

輝き熟年座談会

いま迎えた私たちの輝き生活

まもなく団塊の世代が、地域に還ってきます。新しい出発をどのようにスタートさせたらよいのでしょうか。

家庭で、地域としての対応の仕方を考えるために、すでにリタイア生活を送っている方々にお集りいただき、先輩からの輝き生活のノウハウを提案を含めて、語っていただきました。

毎日の
輝きリタイア
生活

★TYさん

妻は、仕事とネコやメダカや植木のお世話などで忙しく、家に居ても別居同然の生活ですが、ご飯は一緒に食べています。家事も多少は手伝っています。

私は、好きな音楽やシルバーの仕事、公民館の活動などに時間を使ってしまい、もうちょっとのんびりしたいなと思うのですが、時間ができると本屋に行ったり、交通博物館に行ったりしてしまいます。我ながら困ったもんだと思っています。

このままだと、体がもたないのではないが、やっていることを整理していかないと、居なくなつてから周囲に迷惑をかけることになる。10年先にはこうしたいとイメージして、計画を立てておけばいいんですが、毎日やることが多くてそうはなっていない状況です。

★TNさん

電話の上にカレンダーがあり、予定を書き込んでいますが、白い日は月に何日もありません。定年後で、こんなに忙しくていいのかわって、二人で話しています。

定年後に生活は変わりましたね。私は、掃除機が嫌いなので、夫はよく掃除をしてくれます。毎回ではありませんが、食事の片づけもしてくれます。

★SKさん

夫は勤めている間は家事をしませんでしたが、いまは掃除とか、だんだんいろいろやってもらえるようになりました。夕飯に美味しいけんちん汁を作ってくれたりしています。家にいるようになってから、私も少しラクになりました。

私は、フルタイムで勤めていますが、地域の皆さんがどんなサークルをやっておられるのか気になり、早くお仲間に入

りたいと思っています。英語を習いたい、書いたものをまとめたい、などこれからいろいろやりたいですね。

★STさん

在職中は四六時中、家に居ることはありませんでした。退職前は、妻と一緒にだとうなるのか少し不安でしたね。

いまは、月のうち、10日間は近くの会館の管理業務を手伝ったり、5日間は長女夫婦のシンガポールの会社に行ったり、他に会社の経営相談をしています。

★HKさん

定年後は、のんびりした生活で、庭をいじったり、散歩したり、ドライブをしたりしています。最近、体力が落ちたのが気になります。

ときどき、英語の勉強をしています。実際に今、英語社会で使われている言葉、親しく心の通じ合える言葉、味わいのある音楽英語等々です。

掃除や洗濯は極力やっていますが、食事づくりはやりません。なぜなら経済的・栄養学的無知の為。最近、イヌを飼いました。彼を仲介にした夫婦の対話がはずむようになりました。

定年を迎える
人たちへ

★TYさん

自分は無趣味だと思っけていても、好きなことは、何かあるはず。公民館では、いろいろな地域で、さまざまな活動をしています。定年になって、何かやることはないかなと思ったら、まず、公民館に行ってみることをお奨めします。一つだけではなく、いろいろやってみて、その中から、これはというものを見つければいい。そこにはいろいろな人がいます。新しい出会いと発見があります。

ご出席者

●TYさん・TNさんご夫妻

TYさんは、定年前から市の公民館の音楽活動のリーダーとして、サークル運営や音楽祭を企画運営。鉄道が趣味で全国中を撮影や乗車のために駆け巡っておられます。バドミントン大会で数々の好成績を残されたNさんは、ビジネス書道で筆耕を頼まれたり、指導をしたり、また、「遊書」でも新境地を開拓。地域活動にも熱心で、ボランティアとしても福祉に協力しておられます。

●STさん・SKさんご夫妻

SKさんは、PTAや町会での活動のあと、子育てを終えて、立川の企業にフルタイムで勤務中の忙しい毎日。リタイア後の地域での活動も何にするかと、意欲的に探しておられます。ソフトボールの公式審判員のSTさんは後進を育成中。定年後、公民館分館の管理運営に携わる傍ら、シンガポールにある長女の会社顧問として、毎月、現地に通っておられます。家庭では主夫としても活躍中です。

●HKさん

中近東から東南アジア、タイ、シンガポール、ジャカルタと、何十年間も海外で勤務。定年後は、実際に使える英語を勉強したり、現役で看護師のパートナーと愛犬との生活で、主夫としても家事を担っておられます。エンジニアとしての技術を活かし、自宅のリフォームを意欲的に実践中です。

民間のカルチャーセンターだと、入会金があり、受講料が必要ですが、公民館の場合、ありがたいことに、費用はさほどかからないのも魅力です。

★STさん

定年で辞めて、一日中妻と一緒にいるようになった人がいました。無趣味で新聞や本も読まないし、散歩もしない。家でテレビを見ているだけ。サラリーマンの世界では、12時になるときちんと「お昼」になります。家でも、この時間になると「おい、飯」となってしまう。妻はノイローゼになって、入院してしまいました。

この人に週に3日でもいいから、どこか勤めに出たらとアドバイスしました。妻と離れる時間を作った方がよいと。よい勤め先が見つかり、なんとか解決しました。

★HKさん

私は技術屋で、永年、水道や空調、電気の仕事をやってきました。いま、こういう仕事ができる人が少なくなっています。こんな仕事の技、コツを学ぶには、先輩から具体的に教わることです。このような技を伝える組織や場が作れたらいいですね。技術を持っている人は、定年後にその技を伝承する機会を作っていくのがよいと思います。

★TNさん

定年前に地域で好きなことをやっている仲間たちへの参加をおすすめします。阪神大震災の時にボランティア募金をしたのがきっかけで、その後地域の中で交流できることを目標に女性の会ができました。私自身は最近引越しましたが、桜まつりのお店でお団子やおやき等を売ったりして、その利益で地域の70歳以上の人たちを招いて食事会やお誕生会への花のプレゼントなどしています。

その他、町内の新年餅つき大会や夏祭りなどに参加してお

手伝いをしています。そういう中で地域の人たちとふれあう場があれば顔見知りを作れるのではないのでしょうか。家のまわりを掃き掃除するのもいいですね。

★STさん

地域のサークルに参加している人はどうしても同じ顔ぶれになりがちですね。地域を出て、市内の他の地域の会館のサークルで探すのもいいのではないのでしょうか。

★HKさん

小学生の登下校時の見守りを、定年後の人たちにしてもらいたいですね。子どもたちとのコミュニケーションが生まれ、地域の親御さんとも親しくなれます。どこの家の子なのか分り、気軽に声をかけられる。挨拶もする。

知り合いになると、公園などで元気よく声をかけてくれるようになります。



※当座談会は2006年6月上旬に福生市福祉センターにて行いました。

この記事は、座談会の抄録です。詳しい内容は福生市のホームページ、協働推進課のページをご覧ください。

<http://www.city.fussa.tokyo.jp/kyodo/index.html>

