

たっしやが一番

トライアスロンに挑戦し続けている小野数勝さん(生月町)。この日も早朝から自転車で生月島を一周し鍛えていた。



9月の第3月曜日は「敬老の日」です。長年にわたり社会につくしてきた高齢者の皆さんに感謝し、長寿を祝うことを目的とした国民の祝日です。長寿命化が進み、「人生100年時代」といわれる現代。健康で豊かなシニアライフを過ごすために何が大切なのか。生涯現役で活躍中の市内の高齢者の皆さんに元気の秘訣を伺いました。



1_大会前には地元の海水浴場で水泳の練習。/2_月に数回は、自転車で生月島1周や生月～宮の浦を往復するという。上り坂も力強く進む。/3_365日欠かさないと、潮見グラウンドでの早朝と夕方のラン。

「やりたかことのあるせん元気でおれる。
人との出会いに恵まれて、今が一番楽しかよ」



おの 小野 数勝さん(生月町) 79歳

朝5時すぎ、生月大橋そばの潮見グラウンドでランニングをする人の姿が。地元では「鉄人」として知られる小野数勝さんです。79歳の現在も水泳、自転車、マラソンの3種目を続けて行う過酷な競技「トライアスロン」の大会出場に向け、日々のトレーニングを欠かしません。

58歳でまき網船を降り、本格的にトライアスロンのトレーニングを始めたという小野さん。数々の大会で好成績を残し、大会関係者から年齢を疑われることもあったそうです。「トライアスロンは、大会後に参加者同士の懇親会があつて、いろんな人と話すのが楽しみ。なんでこがんきつか思えばしてまでつて思うこともあるばつてん、大会の終わったら、次はどれに出ようかつて考えるとよ」。



子どもたちにカヌーの乗り方を教える小野さん

また、登山も好きという小野さんは、今年も9月から、北・中央アルプスに約2〜3週間入る予定です。「トライアスロンより登山の方が性に合つとる。自分のペースで山に登るとが何より楽しか」と笑います。

ほかにも、約20年前から地元比賣神社の金子宮司主導で始めた「ふるさと探検隊」の取り組みでは、田植えや磯遊び、キャンプ、昆虫採集など通して、地域の子どもたちが自然と触れ合うきっかけをつくり、生月の歴史や文化を伝えていきます。

このようにさまざまな分野で精力的に活動する小野さんの活力はどこから湧いてくるのか。小野さんは言います。「船を降りてから嫌なことは一つもなか。トライアスロンに登山、ふるさと探検隊とかやりたかことはいっぱいあるせん元気でいられる。その中で、いろんな人たちとの出会いのあつて、今が一番楽しかよ」。小野さんは今日も潮見グラウンドでトレーニングに励みます。



ますだ さだこ
増田 貞子さん
86歳 (春日町)

かたりなで子どもたちと楽しそうに話す増田さん。優しい笑顔が来訪者を和ませる。(撮影のためマスクを外しています)



まつだ よしひろ
松田 吉泰さん
88歳 (田平町)

自宅の作業場で木作業を楽しむ松田さん。他にも野菜作りや花の世話をするのが楽しみ。

「お客さんが喜んでくれるのが嬉しい。 元気の秘訣はいろんな人とお喋りすること」

春日集落拠点施設「かたりな」で、来訪者のおもてなしをする増田貞子さん。施設の交流部屋には、増田さんの自宅で採れたスイカやトマト、自家製の漬物などが並び、その温かいおもてなしが評判を呼んでいます。数年前から「かたりな」に立ちはじめたという増田さんは、御年86歳。90代の先輩方も引退し、現在、「かたりな」に立つ地域住民の中では最年長です。「お客さんが『おばあちゃんたちとお話しできてよかった』と喜んでくれるのが嬉しい。わざわざお礼のお手紙をくれる人もおるとです。はじめは、説得されて立ち始めたのですが、今ではお客さんとお話ししたり、子どもたちの遊ぶ姿が見ると生きがいです」と笑顔を見せます。

「かたりな」に行かない日は、自宅で畑仕事に精を出すという増田さん。庭には色とりどりの花が咲き、「かたりな」にも飾っています。「静かにしとくとが苦手、近所の人からは『休む暇もなく忙しかね』って言われるとですよ。元気の秘訣は、好き嫌いせんなんでも食べることに、いろんな人とお喋りすること」。今日も「かたりな」では、増田さんの優しい笑顔が迎えてくれます。

「自分が作った物で喜んでくれたり、 笑顔ば見るとが嬉しかね」

自宅の作業場で木工作業を楽しんでいる松田吉泰さん。約20年前から始めたという木工品やわら製品作りは、今ではテーブルやテレビボードなどの大きなものから、押し寿司の型や升、ぞうりなど細かな作業が必要なもので、さまざまな物を作っています。その腕前が評判を呼び、親戚や知り合いから頼まれることもあるようで、現在は「道の駅昆虫の里たびら」からの依頼で野菜の陳列棚を製作中とのこと。数年前からは、道の駅にも出品しており好評を得ています。

「作りよる時は退屈せんけんよか。だいたいの物は、図面は引かんで頭の中でイメージしながら作るとよ。作りよるうちに、いろんなアイデアが浮かんできて、改良していくのが楽しか」と話す松田さん。家族の弘美さんも「スマートフォンなどで構造を調べて、自分で作れるものなら作業場で作ってしまうですよ」と話します。

「家に来た人が品物ば見て、気に入ったものがあれば持って帰ってもらうとよ。その時に喜んでもらった、笑顔ば見るとが嬉しかね」。松田さんの創作活動はこれからも続きます。



1



2



3

1_この日は、自宅で採れたスイカや近くの海で採った貝などが並んでいた。/2_来訪者からのお礼のお手紙。このような手紙が何通も届いている。/3_「かたりな」に飾られている来訪者の写真。皆さん楽しそうな笑顔浮かべている。



1



2



3

1_電動の糸のこで板を犬の形に切り抜く。湾曲した複雑な形もお手のもの。/2_木製の玉が循環するように設計されたおもちゃ。子どもたちに大人気だそう。/3_押し寿司の型とわらじを持つ松田さん。どちらも道の駅で人気の商品。