

## あしやYO倶楽部のコーラス部に入っておられますね。

88歳のとき、ルナ・ホールで市の敬老会に参加しまして、コーラス団体がステージで歌っているのを聴きました。亡くなった妻は歌が得意だったことを思い出し、よし、コーラス始めようって、そのコンサートのすぐあと、入会しました。それまで音楽は好きでもなく、楽譜も読めませんでした。一生懸命勉強しました。長くやっている謡曲のおかげで、発声の基礎が役立っているのでしょうね。今は混声合唱と男声合唱のふたつの合唱団に入っていて、毎週、歌っています。



## 学生時代は野球部に所属と伺いました。

現在の彦根東高校(当時の旧制彦根中学)時代に野球をやっていました。セカンドを守っていました。去年、春の選抜で母校が甲子園に出場したときに、野球部OBとしてアルプススタンドで応援しましたよ。揃いの赤いジャンパー着てね(笑)。スキーも子どものときから大好きでいろいろの大会に出場しました。スポーツで体も心も鍛えられましたね。

野球部OB会名簿の昭和7年卒業欄にお名前があった。春の甲子園は、残念ながら野球は負けだけれど、選抜高校最優秀応援団賞を受賞されたそう。

## 日常の暮らしはどんな流れでしょうか?

毎朝4時半から5時に目を覚まし、ゆっくり体を動かしながら、今日一日のことを考えます。新聞に目を通すのが一日のはじめ。朝に読むから「新」聞、晩になって読むのでは「新」聞ではなく、「晩」聞になってしまいますからね(笑)。

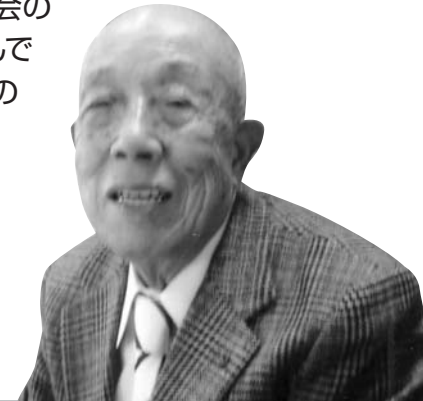
朝が早いので午後は30分くらいの昼寝をして、夜8時の就寝までの間、スケジュールは10分刻みで立てて、一日をフル活動します。

食事の支度とお風呂掃除はヘルパーさんにお任せしていますが、洗濯は自分でします。手を動かすと脳が活性

# 芦屋で、おひとりさまの老後

5人にひとりが高齢者といわれる社会、芦屋市の65歳以上人口の割合は平成21年12月に22.47%となり、さまざまな形で高齢者の一人暮らしを支える社会のしくみと地域の知恵が必要とされます。芦屋に昭和18年から住んでおられる中嶋善太郎さん(95歳)に、ひとり暮らしをされて10年の秘訣をお聞きました。

コートとお揃いのハンチング、「寅年だからね」と黄色のマフラーがスタイリッシュな中嶋さんは、ウィザスあしやまで出向いてくださり、にこやかにインタビューが始まりました。コーラスグループでテノールを歌い、少年時代から能舞台に出ていた謡曲(喜多流)に親しむ、活動的なおひとりさまの生活を語っていただいた。



化するので、庭の草抜きもしますよ。のんびりしてるひまがない(笑)。

## 体調管理などどのようになさっていますか?

「自分で守る」「自分を磨く」が私の2本の柱です。まずは「自分で守る」、体調管理ですね。毎日の体重測定は健康のバロメータです。大切なのは数値そのものではなく、数値の変化をよく見ることです。年2回の健康診断結果をノートに貼り、数値の変化を比較します。10年ほど続けているので、2度ほど自分で病気を見つけました。治療より予防と早期発見が大切なのでそのために勉強します。

「自分を磨く」ことも大切にしています。ファッションから医学、経済、教養、宗教まであらゆるジャンルの講座に出て勉強しますよ。知らないことを聞くために出かけると、たくさんの人に出会い、刺激を受け、一生つき合えるいい友人もできます。年賀状は年々ふえ、一人ひとり思いながら筆で100枚ほど書くのが楽しみです。

講演会や講座に出てノートを取り、資料と一緒にコピーして、家族や関心のある友人たちに送ります。誰かのために使う時間を惜しまずに、「ろうそくの心を持って」です。

お持ちくださった、たくさんの講義ノートは速記で聞き取ったようにびっしりと書きとめられていた。資料の中にはF.M.レシャンさんと一緒に撮った写真とサイン入りの著書も。

## “ろうそくの心を持って”とはどういうことなのでしょう?

ろうそくは暗闇に身を削って灯をともし、その明かりで人を喜ばせる。しかし、その見返りを求めない。そのろうそくのような心を持ってと自分に言い聞かせています。私は教育者ではないので人に教えることはできませんが、知らせることはできる。与えることはできる。それが老人の使命だと思っています。世界中の人が思いやりの心を持ってば戦争なんてありません。



## 80歳を越えたら常に新しいことに挑戦したいと聞きましたが、今年は何?

1915年(大正4年)に滋賀県彦根で生まれてから大正・昭和・平成の、95年間の自分史を書き上げるつもりです。時代が大きく変化している今、両親の教えやことばを残しておきたいです。私の母は、「何でもいいから一番になれ」

## 感謝

私は常日頃、近隣の皆様のご支援を頂いておりますので、感謝の毎日で、この紙面をおかりして有難くお礼申し上げます。

しかしながら、このさき老化現象はさけて通ること出来ず、身体の機能は少しずつ悪化してゆくと思いますので、更なるご支援のほどお願い申し上げます。

中嶋 善太郎



「身につくものにお金を使え」と言いました。身につくものとは、衣食ではなく、教育や教養のことです。人のために働くことを両親から教わりました。滋賀県には「売り手よし、買い手よし、世間よし」の近江商人の「三方よし」という伝統的な考え方があります。三方よしの近江の精神も、次の世代の若い人へ伝えたいですね。

## ご自分で家事をなさって、男女平等や、男性の家事力についてどうお考えになりますか? また、読者へのメッセージもお願いします。

男女平等に近づいてきていると思います。あたりまえのことでしょう。料理は誰でもできたほうがいいなあ。

家事も社会のことも、自分には関係ないと思っはいけない。自分のことだけ考えていたら狭い人生です。老人同士ではなく、自分より20歳以上若い人とつきあい、常に疑問をもって、わからないことは人に聞く。生きがいになるような趣味、いい友人、信仰心をもつこともよく生きることに繋がりますね。

講座や講演会で学ばれたことのほか、コーラスや謡曲、地域での活動や戦争中の話など、話題は尽きることがなく、笑顔のたえない中嶋さん。ネガティブな発言や発想はない。いつも新鮮な好奇心をかき立て、依存せず、人が喜んでくれるために行動した95年の日々は芳醇なワインのように見事だ。著書の完成が待ち遠しい。3月13日(土)に芦屋市民センター「あしやYOふれあいのつどい」でコーラスと謡曲に出演予定だそう。