入居者インタビュー

『妻との思い出を胸に自分らしい終の棲家へ』

市川　義一　様（79歳）

今回は、趣味の山登りを楽しまれている市川様にお話を伺いました。

〈山歩きと妻との思い出〉

独身時代は山岳が好きで高い山へ登っていたけれど、結婚後は妻に山登りを教えて、二人で低い山登りを楽しみました。もともとが東北育ちの為、山野草や自然が大好きで、四季折々に新しい発見や感動があります。それに、厳しい山に自分の足で歩いて頂上に立った達成感がなによりです。また、山道や休憩所での人との出会いも楽しくて、日本百名山を殆んど制覇しました。暇さえあれば富士山によく登りに行ったものです。特に記憶に残っているのは、日本アルプス屈指の名峰で「甲斐駒ケ岳」（標高２９６７Ｍ）に初心者の妻を連れて行ったこと。途中妻が登れなくて同行の大学生に引っ張り上げてもらったり、山小屋に予約をしなかったものだから、親父さんに小言を言われたけれど、なんとか２人泊めてもらったなぁ。本当、あの時は厳しかったけれど、今では良い思い出です。

〈妻の突然死を乗り越えて入居へ〉

妻は花が好きで、庭には花が絶えなくて、近所からは花屋敷と呼ばれていたようです。よく花の手入れをしていたので私も手伝いましたよ（笑）。

二人で河口湖の湖水祭りを楽しんで来た翌日ですよ。私は椿山荘で暑気払いの集まりから15時に戻って来たら、妻がソファーの下で寝ていたんです。すぐに抱き上げたら、首が冷たくなっていて、私は頭が真っ白になりました。救急車で日赤病院に搬送され検査の結果、くも膜下出血で手が打てる状態ではなかったようです。妻は痛みを感じる暇もなく亡くなったと聞き、それだけでも救いでした。

妻の急逝後、男の一人暮らしには限度があって・・・妻との思い出を胸に、一人で生きていこうと、気持ちを切り替える為にも妻が準備をしてくれていた資金で自分が自分らしく生涯安心して生活が出来る施設に入居したいと思ったのです。そして、湯河原〈ゆうゆうの里〉なら残された老後を充実して楽しく過ごせると思い、２年半前に入居をしました。

前穂高を間近に
小屋のテラスで友人と

〈今を楽しく生きることで、終末は健やかに〉

入居して、介護や急な病気やけがなどの不安が一気に飛んで本当に安心したせいか、今まで以上に山登りに行っている気がします。すこぶる元気で、月２～３回程度は、気の知れた仲間とうつつを抜かしています（笑）

ここで好きな事を思い切りやれる事がとても幸せですね。「今を楽しく生きることで、終末は健やかに」を願って健康の維持が最大の関心事なんです。早朝の散歩をして、朝食を摂ります。同行の志と途中の出会いも楽しく大切にしていますよ。サークルやアスレチックジムをうまく活用し、好きな山歩きが続けられるように運動量を調整しています。

さらにこれからは、元気な入居当初と比べ、視野が狭くなり意欲的に施設の機能を活用出来なくなっていくでしょう。だから困っている人を見るとほっておけないんですね。私は困った人の味方ですから（笑）

奥様との思い出を大切に胸にしまい、今をどう過ごしたら自分らしく後悔しないで生きられるかを実践して暮らされています。いつまでも健康で大好きな山歩きを続けて頂きたいです。