

## 気まま随想 ドン・キホーテの独り言②

### 定年を迎える皆さんへ

## “地域デビュー”前に、まずは“家庭デビュー”を！

ショッキングなレポートが1月29日付けの朝日新聞(朝刊)に載りました。「老後に夫と同居→妻の死亡リスク2倍」との見出し——愛媛県のある医長が高齢者3100人について調査した結果です。男性は妻がいる場合、いない場合に比べて死亡リスクが0.46倍に下がっていた。

医長は「夫の存在が妻に負担をかけている一方で、妻に先立たれると夫は身の回りのことを助けてくれる存在を失い、逆に死ぬ危険性が高まる。夫が家事などを覚えて自立することが大切」と話しているといえます。

団塊の世代が定年を迎えようとしているとき、心すべき課題でしょう。今、定年後の“地域デビュー”が話題に取り上げられていますが、私は、まずは“家庭デビュー”だと思います。炊事、洗濯等の家事を手伝う、または分担することです。

定年6年目の私の場合、料理はかなりのところまでこぎつけてきました。仕事を辞めるとすぐに料理教室に1年間、通ったからです。現役中は忙しかったせいもあって、包丁を握ることもほとんどありませんでしたが、今は和・中・洋のレシピが100近くあります。おかげで、妻に迷惑をかけることなしに、旧友や留学生たちを家に招き、妻もそれに加わって歓談を楽しむようになってきました。



男は沽券にこだわりがちですが、会社を辞めればただの人。今度は夫として家庭また地域での生活が始まります。私自身、定年後に料理とは夢にも思いませんでしたが、やってみると面白い。なによりもグンと世界が開けていきます。まさに「男、厨房に入るべし」の時代です。先のレポートを読むにつけ、すでに定年になった、またこれから定年を迎える皆さんに「まずは料理から」とわが経験からお勧めする次第です。

洗濯については、ときどき洗濯物を干す程度です。……マンション・ベランダの陽だまり。「下着干す 手に柔らかく 妻のこと」。手伝いをしながらこんな川柳を詠んでいたところ、日本ペンクラブでの講演(米原万理)に、この後を受けるピタリの小咄がありました。(この部分、「俳壇・川柳壇」からの引用です)

まず、男は慌てることなく、優しい手つきでスカートを下ろした。はやる心を抑えて、ゆっくりとブラウスをはいだ。

次にブラジャーのホックを外して引っ張ると、ブラジャーはそのまま男の足下にパタリと落ちた。それから男は、一気にパンティを引きずり下ろした。

今や、男の前には、むき出しの洗濯ロープがあった・・・。(笑い)

✖

この洗濯ロープが最初から分かっていると、ちっとも面白くない話ですが、皆さんが何を想像したのか知りませんが（笑い）、そちらの方に想像力がいくように最大限、力を尽くすわけです。そうすると、男が単に洗濯物を取り入れているという平凡な風景が笑い話になるわけですね」



初めは少々エッチのように思われながら、なかなか上手などんでん返し。洗濯をしながらも楽しんでいく——愉快で面白く定年後の人生を輝かせていきたいものですね。