

今月のテーマ

私にとって老後とは

戦後、急速に増加してきた、わが国の高齢人口。昭和58年に総人口の9%だった高齢人口は、昭和80年には、17%を超えるものと推計されています。

平均寿命もさらに伸びることが予想され、老後をどう生きるかは重要な問題です。そこで、今月は「私にとって老後とは」というお便りをいただきました。

受性や他の人を思いやることの出来る思いやりの気持ちは失いたくないものです。そして、家族にとって、地域の人にとって「必要な人」でいたいと願っています。

健康・ゆとり・生きがい

木下さち子さん
入山瀬 (32歳)

医療の進歩、豊かな食生活等により平均寿命が伸びた現代日本。

長くなった老後を生き生き暮らすには、健康・経済的ゆとり・生きがいがかかせないでしょう。

まだまだ若いからとオーバーワークしがちですが、自分なりに早期発見、早期治療を心掛けています。

自分流の老年期を編み出して、生き生きと意欲的に生きるためには、「生きがい」が大切です。身体がどんなに健康でも心が病気では意味のない人生になってしまうでしょう。

年をとっても、例えば美しいものを見て「美しいなー」と感動する感

無病息災で

金子五一さん
天間 (72歳)

72歳の私は老後とは思っていない。今から10年前と20年前の2回、いまましさに悔し涙を流した。

くそ！俺の人生はこれからだ！
と心に誓い不撓不屈の精神はますます増幅された。二回目の定年を迎えるや否や猛烈に勉強し、朝な夕な体力を鍛えに鍛えた。効果てきめん、私の脳細胞と体力は10年以上も逆戻りした。だから老後とは縁がないの

テーマ

■ 10月は「私とスポーツ」

スポーツの秋——。ゲートボール、ジョギング、バレー、テニス、野球と団体、個人、老若男女を問わず、盛んにスポーツが行われています。

スポーツ好きの人、健康のために始めた人、動機はそれぞれまちまちでしょうがスポーツを通じての健康づくり、仲間との交流などスポーツは楽しいものです。10月のテーマは「私とスポーツ」です。

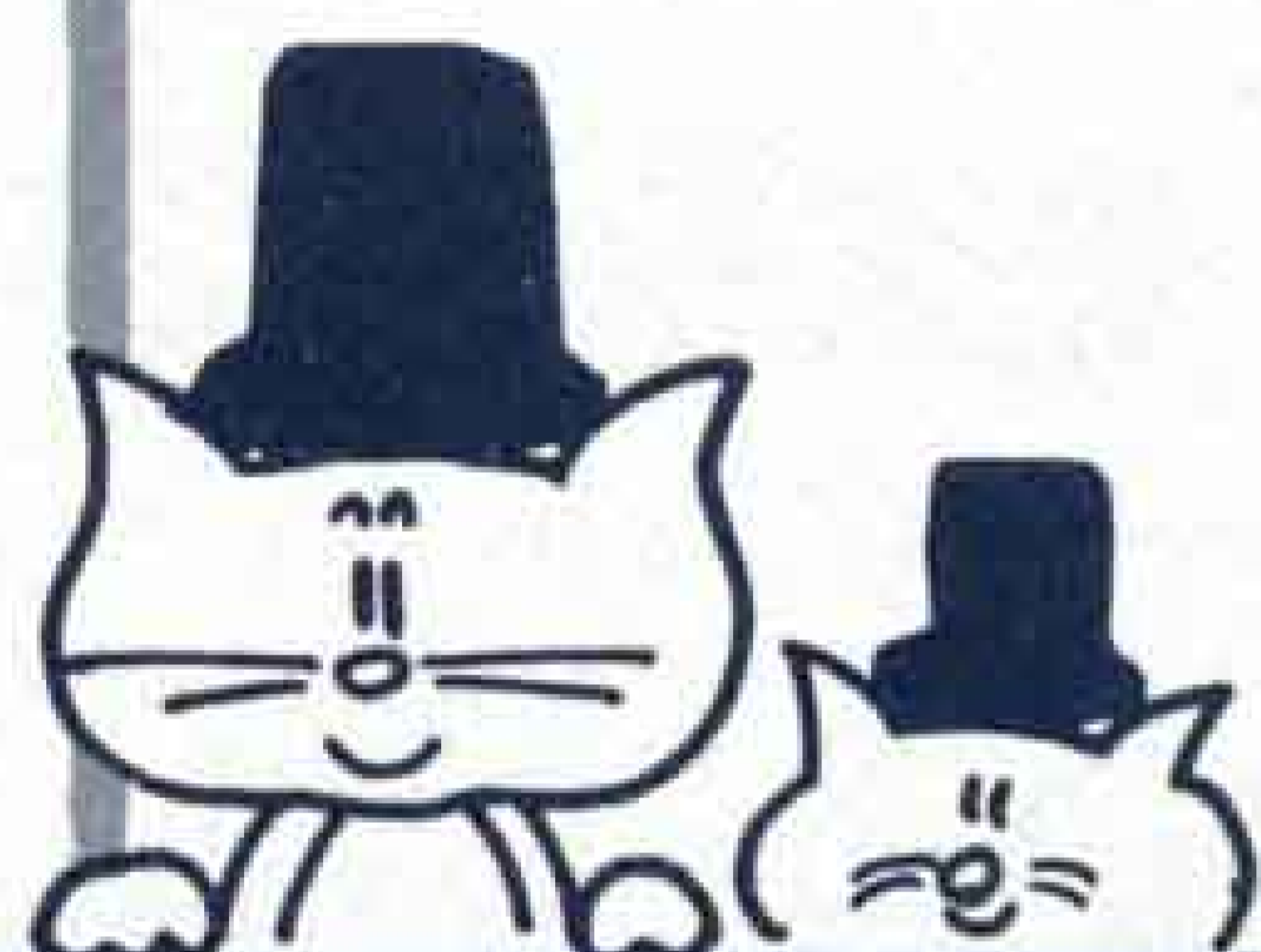
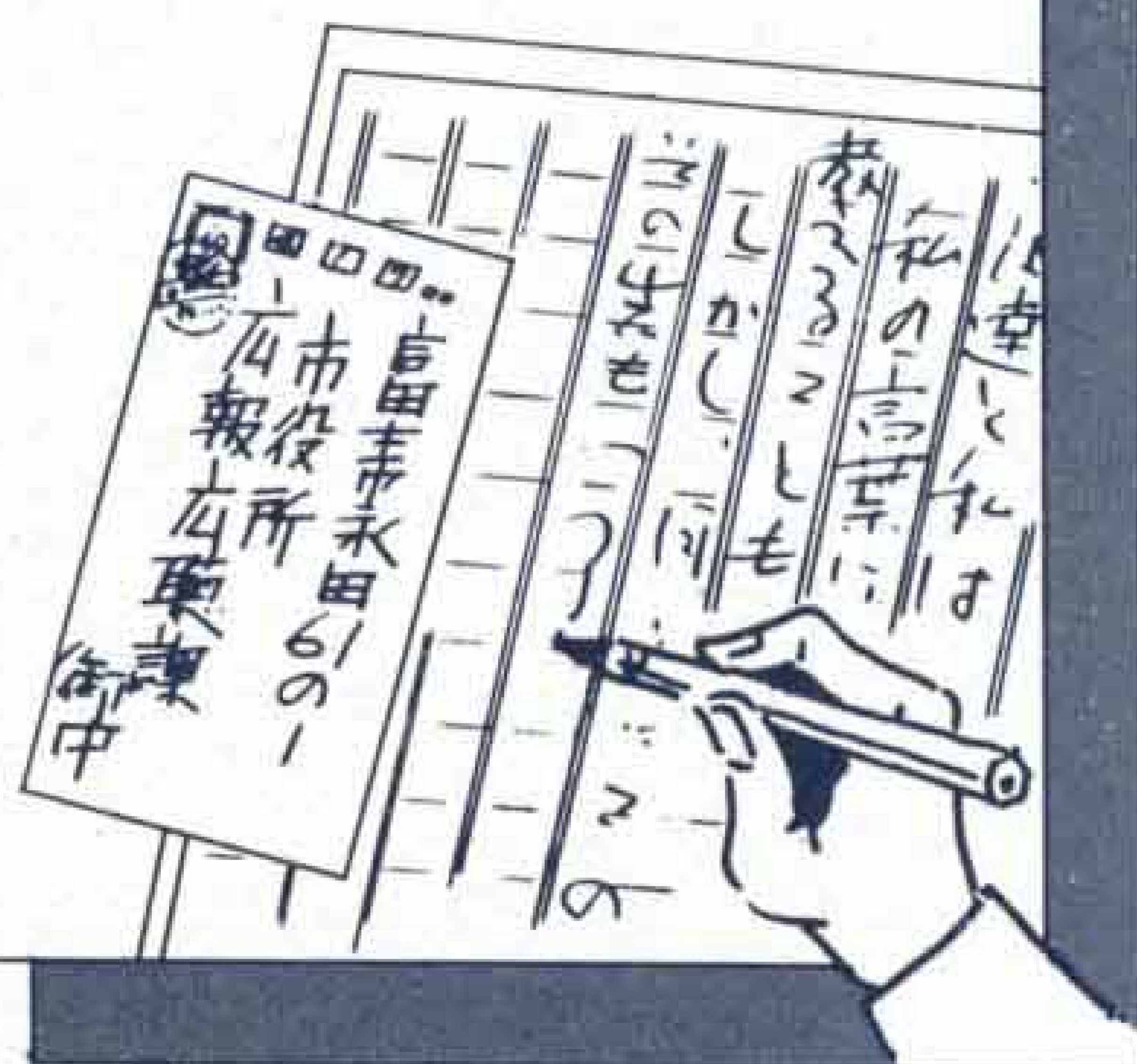
11月は「結婚式を考える」

秋は結婚シーズン。新しい人生の出発点となる結婚式は、本人はもちろん、親、兄弟を初め、招かれた人たちにとっても晴れやかな舞台です。

しかし、年を追うごとに派手になっている披露宴、祝儀の高騰など、問題となる面もあります。

そこで11月は「結婚式を考える」というテーマでお便りをお待ちしています。あなたの考えはいかがが…。

お便り コーナー



あなたのお便りを お寄せください

このコーナーは、皆さんの意見交換の場とさせていただきます。テーマに基づいた、あなたの意見や提言などをどしどしお寄せください。

お便りをお待ちしています。

◇応募される人は、原稿用紙へ300字程度にお書きください。趣旨を変えないで原稿を直すことがあります。住所・氏名・年齢・連絡先を忘れずにお書きください。

◇送り先は 〒417 市内永田61-1 市役所広報広聴課
原稿締切日は、毎月20日です。

だ。しかし、確実にやってくる。その時は今も続けている柔軟体操、道路走、野菜作りは変わらないはず。

老妻を伴った県外マラソン大会への参加は倍増するであろう。できればユーラシア大陸の各地を走ってみたい。今は丈夫で地域社会に微力を尽くしているが、形を変えじんかいのごとき微細な奉仕活動に精を出しているかも知れない。私の最後の願いはヘモグロビンが酸素を運ばなくなるまで無病息災でいたいものである。

読書と長老の経験を学ぶ

石倉みな子さん
一色 (55歳)

それぞれの身にいつかは確実に訪れる老後。その向老への道を今、私は一步一步踏み締めつつあります。

子育て中は、子供たちをただ無事に育て上げることを親の義務として専念してきましたが、そういう私もこれからの人生をどう有意義に過ごすかを模索する時期となりました。

私にとって老後とは、恵まれた時

間を読書に親しみ境涯を広げること、尊い来し方の年輪を積まれたご長老の経験を参考に真の生きがいを学ぶことなどです。

趣味に乏しく何の取り柄もない私ですが、それゆえになお努力を重ね意義深い老後を送りたいと願っています。

一つ一つ実行を

中西正己さん
西船津 (70歳)

私は身障福祉会の役員並びに相談員として一生懸命やってきました。

このたび西船津老人クラブ会長に推薦されました。なったからには身障福祉と老人福祉のため大いにハッスルして頑張る覚悟でいます。

ゲートボールの練習で早朝から心よい汗を流し、日曜の午後は公民館で囲碁の勉強といろいろな行事に出席し会員の心を知りながら二足のわらじを上手にはき通すつもりです。

それには第一に健康。そのために体力に合った労働、腹八分の食事、



好き嫌いは禁物です。

第二はボケないこと。自分の役目を果たした人の世話をし、老人学級に参加し本を読んだりして頭を使う。

第三に欲を燃やす。色欲ばかりが欲ではないが、それも忘れてはいけない。以上のことに留意し、いろいろ習得したいことを一つ一つ実行し身につけ有意義な老後を送りたいと思います。

「警察は、何となく怖いと思っ
ていらつしやる人がいます
が、そんなことはありません。
そんなイメージをやわらげる
のも私の仕事の一つです。」
とハキハキとした口調で話す
土屋さん。



「相手の立場に立つて内容を聞き、必要とする課や係へ
確実に取り次ぐことが大切で
す。」と語る。
「健康的に生きる」人との
出会いを大切に「をモット
ーに、その日その日を大切に
生きたい」と言う土屋さん。
松崎町の出身で四人兄弟の
長女。趣味は読書と最近こり
出したジャズダンス。



県下警察有線通信競技大会、
警察署電話交換の部で見事に
優勝。

土屋みきえさん

鷹岡 (27歳)

昭和五十七
年四月に、伊
豆の松崎署か
ら富士署へ転
勤。ことしの
十月で警察へ
の勤務もまる
十年。
富士署にか
かる電話の本
数は、一日平
均二百本。