

香川芳子
女子栄養大学学長



生物界では、生まれて成長し、子孫を残す役割を終えれば一生は終わりですが、豊かになった人間社会では長寿を手にし、高齢者の知恵や経験が社会の活力になっています。その中でもおばあちゃん

の役割は大きく、これが人類の繁栄を支えてきたという人もいます。女性的一生には子どもを産み育てる、家族のめんどうを見るとい

う時期がありますが、長寿になったのですから、ゆったりと焦らず生きればいいのです。渦中にいればたいへんであった子育てもあつという間に過ぎてしまいます。50

〜60歳にもなれば、人生の機微もわかり相手の話にゆったり耳を傾ける心の余裕も生まれます。きりきり舞いの子育て中のママの悩みを聞いて、「だいじょうぶ」「こうすればいいのよ」と助けてあげることもできます。留守中子どもを預かることもできます。疲れた人にさりげなくごちそうを作っても

高齢者の

知恵や経験が

社会の活力になります