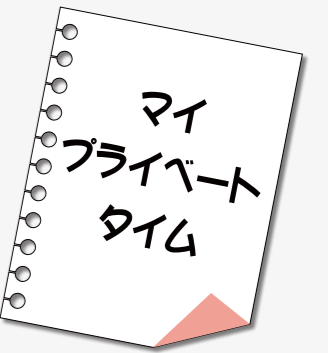


# 心の“アンチエイジング”



はびきの きたがわ つぐお  
羽曳野市長(大阪府) 北川嗣雄  
*Tsuguo Kitagawa*



古市古墳群の中の1つ 墓山古墳を歩き通動する筆者

## 感性を磨く

私は市長就任前、市議会議員としての3期目まで、洋酒製造会社に勤務し、製造部門に携わっていました。主に製品管理、いわゆる「テイステイング」のセクションです。その出来栄が、温度や湿度など日々の環境の変化に敏感に影響を受けるさまは、まるで生き物のようでもあり、次第にその面白さと、有史以前から人の生活とともに作られてきた「お酒」の魅力に、まさに「心酔」していたのです。そうやって、自分の味覚、嗅覚、視覚を駆使してより良いものを造る作業を積み重ねてきたことで、「感性を磨いて、ひらめきを捉える」という手順を、いつの間にか自分の力として身に付けることができたのだと思っています。

現在は羽曳野の特産品でもあるワインが趣味の一つでもあります。最初は「郷土愛」をきっかけとして嗜むようになったのですが、今は特に赤ワインの魅力にすっかりはまっています。人にお勧めできる様なワイン選びの技量を持ち合わせているわけはありませんが、自分なりに、味わい、香り、そしてその雰囲気、時に賑やかに、時に静かに楽しみながら過ごすことは、私のリフレッシュできるひと時となっています。

たくさん美味しいもの、香りのいいものに触れることで、感性を豊かに保つことができると思います。そして、多くの仲間や地元の方々と、語り、杯をたたむけることも、記憶の中の何かと何かをつなげ、編集し活用するという「創造」の素材となっています。

さまざまなものに対する好奇心を大切にし、感性を磨き、「創造」する意欲を失わないよう、仕事でも日々の生活でもワクワクする気持ちを常に持ち続けています。

## リズムカルに

私の朝は6時の起床、そして入浴から始まります。ここ10年来続けている朝の習慣(リズム)です。自宅浴室には、半身浴の状態でちょうど視線の高さになる位置に、坪庭が見えるよう小窓を造り付け

集う場所に顔を出し、襟を開いて語り合うことがしばしばあります。

一週間のうち2回は、電車と徒歩で出勤するようにしています。職場の最寄り駅より数駅前で降車し30分以上歩く日もあります。すれ違う市民の皆さんや私を自転車で追い越す職員らと言葉を交わしながら、歩くスピードでわがまちを眺めるのも良いものです。普段は時間に追われ、車でばかり移動していると気づか



毎年5月恒例となっている孫たちとのハイキング

ない、そのスピードだからこそ目に入る人や物、景色を楽しんでいます。

一年の中でも毎年必ず訪れる場所があります。3月、梅の美しい季節に、滋賀湖南の丘陵に広がる梅林で花を愛でその香りに浸ります。5月、息子、娘たちの家族とともに出かける奈良明日香の里へのハイキング。孫たちの成長に目を細めます。7月、涼を求めて京都貴船へ。川床料理に舌鼓を打ちます。11月、奈良国立博物館で開催される正倉院展で、悠久の時を旅した宝物の当時の姿に思いを馳せます。

一日のリズム、一週間のリズム、それに一年を通してのリズムも季節の移り変わりに合わせてとるようにしています。自分の体で感じる規則性を大切に、大きな波のリズムで過ごすことで、多忙な公務の中でも、ゆったりとしたなかで強い心を持って取り組めるのだと思っています。

## 座右の銘

私は「空(くう)」という言葉が好きです。仏教に由来する言葉で、その意味は実際にはさまざまな説明がなされており、どれも唯一正しいということでもない、と理解してい



執務室にて現在愛用の電子ノート

ます。その中で、私は消極的な意味での「空っぽ」というよりも、積極的な意味で「なにもにも煩わされず開放された自由な空間の広がり」だと言う解釈に共感しています。この言葉に多種多様な解釈が存在すること自身がまさにそうであるように、絶対的なものを否定し、何物にも執着しない。そんな「空」の考え方が、人を、寛容で謙虚で、感謝の気持ちに溢れた存在にしてくれるものだと思います。

何かのためという人生のゴールを目指すのではなく、プロセスの軌跡そのものが人生。あるがままを受け入れ、それを楽しむことは、私の心の「アンチエイジング」なのです。皆さんにも是非お勧めしたいと思っています。



竹内街道沿いの居酒屋で地元の方々と言葉を交わす1コマ