

# 自分の人生設計に基づいて、住みなれた京阪沿線で暮らすためのホームを選びました

大阪(ゆうゆうの里) 白浜広子様(77歳)

令和5年6月 一人入居

生命保険会社で定年まで勤め上げました

普通のサラリーマン家庭で、姉、弟の3人きょうだいとして育ちました。真ん中に育ったせい、私は「しつかり者」で、弟には相談されることも多かったです。学生生活を終えると生命保険会社に就職。事務職として仕事をしていましたが、折から男女雇用機会均等法が施行され、女性に総合職の道が開けました。私も上司の勧めでテストを受け、45歳の時に総合職になりました。仕事の内容もそ



れまでと変わり、法人営業として保険や年金の担当をさせていただけました。常にフル回転で頭の中は仕事のことを考えていましたが、辛いことはなかったですね。自分の性分にもあっていたと思います。同居していた母が亡くなったと同時に大阪から東京に転勤。以後の8年間は東京勤務で定年まで勤めました。

**仕事で覚えた人生設計。自分の人生だから自分で決めて行きたい**

この生命保険会社には、お客様のライフプランを考え提案する仕事がありました。その為「自分の人生設計を考えなさい」という趣旨の講習会もあります。お陰様で自分の定年退職後をどのように計画して行くか、自分の人生を真剣に考えるようになりました。仕事にはやりがいを感じていましたが、60歳定年の時には、「はい、辞めます」と会社に即答することができました。これからは自分のために時間をとおすと、地元の大阪に帰ることも決めていました。

大阪に戻り、まずは体力維持の



ため、月曜から土曜まで近所のジムに通い始めました。そこで友達ができ、グループに「歩こう会」というのができ、大阪市主催で市の全区を歩く企画に参加したりするようになりました。新しい趣味の出会いもありました。大河ドラマの主題曲を奏でる二胡に魅せられ習い始めました。プリザードフラワーづくりも楽しい時間でした。スケジュールを立てて海外旅行に行くのも好きです。姉と一緒に行ったスイスも、マチュピチュ、イグアスの滝も、キューバのクラシックカーもよかったです。

**一人では死ねないじゃないですか。老後は70歳から考えよう決めていました**

父は62歳で亡くなり、母は入院して半年もしないうちに亡くなったので、私はほとんど介護を体験したことがあります。体験を通して老後を考えるようになったというより、人生設計の一環で、70歳から老後を考えよう決めていました。「70歳って早いね」と言われますが、引越いや片付けができるのは早いからです。今まで

住んでいたマンションで老後を迎えることもできましたが、きょうだいも関東にいて迷惑をかけられない。一人では死ねないじゃないですか。それなら老人ホームに入るのが一番だと決めました。更に定年後のライフスタイルを変えずに、元気なままに長く暮らせるホームが良い。ここなら駅まで2分とアクセスがよく、お付き合いもお稽古も、今まで住みなれた京阪沿線なら自分の意思でどこにも行けます。

**安心して楽しめる今の生活をいつまでも、と願っています**

入居した時に歌声が聞こえてきました。入居前には友人とコーラスを楽しんでいましたが、当時コロナ禍でコーラスもカラオケもダメになっていました。久しぶりに聞く歌声に惹かれ、まずはコーラスサークルに入りました。すると早々とお誘いを受けゆうゆう祭の発表会に出させてもらいました。入居前から40年続けてきた「歩こう会」は、すでに近畿圏のハイキングコースを制覇。年齢のこともあって今はランチ会に変わりました。輪番で美味しいお店に行く企画を立てます。

先日八丈島に行ったのですが、帰りの飛行機が飛ばなかったため、帰宅が一日延びますと連絡しました。旅行で留守にしているとも見守ってもらえている安心を感じています。