

全ての「会長のひとりごと」がWEBで読める!  
『くぼかわよしみち.com』毎月20日更新!!

くぼかわよしみち.com

検索



アサヒグローバル株式会社 代表取締役会長  
ゴールドトラスト株式会社 取締役会長  
ゴールドエイジ株式会社 取締役会長  
文/久保川 議道  
text:Yoshimichi Kubokawa



●asahiglobal.co.jp  
●super-chintai.com  
●goldtrust.co.jp  
●otona-souzoku.com  
●goldage.co.jp  
●kubokawayoshimichi.com

## 『健康寿命』は男性72歳・女性75歳でした。

日本の『平均寿命』は男性81歳、女性87歳です。WHO(世界保健機構)加盟の194カ国中、女性は第2位でした。ちなみに第1位は香港です。そして『平均寿命』は65歳の男性で84歳。だから私は今現在68歳(今年の9月で69歳)ですので、平均寿命であると『13年』、平均余命であると『16年』くらいは生きられて元氣なんだと、勝手に思いこんでいたのです。しかしこの『健康寿命』を先週に初めて知ってしまつて、もうびっくりしているところです…。

何故かという、私の予定が大幅に狂ってしまったからです。私はあと10年間くらいは平均的に見ても元氣なんだと思ひ込んでいました。しかしまた逆に考えるとあと10年くらいしか元氣に行動できないんだからと考えて、この10年間はブイブイぶつ飛ばして生きる予定だったのです。だから800馬力の新しい車を買つてぶつ飛ばしたり、仕事もびつち一杯に詰め込んだり、お酒も毎日欠かさずに一生懸命に飲んでいました。あと10年しかないんだからやりたいことや、やるべきことは全て全力でやるんだと決めていました。

で、健康寿命72歳の話を聞いて、もうびっくりですよ…。あと私は『3年』しかないのです!!あと10年間はブイブ

イぶつ飛ばす予定が狂つてしまつて、今どうすればいいのかを悩んでいるところです。本当です。

私より高齢者の先輩方からすれば、お前はバカだな。何を言っているんだ。そんなことも知らなかったのか。それとそれはあくまで『平均』でしょ。だからお前が平均とは限らないのだから、もっと長く元氣でいるかもか、まあもつと短いかもね。なんて言われますでしょうね…。

そしてこの話は恐らく私より若い人達には興味もなく、私の気持ちを理解することもしていただけません。私より若い人には私の高齢者の気持ちは分からないのです(高齢を経験していません)。

そして私より高齢者の人はいつか来た道ですから、私に教えたりアドバイスはできるのでしよう。しかし本当のところ私があと3年で寝込んでしまうのか、あと20年間元氣なのかは神様でないと分かりませんから、そのアドバイスは私の役には立ちませんね。まあ、歳をとるといふことは困つたものです。

少々くだらない話だとは私も分かっています。しかし私はあと10年間はやりたいことをして(すみません。今までもずつとやりたいことをしてきましたが…)ブイブイぶつ飛ばす予定だったの

に、科学的な統計学の健康寿命72歳は正しいですよと言われると、心が折れてしまいましたというお話です。

誰でも高齢者で歳をとっていくことは、毎年毎年初体験で初めてのことばかりですから、分らないことばかりです。68歳になつても、こんなくだらないことで悩んでいるんだということですよ。

さてどうしましうかね…。健康寿命72歳を信じて、少しおとなしくして、お酒も車も控えて自粛する方がいいのか、予定通りブイブイぶつ飛ばすのか。

加山雄三さんが83歳だとご存知でしょうか。今でも多くのコンサートで歌っていますが、本当にお元氣ですね。その秘訣は、歌を続けるためにまずタバコを止めたそうです。そして10年くらい後に好きなお酒も全く飲まないと決めたんですね。体を元氣に整えて、好きな音楽のために努力されたから今の83歳の若々しい加山雄三さんがあるのでしょうね。

はい、では私も好きな仕事に集中しましょう。そして体を大切に少し自粛しましょう。いつまで持つかは分かりませんが健康寿命でいられる間はブイブイでもいいですよ。体が動かなくなつたら完全に自粛いたします。はい、高齢者の勝手な独り言でした。

わくわく

夢

ニュース【高齢者住宅】

2020

8月

No.163

ゴールドエイジ江森

愛知県江南市のデイ型サービス付き高齢者向け住宅

2階のリビングでは皆様自由に余暇を楽しんでいます。

