



日本特有の祝日「敬老の日」

保健師 成田妃佐美です。

今年は、9月19日が「敬老の日」です。敬老の日とは、どういう日なのでしょう。

そもそも、兵庫県のある村長が「お年寄りを大切にし、お年寄りの経験と知恵を生かした農村作り」を目的に **9月15日を「としよりの日」と定めたのがきっかけ**でした。

「お年寄りを敬愛し、長寿を祝う日」であるとともに、高齢者の福祉について関心を深め、高齢者の生活向上に努めるよう若い世代に促すという気持ちが込められているんだそうで、この祝日は日本以外の国にはないそうです。

お年寄りって何歳くらい？

何度か行われている意識調査では「**70歳以上**」という意見が多かったようです。今は人生80年、90年の時代ですから70歳で長寿を祝われるのも早すぎますかね…。



この仕事をしていると、お年寄りの皆さんからよく聞く言葉があります。

「**まだまだ、そんな年（トシ）でない!**」と。

『**そんな年（トシ）**』とはどんな年（トシ）なのでしょう？

察するに、『**ヨボヨボになり人の世話にならないと生活出来ない年寄り**』のことを言ってるんでしょうね。そして家族は決まってこう言います。

「まったく…いったい、いくつだと思ってるのかね…」と。

年齢と共に行動が遅くなったり、感覚が鈍くなるのは仕方のないこと。

しかし、一度覚えた手順（仕事、料理など）は体に染みついてなかなか忘れるものではありません。**新しいことは覚えにくい**が、**昔のことははっきりと覚えている**。

これが年寄りの自信であり“生涯現役”を支えるものなのかもしれません。

みんなで集まって楽しい会話を!!

ぜひ敬老の日は、**お年寄りの経験と知恵に耳を傾け**、たくさん話を聞いてみてはいかがでしょうか。「お年寄りが一人亡くなると図書館が一つ失われるようなものだ」という言葉を耳にしました。本当にそうだと思います。

これを機会に、**遠方のじじちゃん・ばばちゃんにも一本連絡を入れてみてはいかがですか**。そして、**じじちゃん・ばばちゃんのみなさん、敬老の日は皆さんが主役の日**です。子や孫に伝えたいとびっきりのお話や、ばばちゃんではないと出せない味を披露してみてもいいかもしれません。

ちなみに、私のじじちゃんは力士の名前をたくさん教えてくれました。

そして、ばばちゃんはおいしい押し寿司を作ってくれましたねえ。