

新しく見つけた生きがい

伏見区 K.O.

とうとう定年を迎えるました。色々なセミナーで定年後の生活に大切な事が三つあると聞きました。一つ目は、健康です。二つ目は、お金です。三つ目が、生きがい作りです。退職後は、十分な時間があります。その時間を有効に、意義あるものとするためには、今までの仕事に代わる生きがいを見つけなければなりません。最初、孫の成長を生きがいにとも思いました。ところが最近、その孫に異変が起きました。遊びに誘っても「今日は、友達と遊びたい」という有様です。「じじ離れ」を起こしてしまったのです。少し離れて見守ってやるより他にありません。むしろその方が孫にとっては、良いことでしょう。そこで他に生きがいを探さなければならなくなりました。そうこうしているうちにタイミングよく、家の近くで「家庭菜園を貸します。」の看板が目に入りました。早速、申し込むことにしました。家庭菜園は、自宅から歩いて15分の距離で、往復で30分のウォーキングができます。また、日々の野菜の手入れやクワやスコップで土を耕すことも、いささかきついですが、定年後の運動不足の体には、よい運動です。

ナスビ、トマト、キュウリ、エダマメ作りなどに挑戦しました。ビギナーズラックだったのでしょう。思いのほかよくできました。そして、いささか手前味噌になりますが、採れたての野菜は、このほかおいしいのです。香りの良いキュウリ、真っ赤に熟れたトマト、独特の風味のエダマメ、今まで食べていた野菜と味が違うのです。新鮮で風味のよい野菜は、家庭菜園での最大の喜びです。その結果、食卓には、野菜尽くしの御馳走が並べられます。これらの御馳走は、定年後の体にきっと優しいでしょう。

野菜作りに当たっては、無農薬栽培を心がけています。これがなかなか難しいことです。種をまき、新芽が出たと喜んでいると、翌日には根元から新芽が切られています。カブラヤガの仕業です。切られた新芽の付近を掘ると、まるまる太ったカブラヤガの幼虫が出てきました。昼間は、土中にいて、夜間に這い出し、新芽を食い荒らします。また、何時の間にか野菜の勢いがなくなっていることもあります。仕方ないので、その野菜を掘り起こすと白いコガネムシ類の幼虫がたくさん出てきました。コガネムシ類の幼虫は、根を食い荒らし、野菜の生育を悪くさせてしまいます。無農薬栽培の難しさを思い知らされました。

次に挑戦したのは、台所の生ゴミを使っての土作りです。大きな箱に生ゴミと土を混ぜ、発酵を促します。数箇月も掛かりますが、その結果、家庭ごみの排出量が少くなり、少しはエコ生活に貢献できます。

家庭菜園の利用者は、ほとんどが私と同じような定年後の人達です。定年後の話、取れた野菜の交換、出来栄え自慢、作り方の情報交換など、同じ趣味をしている人との交流も家庭菜園の楽しみです。

定年後、始めた家庭菜園、運動になり、おいしい野菜が食べられる、生ゴミが肥料になり土に還元できる、人との交流ができるなどよいこと尽くしです。なによりも、今までの仕事に代わる生きがいを見つけられたことが、最大の喜びです。



家庭菜園で取れた夏野菜

募集：「市民の意見」への、皆さんの投稿をお待ちします。