

interview

インタビュー

第3回

夫婦善哉 編

お元気ですか、先輩

SMB C日興証券グループ健康保険組合には、全国1400の組合の中でも61組合しか実施していない、75歳の誕生日前日まで加入できる制度があります。そこで本誌では、「お元気ですか、先輩」と題し、当健保組合加入の70歳代の先輩に、現役時代の思い出や健康に関する考え方を伺いながら、後輩世代へのアドバイスをいただくコーナーを設けています。第3回となる今回は「夫婦善哉編」と銘打ち、ご夫婦で多様な趣味を楽しまれ、娘さん、お孫さんに囲まれて人生を謳歌されている辻川茂樹さん・トシ子さんご夫妻にお話を伺いました。

—ご主人のリタイア後、ご夫婦で趣味の山登りを再開するも、思わぬ事態に直面されたとか？

(夫) 膝を痛め人工関節の手術を受けたんです。学生時代は山登りが好きで、65歳でリタイアした後、本格的に再開しようとして2人で準備していました。長野で山小屋を買い求め、そこを拠点に近場の山を訓練を兼ねて登っていたのですが、そんなときに膝を痛めてしまい、いったん全て中断しました。現代医学の進歩のお陰で、今では日常生活に支障はありません。

(妻) 術後のリハビリは大変でしたが、回復後は2人でハイキングを楽しんでいます。

(夫) 現役時代、僕は病気知らずだったんだけどね。逆に家内は「病気の総合商社」というくらい、いろいろ病気をしました。

(妻) PL健康管理センターに、もう何十年も2人で人間ドックを受けに行っています。20年ほど前に初期のがんも発見していたけど、よい病院を紹介していただきました。他にも胆石や糖尿といろいろありますが、お陰様でしっかり管理

理できています。SMB C日興証券グループ健保の制度に助けられ、本当に感謝しています。

(夫) そういうこともあり、家内は健康管理には厳しい。特に食事には細心の注意を払ってくれます。

(妻) 朝はサラダと麴から作った甘酒にヨーグルト。昼はえのきのアイスクリームで出汁をとったデトックススープ。夜は普通にいただきますが、時間は朝食8時、昼食12時、夕食6時と決めて、それ以降は一切口にしないよう2人で守っていますね。

(夫) お陰でピーク時から10キロ痩せた。

(妻) 一病息災といいますが、お陰様で夫婦元気に暮らしていますので、ありがたいと思っています。

—ご夫婦ともども、地域活動に熱心に取り組んでいらっしやいます。

(夫)僕は仕事人間だったから、現役時代は地域どころか隣の人の顔もよく知らなかった。朝は早い、夜は遅い、週末はゴルフと、家のことはこの人に任せっきりでした。

(妻) そうそう。ゴルフのないときも飲みに行っちゃおうし、

ほとんど母子家庭でしたね(笑)。でも結婚記念日には、毎年花束をプレゼントしてくれた。それはとてもうれしかった。

(夫) 退職後に地域に溶け込めたのは家内のお陰です。町内会長を務めたときには家内にもいろいろ助けてもらいました。スクールガードのボランティアは、町内会長時代から始めて、今では40人以上の大所帯で当番制になりました。僕は発起人だから毎朝欠かさずやっているけど、ボランティア活動は君のほうが早くからいろいろやってたよね。

(妻) 地域の高齢者の「見守り」活動をしています。声かけとか、雨戸が開いているか確認したりとか。他にも高齢男性向けのクッキングスクールのアシスタントもしています。

(夫)僕は日本酒を楽しむ会や、お蕎麦を打つ会など、いろいろイベントに参加して楽しんでいます。

(妻) 本当に好きなことだけやってるわよね(笑)。

—家庭円満には暗黙のルールがある？

(夫)一緒にできることはなるべく一緒に、それ以外は各自の時間を尊重するといえますか、2つの円の重なる部分と一緒に楽しむというイメージかな。

(妻)僕はクラシック主体の合唱団に入っているのですが、いくら誘ってもこの人は入団しない。一方で、この人がアシスタントをしている高齢男性向けのクッキングスクールに僕は入りたくない。でも、合唱団の旅行や自分の同窓会に、家内を連れて行ったりしています。僕の都合が悪ければ奥様だけでも……と最近はいわれるほどです(笑)。

—お二人の馴れ初め、お子さん、お孫さんのことなど、よろしければ教えてください。

(夫) 見合い結婚です。結婚までに10回くらいしか会わなかった。2人の直観に間違いなかったかな。

(妻) 正直不安でしたけどね(笑)。娘2人にそれぞれ孫が男の子、女の子とおりまして、すぐ近くに住んでいて、お誕生会とか、何かと集まっては賑やかにしています。主人

の合唱団の演奏会も娘たちと毎年楽しみにしています。

(夫) 来年1月は京都のロームホールで、ハイドンの天地創造を演奏する予定です。

—若い世代へのアドバイスをお願いします。

(夫) 何歳だとしても、人生で一番若い日は「今日」でしかあり得ない。やるべきことは若いうちに……ということ。例えば、やるべき日は今日であり今なんだよね。要するに今を大切に、今日を一生懸命生きましようということかな。僕は若い頃からずっとそういう生き方を送ろうと努めてきました。でも家内は、僕以上にやり過ぎるところがあった……。何でも徹底的にやらないと気が済まず、体を壊しそうで心配になるので、その辺にしておきなさいと注意するほどです。

—終末医療についてのお考えをどうぞ。

(妻) 主人が人工関節の手術を受けたとき、思い切って自宅をバリアフリー化したんです。車椅子で通れるように手すりも付けていろいろやりました。どちらかが具合が悪くなったら、ベッドはリビングのここに置いて……などと主人と話しているんです。

(夫) そうだね。最後はできるだけ自宅で過ごしたい。必要のない延命治療は望まないけど、痛み止めはお願いします。

(妻) 私も同じです。今のところ主人は人間ドックの数値などすべて基準内で、全く問題ありません。そういう意味では私の方がいろいろあります。「総合商社」ですから(笑)。

(夫) でも健康管理のお陰か、最近さぶる元気だね。調子が良過ぎて逆に心配になるくらい(笑)。

辻川さんご夫妻 “世界の旅フォトギャラリー”



イギリス西北部を走る SL 鉄道「レイクサイド&ハバースウェイト鉄道」車中にて (2010年)



▲長野県・鹿教湯温泉にて (2015年)



▶スペイン・サグラダファミリアにて (2008年)