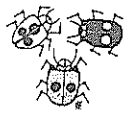


# 老人の生きがいを語る

## 素晴らしい老人と 子供の集まりを



■ところでこんな問題はどうでしょうね。最近では保育のことがやかましくいわれるようになりまして、地区の老人クラブの人たちが集まって交代で子供さんのめんどうをみるといったことは。

▼私も同感です。前々からそういうことをしたいと考えていました。

▼老人の生きがいに必要なし、何かの手伝いをしたいですね。

▼私たちは一日にだいたい七千から八千歩くらい歩くんですが、あの小さい子供は一日に二万歩歩くんです。もし子供が逃げ出すと、お年寄りがかまえるのになかなか大変だろうという心配もあります。いろいろの問題をまよほど慎重に考えなくてはなりませんね。

▼大変いいことですが、今のお母さんやおばあちゃんにまかせてくださるかということ——普通の託児所のような所へあずけてくださるかということが問題ですね。

▼それは確かにありますね。

▼あずかる人も衛生面とかも考えなくてはならないし、ほんの二、

九月十五日は敬老の日——最近、福祉、福祉とよく

くいわれるようになりましたが、まだまだ満足なもの

はいえないのではないだろうか。いつも老人を取りまく

三つの問題。経済・健康・孤独。これらのなかで老人は

何を生きがいにしているのだろうか。

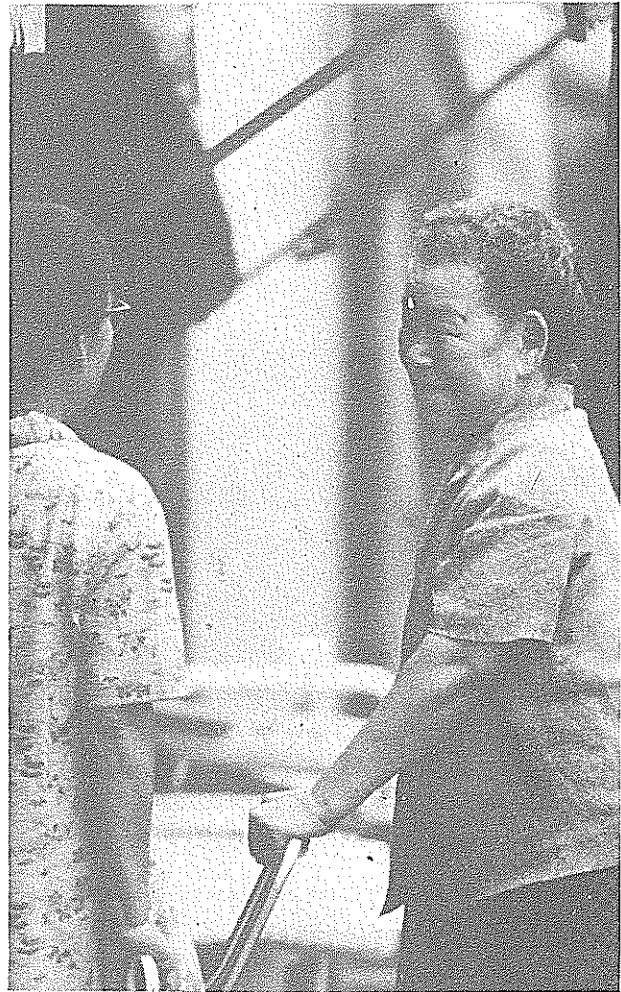
今日は、老人の生きがいについてお年寄りのみ

さん方に話し合ってくださいました。

## 集団での生活が大切



■今日はお忙しいところありがとうございます。健康で楽しい毎日を送りたいですね。これはお年寄りみんなの願いです。そこで老人の生きがいについていろいろお話をうかがいたいと思います。みなさん、老人クラブではどんな活動をされて



いますか。

▼私のクラブは山間で活動もなかなか思うようにできませんが、年に二回の会合をみんながとて喜んでくれます。旅行に行ったり、宴会をしたり。会員も年々増えて

▼毎月老人大学をやっています。講師をお迎えして、会員みんなで意見発表や演芸なんかをやっています。なんと言っても年寄りは健康が第一です。肉体の健康と精神の健康を目的にしています。

▼あれもこれもしたいと考えておられますがなかなか実行がともなわなくて。現在は道路の清掃、高齢者教室のまねをして毎月一回の会を頑張っています。

▼お年寄りになるとどうしても孤独になります。そのためには集団で生活をするということが大切になります。みんなで力を合わせて社会奉仕をしよう、世の中を楽しく明るくすこして、こうしたことだから老人クラブができたんじゃないかと思えます。

▼老人クラブの運営はなかなかむづかしくて。何か会則のようなものがあればやりやすいのですが。自由で、対象が老人ということであまりきつくなってもいいじゃない、そうかといったらあまりだしなくていいじゃない、非常にむづかしいところですね。それから老人

▼ぼつぼつあるようです。例えば浜改田クラブでは海岸へ「浜ゆう」を、三島クラブでは「玉龍」を植えて商売をして、その収益をクラブの運営に役立てていますね。

▼玉龍はリュウノヒゲの一種でユリ科の多年生草本。庭園用にも使われる。

▼家庭にあるかくれた品物、瀬戸物なんかを出し合って、売り上げの一部をクラブの運営に役立てるといったこともいいんじゃないでしょうか。

▼今度やってみようということになっています。

▼よう使わんといつて取り上げてはそれこそみじめですね。そのあたりを大事にしてあげなくては。

▼ちよつと気のきいたお嫁さんなら旅行に行くときなんか小遣いといつてくれますよ。

▼私は現在十一歳。これから娘さかりでますます頑張っていくことと考えています。という若々しい言葉には、会場いっぱい笑いがありました。

楽しい座談会となりました。

## ありがたい年金

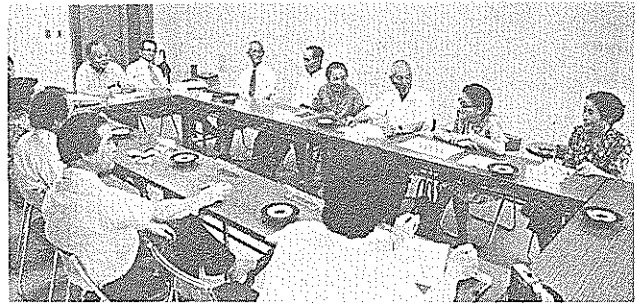


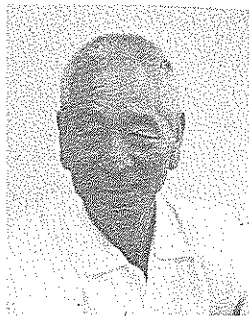
■老人クラブに参加されている方のなかには、特に農家などでは家の手伝いなどで十分活動できないお年寄りもいるんじゃないですか。

▼農業地帯です。老人とはいえ遊んでいる人はいません。現在ある調査を行っていますが、この調査によると二十人の老人がいたから十九人まではそれぞれ家の仕事なんかをしています。そのうえで老人クラブの活動をしているという事です。

■家の「きんちゃく」を握っている

「私は現在十一歳。これから娘さかりでますます頑張っていくことと考えています。という若々しい言葉には、会場いっぱい笑いがありました。楽しい座談会となりました。」

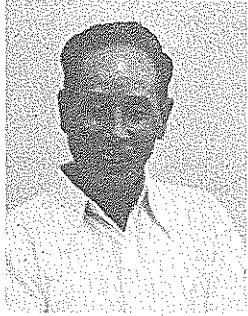




松本伝三さん (大 埔)



西原初子さん (岡田町八幡)



岩原成基さん (白木谷)

▼やっぱり今後のクラブの活動にもお金があつたらいいし、給料制度のようになれば理想的ですね。(笑)

▼でも親子の関係というのは案外暖かいものです。必要に応じてきちんととれます。

▼私は子供にもらわんでも自分で十分やっていきます。「こつちからやるばあです」。(笑)



### 高齢者教室は 老人の天国

▼現在、南園市には中央高齢者教室、前浜高齢者教室、三和高齢者教室の三つの教室があります。南園市から、北は白木谷からも年寄りが来ています。運営費は年間約二十一万円、個人負担はほとんどありません。ただ遠くに行くときなんかのバス代などは負担してもらっています。学級生は三百八十人くらい、出席率も八〇〇をこえていると思います。

▼高齢者教室は実に楽しい。老人のただ一つの天下です。孤独もない老化もない、楽しいことばかりです。もう年寄って高齢者教室に出席するのが何よりの楽しみで

す。毎月毎月、りっぱな講師の先生をよんでいただいて立派な話を聞かせていただいたり、歌ったり踊ったり、研修旅行もあり、高齢者教室ができたという事は無上の幸福だと思います。

▼げによごいますねえ。老人クラブの目的はほとんどこれでできてきます。ただ地域との交流ができませんというだけで……。

▼肉体的にも精神的にもうんと元気になってほんとうにいい教室です。

▼月一回では少ないと思います。週一回ぐらい聞いてほしいですね。経費や講師の問題なんかがあるとと思うんですが、講師の方も市内にたくさんいるんじゃないでしょうか。

▼そうですね。何かよそから来た講師でないと思つていたら大間違いです。(笑)

▼教室には男性が少なく女性の参加が多いということは残念ですね。男性には他にいろいろと生きがいがあるということです。魚釣、パチンコ、競輪、競馬、お酒、囲碁、将棋といろいろありますが、(笑)女性は昔から除の力で恵まれてないので、教室に出はじめると目がいつべんにきらきらと輝いていく。一度出席すると健康の許さかざり休むことは絶対ありません。

▼最初の年は百二十人、次の年は

め一晩で頭が白くなったということもあるんです。長生きしてもある程度意識もはっきりして体も丈夫でいたいですからねえ。そのためにも、本を読むなり、歩くなり、体をよく使うことです。気持ちをしっかり持つことです。

▼それから、「年がいったら老人ホームへ行く」こんな言葉はお年寄りに絶対言つてほしくないですね。年がいつても子供に世話してもらつて、そんな家は栄えますねえ。そんなことを言うのは悲劇です。孫のめんどうをみて、共に心配する



### 趣味を持ち 楽しい毎日を

二百七十人、今年には三百八十人と毎年増えています。

▼今でも補助席を使っている状態ですが、これから益々増えていけばどうするつもりですか。

▼そんなにはたかさんの人に参加してもらえないようになったら嬉しいですね。今後は北園にも作つてはと考えています。

▼まだまだ特定の高齢者の方が参加されているようで、救われないお年寄りも多いと思います。各地区の小規模の老人クラブでも、ぜひ高齢者教室のようなものをどしどしやってほしいですね。

▼みなさん、ずいぶん若がえったでしょう。(笑)

▼私は六十一歳を第二の人生の出発点と考えており、現在十一歳です。これから娘ざかりです。ますます頑張つていこうと思つています。(笑)

■みなさん長生きをされていますが、こんな健康法をやっているということがありましたらお聞かせください。

▼年がいったら歩くことが少なくなりまして、歩くことを考えています。一人で歩くのもおかしいので犬を飼つて、犬に連れていってもらつていきます。一日に一時間ぐらい歩きます。

▼歩くことは大切ですね。私のほうは山ですから歩かんとどうにもなりません。ですからわりかし健康です。田舎ですので野菜を食べるのがいいんじゃないかと思つています。

▼みなさん、お酒はどうですか。

▼好きです。晩酌もちよつとやります。

▼飲みましたら飲みますよ。(笑)

▼私は現代医学をやめて「おきゅう」をしています。これは医師から死刑の判決を受けている人でも助けることができます。もちろん健康法です。二十四年前からやっています。それと磁石の腹巻を十三年前から……。医師から歩行を禁止されていますがこれのおかげで毎日頑張つています。

▼楽しく日々を送ることが理想ですね。好きなことをするのがいいと思います。植木は年中友達になります。それに競馬も……。今度こそ、今度こそと楽しんでいきます。それが希望となります。

▼趣味は大正琴、読書、それにささやかなおしゃべり……。寝むるのも惜しみ熱中して、夜がふけるの

も忘れることがあります。

▼あまり高い山へは登れませんが山登りを。

▼敬老会は一般にやつてあげるといふ傾向がありますが、前浜の老人クラブは自分たちでやるのが楽しみで何んでも自分たちでやります。私たちは何も手伝いすることなく。

▼よその敬老会から招かれて踊りにも行つていそうです。

▼レコードを買つてきてみんなで盛んに練習しています。一番の楽しみです。

▼いい趣味ですね。

▼年寄りは何が趣味をもつておらんといけませんので盛んにやっています。老人大学のときなんかみんなで演芸をやりますよ。

▼多くの人が、年が寄つたら腰が曲がる、しわが寄る、目が見えなくなると思つていようですが、決してそんなことはありません。百歳ぐらいでそんなことになることはないですよ。訓練と気の持ちようで長生きできます。ある人が白くなつた頭を信じて黒くしたそうです。また、ある人は苦勞のた

くものか……という元気が、あるいは老人会に対する一種のツムジ曲りかの抵抗かであるうが、いずれにしても私は頂かかねる。

さて、作者のこの盛んな元気は一応は諒とするけれども、間違つてはいけないと思つたことは、こ

である。

人間、いくら年を取つても欲望は捨てるものではなく、それは良きにつけ悪きにつけそうである。雀百までの誇り、知識欲も死ぬまで持ちつづけたものだ。知識欲、すなわち頭を働かすことは、

で人生の終着駅にばく進するからほんとに怖い。高齢者教室はこの歯止めである。

幸にも、教室に毎月集る百五六十人余りの人達のなんと知識欲の旺盛なこと、まことにたのもし限りである。老人クラブ員全体から見れば、わずかに十割たらずの数だと思つたがこの人達には仲々老化が来ない、長生き競走の選手だと私は思う。

### 教室随想

中央高齢者教室 松本 伝三

老人クラブ活動の中でも、高齢者教室ほど効率的で、クラブ活動の目的、真隨にガツチリと触れている集いはないと思う。

この教室を通して老人会組織の大半は達せられているのではなからうか。県下各地でも、また全国的にも、今や老人大学花盛りである。ところが世間ではこの種の老人大学や、老人会の会合を敬遠しているむきもあり、老人自身にもかなりあるようだ。

ある時、高瀬柳壇に、「緻持てるかぎり老人会に出す」なる句があつた。この句から受ける感じは、緻を握ればまだく百姓仕事は出る、老人扱いをしてくれるな、老人会なんかに行

の川柳子のような年を取つても、なお元氣な人達を組織員として活動し、いろいろと老人福祉を高めようとする現代の老人会組織を、何か雑踏山行きの待合室みたいに勘違いしてもらつては困る、と私はその時つくづく思つたこと

健康長寿と決して無縁でないことは我々いつも聞かされている。体の全部を働かすことはもちろん必要に違いないが、何と云つても脳ずいを眠らせないよう刺激を与えることが一番大切であらう。刺激なき老後は、車が急坂を下る早さ

第二回南園高齢者教室生文集「冬虫夏草」より抜粋ししました。



堀尾寿龜さん (後免町)



利岡富次さん (片山)



竹島春江さん (前浜)