など、新しい生活に入った人たちは、環境に溶け込んで元気に過ごしているだろうか。

先日、「高齢期に備えて」というテーマで話し合う機会があり、定年退職された方の話を聞いた。

「人生の節目を乗り越えて、定年退職を迎えることができたのは、家族の支えがあったこと。職場の先輩・仲間の励ましがあったこと。そして何より健康であったからこそである」と述べ

私(市長)の思いや願いなどを市民の皆さんにお伝えします。



されていた。

この間、喜びに浸ったこと。悲しみに打ちひしがれたこと。自信を失ってどうしようもなかったことなど、それぞれ人には語ることでできない苦悩や悲哀など実に色々あったはずである。振り返ってみると、長いながい日々であったにもかかわらず、ついこの間のように思えてくるという。

話の中で、仕事をバリバリやって、時には恐ろしくなるほど仕事のやり手であった人が、退職する前には「退職したら色々やるのがたくさんある」と言っていたけれども、実際毎日が日曜日になってしまつと、何をしていたのかわからないという話。

現役時代は仕事に追われ、やりたいこともできなかった。毎日の生活が分刻みの生活で、朝6時に起き、朝食を急いで食べ、職場にすべり込む。仕事に疲れて帰宅し、疲れ果ててなにをする気にもなれず、一杯やって寝てしまふこんな毎日を繰り返してきた。退職したらあれもやってみたい、これもやってみたいと色々考えていたが、3カ月も過ぎて、いざ毎日が日曜日になると、暇でひまでどうしようもなくなるといふ話。

自分の身のまわりに大きな変化が生じ、寂しさというか、「定年ショック」

と言われるものに襲われる時があるという。

身分証明書がなくなり、肩書が全くなくなってくる。名刺もない、定期券もなくなる。

退職前までの人間関係は仕事の上での交際がほとんどで、「今晚一杯どうだい」と誘ったりさそわれたりする場合でも、仕事のこととともに苦しんでいるからこそ、飲んでうつつぶん晴らしもする。送別会も盛大にやってくれた。いつでも遊びに来いとも言ってくれた。しかし、実際に離れてしまつと、訪ねてくれる人もいないし、遊びに行っても忙しそうにしている。身の置き所がなく一層寂しい思いをするのだという。

また、退職当時は、「お父さん長い間ご苦労さまでした。ゆっくりやりたいことをやってください」と大事にしてくれたが、月日が経つうちに、夫に対する妻の不満が高まつて、いつも家に居て何一つせずブラブラしている、毎日どこかに行つて欲しいと思うようになるのだそうである。

定年後は夫と妻の地位は完全に逆転してしまつて、奥さんが頼られる立場になつてくる。だから「粗大ゴミ」になつたり「濡れ落葉」になつてしまつて、男はせつない思いをするのである。仕事だけに生きてきた人にとつて、

自由の身になるといふことは大変やつかいなことで、この膨大な自由の時間をどう生かすかが課題となる。退職で終わりではない。また新しい自分の歴史が始まるのであるから……。

すでに退職されている方には、これまで走り放しでできたのだから、これからはゆっくり歩いてみることも必要だろうし、ある時には立ち止まつて、また時には腰をおろして周囲を見渡してみると、これまでとは違って足元の花の美しさが見えてくるだろうし、周りの風景が違って見えてくれるはずである。

また、現役で頑張っている方には、長い人生を射程距離において、今の生活を見直しながら、自分の生活を切り開いていくことを考えていく必要がある。定年になってからでは、間に合わない。今から高齢期に備えた準備が必要であろう。

そして、健康であること。楽しみがあること。仲間がいることが高齢期を充実したものにするために必要不可欠の要素であることを忘れてはならない。地域にソフトランディングできるよう、今から意図的に地域に関わりをもつことである。