

のぞましい家庭教育のしおり

～敬老の日から考える～

「とにかくバッテリーボックスに立ってバットを振ってみようと思ったんです。そしたら、当たっちゃったんですよ」少し前に流れていたCMの中のセリフです。81歳でスマホアプリ「hinadan」を開発し「世界最高齢のアプリ開発者」として知られる若宮正子さんの言葉です。

この方以外にも人生を豊かに生きていらっしゃる方がいらっしゃいます。長岡三重子さんは、100歳にして、1500mを完泳されたスイマーであり、100歳になって以降18種目で世界記録を樹立したそうです。

このように世の中には、高齢になってもアグレッシブに人生を過ごしている方がいらっしゃいますが、私の身近にも次のような方がいらっしゃいました。

その方は、現在85歳です。かつては新聞記者をされていた方です。若い頃は、犯罪や事件の取材に明け暮れ、一日に2箱のたばこを吸い、毎晩の飲酒を楽しんでいたそうです。ところが、60歳手前の時、低山ハイキング中に体の異変に気付き、なんとか自力で下山したのち、病院へ行ったところ、心筋梗塞で緊急入院。緊急手術で、どうにか一命をとりとめたそうです。その後、たばこを一切吸わないようにし、健康にも気をつけて生活をしています。

その方の人生の過ごし方を見聞きして、自分もこのような生き方をしたいと思うことがいくつかあります。一つ目は、向上心を持ち続けるということです。この方は若い頃から囲碁が得意で、今でも地域の囲碁大会に出場したり、家でPCを使って囲碁の鍛錬をしたりしているとのこと。



二つ目は、尽きない好奇心です。新聞を読んで分からないことがあると、「どういうことなのか？」と居ても立ってもいられなくなり、PCを使いこなして、気の済むまで調べるようです。若い頃は、食事中でも気になるとすぐに百科事典を引っ張りだしたそうです。三つ目は、コミュニケーションを楽しみ、友達を大切にすることです。近頃は、肝臓ガンを患い、心臓の調子もよくありませんが、毎月第4日曜日の山仲間との定例山行には留守番隊として参加し、山行に行った仲間たちと下山後に合流し、会話を楽しんでいるということでした。

豊かな人生を送られている諸先輩方の共通点は、上記の三つのことが大きく関わっている気がします。体の健康と心の健康が、相乗効果で高まっていくような生き方をこれから追求していきたいと思います。

一人で悩まないで、まず相談を

・刈谷市 子ども相談センター ～子どもに関する相談の総合的な窓口～

月～土曜 9時～17時（国民の祝日・年末年始を除く）

電話相談・来室相談

☎0566-62-6313

・刈谷市 青少年電話相談 月～金曜 9時～17時

☎0566-23-8888

・愛知県 教育相談こころの電話 10時～22時

☎052-261-9671