

セカンドライフを如何に生き切るか

「セカンドライフとは何だろうか、人生の後半をどうやって過ごしていくのか。ただ流されるまま、時の過ぎ行くままに死んでいくのか、いや、そうではない！俺にもまだやれることがある！」
沼津市在住の蜂谷幸雄さん(70才)はこう語った。



[夢ある人づくり塾修了証書受領](#)

5年前に沼津市長寿福祉課主催のシニア世代の新たな挑戦！夢ある人づくり塾全5回のセカンドライフ講座を受講、最終回では沼津垣で作った終了証を受け取り、「体力や老後の不安もあるが、仲間と一緒に楽しく、沼津のために何かしたい、地域のお役に立ちたい」と話した。



[夢ある人づくり塾生同窓会\(2017年5月\)](#)



[懇親会\(2016年12月\)](#)

シニアのセカンドライフを支援する沼津市「夢ある人づくり塾」1期生有志で立ち上げたグループ「DSブエルト」は、「夢ある人」になるためには「行動」「コミュニケーション」「好奇心」の3個の「こ」が大切だと教えていただきました。せっかく集まったのだから「まずは仲間づくりから、夢を語り情報を交換しながら自分のやりたいことに気付こう！」を合言葉に活動を開始しました。



[富士山ごみ減量大作戦](#)



[スポGOMI大会優勝](#)

蜂谷幸雄さんは、仲間を誘ってゴミ拾い活動に参加し、自分の住むこの街を綺麗にしたいと、清掃活動を始めた。

どうせ死ぬならピンピンコロリがいい。年をとってくると、どうしても体のどこかに異常がでる。異常をなるべく起こさないように、日常から体のチェックと体力を維持するための運動や目標をもって行動することが大事なことだと思う！

蜂谷幸雄さんは、巨木めぐり(静岡100本)を始めている。

1位の来宮神社(熱海市)クスノキから100位の上野のトチノキ(駿東郡小山町上野)までの巨木めぐりは現在39本にめぐり会ったところである。



1位 来の宮神社の大クス 熱海



4位 天地神社のクス 函南町



6位 雲立のクス 浜松



10位 用沢八幡宮の三本スギ 小山町



11位 河内の大杉 沼津西浦



53位 岡宮浅間神社のクス 沼津岡宮

各地の巨木を見ることによって、木を切ることは簡単だが残すということは如何に大変かが良く分かる。また、その住人たちがその巨木を残すために、子や孫に代々自然の大切さを教えてきた。本当に頭が

下がる思いだ。まだまだ半分もめぐっていないが、ゆっくりと地域の歴史を学びながらめぐっていきいたい！



掛川城



伊豆山神社

DSプエルト仲間と伊豆の国と函南の歴史探訪、熱海と伊豆山神社の走り湯、掛川城と事任(このまま)神社めぐりなどウォーキングも始めた。



箱根旧街道



一里塚

令和2年は箱根の山を歩いて超えてみよう!「箱根八里」散策地図を広げて、三島・清水町の境川から小田原・酒匂川河口の八幡神社の二宮尊徳の顕彰の地までを目標!「天下の嶮」と歌に唄われた箱根、どんどこだろろうと思ひながら、神社・寺・富士山を眺めながらの道中でしたが、「箱根に近づくにつれてその道の急なことには驚かされた。石は敷いてあるがすべて歩き難い。」昔の人の苦勞がよく分かったそうです。

4月からは新型コロナのために中断し、「あと1日で小田原の最終地点に着けるのだが、もう少し様子をみよう!」と笑顔で話してくれました。

健康づくり、生きがいづくり、仲間づくり、介護予防と健康寿命の延伸を実践する蜂谷さんの挑戦はこれからも続く。前途に幸多かれ!

取材:沼津・南駿地区担当 生きがい特派員 福田 和男