



会員のひろば



大西 孝子

絵手紙同好会

老害とハラスメントは親類か
ゴミを見て生活態度省みる

たろちゃん

川柳

毎朝の
友のメールを
ゴクゴクと
我が心の
栄養ドリンク

寺島
しのぶ

五行歌の会

同級生の訃報が届く春の夜
桜スイーツが私を癒す

小西
和子

短歌

老いに向き合って

気が付けば何時の間にか自分がすっかり老人になっており、それが故の不都合さや不甲斐無さに自ら呆れ、腹立ちさえ覚えることの何と多い日々か。更に何かの話しの折りに、敢えて「老人」とは言わず「シニア」などと表現している自分にも気づきます。「老」という文字。嘗ては敬意を持って「老」の字を使う言葉「長老」「老公」「老熟」など沢山あり、「老」はマイナスのイメージではなかったはずなのに、いまは身近で老害などという言葉が行き交い、高齢者にとり生きにくい状況となっているのが現実です。

老いた今、自分が思うこと。ただただ長生きしたいとは決して思いませんが、頂いている命の時間のある間、出来るだけ自分が自分として居られる様ありたい。そのためには少しでも自分の若さを保つ努力をしなければならぬでしょう。とはいえ、年をとりながらも若さを保つということは大変な事であり、それが年齢の無視や、老いからの逃避に繋がらぬよう、老いを謙虚に受け入れ、無理のない範囲でということが必要となるでしょう。そのことに気が付かず無理をしてしまうと若い方たちから「老害」などという思いもしない悲しいことばで表現されることとなり、結果、迷惑をかけてしまうことになりかねませんから。では年をとっても、正常な頭や健康を保つために何か出来ることはあるか。

社会的に老人と呼ばれる沢山の人達が、前向きな気持ちと意欲を持って集い、交流したり相互に学び合うことにより、自立した主体的な生き方を目指す事が出来る場としてあるのが、それこそが私たちのシーズネットだと改めて気づきます。めあてを持ち、出かけ、交流し合い、支え合う。2001年創設のNPO法人シーズネットの活動。これまでの長い間、その活動に参加することにより、どれほど多くの人達が、生きる力や希望、喜びを享受してきたかしれません。既に後期高齢者となって久しい今の自分ではあるけれども、あらためてシーズネットに感謝の日々です。

「いつも何か素敵な事が貴方を待つよ、オー、シーズネット！」 (シーズネット一会員より)

贅沢は言いません

最後に願う事は、生きている間、何とか頭の方だけは、正常を保ってほしい、そしてできれば足腰も。

《 現役北大生と巡る！北大祭ツアー 》のご案内

wacccoの学生が、人気の模擬店や展示、普通の大学生の生活をご紹介します！

日 時：2026 (R8) 年6月6日 (土) 10:30 集合 (自由解散)

集合場所：北大正門前 (北9条西5丁目)

参加費：無料

申込：不要 (当日直接集合場所へお越しください)

持ち物：特になし

緊急連絡先：070-9119-1567

※ 小雨決行