

『数えないで生きる』

岸見 一郎 著

[扶桑社、2023年7月、1,034円]



動画やテレビを倍速で見る人が、若い世代を中心に増えているという。その背景には、コスパならぬタイパ、つまり、かけた時間に対しどれほどの効果や満足感を得られたかを重視する傾向がある。「時は金なり」のことわざを出すまでもなく、人生は有限なのだから、時間を大切にしたい気持ちはよくわかる。しかし、何に対してもタイパを重視するあまり、大事なことを見失っていやしないのだろうか？ と老婆心ながら思っていた。そこまでして捻出した時間で、果たして何を得られているのだろうか？ と疑問にも感じていた。

本書のまえがきを読みながら深く共感した言葉があった。「今の社会においては、無駄なことをしないで極力効率的に生き、決して損をしないために、あらゆることが数えられる」「無駄なく人生目標を達成するべく生きていても、不意に行手を遮るようなことが起きるのが人生である。突然、病気で倒れるようなことがあれば、命が脅かされ、生活の基盤が揺らぎ、先の人生が見えなくなる」等々。

本書は哲学者である著者が、様々な哲学者や心理学者の言葉、自身の体験などもまじえながら、自分にとって本当に大事なことは何かを問い掛けてくれる。読後にそれが見つかった、見つからなくても、本書を読んだ時間は決して無駄にはならないだろう。（執筆：ライター 更田 沙良）

今年の夏は凄まじく、体温以上の熱波に驚かされた。しかし立秋を過ぎれば、いつしか日が暮れると秋の虫が主役になっている。学生時代からユミンの歌は、大好きだったが、「晩夏」という曲が年々好きになるのは何故なのか。俳句を少し嗜んでいる昨今、特にこの季節の変わり目の僅かな違いを探すのが心地良いからだろう。

さて、このアルプスが図書館に並ぶ10月は何をするにもとても良い秋本番。この爽やかな季節は、駆け足であつという間に過ぎ去ってしまう。自分なりのオータムプランをしっかりと作って、野山や都会に出てゆき、自粛していた三年分の秋のイベントを満喫したいと思っているのは、私だけだろうか。

ただし、腹八分目で欲張りすぎないことだ。やり残したら、また来年やればいい。翌年の自分へのタイムカプセルに入れればいいのだ。

今号と次号のFAMILYでは、2回シリーズで「在宅介護」をテーマに取り上げています。親や家族にも介護が必要になったら一体どんな生活になるのか、全く想像がつかない方も少なくないと考え、そういう方に少しでもイメージしてもらえれば…という思いで企画しました。1回目の今回は介護サービスの利用例として、1週間のスケジュールと費用を掲載しています。次回は実際の困りごとの具体例を、その解決案とともにご紹介する予定です。どうぞお楽しみに。

(R)

(M)

ご意見をお待ちしております。

ご意見、ご質問、ご感想などをお寄せください。皆様の声を、積極的に活かしていきたいと考えております。

E-mail : alps2@lifeplan.or.jp

協会への交通案内

- 東京メトロ千代田線・日比谷線／霞ヶ関駅 C4 番出口より直結
- 東京メトロ丸の内線／霞ヶ関駅 B2 番出口より徒歩 3 分
- 東京メトロ銀座線／虎ノ門駅 9 番出口より徒歩 3 分
- 都営地下鉄三田線／内幸町駅 A7 番出口より徒歩 3 分

ALPS Vol.155 2023 年 10 月発行

発行 ● 一般財団法人地域社会ライフプラン協会

〒100-0011 東京都千代田区内幸町 2 丁目 1 番 1 号
飯野ビルディング 11 階

TEL : 03-6550-8441 FAX : 03-6206-6401

ホームページ <https://www.lifeplan.or.jp>E-mail alps2@lifeplan.or.jp

編集協力・印刷 ● 株式会社丸井工文社

本書からの無断複写・転載を禁じます。
本誌は再生紙を使用しています。

