

老いること

猪塚 とも

65 歳になった。年金がもらえるようになった！と喜びも束の間介護保険証が届いた。ショックである。あんなに何人もの介護保険証を確認して私にとっては“宝物”のように大事に扱っていたのに自分自身のとなると“邪魔者”扱いである。そっと引き出しにしまった。

しかし、新聞を読むとき、物を書く時メガネが必要。

人の名前がすぐに出てこない。

朝早く目が覚める。

階段の上り下りがきつくなってきた。

確実に老いはきている。認めざるを得ない事実である。

現実を受け入れ共に生きていかねばならない。

1年後にどのような自分でありたいか、と自問する。

「友人と花見をしたい」「家族と旅行がしたい」-----

目標をたてそれに向かい努力すること、楽しいことであれば頑張れるはず。今の状態を維持することが大事です。

何年後かに他人の助けが必要になった時に引き出しにしまった介護保険証をそっと取り出しましょう。