

「ハ・ゲ・ア・タ・マ」原則で輝く <左：投稿原稿、右：掲載原稿>

英語講師 清水 武 (東京都昭島市 69)

つい先ごろ、日本皮膚科学会が男性型脱毛症治療のガイドラインを発表した。薄毛また禿げで悩む男性にとっては気になるニュース。育毛商戦も活発化するかもしれない。

実は、自分もその一人だった。40代後半から薄くなり始め、古希直前の現在は、前の方からほぼ半分が薄く(無く)なっている。この20年間余りに3種類ほどの育(養)毛剤も試してきた。たぶん効果はそれなりにあったと思うが、結果的には現状の姿になった。年齢、体質、それに遺伝的要素が多分に反映していよう。父親は40代でほぼ丸禿げだったから、ここまで持ち堪えたのを幸いとしなければいけないだろう。そこで65歳を機にすべて取りやめ、考え方と生き方を転向、年賀状にもそんなユーモアを添えて送った。

理髪店に行っても、髪が少ないからと交渉しても割引してくれるわけでもない。ならば逆に前向きに、「ハゲアタマ 5 原則で行こうよ」と訴えたのである。

「ハ=はつらつと」「ゲ=元気に」「ア=明るく」「タ=楽しく」そして「マ=まあるく」と。特に高齢者にとっては、この最後の「まあるく」が大切。人生の数々の苦難を乗り越えてきて、いまさら角をたてても仕方がない。こちらが丸くなればぶつかるものも少ない。そして自分が明るく輝いていけば、周囲も明るくなっていくだろう。私はこの 5 原則を信条に毎日を送ろうと努力している。髪に悩む御同輩のお役にたてれば、と筆を執った次第である。

「ハ・ゲ・ア・タ・マ」原則で輝く

英語講師 清水 武

(東京都昭島市 69)

先ごろ、日本皮膚科学会が男性型脱毛症診療のガイドラインを発表した。薄毛またはハゲで悩む男性にとっては気になるニュースだろう。

実は、自分もその一人だった。40代後半から薄くなり始め、古希直前の現在は前の方からほぼ半分が無く

なっている。この20年余り、いろいろ育毛剤も試してきた。効果はそれなりにあったと思う。父親は40代でほぼ丸ハゲだったから、ここまで持ちこたえたのを幸いとしなければいけないのかもしれない。

65歳を機に、しかしこうした努力はすべてやめた。理髪店に行っても、髪が少ないからと割引してくれ

るわけでもない。ならばと「ハゲアタマ5原則」をつくってみた。

「ハ」はつらつと 「ゲ」元気に  
「ア」明るく 「タ」楽しく 「マ」まあるく

高齢者にとって、最後の「まあるく」が特に大切。人生の数々の苦難を乗り越えてきて、いまさら角をたてても仕方がない。自分が明るく輝いていけば、周囲も明るくなっていくと信じ、日々努力している。

■投稿先は 〒104・8661 東京・晴海支  
FAX0570・013579また  
メールtokyo-koe@asai

2010年4月21