

高齢者へ問いと回答

私の友人の大半は80歳近く、80歳以上の後期高齢者です
病気がちの友人や病気で入院している人達と会話すると、
よく、自分の人生は何だったのか？
と自問する人が多いのに気がつく

70歳後半から80歳を超えてくると、年相応に、病気になったり、認知症が発生する人が増え
高齢者は心理的に不安定な状態に陥ることがある
当然なことと思います

**そんな時、私は尋ねるのです
お子さんのこと、自宅の二つを話題にします**

**一つ目の問いは、お子さんは何人いて、今いくつですか？ 元気ですか？
二つ目は自宅にお住みですか？**

78歳の女性は、子供が3人いて、皆元気に働いていて、それぞれ所帯を構えている！と答える
子供がいると言うことは、あなたは結婚しているのですね！ そして子供に恵まれたのですね！
あなたは、母親として幼子を寝食を忘れて育て、
成長・教育に熱心に取り組んだ長年の取り組みが
現在のお子さん達の安定した生活の基盤を作ったのです
結婚をし、恵みの子供を授かり、子供が20歳で独立した段階で
あなたの人生での大事な「第一の役割・育児、子供の教育、心身の成長」は完了しているのです。
あなたは、しっかり自分の役割を果たしているのです

自宅の質問には
毎日、自宅で平凡に暮らしている…の返事をききます
自宅に住むと言うことは、世田谷の高額住宅地に自分の家を持っているということです
働きながら、貯金・借入れにより自宅を手に入れ、家族をそこで養ってきた
自宅は家族の生きるための雨風をしのぐ場所、
心身の安定成長をはかる日々の飲食・活動・睡眠など活動の大切なベース拠点です
これらの家族のための自宅を購入し、現在もそこを維持していることは
あなたの人生での大事な「第二の役割・生活拠点の確保」を果たしているのです

子供(継続される命)が40代~50代に育っていて、元気に活動している

自宅(生活拠点)があり、そこが生活のベースになっている

この二つのことがあれば、
それだけで「あなたの人生は有意義な人生を歩んできた」証拠なのです 自信を持ちましょう！

健康で夢があり、好きな趣味を楽しみ、多くの友人がいる人、元気に仕事を楽しんでいる人は
より強く、幸せ感を感じていると思います