

## 会員の広場



### シニアライフはHTMLして

田谷和明（東京）

定年退職してから4年半が経過した。シニアライフは、なにより時間がたっぷりある。だから油断をしていると、なにもしないまま時間だけが無為に過ぎてゆくことになりかねない。ということ、自分でできるだけ積極的に時間のマネジメントを行い、スケジュールを埋めていくように心がけてはいるものの、生来の怠け癖が勝る日も多い。

ぶらりと駅前に出かけ、書店をめぐり、ショッピングを覗き、行きつけの喫茶店でコーヒーを一杯、帰りにスーパーで買い物、というパターンは自分の日常生活リズムでもある。特にこの1、2年は駅前に、自分と同世代と思われるシニアの姿を見る機会が多くなった。団塊世代が会社をリタイアして、平日に巷にあふれていることがよくわかる。

平日の入場者が多く、なかなか希望の時間帯に予約を取れないゴルフ場も多いと聞く。このシニアが増殖している現実をみると、新たなビジネス・チャンスが眠っていると思うのは私だけではないだろう。

せっかくのシニアライフをできるだけ楽しく、充実したものにするために、自分なりに思い至ったのは「HTMLのバランス」ということだ。

H (Health)・T (Time)・M (Money)・L (Love)の頭文字を並べたのが、プログラミング用語に似たHTML。この「健康、時間、おカネ、愛」の四つのこ

とがバランスよく保たれているほどシニアライフはより充実感があると思うのだ。

H II健康は何より大事。年齢を重ねると体のあちこちに不調が出てくる。シニアはよく食べ、よく眠り、適度に運動をすることを心がけねばと思う。私は、駅前のぶらり散歩とゴルフ練習で体を動かすように心がけているが、無理は禁物。無理せず8割稼働のペースがベストと思っている。

T II時間はたっぷりある。自分の可処分時間をできるだけうまく管理し、有効に使うように心がけている。嫌いなことはできるだけせず、好きなことを積極的にスケジュールに埋め込む。シニアになったら、いやな奴とは付き合わなくていいのだから気楽である。

M IIおカネはいくらでも欲しいが現実が現実。時間がたっぷりあってもおカネがなくては何もない。ゴルフもしたい。資産、収入と支出のバランスをチェックしながら、許される範囲でやってみていくしかないが…。

よくわからない金融商品には投資しないこと、証券会社が薦める投資信託などでもシニアにとってリスクが高いと思われる商品には慎重でありたい。シニアの資産運用について、資産をいかにして増やすかが話題にされるが、自分としては、少ない資産をできるだけ減らさないことをまず基本に考えねばと思うのである。最後のL IIシニアになって、気軽に付き合える好きな女性が家庭外に存在するなどということは願望にすぎない。ここでいう愛は博愛である。久しぶりに会って、健康状態を話し合う会社のOB仲間、同じマンションの住人やゴルフ会の人達、田舎の家族や親戚、等等。忘れてはならないのが妻。シニアライフを楽しむことが基本というのに、妻との関係がうまく保たれていることが基本というのに誰も異論はないだろう。あわてて書類を書くときに、妻を毒など書いてはいけないう。私は、「スーパーじゃ三歩女房のあとに行く」という川柳のとおり実践している。