

地方の会報紙より

人生の先輩から学ぶ

（生涯現役のひけつ 目標・挑戦・人への関心、そして健康法）

香川県退職校長会

杉山 恵子（木田）

（香川県退職校長会「会報」第18号）

退職公務員連盟木田支部の広報誌（年3回発行・ささやき）の「突然おじゃまします」のコーナーを担当し、インタビューに出かけている。対象者の条件は80歳以上・現役として活躍中。

先輩諸氏は、退職後、どう人生を組み立ててきたかを語ってくださる。淡々とした語り口から穏やかな情熱を感じ、「充実した人生とはこういうものなのだなあ」と、まだまだひよっこの私は思う。38年の教職生活を終え、これから

の生き方を求めて迷走中の私は、励まされる。

パッチワークの指導者として活躍中のMさん。85歳。退職後多くのことに挑戦し、パッチワークにたどり着いた。海外旅行に毎年のように出かけ、強く心に残ったことを作品に表現する。その作品を海外の展覧会に出品し、多くの賞を受賞。教室を開き、後継者も育てた。今やパッチワーク界の第一人者。若い頃から「真つ向法」を続け、今も徹夜のできる体力をお持ちのMさん。「死ぬ気がしない」とおっしゃる。

菊作りを楽しんだIさん。いつも家の周りは季節の花々で一杯。88歳。肺ガンの手術を2度経験。体力つくりにより、一日一時間のウォーキングを続ける。心残りは健康への気遣いが足りなかったこと。「なんで喫煙をしたんだらう。一生の後悔。喫煙の害を後輩

に伝えたい」と。訪問者のために、茶菓子をご自分で準備してくださった。待っていてくださる気持ち伝わってくる。健康への努力と人への関心が健康で長寿の秘訣。

陶芸に夢中のSさん。86歳。退職の時は芸術とは全く縁のないくらし。指導者について陶芸を基礎から学び、4年目には受賞作。その後、毎年のように受賞。ご自宅には、立派な展示室も作られていた。「作品の構想を練る苦しさを経て、心躍る完成の瞬間がある」と喜びを語られた。「退職後の人生は長い。規則正しい生活が健康づくりにつながった。社会とつながり、没頭できる趣味を持って生活を楽しむことが大切」とメッセージ。

地域の歴史を学び続けるKさん。退職校長会の研修会で私たちにパソコンを駆使して講演してくださった。この日のために新たにノートパソコン

ンを購入され、お孫さんを指導者にプレゼンを作成。81歳。取材の依頼を「まだまだ若い」とやりわり断られる。

私のインタビュに同伴して巧みに話題を引き出してくださるIさん。81歳。広報誌で仲間をつなごうと考え、発行を続けられた。「多くの人に支えられて今がある。その恩を次の世代に送る『恩送り』と思い、自分にできることを一杯している」と言われる。お話を伺うことができた方々から学んだこと。

- ①新しいことにチャレンジする。
  - ②目標が明確である。
  - ③社会との関わりを大切にする。
  - ④独自の健康法を続けている。
- これらのことが、「生涯現役」のひけつ。
- このことを心の中心に置いてこれからの日々を大切にしていきたい。