

Precious Words  
from  
Kageki Shimoda

はな世代に贈る

# 言葉の花束

## 志茂田 景樹

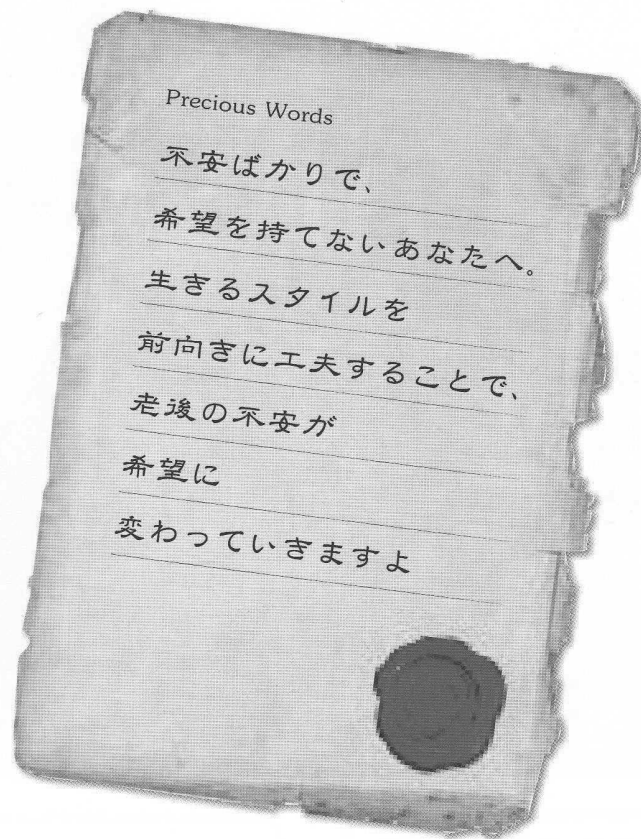
「人生、今が出发点」——  
何かを始めるのに、  
遅すぎるということはないのです。  
何歳になっても、  
あなたはあなたらしく輝いて生きられます。  
時に悩み、不安を抱えるあなたへ届けたい、  
僕からのメッセージ。

写真 宗野 歩



志茂田景樹

1940年生まれ。40歳のとき「黄色い牙」で直木賞を受賞し、ミステリー、歴史、エッセイなど多彩な作品を発表。1996年、自作の絵本や童話を発行する出版社、KIBA BOOKを立ち上げる一方で、1998年より子どもたちへの絵本の読み聞かせ活動を全国で行う。2010年から開始したツイッターでは、心に響く名言や人生相談への的確なアドバイスが共感を呼び、多くの愛読者がいる。



僕もあなたと同じ、シニアの年代です。あなたは、いつも頭の中で心配して「老後〓暗い」と思っています。暗いのか？ 老後も考えよう、気の持ちようです。もっと希望を持つてもいいんじゃないですか？ 僕は生きるスタイルを前向きに工夫することで、老後の不安が希望に変わると思っています。今から「老後〓希望、輝き」と思えるように工夫して、自分の人生を設計してみませんか？

確かに、寝たきりでなくても身体はどこかを壊している場合は、不安が上塗りになって気分が重くなりますよね。だけど「一つや二つ病気があっても当たり前」ぐらいに考えて、楽しいことや、輝くことを見つけてください。何に希望を感じるかは人それぞれ違うので、探してみてほしいのです。たとえば90歳近くから始めた油絵が上達して、毎年

個展を開いている人がいます。僕の場合は読み聞かせ活動をするので、子どもたちから学び、ワクワクさせてもらっている。どんなことでもいい、自分の中で夢や希望が膨らむようなことを見つけて努力することです。お墓の心配、病気の心配、子どもたちの心配……：：：ばかりでは、肉体的にも精神的にも落ち込んでしまいます。

あなたにとって生きがいに近いものは、きつと見つけられますよ。ただの娯楽ではなく、やることによって「生きていくことが素晴らしい」と感じられることを始めましょう。老人介護施設などでカラオケタイムが終わり、戻ってくる人たちを見て表情が暗いんですね。娯楽は楽しめばいいのですが、働き盛りのサラリーマンが飲んで発散しているのと同じで、逃避にしかありません。不安な気持ちまで解消することは出来ないのです。「何をしていいのかわからない」という人へ、ヒントにしてほしいのが今まで家庭生活やサラリーマン生活で培った技術。自宅の一部や地域の施設で、教室を開くのも非常に意味があることだと思います。良い技術を秘蔵しているだけではもったいないし、伝えられた人がさらに良いものを作り出すかもしれません。工夫と努力によって培ったものを地域や社会へ生かすことが、老後の希望や輝きへの第一歩になるのです。

そんな輝いた生き方が出来るのは3年、もしくは20年かもしれない。人によって寿命が違いますから。時間の長さは関係ないんです。たとえば3日でもハッラツとして、生きる張りがあるようなことが出来たなら、とても良い老後の人生だといえるんじゃないでしょうか。