田舎での一人暮らし

一般財団法人地域社会ライフプラン協会
山下　稔

昨年7月に長年勤めた職場を早期退職したことを機にしばらく田舎で一人暮らしをすることにしました。

田舎は東京駅から高速バスで約2時間のところにあります。家は幹線道路から少し外れた静かな高台にあり、窓からは一面に広がる田圃や遠くの山並みが見えます。朝はその中腹より朝日が昇り、毎日決まった時間になるとどこか遠くから、「ゴーン」、「ゴーン」という重く余韻のある鐘の音が聞こえてきます。また、杉林や竹林の中からは「ホーホケキョ」と鶯のさえずりが、夕方にはヒグラシの哀愁のある鳴き声が聞こえるなど、何とも言えない気持ちにさせられます。

家にはしばらく誰も住んでいなかったこともあり、庭一面雑草などが生い茂り、庭木の枝は伸び放題となっています。どこから作業を始めたら良いか思案していると、何と近所の家の屋根瓦と雨といの間にスズメバチの巣があり、頻繁に出入りを繰り返していて時々庭の茂みに飛来してきます。これも自然かなと恨めしく思いながら何とか作業を終えることができました。

一日の主なスケジュールは、日の出(5時前)とともに田圃や杉林の近くの散歩(コンビニでの新聞購入を含め約1時間)から始まり、食事、読書、昼寝、買物、庭の草刈りなどで、アッという間に一日が過ぎてしまいます。豊かな自然環境の中で自分時間が十分あり、それも自分のペースで過ごすことができて最高でした。

しかし不思議なもので、そうした楽しい生活も半月も過ぎる頃になると何か寂しい感じがしてきます。今までは常に家族や職場の仲間が周りにいましたが、ここに来てからは近所の人と挨拶を交わす程度で親しく話をする人がいないという状況での生活です。自分でも気づかないうちにストレスの蓄積があったのだと思います。

今回の田舎暮らしは約1カ月という短期間でしたが、地域との付き合い方や想像以上に多い自分時間の過ごし方など多くの気づきがありました。将来ここで生活していくためには、しっかりした計画や十分な準備、それに覚悟が必要だということを痛感させられました。

人生80年時代です。今回の田舎暮らしの貴重な経験を糧として、今後充実した生活が送れるように準備をしていきたいと思います。