

定年退職 5年経過して

佐々木 康博

今年の9月で、早いもので退職後5年になります。30年間の単身赴任から毎日、家にいる生活が始まりましたが、あまり違和感のない生活を送っています。でも、60年間使い続けている精密な機械でも油切れや疲労から修理を必要とすることが増えてきた感があります。

OB会事務局からOB会の会報に掲載する文章を書くように言われ、何を書くかと考えてみましたが、二人と一匹(愛犬リュウ-13歳)の変化のない平凡な暮らしをしているせいかな？全く題材をイメージすることが出来ない事に気が付きました。

少々焦りを感じながら、我が家の愛犬と最近気になった取り留めのないことを書くことにします。

はじめに、愛犬とのことですが、私の健康維持のためもあり1日3~5回、距離にして2~6km程ほとんど毎日散歩しています。犬も一匹一匹性格が違うと思いますが、我が家の愛犬は臆病で寂しがり屋、わがままで、知らない人にワンワンとよく吠える番犬です。

初めて犬を飼ったため、幼児期のしつけがうまくいっていません、犬は飼い主の性格に似るとよく言いますが、誰に似たのやら…

退職後、毎日散歩するようになったある日、私の顔をしきりに見るようになりました。俗にいうアイコンタクトができたのです。ようやく愛犬との信頼関係ができ、彼が言っていること、望んでいることの7割位は理解できるようになり、意思の疎通が良くとれるようになりました。

ただ残念なのは、以前、彼の嫌がることや、間違っただしつけをしたことで、例えば入浴、爪切り、服の着替え等の場合、過去の苦痛を忘れることなく私に、歯向かったり、甘噛みしたり、逃げ回ったり、隠れたり、嫌がったりします。

三つ子の魂百までのたとえのように、最初のしつけや接し方の大切さを痛感しています。

愛犬がいることで家の中は明るく、女房との距離が微妙に保たれ…、且つ健康にも貢献してくれ愛犬様々の状況です。13歳というと人間の年齢で68歳以上になり、犬の寿命がだいたい15~16歳と言われていまして、あまり考えたくないことですが、後3~4年なのかなあ……その時のこないことを望むこの頃です。

つぎに、みなさんも感動した方が多かったと思いますが、冒険家でプロスキーヤーの三浦雄一郎さんが5月23日御年80歳にて世界最高峰のエベレスト(標高8848m)登頂に成功したことです。

テレビでは、どのチャンネルを回しても三浦雄一郎さんの偉業を称え今回の計画から実施等詳しく報道していました。それらの報道の中で気になり感動したことについて書きたいと思います。

彼は、青森県生まれで、お父さんが営林局に勤めていたことで幼少時、青森県、岩手県や仙台市郊外の農場等転勤で5回転校の経験をしていて、かつ病弱で小学校5年生の時結核で肋膜炎を患い長期入院で半年ほど学校に通えなかったそうです。子供のころからスキ

一は上手で中学時代はスキー大会で優勝、弘前高等学校時代に青森県高等学校スキー大会3年連続優勝の実績を持っているそうです。我々と同じ東北育ちだったとはじめて知りました。

そのニュースの中で、80歳でエベレスト登頂にチャレンジする計画してから、持病の不整脈を抑える心臓手術を2回実施し、いろいろな体力鍛錬をして40歳程度までの体力に鍛え上げ、エベレスト登頂に望んだとのこと。私には到底まねのできることはありませんが、いくつになっても“生きる目標”や“夢”“向上心”を持って生きるという素晴らしいこと、且つそれらを実践、実行し、実現したことに最大限の賛辞を送りたいと思います。

夢や目標を持って行動、1日6千歩以上の散歩、読書等をする前頭葉が刺激を受け、長生きすることができるそうです。

私もずるずるだらだらとした生活を反省し無理のない”生きる目標“をしっかりと決め”小さな夢“が叶うべく実行していきたいと思います。

