

いつもご注文ありがとうございます。

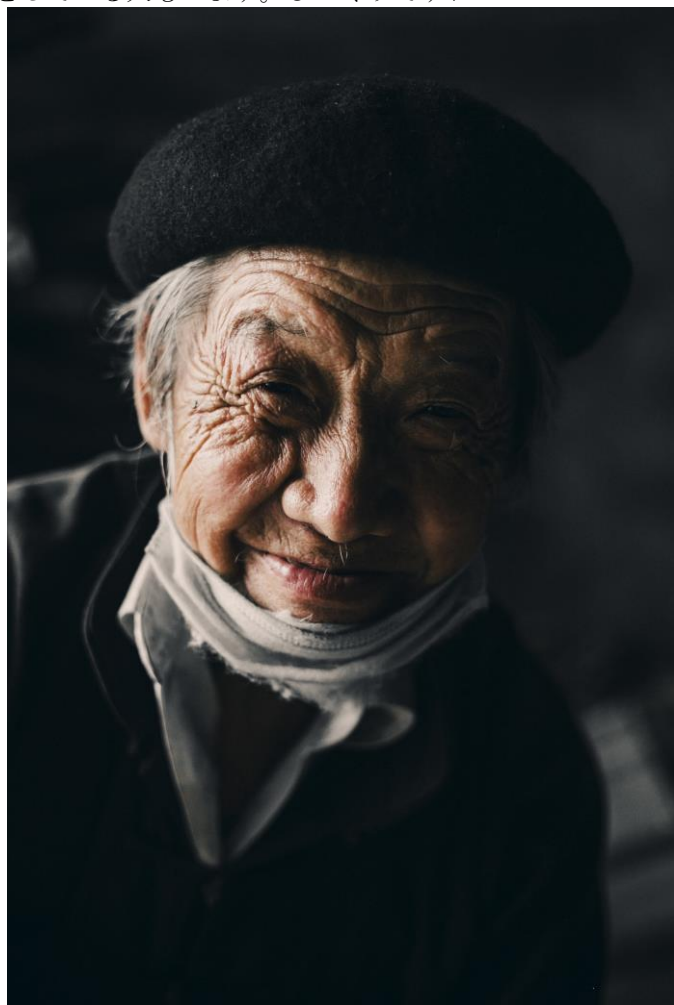
9月の第三月曜日は敬老の日です。

敬老の日は日本生まれの記念日で、もともとは、昭和22年に兵庫県のとある町で、「お年寄りを大切にし、お年寄りの知恵を生かした村づくりをしよう」という考えのもと、9月15日を「年寄りの日」と提唱されたのが始まりだそうです。昭和25年ごろには兵庫県全体に広まり、次第に全国に広まったようです。その後、より良い呼び方をと、昭和39年に「老人の日」と改称され、昭和43年に国民の祝日「敬老の日」となったそうです。敬老の日が9月15日になったと考えられている理由は、聖徳太子が、今でいう老人ホームを設立した日だからという説と、元正天皇が、現在の岐阜県にある「万病を癒す滝」と言われた養老の滝に訪れたのが9月15日だからという説があるそうです。2003年からは、ハッピーマンデー制度が設けられ、連休になるよう第三月曜日になりました。敬老の日にも色々歴史があるのですね。

さて、日本ではおなじみの敬老の日ですが、海外にも敬老の日はあるのでしょうか？

あまり浸透していませんが、実はアメリカにも **National Grand Parent's Day** というのがあり、毎年レイバーデーの後の日曜日で、今年9月12日です。1973年に、一人の主婦が自分の祖父母と孤独な老人たちのために始めた慰安活動が広がり、1978年に正式に制定されました。中国での敬老の日は9月9日。中国古代の戦国時代からあり、紀元前206年あたりから盛んになったそうです。現在でも高地に行ったり、菊の花を鑑賞したり、特別な蒸し菓子を食べたりなどの行事が行われているそうです。たまたまみんな9月なのが興味深いですね。

老人の定義は、日本でもアメリカでも65歳からだそうです。今、「センテナリアン」と呼ばれる100歳越えの老人たちの数は、過去最高の6万5千人を超えるそうです。そう考えると、老人といえど、人生まだまだこれからとも捉えられますね。100年以上生きる方達の共通点は、幸福感が高くポジティブなところだそうです。人との関係を上手に作り、ただ座ってテレビを見ているのではなく、体を動かし健康に留意した生活を送っています。100歳過ぎても仕事をしている人もいます。びっくりですね！



ところが、世界のセンテナリアンの中には、こんなつわものも含まれていました。

LAに住む108歳のバージニア・デイビスさんは、毎晩ボウルいっぱいのアイスクリームを食べ、ペンシルバニアのポーリーン・スパニョーラさんも、スタテン島のナンシー・ランペルティさんも、世界一長寿の双子のピーターとパウルスさんも、お酒をたくさん飲むそうです。116歳のスザンナ・ジョーンズさんはベーコンばかり食べ、104歳のエリザベス・サリバンさんは、毎日ドクターペッパーを3缶飲み、「そんなことしていたら死んでしまう」と口を揃えて言っていた医者たちはみんな自分より先に死んでしまったそうな。最強です。

これらは極端な例ですが、みんなに共通しているのは、前向きでおおらかで、活動的ということではないでしょうか。自分の好きなことをして、恐れすぎず、そしてやはり、いちばんの特効薬は笑顔です。

どんな時でも笑顔を忘れず、物事の良い部分にフォーカスできたら、きっと毎日が楽しくて、あっという間に100歳になって、ひ孫たちに囲まれている暮らし。というのも悪くないですね。

おばあちゃん、おじいちゃん、いつも知恵をありがとう。