

## 【高齢者の現状 6】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

### 3 高齢者の明日

#### (1) 生きがいを求めて

①現在の高齢者は、以前にくらべるとある程度の年齢まで年寄りくさくない人が多くなっています、本当に老人と言われるようになるのは、70歳を超えてからだと思いますし、人によっては80歳近くまで老人と呼ばない人もいます。

健康でいかに生きがいを求めて生活するのにかかってくるので、日常の生活をどう過ごして行くのか、目的を明確にし、一日一日を大切にしながら生きていきます。

介護を受けることの無い人生、また、あったとしても、素直で文句を言わない人間になれるのにかかってくる。

人間とはなにか、何を求めて生きるのか、人生の後半部分で何ができるのか、どうあるべきなのか、人に迷惑をかけない人生とは何か、考えれば本当に悩むことばかりです。

昔からの名言、説教などを考えても、それが自分で実行できるのか、また、そのことができる環境が保障されているのかも疑問に思えてきます。一人で静かに山奥か、無人島での生活であればある程度精神面では満足感が感じられるかも知れませんが、生活面を考えると到底できないことだと思います。そうすればどう毎日を過ごして行くのかの壁にあたってしまう。ある程度の割り切りと、小さな喜びを大きな喜びと感ずることが大切になってきます。何歳まで働くことが自分にとって幸せなのか、その仕事の内容によっても変わってきますが、健康と精神面を考えることだけであれば良いが、金銭面にも影響を受けることの悲しさに辛さを感じるのが現実ですし、現在ではそのことを考えないでの生活計画ではダメな時代です。生きることの余裕とは何かを求めるとも必要ですが、時代によって感覚が異なっていますので、ベターな内容をどこに設定するかによって時代感が変わってきますし、気持ちの持ち方によって、楽しさ、優しさ、柔軟さなどを持つことができますので、大きな感覚によって毎日を過ごすように考えることも上手な生き方の一つだと思います。

人間として生まれたからには、厳しい生活、辛い生活、人に嫌われた生活で無いことを願いますし、楽しさを感じるのと、病気で介護を受けることの無い生活を願っているものと思います。毎日をいかに充実したものとして感じながら生活をする事の素晴らしさを追求することだと思いますが、毎

日毎日の生活の中にそれが見えてくるものであり、大きな高望みを捨てて、自然の中に自分を置くことでできるものと思います。夢を持ち追求することは必要ですが、現実を見ることを忘れては意味がありません。

日常の生活に何を考えて毎日を充実させるのか、そこに誰でもが解かる個人個人の答えがあるものと思います。そこに気がつくことが、毎日の生活を充実させる一番大切なことだと思います。自然体が考える基本であり、自分なりの答えが必要であり、他人の答えは参考しかありえないものです。