

## 生涯勉強 遊ぶ暇なし

平成23年10月6日(木)、恒例となっています「第19回高齢者いい歯のコンクール」が奈良県歯科医師会館にて開催されました。80歳以上の部で見事最優秀賞を獲得されました中村八洲彦さん(80歳)にお話を伺いました。中村さんは転勤族で15回引っ越しをされ20年前からは転勤最後の地奈良市でお住まいです。57歳の時奥様を亡くされ、それ以来ずっと一人住まいです。



中村八洲彦さん



受賞者のみなさんと



表彰状を手に

### ブログの更新が日課

3年前から市の生涯学習センターの講座でパソコンを勉強されてからブログを始められました。3人のお孫さんに“おじいちゃんは元気にしてるよ”と見てもらうため、毎日更新されています。

朝は日が昇ると畑仕事。とれた野菜を毎日ダンボール一箱につめてお孫さんに送ります。食事は毎日すべて自分で、長いときは3時間もかけ手の込んだ料理を作り大好きなお酒をたしなまれます。

### 遊んでる暇はないと言われます

退職されてから仏教を学ぶため佛教大学へ。海竜王寺の研究と海竜王経について論文を書かれ自費出版されています。今は奈良の西大寺にある小さなお寺の歴史についての執筆に余念がありません。

また「歴史と自然に学ぶ会」と

いう10人までのサークルを作られていて、月に1回奈良県内をみんなで歩いて全員にレポート提出してもらい、それを中村さんがワードでまとめられています。

週に2回は自分一人で奈良県をくまなく歩き、奈良で足を踏み入っていないところはないと言われます。夢はとお聞きすると“浄土へ行くこと”と答えられる中村さんですが、80歳になったら消防設備士の資格を取ると決めておられたようで、試験の申し込みもされているようです。夢の実現はまだまだ先のようです。

### いい歯のコンクールが定期健診のきっかけに

“昔からそんなに歯を大切にしてきたわけではない”とおっしゃる中村さんですが、とにかく間食はしない、小骨のある魚が好きと言われ、栄養士資格まで持たれて

いるぐらいなので(昭和28年に趣味で免許を取得。奈良県では男性で2番目らしいですが)、栄養のバランスのとれた食事をされてきたと思います。

そんな中村さんが歯医者に定期的に通うようになったのは、70歳の時にいい歯のコンクールに参加され、その時は3点差で優良賞に届かなくて悔しい思いをされ、歯石を取ってきれいにしたら賞をもらえたとわかって、今では年2回3月と9月の第1月曜日の9時半に必ず歯石を取りに定期健診に通われています。

私は今回のインタビューでは感心しきりで、私よりずっとパワフルでこんな80歳みたことないくらい、こちらが元気をたくさんいただきました。ありがとうございます。

(奈良県歯科医師会 高齢者歯科保健委員会 委員長 近山成宣)