

定年後を『第二の人生』 と云うなかれ！

ジャーナリスト
海部隆太郎

友人たちの大半は時間に余裕ができてきた。いや、暇を持って余していると言ったほうが正確のような気がする。先般、コロナ禍で久しく途絶えていたゴルフの定例会を行ったとき、やたらと腕を上げた友人がいた。定年、雇用延長も終わり、もう仕事はしないと決

め、身体を鍛えることを日課にしていると豪語する。時節柄かジムは避けてゴルフ練習場に通った結果がナイスショットの連発につながったようだ。とはいえ賞賛すべきスコアではなかったのだが。

多量の貯えで生活のやりくりはできる。必然的に時間が余り、何をやるべきかを考え始めるのが定年後ということになる。好きなことをすればいいが、それがないので前述どおり指南書を求めたがるのが世の常だ。これはこれで仕方ないことなのかもしれない。

天邪鬼の私が付き合う友人たちだけに同類が多く、サラリーマンを終えた後は好き勝手に生きるべき、との考え方の持ち主ばかり。皆、それぞれ悩みもあるはずと思いつつも自然な行動のように見える。そこに共通点は見いだせないが、「第二の人生なんてナンセンスだ」という捉え方だけは一致した意見だった。

時間を余裕ができ、それをどのよう

に活用すれば充実感を味わうことができるのかを試行錯誤することなのか。結局は、マスコミやタイトルだけで買わそうとする書籍などに踊らされているのだ、というのが我々、天邪鬼軍団が出した結論である。

自分の食事を作る ことから始めよう

なぜ、定年後の生き方が「第二の人生」なのだろうか。これまでとは収入を得る方法が違っただけじゃないのか。

子供たちが独立し、親としての責任から解放されるのが定年後。扶養家族が激減し、家族を養うために稼ぐ必要がなくなれば、年金プラスアルファと

日々の掃除も洗濯だってやれるはず。日々、体を動かし、料理に頭を使つて台所で過ごせば、ボケ防止にもつながるのではないか。何も第二の人生などと考えずに、料理の好き嫌いと言わずに自分の食事ぐらい自分で作る。そう決めるだけで、これまで知らなかった世界が開けてくる。難しい話ではない。



課題は妻の賛同を得られるかどうかという点がある。やらなくていいといわれた場合でも、昼食だけは自分で作るべきだ。そうすれば一日中、家についても非難されなくなるだろう。まずは妻の考え方に逆らわず、毎日、自分の食べたいものだけを作り食する生活を目指す。こんな簡単な生き方の一歩を踏み出せないわけがない。もちろん、私は可能な範囲で実践していることを付け加えておく。

【筆者紹介】
海部隆太郎（かいべりゅうたろう）
法政大学卒。日本工業新聞社、IT企業を経てフリー。中小企業を中心に企業が抱える幅広い課題を取材・執筆活動を展開する。

