

【高齢者の現状 20】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

3 高齢者が生きる

(3) 感謝と決断②

毎日毎日を自分らしく生きることは、一日の時間をいかに有意義に過ごしているかになってくると思います。何気ないような時間の使い方であってもその時間には、それなりの意味があり、意味のない時間は存在しないと思います。

「過去にこだわる人生」、

「いつまで経っても過去のことを理由に前向きに生きることに理屈を並べる人生」、

「人のことばかり言って自分のことを見失っている人生」、

「人を大切にしないで自分を甘やかす人生」、

「世の中をボヤキ、真実を見失っている人生」、

「いつまでも自分を過信している人生」、

「人に譲ることをいつまでたってもしない人生」、

「何かにつけケチをつけている人生」、

「人に同情を求める人生」、

「主観的に見ることばかりの人生」、

「自分から動かないでいる人生」

「健康に配慮しない人生」

「体を動かすことに疑問を持つ人生」

など、いろいろな生き方があると思いますが、自分で結論出して生きている人生でありますから、自分の責任を明確にし、けして人のことにする人生は避けて生きることが当たりまえですが、現実にはできていない人が多くあり、その比重にも問題が感じられます。人間ですから多少はいろんな理由付けをすることは止むを得ないことですが、それにこだわっている人は自分のことをもう一度考えて今後は行動することが大切であり、そのために情報の整理をし、問題点・課題を明確にして生きていくことが大切です。

病気で介護が必要な場合、認知症になってしまう場合など、高齢者になるといろんなことが起こる確率が高くなりますから、今の時間を大切にし、これからのことは楽しく考えて生きていくことが必要な時代です。