



とにかく話好き、世話好き。そして行動範囲が広い。エクセルで自身の毎月のスケジュールを作成し、スマートフォンで毎日の予定を確認する忙しさだ。

長岡京市老人クラブ連合会副会長を6年前から務める。高齢者自らが積極的に健康づくりと介護予防に取り組む全国老人クラブ連合会の「健康づくり推進員」でもある。この輪を市内の老人クラブに広め

「今」が人生の舞台

長岡京市老人クラブ連合会副会長

やまもと きよし
山本 淳さん (78)

ようと推進員養成に力を入れる。48のうちすでに41老人クラブで推進員が誕生した。「かかりつけ医を持つことや歯のチェック、薬の正しい使い方、転倒防止のための運動などを呼び掛けています。高齢者の最大の目標は健康です」。実に明快だ。

地元・谷田地区では、顔の見えるまちづくりのリーダーとして汗を流す。67歳で会社勤めを辞めた時、



地元老人クラブの副会長に推されたのがきっかけだ。「同じやるなら楽しいことをやろうと、麻雀など15の同好会を立ち上げました」。お年寄りらの活動に促されるように子どもや若い世代の地元参加が増え、年末の餅つき大会は2日がかかりだ。犬の散歩をしながら高齢者を見守る「わんわんパトロール」の活動は府内でも有名となった。

京都岐阜県人会名誉会長でもある。ふるさとに寄せる思いは人一倍熱い。通信教育で庭園管理士の資格をとり、シルバー人材センターから庭木の手入れや庭園管理の仕事を請け負う。はしごもかけずにスルスルスと木の上を歩く。なんとも身軽だ。「老人クラブやまちづくりもそうですが、地域を豊かにする活動に参加できることが健康の源なんです」。山本さんのような人が増えれば「地域再生・ふるさと創生」も夢でない。

「好きな言葉は『今、ここ』です」。「生きている今が、人生の舞台でしょう。重要なのは、何年生きたかではなく、どう生きたか。自分がしてもらったのではなく、わずかでもいい、自分に何ができるのかを考えて今日もスタート!です」。「生涯青年」の言葉に圧倒された。

