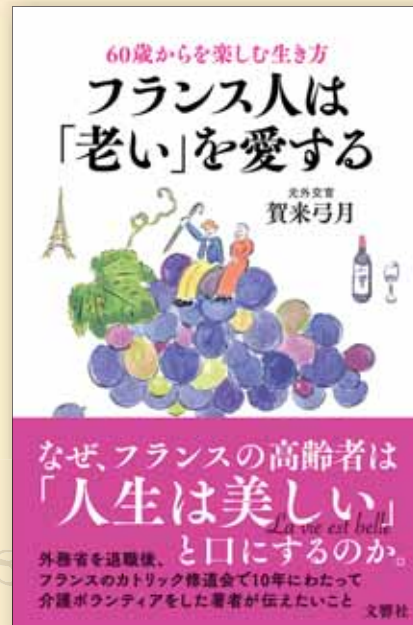


なぜ、日本人は老後に不安を覚え、 フランス人は老後を楽しみにするのか！？

60歳から楽しむ生き方 フランス人は 「老い」を愛する

著者：賀来弓月 価格：本体 1,100 円＋税
判型：B6 変型並製 216 頁 ISBN：978-4-86651-110-8

12月14日(金)発売



フランス人から学ぶ「60歳から」が楽しみになる秘訣

日本は、年を重ねることに対してネガティブに捉える傾向が強い国です。何か新しいことに興味を持って「こんな年だから、ムリよ」「もう、おじいちゃんだから……」と、年齢を理由に諦めることが多いのではないのでしょうか。年を重ねていくことで、体の自由が利きづらくなるなどは、どの国でも変わりません。しかし、フランスでは加齢に対する捉え方が日本と対比的です。

フランス人は、老いを「人生の実りと収穫の秋」と捉え、「老いを愛する」国民です。

フランス人は、何歳になっても、おしゃれ、美食や性愛をいくつにおいても諦めようとしません。フランスの高齢者は人生の最期の時までを楽しみ尽くそうとするのです。

では、日本人とフランス人は何が違うのでしょうか？

フランス人も、体の不調や金銭的な不安、孤独感などを日本人と同じように感じます。しかしフランス人は、フランス革命の精神でもある「自由、平等、博愛」の精神に生き、徹底した個人主義を貫きます。そのため、**他人と比較して自分を卑下するようなことはありません。**

そのため、「自分がこんなふうに孤独を感じている」「こん

な不安がある」ということを、率直に他者に語るができるのです。一方で、日本人は多くを語らないことが美德と考えるため、他者に弱さを見せたがりません。

フランスの高齢者は、初対面の人に対しても、自身の悲しみ・孤独を開示し、人とつながり、心を通わせる力を持っているのです。

他にも、フランスには日本人が見習うべき人生を楽しむための習慣があります。

- ・フランス人はお金をかけずにオシャレを楽しみます
- ・フランス人はゴシップより政治に興味を持ちます
- ・フランス人はテレビより新聞を好みます
- ・フランス人は陽の光を浴びながら暮らします
- ・フランス人は90歳を過ぎた男性でも「ムッシュ」と呼びます
- ・フランス人にとってジョークはユーモアでなく、「エスプリ(才気)」と考えます
- ・フランスの高齢者は遠足(バラデ)と巡礼を趣味にします

本書は「何歳になっても人生を楽しみ尽くす」、
そんなフランス人の精神と暮らしが詰まった一冊です。



著者の遺す至極のメッセージ

著者は、外務省の職員として40年間、イギリス、スイス、ブラジル、タンザニア、インドなど多くの国に駐在してきた外交官でした。日本の政治家をアテンドしたり、毎夜パーティに参加したり、忙しくも華やかな暮らしを送ってきました。しかし、赴任した国々で日本では考えられない貧しい暮らしをする人々を目の当たりにする中で、「外交官の生活」に疑問を抱くようになります。

そして、外務省を退職したあと、フランスのカトリック女子修道会の老人ホームでボランティアをスタートさせるのです。ボランティアを続けた10年間の間で、著者は多くのフランスの高齢者と出会い、「生」への理解を深めていきました。しかし、これまでその経験を誰かに語ることはありませんでした。

著者が76歳を迎えた時、大きな転機が訪れます。「がん」と診断され、「命の期限」を突きつけられたのです。その時から、フランスでの出来事を広く伝えたいと思うようになったと言います。それは、フランス人の生き方が、日本の多くの高齢者を支えるものとなると考えたからでした。

「人生を重ねたからこそ見える人生の素晴らしい景色がある」、著者は読者にそんなメッセージを伝えてくれます。

何歳になっても人生を楽しむためのフランスの諺・格言

本書より抜粋

- ・人生は美しい
La vie est belle.

- ・絹地を裁断するのに古いはさみに優るものはない
Il n'est rien comme les vieux ciseaux pour couper la soie.

- ・老いの特権のひとつは、自身の年齢以外にあらゆる年齢を持っているということだ
L'un des privilèges de la vieillesse, c'est d'avoir outre son âge tous les âges.

- ・いかなる多額の財産もいかなる成功も家族と一緒に過ごした時間に優る価値は無い
Aucune somme d'argent et aucun succès ne vaut plus que le temps passé avec la famille.



賀来弓月 かくゆづき

1939年愛知県生まれ。1960年外交官上級試験合格、1961年名古屋大学法学部卒、外務省入省、英オックスフォード大学大学院留学（外務省在外上級研修員）。本省では、国連局、欧亞局、経済局に勤務。海外は、英国、スイス（ジュネーブ）、ブラジル（2回）、米国（2回）、デンマーク、タンザニア、イタリア、カナダ、インド（2回）などに勤務。外務省在職中に米国東西センター（米国議会設置シンクタンク）に出向（客員上席研究員及びセンター所長特別顧問）。外務省退職後、清泉女子大学非常勤講師、NPO法人アジア近代化研究所特別顧問。ローマン・カトリック。主な著書は『内なるものと外なるものを一多文化時代の日本社会』（日本経済評論社、2001年）『死別の悲しみを癒す本』（PHP研究所、2000年）『インド現代史』（中公新書、1998年）『地球化時代の国際政治経済』（中公新書、1995年）。

目次

- はじめに
- 第1章 老後を楽しみにするフランス人、老後に不安を覚える日本人
- 第2章 「孤独感」を和らげるフランスの高齢者たちの暮らし
- 第3章 心豊かに生きるフランスの精神性（マンタリテ）
- 第4章 老いて家族の有り難さを見直す
- 第5章 老いの試練を受けながらも人生を最後まで楽しもう
- おわりに



＜本件に関するお問い合わせ先＞

株式会社文響社

TEL 03-5575-5050 FAX 03-5575-5051

E-mail info@bunkyosha.com