

優秀賞

中学生部門〈生きる〉

熊本市立万合中学校2年

竹本 旺弘

## 長生きの秘訣

僕は先日、職場体験で『つくし庵』という老人ホームに行った。そこでは入所や通所されている方々のお手伝いをさせて頂いた。ほとんどの方は八十代、九十代の方ばかりで、中には百歳をこえた方もいらっしやった。初めは話が長くか心配だったが話は思いの外はずんだし、話かけてくださる方も結構いた。

その中に山西さんというおじいさんがいた。山西さんはすでに百歳をこえて、正確には百三歳になっていたが、耳はよく聞こえていたし、歩くのも自分で出来るので担当の方も、「この人すごいでしょ」

と、にこやかに言っていた。何となく山西さんに、「どうしたらそんなに健康で長生きできるんですか」と、聞いてみた。すると、

「普通に生きるこつたい」

と、意外な答えが返ってきた。その時は、ああ、そういうことかと思った。家に帰って母に、その日山西さんに聞いたことを話してみると、

「普通に過ごすってけっこうハードル高いんだよね」

と、言った。それで僕は、『普通』の意味を考えてみたが説明しろと言われると、よく分からない。そこで辞書で調べてみた。すると、意味の一つに『それがあたり前であること。そのさま』と、あった。自分にとって良い事も、悪い事も、うれしい日も悲しい日もいろいろあるけれど、それをあたり前であることと思い、自然体ですごすのは結構大変な事だと思う。だから、山西さんが言った「普通に生きるこつたい」の一言は、今まで山西さんが過ごしてきた時間の全てを、大らかに受けとめていて、生きる力強さを感じた瞬間だったような気がする。

たぶん明日も山西さんは、普通に笑って、普通に会話して普通に過ごしていると思う。それが、長生きの秘訣だから。