

80代も有意義に

機械工学科33年卒 和田 宏

常盤台を巣立って60年、83歳になった。同期の友人が毎年のように亡くなる。公民館でよく見かけた同年代の知人が顔を見せなくなる。しかし父親が他界した89歳にはまだ及ばない。もう少し長生きしたいと思う。そこで、私の過去と現在の過ごし方について書き連ね、生涯有意義に生きるためにはどうしたらよいかということを考えてみた。また、老後をどう過ごすか考えておられる同窓諸氏へのヒントになれば幸甚である。

歳を重ねるにしたがって生きている意義を問うと日毎に難しくなる。だから若い時に色々な遊びを覚えておくことが肝心だと思う。コントラクトブリッジ（カードゲーム）は40代で覚えた。テーマは勝負と仲間との交流だが、ビデオの進歩は目覚ましく、次々と登場するコンベンションに年寄りは翻弄され続けている。忘れやすさに逆らって繰り返し本を読むしかない。週3回参加する会は片道16km、自分で興こした会は週1回だが片道7kmある。体を動かすパスタタイムとしてのスポーツダンス（昔は社交ダンスと呼ばれた）レッスンは週1回片道9km、昼間のパーティーが毎週片道9km、夜のダンスホールは隔週片道12kmとそれぞれ会場が少し遠いので車は手放せない。カラオケタイムのレパトリーは、DianaとかLove letters in the sandで世代を反映している。Liaisonは田崎清忠のNHKテレビ英会話で覚えたことが役立った。

ボランティアといえば被災地の復興補助が思い浮かぶと思うが高齢者には難しい。デイケアの慰問や作業補助は行政も必要性を認め、実施者にボランティア保険を提供してく

れる。私が立ち上げた慰問グループは、歌手、ダンサー、マジシャン合わせて10人で構成し、約1時間のプログラムを作ってデイケアに出かけている。私が披露するのは名前のとおり流行歌（マヒナスターズのヒット曲）。このグループで年10回、他のグループでも年10回程度活動している。

外国人に言葉を教えることも大切なボランティア活動である。外国人とみれば誰にでも「Can you speak English?」と話しかける人がいる（せめてDoで始めれば?）。何か聞きたいことがあったら「こんにちは」と話しかけ、相手が口ごもって困っている様子を見せたら、「Hello」と切り替える。英語が話せる相手だとわかると顔色が明るく一変する。そのあと、貴方は包容力のある日本の紳士を演じながら日本語を指南すればよい。

また、自然と接することは心を和ませてくれる。ヒキガエルは里山の食物連鎖の中で欠かせないバッタやトカゲを食べる一方、フクロウやサギのエサである。以前はよく見かけたが姿を消しつつある。池が減少したせいである。農業用水の発達でため池が減り、お寺や公園の池が過度の安全性を問われて仕方なく埋められてしまう。ヒキガエルは3月頃に突然池に集合して産卵し、オタマジャクシになり足が生えると4月にはなんと体長7mmなのに（縞の合羽をまとして）一斉に旅に出る。池にカエルのは翌年の3月だ。今、我が家のFRP製の小さな池はコミュニティー唯一つの繁殖池となっている。幸いにも我が家に隣接している鎮守の森が彼らの生活圏となっている。

何か行おうとすれば健康が必須条件である。現在の自分を評価すると能力いっぱい使いきっている感じで余裕はない。ふり返ると、若いころは消化器に問題があった。胃は膀胱のところまで下がっていると指摘された。設計業務のストレスに負けたのか胃潰瘍、顔面麻痺、三叉神経痛と次々に体調不良に襲われた。激痛に苛まれ眠れぬ夜もあった。そんな自分を救ったのは薬や手術ではなく、40代半ばから始めたジョギングだった。数年にして胃下垂、神経痛から解放されたが、「ジョギング止まらない症」になり、海外出張にもシューズを持参して、零下（摂氏です、アメリカの案内標識は華氏ですからbelowではない。）のデトロイト、坂のヨハネスバーグ、熱砂のインドでも毎朝10km走った。また、40代後半に煙草と縁を切った。おかげで小遣いも楽になり、数年後にナナハン（スズキ刀Ⅲ）を入手してワインディングロードのツーリングに熱中した。1200-250ccを5台乗り換えて喜寿の誕生日まで楽しむことができた。しかし人生はそんなに甘くない。次は脊柱管狭窄症に襲われた。検査結果は重症で病院から手術の合意書を渡されたが合意しなかった。不自由だ

が痛くなかったからだ。現在の楽しみはハイキングでノルディックポールを使ってゆっくり行動し、若い人とは別のプログラムを楽しんでいる。なにをするにも健康が第一であると思つづく思う。

仕事には大変恵まれ、最初にバイク設計を担当できた。当時バイクは欧米のブランド品より高性能と評価され、カラーテレビに次いで外貨獲得に貢献した。考えたことは自ら操縦して諸性能を評価し、次の設計に役立てる判断力を身につけることだった。鈴鹿サーキットの耐久レースにプライベートで参加してpodiumに立ったこともある。次に担当した舷外機設計も同じで、モーターボートの高速クルージング、水上スキーを経験していなければ市場のニーズを理解できないことだった（エンジン音と離れ、波の音が聞こえるウィンドサーフィンは60歳まで楽しんだ。）。

最後に、老後は社会のためにボランティア活動を、と考えておられる方にいろいろなことを経験してきたと思うことをアドバイスしたい。ボランティア活動は、年をとって時間ができてから…と考える人も多いと思うがそれは無理だと思う。若い時から色々なことを身につけておくということが最も重要なことだ。また活動をする中で体力が障害になるものはためらわず止めていく。失った能力を悲しまず、残された能力を生かして活動をしていく。老後のボランティアは然るべきである。



2015年東京モーターショーにて