

## 一般の部

《最優秀賞》

### 「継続は宝なり！」

恩智中町 細川 壽美子

この夏に六十代最後の誕生日を迎えました。そして「豊かな老後」の作文は、私にとつては十年になり、途中一年は海外に居た為、正確には九作品目の応募になります。

六十歳になった時に、この作文募集を市政便りで知りました。六十代は微妙な年代です。もう若くはないし、そうかと言って団塊世代の私達は、戦後の教育を受け、高度成長と共に大人になり、高齢者と呼ばれても「誰のこと？」って他人事の様で、元氣もあり好奇心もあります。しかし、社会からは日一

日と遠ざかっていく寂しさ不安もあります。そんな中で、私は自分の目標として六十代は、一年に一度「豊かな老後」について作文を書く事、そうすれば自分らしい六十代を過ごせ、自分なりに輝けるかなって思いました。「日々自分らしく笑顔で暮らし、今まで出来なかったひとつでも人の為になる事をし、退屈しないよう趣味を見つけ、自然や人を愛し、愛される」それが豊かな老後を過ごすきっかけになると信じ、一年間の総集編として、十年間作文を書き続けました。

自分の想いを千二百字の文字に綴ると、そこに自分の幸せを見つけた事が出来る様になりました。六十代も五十代と同じ様に家族や友人との死別に涙を流す事もありましたが、代わりに一人娘に三人の孫の命を授かりました。六十五歳の時には大腸ポリープが見つかり、初めて健康の大事さに気付きました。

この他は、楽しい事ばかりでした。仕事無し、同居人無し、時間だけはたっぷりとあります。そんな時に、「シルバリーリーダー養成講座」を受講し、三コースを修了しました。この講座で出会った仲間の存在はとても大きいです。六十の手習いで習い始めたフラダンスは、仲間とサークルを作り、今ではボランティア活動をしています。ハワイアンにはつきもののウクレレも弾けるようになりました。出会った仲間には、琴の先生もいて、こちらは五十年振りに稽古を復活し、仲間でボランティア・サークルを立ち上げる事が出来ました。

二年前から週一回高安山周辺を歩いているのも、シルバリーリーダーの仲間で、高安山の緑濃い自然に触れ、大いにエネルギーを頂いています。

インターネットで始めた「すーちゃんのブログ」も六年間日々更新をしています。そして昨年は、「容姿年齢問わず」の文字に、「河内木綿のファッショ

ンショー」のモデルに挑戦。ランウェイをポーズをしながら歩き、大きな拍手を頂きました。六十代で観客の皆様から拍手を受けるなんて夢の様な話が現実となりました。

夏休みの最後には、琴の仲間六人とタイ旅行をし、六十代最後の思い出作りです。

こうして書き綴っていると、六十代は最初の目標通り、自分なりに輝くことが出来ました。「豊かな老後」主張作文をきっかけに、十年間が過ぎようとしています。「継続は宝なり」の言葉通り、「生きがいみくつけた」の本は、私の宝となりました。来る七十代は、自分に必要なもの、必要でないものを見つけないと思いません。