



5Sでスタート・ダッシュ

1, まず、整頓から

年末から年始の一週間、身の回りを片づけました。身の回りに形を付けたという方が適切のようです。日頃から5S（整理、整頓、清掃、清潔、躰・習慣）を実践しているつもりでも、しばしば手抜きがあつて、手抜きがつもり、不要なものが不用意においたあり、意外なところから意外なものが出てくる。その結果、探し探す回数が多くなって、ストレスを度々感じています。

5Sの最初は「整理」＝（必要なもの、不要なものを分類して、不要なものを廃棄する。必要なものを保管する）＝整頓へつながります。我が家の第一優先は捨てること。早く捨てすぎて困ることしばしばです。

本来不要なものはないはずですが、私は「整頓」＝（必要なものが必要なときに楽に取り出せるような状態にしておくこと）が不得意です。自覚はあるものの改善できず、繰り返しの連続です。作業の効率が著しく落ちてしまい、精神的にも落ち込みます。

これは、一人でやっている「ゲーム」の一種です。

書類の山を見て、「もう、繰り返しは嫌だ」と叫び、これが最後の整理と意気込んで実行しました。徹底して実行するには体力が必要です。一週間良い運動でした。

一番困るのはいつも本の整理です。現役時代に、「引退したら読もう」と買いだめをしたものがあります。目が不自由になったら聞く音楽が必要になると買いだめしたCDがあります。ところが、体が疲れ果てると「読むことも、聞くことも」したくない日が多くなってきました。

何もしないで、じっとしているのは、真に辛いのですが、何も出来ない日がくるのです。。何人かの方と、召天に至る日々を共にした体験から、「何もできなくなる日」を教わってきました。そのことを考えて書棚とにらめっこをしながら整理基準を作り実行しました。このようなことをするのは大体77歳から78歳だという本を最近読んだばかりですが、これからがホントの老齢期ということです。

2, 終活に至る

老齢期に流行しているのが終活です。今も変わりませんが、移動の多い人生を生きていますので、葬儀の準備は20年前からしてあります。大体5年毎に見なおしをしています。今年はその確認を家族間で行いました。前回は2013年10月にベストピア第320号で「簡単なエンディングノート」を紹介しました。その後の経験で学んだことを家族間で共有しています。孫娘には葬儀の時に歌う讚美歌の番号を伝えました。それはシベリユスのフィンランディアに歌詞を付けたものと、Rise me upという若い人にも有名なメロディを組み

合わせたものです。悲しみの底から新しい命が芽生えるような実にいいメロディです。式次第は牧師さんに提出してあります。

一番厄介なのが写真の処分です。時間がかかりましたが整理しました。

次に厄介なのが戸籍謄本です。出生から死亡までの戸籍抄本ですが、住所が何回も変わっているのを改正原戸籍を取り寄せるのは大変です。これも自分で取っておけば問題はありませんから、妻の分も共に揃えてあります。社会的な役割はすべてお断りしていますので、身辺整理は簡単です。終末期の医療についても具体的に書いてあります。（今では沢山のエンディングノートが市販されています）そして極めつけは自分に対する「弔辞」を書いて本に出版することにしました。これは初めてのことではありませんが、書き直しができるということを知って頂くために17年振りに再版をします。この再版には、予定以上の時間がかかり、そのことによって自分の衰えも実感し、整理整頓の必要性の自覚が深まり、5Sを実行した次第です。自分への「弔辞」から、あと何をするかが明確になっています。5年以内に2冊本を書くことになっています。私のような無名の市井人が本を書くには経済的な裏付けが必要です。生涯現役となれるか？それを祈りつつ、あるがままを感謝して受け、すべてをおまかせして、今日も亀のごとくコツコツと筆を進めています。

3、材木屋になるか

やりたいことが沢山あり、材木屋と揶揄されるのですが、気（木）が多いのです。今までは一つやり終えてから次に進むということしか出来ない性分でした。これでは間に合わないように感じて、今年からは複数科目を時間割をつくり並列的に進めることにしました。日々の1時間目は聖書研究とし、暗誦することにチャレンジします。何回で覚えられるか、声をだしたり、書いたり、トイレで眺めたり、忘れて当たり前ですから、定着するには何日かかるか、これは非常に面白い取り組みです。1秒前のことを平気で忘れて、忘れ物の常習犯で有名な私が聖句を暗記すると言えば、驚く人が多いです。20回では駄目です。欲張って増やしてみても前を忘れます。しかし、何回も試みている内に、行間が読めてくるのです。すると新しい問いが出てきます。これを研究しようとしないうちにしました。ともかく、暗誦すること。「読めなくなる。聞けなくなる日」には何もできなくなる。それはそこに、あれはあそこに書いてあるといっても誰にも言えなくなる、そんな孤独になるとき、思い出すことが多い方がいいかも知れないと考えていますが、これも私の小賢しさにすぎないかも知れません。このようにあれこれ思うことを楽しむのも老年期の特権です。

4、役に立つことがあるか

一つ自分でも驚くことがあります。経営数字には、まだ、「強い」と言われることです。行間にある現象が見えるときがあり、それを伝えることで問題解決につながります。経営数字の後ろには必ず人間がいます。数字の動きには多数の人間の心理がうごめいており、見たくない現実が数字に現れます。毎日現場にいるわけではないのですが、一瞬、現場が見えるのです。沢山の経営数字を見てきましたが、具体的にはすべて忘れていきます。抽象化された現象が数字に結びついて記憶されているようです。それは他人に説明できる根拠がなく、マニュアル化ができません。知恵のようなものでしょうか。努力の結晶が知恵になるか。これを少しでも証ができればと思い、今日も努力します。5Sの後に清々しい風が窓から吹いてきました。