

高 齢 か ？

「高齢化 譲ったほうが 高齢か？」

これは、昨年「川崎川柳」を募集していたころ、私が作った句です。

惜しくも(?) 落選しましたが、

電車の中でも、高齢者が多くなり、どちらが高齢なのかわからず、
高齢者同士が、どちらが年上か迷いながら席を譲り合う姿を詠んだものです。

この句を詠んで、半年。

この1か月、電車の中で席を譲る姿を私が見たのは、

高齢の婦人が、子どもを抱いた若いお母さんに席を譲った姿だけです。

子どもたちは学校で「お年寄りには席を譲りましょう」と教わりますが、

15歳未満の子どもの数は、わずか約1600万人。人口全体の12.7%しかいません。

子どもたちは、電車の中でもなかなか会えない存在になりました。

WHOの定義によると、

65歳以上の人口が全体の7%を超えると「高齢化社会」と呼ばれます。

14%を超えると「高齢社会」、

21%を超えると「超高齢社会」というのだそうです。

我が国がオリンピックを迎える2020年には、29%を超える予想です。

でも、高齢者が多くなるからと言っても**心配することはありません。**

大いに結構、むしろ何歳までも元気に生きたいものです。

川崎市の高齢者実態調査によると、

65歳以上の高齢者の約83%が介護支援を受けずに元気に生活しています。

元気に生活している方の70%が、家族以外の方と何らかの交流があると回答しています。

元気に生活するコツは、外で働いたり、ボランティアをしたり、勉強したりするなど、人とかかわり、自分の生活に「はり」や「楽しみ」を感じるのだそうです。

私も含めた高齢者が、元気に生きていることそのものが社会貢献です。その上で、これから育つ子どもたちや若い世代の応援ができれば素晴らしい人生だと思いませんか？

生涯学習プラザでは9月11日(火)に、杏林大学医学部名誉教授・石川恭三氏(82歳)による

「老い越せ、老い抜け、老い飛ばせ」という元気が湧き出る講座があります。(※)

歳を重ねて人生を豊かに過ごすためにも、こんな講座に参加して他の人と触れ合う機会を作っていただくのもいいことだと思います。

私も、明るく、元気に、もう一句。

「**高齢か？ 元気に生きる 好例だ**」・・・また、落選ですかね。(M.Y)

※この講座の申込開始は7月30日からです。詳しくは、生涯学習プラザHPまで。