超高齢化社会への備え
シニアの鉄人

第72回

変わる高齢者像と新たな生活の楽しみ

毎日新聞　専門編集委員　滝野　隆浩

♪村の渡しの　船頭さんは
今年六十の　お爺さん
年はとっても　お船をこぐ時は
元気いっぱい　櫓がしなる
ソレ　ギッチラギッチラ　ギッチラコ

昭和16（1941）年に発表された童謡「船頭さん」の1番の歌詞である。過去の「高齢者像」を考えるとき、私は、いつも幼いころに聴いたこの唄を思い出す。いまから80年以上前、真珠湾攻撃で日本が米国と戦争を始めた頃、「60歳＝おじいさん」だったのだ。いまの時代、還暦の人を「じいさん」と呼ぶことは少々ためらわれる。

ご存じの方も多いだろうが、人気アニメ「サザエさん」に登場する磯野波平さんは「54歳」という設定である。頭髪のさびしい波平さんが50歳代前半とは。驚きである。

人生100年時代といわれている。ならば「高齢者」や「お年寄り」というのは、いったいいくつからなのだろう。よくわからない。

首相直属の経済財政諮問会議で5月、「高齢者の定義を5歳引き上げる」という提言が民間の議員から出て話題になっている。現行の65歳から70歳にすべし、という。日本では健康な高齢者が増え、勤労意欲のある人が多いということが背景にあるらしい。そりゃあ、そうだと思う反面、年金の受給開始年齢を引き上げようという魂胆が政府にはあるのではないかと疑いたくなる。

日本は世界一の長寿大国だ。戦後間もない昭和25（1950）年に男性58・0歳、女性61・5歳だった平均寿命は、令和4（2022）年、それぞれ81・05、87・09となった。ちなみに100歳以上の人は昭和38（1963）年には153人だったのが、60年後の令和5（2023）年には9万2139人もいる。実に602倍である。

むかしは、長く生きている、というだけで尊敬された。落語の世界で長屋の「ご隠居」は、店子の「八つぁん」たちのおちょくりの対象になってはいるものの、基本的には物知りとして敬われていた。いまの集合住宅は、都市部も地方でも年寄りだらけ、隠居だらけである。

年長者が尊敬されない。いや、それどころか厄介者扱いにされている。価値観が変わったのは、たぶん年号が昭和から平成になり、バブル経済が破綻して景気低迷期に入ったあたりからだ。会社組織では、終身雇用制度に守られてきたベテランたちが疎まれ始めた。大した仕事はしていないのに高い給料をもらっている、などと。同じ組織に長くいて経験を積んだことが、尊敬の対象にはならなくなった。自衛隊という大組織もたぶん同じ。自衛隊出身の作家、浅田次郎さんがよく使う「星の数よりメンコの数」というフレーズも、もう遠い昔の話なのだ。

私もまもなく65歳。法律的には高齢者である。会社内で昔ほどは大切にされなくなって、すねたい気持ちはある。だけど「昔は良かった」などと口角泡を飛ばして酒席で盛り上がり、若い人たちに説教するのだけはやめようと決めている。時代は大きく変化しているのだ。過去の経験など役に立たない。そう割り切ろう、と。

むしろ体がまだなんとか動くうちに、楽しいことをしたい。若い人より、ちったぁカネもある。ばんばん使って景気を良くしたい。それから人の役に立つことをしたい。何でもいい。横断歩道で小学生の通学を見守る「みどりのおじいさん」でもいい。車の運転くらいはできるから、施設に通う先輩方の送り迎えくらいはできる。最近あちこちにできている「子ども食堂」の手伝いや、フードバンクで働くのもいい。

自らの「老い」を赤裸々につづった本が売れに売れている評論家の樋口恵子さん。これからの高齢者の心構えとして「三つのショク」が大事だという。

（1）「食」＝食べることを楽しむこと。買い物にも行く
（2）「職」＝人のために働くこと。有給、無給は問わない
（3）「触」＝仲間をつくって日々、ふれあうこと

簡単そうでなかなか難しい。けれど「3ショク」を意識して生活できれば、還暦以後の生活もなかなか楽しそうである。無理をせず、ソレ　ギッチラギッチラコ、である。

【筆者紹介】
1960年、長崎県佐世保市生まれ。82年防衛大学校を卒業後、任官を辞退。83年毎日新聞に入社。東京本社社会部、「サンデー毎日」記者、前橋支局長をへて専門編集委員。著書は「自衛隊指揮官」「自衛隊のリアル」など多数。現在、毎日新聞で人生最終盤の医療・介護や葬儀や墓などをテーマにしたコラム「掃苔記」を連載中。

家族会　ほっとライン

家族を思う
あなたの気持ちが
日本を支えます

村上市（新潟県）

令和6年度定期総会を開催
新たなメンバーと共に発展を目指す

村上市自衛隊家族会の齋藤知世会長は6月9日、会長就任から2回目となる令和6年度定期総会を開催しました。

村上市自衛隊家族会は一昨年、地区協議会長から家族会運営についての指摘を受け、当時の会長以下執行部全員が退会しました。

その後、齋藤会長を中心に、全員が女性というスタッフで新たに家族会を引き継ぎ、一から活動を再開しました。

この1年間の総括となる総会は、齋藤会長のあいさつから始まり、事業報告・決算報告、新年度の活動方針・予算案について真剣に討議されました。参加した会員からも建設的な意見が寄せられました。

また、新会員の募集にも力を入れ、新たに2人のメンバーが加わったことが報告されました。

これにより、村上市自衛隊家族会の今後の勢いを感じさせる総会となりました。

（自衛隊家族会新発田地区協議会　事務局長　鈴木　勝実）

定期総会風景

長野県

家族会総会を支援し協力体制を強化
松本駐屯地とも目標達成に向けてまい進

長野地方協力本部（本部長・力久健1等陸佐）は5月12日に長野県自衛隊家族会総会などを支援しました。総会は昨年度に続き長野県中心部の松本市で開催され、会長、副会長、各地区協議会長をはじめ各理事などが参加しました。

記念撮影

冒頭、山東家族会長はあいさつで、昨年新たに会長職に就いて1年があっという間に過ぎたことに触れ、「チャレンジ1000」を目標に、会員数を1000人に増やすべく努力してきたことを語りました。

会員各位も積極的に活動し、長野地本と連携して隊員募集に協力したことについて述べ、今年度も引き続き頑張っていこうと力強く語りました。

長野地本からは、4月に着任した副本部長をはじめ、募集課長や各地域事務所長が参加し、会員等との親睦を深めました。

また、松本駐屯地からは業務隊長の酒井2等陸佐も参加し、日頃から家族支援活動に関して相互に協力していることに謝辞を述べ、今後も家族会と連携を深め、隊員の家族支援活動に尽力するパートナーであることを再確認しました。

防衛講話では、松本駐屯地の副連隊長である浅埜2等陸佐を講師に招き「松本駐屯地の任務と災害派遣活動について」講演していただきました。

講師は、長野県唯一の自衛隊施設である松本駐屯地の任務と活動領域の広さを、精鋭無比の第13普通科連隊が活動した災害派遣現場の内容とともに分かりやすく説明し、家族会員に隊員の精強さや必要な隊員募集への協力を呼びかけました。

意見交換会では、本部長も参加し、副連隊長や業務隊長とともに例年にない盛り上がりを見せました。

家族会員からは「地本・駐屯地の隊員の皆さんが一所懸命に訓練や隊員募集に勤しんでいることに改めて感謝し、会として多くの募集につながる活動をしたい」という意見が出され、実りある1日となりました。

長野地本は、家族会との強固な連携体制をさらに強化し、松本駐屯地とともに家族会の支援を図り、目標達成に向けてまい進していきます。

愛媛県

県家族会　令和6年度定期総会を開催
気持ち新たに家族会活動の充実を誓う

愛媛県自衛隊家族会は6月2日、ホテルマイステイズ松山で令和6年度定期総会を開催しました。

第1部総会では、森川会長が今年度の重点目標として、現職隊員の家族会加入を強調しました。その後、今治市地区会長が議長となり議事が進められました。議案説明は越智事務局長と成井監事が担当し、全議案および報告は全会一致で承認されました。

森川会長あいさつ

休憩の後、第2部記念式では、国家斉唱、殉職隊員・物故会員への黙祷、表彰式、来賓祝辞が行われました。特に来賓祝辞では、長谷川・井原両衆議院議員、山本参議院議員、三宅愛媛県議会議長、真部愛媛地方協力本部長からのご祝辞をいただきました。

引き続き、第3部懇親会では、武智伊予市長と谷川駐屯地司令からのご祝辞をいただき、小原愛媛県隊友会長の乾杯の音頭で始まり、横田愛媛県防衛協会副会長の中締めで終了しました。

これからも家族会として充実した各種活動ができるよう、会長をはじめ会員一同、気持ちを新たにした総会でした。

（愛媛県自衛隊家族会　事務局長　越智　泰司）

防大（神奈川県）

防衛講演会を開催　最近の国際軍事情勢とわが国の対応
関心高い国際軍事情勢を学習

神奈川県自衛隊家族会防衛大学校地区会（桝田英寿会長）は6月22日、かながわ県民センターにおいて、太田文雄先生（元海将・防衛大学校教授）を講師に防衛講演会を開催しました。

本会会員以外にも、防衛大学校千葉県他の父母会員、現役防大生など、約40人が参加しました。

国際軍事情勢について説明

演題は「最近の国際軍事情勢と我が国の対応」でウクライナ・ロシア戦争、イスラエル・ハマス戦争、潜在的中台戦争などなど、昨今、新聞紙上などをにぎわしている話題を豊富に取り上げていただき、参加者一同熱心に聴講しました。

また質疑応答では多くの質問があり、現役防大生からの専門的な質問には「さすが防大生！　よく勉強しているね！」という声も聞こえました。会員参加者から「明日から新聞、テレビの見方も変わってきそうだ」という感想をいただきました。講演終了後には、太田先生に対する感謝の拍手が鳴りやみませんでした。

（神奈川県自衛隊家族会　防衛大学校地区会　会長　桝田　英寿）

川越市（埼玉県）

川越市自衛隊家族会　熊谷基地を研修
猛暑の中での訓練と感動的な交流

7月4日、川越市自衛隊家族会は、会員とその家族の総勢12人で空自熊谷基地および第4術科学校を研修しました。この研修は、熊谷基地司令・秋本康雄空将補が当家族会の会員であることから実現しました。

秋本基地司令を囲み記念撮影

当日は35℃の猛暑の中、基地内見学途中で、匍匐前進の訓練をしている学生たちを身近な所から見学することができました。

したたる汗をものともせず懸命に訓練する姿には、見学者の誰もが感動を覚えました。

昼食は特別室を開放していただき、秋本基地司令を囲んで参加者全員と韓国風料理に舌鼓を打ちながら、和やかに懇談することができました。

また、基地からのサプライズとして、訓練学生と今回の研修に参加した父母や、給養隊員とその母親との対面があり、参加者全員が盛り上がった瞬間でした。

参加人数は12人と少なかったにもかかわらず、秋本基地司令をはじめ広報班二宮室長、松田中隊長他の心温まる「おもてなし」をしていただき、参加者誰もが大満足の部隊研修となりました。

（川越市自衛隊家族会　会長　長坂　均）

神奈川県

厚木航空基地支援団体連絡協議会
第11回理事会・幹事会合同会議を開催

7月2日、海上自衛隊の厚木航空基地支援団体連絡協議会が大和市で第11回理事会・幹事会合同会議を開催しました。

神奈川県自衛隊家族会の中條祐介会長をはじめ、大和地区会の水谷会長、海老名・綾瀬地区会の大槻会長、そして監事として海老名・綾瀬地区会の杉田が出席しました。

厚木航空基地ゲート（厚木基地Web）

厚木航空基地支援団体連絡協議会は、大和市自衛隊協力会、隊友会県央支部、湘南水交会、家族会大和地区会、家族会海老名・綾瀬地区会の6団体で構成され、厚木基地の活動を支援協力しています。各団体は異なる活動を行っていますが、緊急登庁時の預かり保育支援に協力しており、地元自治体の協力を得ながら臨時の保育所運営をしています。

今回の会合は年度ごとの合同会議で、厚木航空基地第4航空群司令部の方々も出席し、昨年度の活動報告と今後の活動予定を確認しました。

今年度も保育講習受講や連絡網確認、実働訓練を通じて緊密に連携し、緊急時の対応を万全にする体制を維持します。大和地区会と海老名・綾瀬地区会から支援員を派遣しており、役員だけでなく多くの会員が一丸となって支援に努めていきます。

（神奈川県自衛隊家族会　海老名・綾瀬地区会　事務局長　杉田　慎治）

大刀洗町（福岡県）

地本の支援受け　幹部候補生学校を訪問
大刀洗町自衛隊家族会が研修実施

福岡県三井郡大刀洗町自衛隊家族会は、地方協力本部久留米地域事務所の支援を受け、5月15日に久留米市前川原駐屯地にある陸上自衛隊幹部候補生学校を訪問しました。

大講堂の前で記念撮影

昭和29年に発足したこの学校は、陸上自衛隊の幹部候補生を教育する全国唯一の機関です。訪問では、まず学校の概要について説明を受け、その後資料館を見学しました。資料館には、尚武の地にふさわしい歴史と伝統が刻まれた史料が展示されており、幹部自衛官の登竜門としての教育環境が整っています。

また、校内を隊列を組んで移動する幹部候補生たちの姿は、精悍で活力に満ち、キビキビとした行動が大変頼もしく感じられました。彼らが全国各地の部隊で幹部自衛官として活躍する姿が期待されます。

昼食は、幹部候補生と同じメニューである「タヌキうどん・野菜炒め・副食デザート等」を体験喫食しました。ボリュームたっぷりの献立で、参加者には十分すぎる内容でした。

（大刀洗町自衛隊家族会　庶務　佐竹　寛文
会長　山崎　修治）

山口・防府（山口県）

自衛官候補生、25km行進訓練を完遂
家族会山口支部と防府支部が激励

山口県自衛隊家族会山口支部および防府支部は、6月20日に陸自山口駐屯地で前期訓練の締めくくりとなる25km行進訓練の激励を実施しました。

今年4月に入隊した21人の自衛官候補生たちは、わずか3カ月でたくましく成長し、堂々とした行進を見せました。家族会のメンバーは、防府支部が作成した手作りプラカードを掲げ、激励と声援を送りました。

手作りのプラカードで激励・声援

当日は蒸し暑く、時折雨が降る悪天候でしたが、自衛隊家族会の熱心な激励と声援が候補生たちの励みとなり、最終地点である山口駐屯地まで力強く行進しました。

自衛官候補生たちが日本の国土と国民の生命を守る自衛隊員としての道を選び、誇りを持って誰からも信頼される自衛官になることを期待しています。

（山口県自衛隊家族会
山口支部長　重宗正則
防府支部長　福岡　要）

高知県

新隊員訓練を見学し隊員を激励
総合訓練に家族と共に参加

6月17日、高知県自衛隊家族会（原洋吾会長）は、高知地方協力本部長（堀川佳紀1等陸佐）の協力を得て、陸自高知駐屯地において第50普通科連隊（連隊長・水間譲作1等陸佐）で実施されている新隊員教育隊訓練（総合訓練）を家族と共に見学し、隊員を慰問・激励しました。

新隊員および家族等との訓練開始エール

訓練見学の概要は、①施設見学②隊容検査見学③訓練見学（天幕展張・撤収、行進訓練）④体験喫食（隊員との会食）など、充実した内容で実施されました。

家族会は、総合訓練開始前の隊容検査の見学において、原会長から教育隊長（副連隊長・吉川浩2等陸佐）をはじめ、新隊員および統裁部隊員を激励し、隊員の士気を高揚させました。

また、今回の訓練見学に参加した家族は、逞しく成長したわが子に感動し、新隊員教育訓練の様子を知ることで、自衛隊への信頼感が一層強くなりました。

最後に、部隊見学・研修および慰問・激励活動が家族会入会の魅力の1つであることを再認識しました。

（高知県自衛隊家族会　事務局長　宇田　俊作）

栃木県

矢板市自衛隊家族会定期総会開催を支援
少子化対策と防衛連携強化を確認

栃木地方協力本部大田原地域事務所（所長・高井1等陸尉）は6月18日に矢板市矢板公民館で開催された「令和6年度矢板市自衛隊家族会定期総会（萩島裕司会長）」を支援しました。

講話中の加藤本部長

総会の開催にあたり、萩島会長より「昨今の少子化や世界情勢が相まって、厳しい募集環境ではあるが、これまで通り大田原地域事務所を積極的に支援する」と、心強い言葉が述べられました。また、森島武芳矢板市長は「自衛官が活躍できる環境づくりのためには、家族会の皆さまのご支援・ご協力が必要です」と激励の言葉を述べました。

総会に続いて、加藤栃木地方協力本部長による講話が行われ、自衛隊の概要および日本の防衛の現状について説明がありました。

最後に、事業活動の連携強化と支援・協力のお願いがありました。

解答
数字　頭の体操㉒

答　$12\frac{8}{11}$分後　　6時　$32\frac{8}{11}$分

解説

前回述べましたとおり、1分間に長針は6度、短針は0．5度進みます。よって、長針は、1分間に6度－0．5度＝5．5度ずつ短針に近づきます。

6時20分時点での長針と短針の角度は、前回の答えである70度でしたので、

70度÷5．5度／分＝$12\frac{8}{11}$分後に重なり

そして、そのときの時刻は

6時20分＋$12\frac{8}{11}$分　＝6時$32\frac{8}{11}$分

となります。

（次回第3弾に続きます）

秘密厳守
隊員及び家族の皆様の
遺言アドバイザー
（遺言・相続 専門）
遺言書がなく揉める相続。
揉めたら全員が敗者です。
あなたの遺言書があなたの家族を守ります。「遺言書」づくりをサポート致します。
柴田純一
行政書士
遺言書は、家族の絆の証明書!!
行政書士　柴田法務会計事務所
〒173-0035 東京都板橋区大谷口2-24-13 受付時間／10:00~18:00
TEL 03-6780-1408 FAX 03-6780-1409
E-mail／info@yuigonsyo.biz https://yuigonsyo.biz