

“米寿に思う”

石原靖造

今月のテーマは米寿に関する事なら何でもありにして貰いましたので、何か無いか探してみました。

米寿を迎えても余り意識する事は無かったのですが、お役所やら社友会からお祝いが贈られて来て漸く実感が湧いて来ました。言わば“気が付けば米寿”と言った感じでしょうか？

これまで長生きして来た実感が余り無いのは、時間に対する記憶力の悪さにあると思っています。つまり余り覚えていないから、時間を短く感じてしまうのではないかと思えるのです。何かで聞きましたが、20才の人の一年は人生の1/20だが、米寿の人の一年は人生の1/88に過ぎないから短く感じるというのです。

???、分かった様な、分からない様な話ですが、要するに年を取れば時間の経つのが早い事を言いたいのでしよう。



人生を長く感じるか短く感じるかは別にして、これまで生き延びる為に色々努力はして来たつもりです。バランスの良い食事、適度の運動を心掛け、これでは未だ足りないと言数種の栄養剤に加え、やれ目にいいと言ってはルテインを、頻尿に効くと聞いてはノコギリヤシをと積み重なったサプリメントは何と13種類あります。

ごく最近では、渡り鳥が何十時間も飛べるのは、羽の付け根にイミダゾールペプチドと言う成分があるからで、これを人間が摂れば疲れないと言う触れ込みにつかまり又一つ増えました。人間が疲れなんて夢の様な話ですが、摂りだしたばかりなので、効果の程は未だ確認出来て居ません。

他には年に一度の人間ドックでは脳ドックから胃カメラまでオプション項目は殆ど埋めていますから 悪い箇所も良く分り、今では内科、泌尿器科、皮膚科、眼科、歯科と入院こそしませんが、お医者通いに忙しい毎日です。

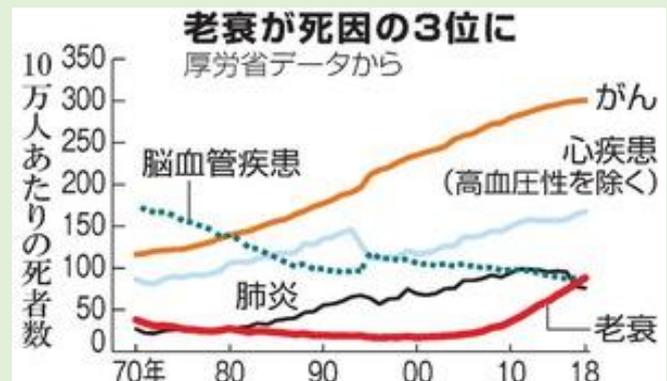
この10月から医療費負担が一割から二割に上がりましたが、年金が増える訳ではありませんので、出費多端で参っています。

扨て、この先如何なっていくだろうと時々思う事があるのは、皆さんも同じではないでしょうか？

2025年問題、つまり団塊の世代が全て75才以上になり、超高齢化社会を迎えると聞いても何となく考えが及びますが、2040年問題、現役人口(20~64才)が2025年より1000万人減って労働力不足になるとか、更にその上の2054年問題、4人に1人は75才以上で大変な日本になると聞かされても、思考は停止したままで、今流行りのツイッター風に言えば“あの世で見物させて貰うよ”とでもなりますでしょうか？

自分はどんな最期を迎えるだろうかと、ふと思う時があります。出来れば老衰で苦しまず静かに逝きたい処ですが、老衰の確率は2000年に2.6%、それから大分上がって2020年には10.3%だそうです。自分の様にあれこれ故障を抱えていては、とてもこの一割には入れないと思っています。

然しここまで走り続けて来た人生はもう後戻りは出来ませんので、せめて大きな苦痛の無い最期を迎えたいと願うばかりです。一人の人間、一匹の動物としてやれるだけの事はやって駄目なら仕方がない、つまり“人事を尽くして天命を待つ”の心境です。同期皆さんの健康・長寿を祈ります。



令和4年11月16日

(完)