

老人最後の線香花火

渡辺 興一郎

1/3

思えばむかしの小学生時代から、運動会の徒競走とぎょうそうと言え、ビリが指定席であった。本人は懸命に走っているつもりだが、気が付くと後ろには誰もいない情けなさを託かこっていた。おまけに12歳にもなって〔溺死〕まがいの醜態もさらした。

長じてもこのかた、健康に良い運動などとはまったく無縁の人生だった私が、80歳を目前にして一念を発起して、いま毎日早暁の歩行に励んでいる。

疎開をしていた田舎では「歩くこと」は当然のこと、高校の頃も往復10キロほどの歩行通学は何ら痛痒を感じなかった。また、定年後に歴史散歩の会などを趣味とし、〔散歩〕〔漫步〕は嫌いではなかったが、もう身体にそんな「貯金」は無くなっている。

いまの時期は午前4時半（夏季は4時）に自宅を出る。

もともとこの十年来、目の覚めるのはたいてい午前3時ごろで、床を離れる7時まで本を読み散らかしたり眠ったり、自堕落じだらくに惰眠だみん同様の時間を過ごして来ていた。ほんとうの睡眠時間は5時間もあれば足りるのではないか。

幸い当宅の近所には、洗足池という一応風光明媚な場所があり、当家からは多少の勾配もある歩行の好適地である。毎日のコースは此処をメインにしている。

夏季は暑さを避けてこの時刻の歩行が最も適している。このあとのシャワーはまったく爽快の一語に尽きる。日の出前であるが、このごろの都会の道路の照明も十分で、同類の人も珍しくない。ジョギングをしている人もいるが、80歳の老人はそこまでの欲は無い。



この数か月、東京では一日中降雨というのはほとんど無かった。朝降っていても、やがて晴れ間もある。やる気さえあれば、まず休むことはなかった。

慣れてきてからは歩くだけでは物足りなく、物置に長く埃ほこりにまみれていた3キロの鉄アレイを携行して、腕の屈伸をしながら歩いている。