

公立学校教員、会社員を経て、現在、還暦野球選手監督、マスターズ陸上選手。

超高齢社会を生きる

定年退職の前年、私は、この先どうやって生きていったらよいのだろうか、考える日々が多くなった。そんなある日、ふと少年時代のことを思い出した。

少年時代「六三制 野球ばかりが 巧くなり」と比喻された時代、私は野球が好きで好きで、一食抜いても野球をやりたかった。

しかし、家貧しく夢は果たせなかった。

「そうだ、定年後は、好きな野球をやろう。」そうはいうものの、こんな年では、と思っていた矢先、ふと見たテレビになんと古希を過ぎた高齢者が野球を楽しんでいるではありませんか、それも全国大会とのこと。

「これだ！」私は、すぐさま放送局と新聞社に問い合わせたところ、「還暦野球、オール札幌」を紹介してくれたのである。

以来、十年間、週三回の練習に汗を流し、北海道、全国大会の試合に出場し、緊張と興奮を味わった。

お蔭で退職時、七十キロあった体重が十年間で六十キロに減り、今は、体重の減るのが楽しみである。さらに高血圧、糖尿病の心配もなくなり、病院のお世話になることもなく、健康な日々を送っている。

しかし、古希を過ぎてから、野球での動きに陰りが見えてきた。ゴロを追う足の運びがにぶり、転ぶことが多くなった。

「これはいかん！」脚力の衰えは、全身の衰えである。そんな話を先輩にしたところ、マスターズ陸上競技を紹介してくれたのである。

マスターズ陸上競技は、五歳刻みのランク制以外は、一般の陸

上競技と同じである。

最初の年、私は、七十歳クラスの百米走に出場した。その時の光景が今でも忘れられない。場内アナウンスで、隣のコースに立つ方が、百二歳の選手であることを知った。

「ウォー」場内はどよめき、私は、声にならない声を出した。この感動は、私に走る勇気を与えてくれた。超高齢時代を生き抜いてきた先輩と同走できる喜びに感謝した。同時に、マスターズ陸上競技の魅力にとりつかれたのである。

以来四年間、陸上競技に打ち込んでいる。生まれてはじめてのスパイク、全天候型の競技場、なにもかも新鮮で、刺激を与えてくれる。種目は、ハンマー投げ、円盤投げ、槍投げ、砲丸投げ、走り幅跳び、百米、二百米、四百米、八百米、千五百米、五種競技を経験し、今は、自分に適していると思われる、短中距離に力を入れている。

今、我が国は、年金、医療、税の問題に揺れ、高齢者にとって、先行き「不透明」な時代を迎えている。そのような時代、スポーツ界は、年輪を重ねても参加しやすいよう、年代別の野球、サッカー、ラグビー、テニス、卓球、さらに、五歳刻みの陸上競技、水泳など、年々増えてきている。

これは、生きている限り「健康」な人生を送りたいと願う先人の知恵である。

私は、この先人の知恵である年代別の「還暦野球」から入り、未知の「マスターズ陸上競技」を学び、現在七十五歳クラスに出場している。さらに、将来走れなくなるであろうことを想定して「マスターズ水泳」に入門した。同時に、これらの体験を文章化し、投稿している。スポーツも奥が深い、文章も奥が深い、奥の深い二つを大切に、超高齢化社会を生き抜いていきたい。=終=