

# 随筆



## 前期高齢者の生き様 その二

金城 毅

一昨年は丑年生まれの子、年男だとのことで本誌に投稿を依頼され、浅学非才で文才もない身を顧みず、恥を忍んで趣味とワープロ練習で詠んでいた戯れ歌の拙文を掲載させて貰った。

今年はまだ二度とないだろうと思っていたが、金城忠雄理事の推薦（命令？）を断れず恥の上乗りをするはめになった。格調高くアカデミックな本誌には馴染まないだろうとも思ったが、ままよ老医師の日常を晒すのも一興かと再投稿をする。

あな嬉し 還暦超して 古稀も過ぎ ワヤにす  
まいぞ 先ずは喜寿まで  
忍び寄る 加齢の彼に 意気込みの 初心流す  
な 生きて誇り  
生きてきた 昭和平成 波荒く 漂う娑婆も  
大波小波

前記の通り一昨年は昭和12年丑年生まれが73歳の「トッシビィ」という訳であった。同じ年生まれの友人の中には、過去の大戦で早逝した不幸な奴もいたし、近年でも還暦を前に数名が鬼籍に入った。我らとて戦前戦後を通じここまで数え切れない苦楽を体験したが、この歳まで生き長らえることが出来た者は、誰が何と言おうと強運の持ち主であり目出度いことではないだろうか。

幸いにも今我々は還暦も軽く？クリアし、古稀も無事踏破そしてとうとう「丑年」の数え73歳さえ超すことが出来た。もうこんな歳になって仕舞ったのかと嘆かず、平均余命もあと12～5年も残っているではないか。いろんな可能性が残っている。

ポンコツの 老魁生かさん 意気込めて スペ  
ア部品も 下取煮くも

馬鹿言うな ジジババ呼称 何故嫌う どう呼  
ばれよが 生きてる証

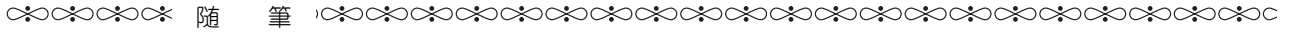
長生きは喜ぶべき慶事には違いないだろうが、近頃では身体のあちこち均等にガタが来だしており後期高齢に向け衰え出した心身をどううまく活用すべきかそこが思案のしどころではある。終戦直後の子供の頃は主食は芋、友達も皆裸足で駆けずり回って遊んでいた。その欠食児童達のほとんどが、今ではメタボに悩む中高年者になり果てている。若い連中も肥満が多く、県民の健康状態も先が思いやられる。短くても太くか、細く長く生きべきか何れを選ぶべきか考え物だ。

芋裸足 戦後の世代わり 凄まじく 吉凶いず  
れか 先行き不安  
神々も 責任はある 創造時 何故に造らぬ  
肥えぬ機能を

昔の人は「70歳は古来希だ」とよく言ったものだ。70歳や80歳或いは90歳がけて希で無くなった現代でも、やはり前頭葉あたりの大脳皮質は草臥れ、知力は歳相応に鈍くなっている。身体の筋力や四肢の節々も耐用年数がきて限界なのか、筋肉疲労と油ぎれなのか解らないが動きが制限され働きが弱っている。特に立ち居振る舞いも脳の機転も小回りがきかず、とっさの応変が鈍く頼りがいなくなった。テレビを見ながら、画面に出てくる有名な女優や男優の名前を老夫婦で思い出し勝負をする。早く思い出した方が「ヤッター」とゲームを楽しんでいる。

共白髪 逆は良けれど 共ボケは 鍋はこがす  
し 曜日忘る  
言動は 礼を重んじ 哀しきか 角はとれたが  
後にも立たぬ

思い起こせば、戦前の貧しかった時代、大戦中戦争の悲惨さも体験、終戦直後は食べ物も乏しく毎日腹を空かして暮らした。学校もほとんど焼き払われ、ガジュマルの下での青空教室、教科書もなく写本するのが日課だった。この歳までただ何となく馬齢を重ねてきたようでもあ



り、今更偉くなる筈もないし、ならなくてもよい。財産だって、冥土への旅費の蓄えさえ有れば良しとしましょう。

孫を説く 昔は「ああだ」は 無視される  
 賞味期限は とくに切れて  
 斯なれば ピンピンコロリ 悔は無し けれど  
 生きたや せめて喜寿まで

同年齢の友の中には気の持ちようで病気を予防し、長生きが出来るのだと信じて疑わない奴もいる。精神力とか気持ちの持ちようだけで寿命が左右されるわけではない。

老年期に入ると近時記憶は衰え、10年前の出来事も1年前も下手すれば1ヶ月前の記憶も感覚的にはあまり時間差がないような気がする事もあり、そのような色々な要因が重なって時間の速さに錯覚が生じるのだろう。それにしても、本当に「何時のまに」とか「あっという間に」高齢者の仲間入りをしたのか信じられないような気持ちである。

早起きは 三文の得か 明けぬのに 歳に起こされ 損した気分  
 足腰も 使い過ぎれば ガタがきて 樂を決めこみや 退化するのみ

次の「生年」の丑年は11年後の85歳、とても現世に生き残れる自信はない。生きていたとしても寝たつきりか認知症では浮かばれまい、せいぜい生きている限りはボケず健脚だけは保ちたいものだ。時々実際の歳より若く「65歳ですか？」と訪ねられたら、何故か73歳とは言わず「いやあ74だよワッハッハッ」と数え歳で答え、誇らしい気分になって胸を張る。

せめて「下の世話」だけでも自分で処理が可能で、身近の人々の顔と名前は認知出来、新聞やテレビのニュース、興味の有るスポーツ情報そして好きなテレビドラマなどには関心を失いたくない。後5年もすると世の中どう変わるか？10年も経てば世界は大変貌を遂げているだろう。だいいち、自分がこの世に生存していても、頭は心身は友達はどうなってる。

「若いねえ」と 言われ喜ぶ 歳になり 若気の至り 今は懐かし  
 願望は 白寿だとして 兎も角に 脚は丈夫で 惚けたくも無し

定年後はあらゆる束縛を断ち切って、自分だけの我が儘な生活を謳歌しようと勝手にバラ色の余生を夢みていた。年金も有ることだし、老後は定職は持たず嫌なことは避け、気の置けない友人とゴルフや県外旅行等やりたい放題好き勝手な事だけを選び、あとは病気を予防し健康長寿を目指そうと思っていた。ところが、現実にはそうは間屋がおろしてくれなかった。

順番は 鬼のみぞ知る 閻魔帳 知る由も無し 知りたくも無し  
 参ったよ 腰を庇えば 膝痛み 目も歯も耳も故障かかえて

介護の問題では誰が誰を介護するのかすべきか等々自立できない年寄りの面倒は、犠牲を払ってでも子供が看るべきか、施設に預け社会に任せるべきか、ただ娘にしる嫁にしる女性に荷は多く被さってくる。良きにしる悪しきにしる生きて行くシガラミは何処までも付いてくるものなのだ。

楽しいこと苦しいこと、嬉しいこと悲しいこと、世話をしたりされたり、全てこれ人生行路にはパック旅行のような付き物なのだ。どうせ乗りかかった人生、終点まで伝統とシガラミの宿命を背負って暮らすしかない。

たとえ「ひま」と「年金」があったとしても、年齢とともに気力・体力・知力・好奇心等は衰え記憶力も覚束なくなってくる。衰えを見せないのは若い頃そのままの食い意地、その報いの体脂肪の蓄積、ブレーキのかからない加齢そしてゴルフのスコア増加だ。

良きことも やり過ぎや身体 壊すだけ まして悪しきは 歳に従え  
 口おしや 健啖高じ メタボの身 歩いて減らぬ 食い意地のツケ  
 防ぎたき オシメ頼りが 近々に 来ると思えば 死ぬより怖い