

佳作

石井 敬子

表題「老いの福袋を読んで」

書籍名『老いの福袋』

最近、連日のように新聞広告に評論家でもあり、作家の樋口恵子さん著の「老いの福袋」という書籍の案内が来ていた。彼女は東大出身で八十八才、評論活動をする傍ら、老いを取りあげた本を出版したり、過去には東京都知事選に出馬したりして、八面六臂に活躍中である。自分も人生の終盤にあり、日本を代表する女流作家が、どんな老い方をしているのか興味があつたので手に取つたところである。日本は女性八十七才、男性八十一才と世界トップクラスの長寿大国である。医療が充実していることや長らく戦争がなかったことなどが長寿の理由にあるという。しかし、長寿社会なりの苦悩もある。その中で、どのように生きていけば良いのかと問うている。人生百年時代と言われる長寿社会は、平和が続いた

からこそで、衣食住、公衆衛生、教育、社会保障など、個人と社会の豊かさがなければ実現不可能であった。私達はその時代に生を受け、さまざまな壁にぶつかりながらも、安全に暮らせる社会に生きている。著書の中で特に感銘を受けたのは、第三章の「金持ち」より「人持ち」でハッピーにという伴である。老後で重要なことは、一に健康、二に経済、三に友達と言われる。健康も経済も勿論大切である。それにも増して友達である。日常的に人とコミュニケーションをとることで、結果的に健康寿命が延びるといふ。人と人の触れ合いが、高齢者の健康にとって大事であり、医学的に言っても常識になっている。樋口氏は「人間関係は人生の保険」と言い切っている。政府でも孤独省なるものを立ち上げようとしている。コロナ禍にあつて人との交流もままならないが、三密を避けて会食をしたり電話で連絡をとり合つたりして、極力交流をしたいと思つている。

樋口氏の年齢にちなんだ八十八の提言、納得しながら熟読玩味をした。残された余生、大いに参考にして生きていきたい。