

「一人ぼっち」で過ごす定年退職者の哀愁・・・

楠木 新（ビジネス書作家）

午前中の図書館、カフェ、ジム…「一人ぼっち」で過ごす定年退職者の背中には哀愁が漂う。定年後、人はどこで何をするのか。新たな仕事や、これといって趣味を持たない人は、どうやって時間をやり過ごすのか。フィールドワークを通して、定年退職者が多く集う場所がわかった。そして、そこにいる多くの人がみな「一人ぼっち」だった。

図書館で目撃した小競り合い

私は2年半前に、60歳で定年退職してからどこの組織にも属さずに過ごしてきた、「毎日が日曜日」状態である。

『定年後』（中公新書刊）を執筆する前に、定年退職者は普段はどのように活動しているのだろうかと考えた。しかし資料などでは実態がわかるものはなかったので自分で動き始めた。

まずは地元の図書館を訪れた。朝10時の開館前に行くとなすでに7～8人の男性が玄関前にある椅子に座って待っていた。60代、70代とおぼしき男性ばかりだった。もちろん定年退職者ばかりとは言えないが、60代と思われる男性たちは私の目には元会社員であるように見えた。

10時になって扉が開くと、全員が新聞コーナーに行く。全国紙とスポーツ新聞を合わせると人数分はあるので各自一紙ずつ手に持って読み始める。

一人の男性が経済新聞を長く読んでいたので、待っていた人が「もう少し早く読んでくれないか」と話しかけると、男性は株価のページを読んでいた手をとめて「順番だから仕方がないだろう」と言い返して軽い小競り合いになった。館内に一瞬緊張感が走ったがそのまま収まった。

地元の図書館と比較する意味で、日比谷図書文化館の開館時間前にも行ってみた。10時の開館時間には27人が列をなしていたが、定年退職者と思しき人は半数もいなかった。

開館と同時に新聞コーナーに行ったのは6人だけだった。受験や資格試験の勉強のために来ている人が多くて、間もなくすると、眺めのよい窓際の席はテキストをひろげる若い人でいっぱいになった。同じ図書館でも場所によって風景は異なるのである。

一方、ハローワークの利用者は高齢者が多いわけではない。定年退職者と思しき人はパソコン画面を少し見てすぐに帰る人が目に付く。失業保険の受給要件を満たすために来ている人が多いそうだ。

平日の大型ショッピングセンターでは高齢の男性の姿が目立つ。

休日とは違って広々としたスペースは閑散としており、午前中にゆったりとしたソファに座っているのはほとんどが高齢の男性だ。住宅地にある喫茶店にも定年退職したと思われ

る人は少なくない。子どもたちを連れたママ友のグループとは違って、一人で新聞や週刊誌を読んでいる人が多い。

スポーツクラブは大繁盛

住宅地に近いターミナル駅にあるスポーツクラブは、開館の9時には長い行列ができる。男性、女性を問わず高齢者が並ぶ姿は壮観でもある。私もこのクラブに加入して通ってみた。すると、午前中は見事なまでに高齢者が中心である。

私は定年退職するまでは、スポーツクラブは勤務時間後に汗を流す場所かと思っていたが、認識を改めさせられた。

昼間であれば何回使っても定額のコースがあり、朝から夕刻近くまでクラブで過ごしている人もいる。サウナや浴場もあるので「昼食を持ち込めば本当にゆっくり過ごせる」という男性定年退職者もいたのである。

以前、利用者の意見を掲示するボードに、「スポーツクラブだと思って入会したのに、ここは養老院なのか」と批判する意見が書かれた用紙が貼られていたことがあった。それに対して、クラブ側は「この施設はいろいろな世代の人に利用してもらおうものです」と回答をしていたのを覚えている。こんな意見はわざわざオープンにしなくても良いと思ったが、批判する意見を書いた女性の気持ちは分からないでもなかった。

都心のカフェで定点観測

大阪市の中心部にある決まった場所から行き交う人を何日も眺めていると、それらしき人は多くはないが確認することができる。ただ時間は大体限られている。

朝のラッシュアワーが終わって午前10時位になると、街中では人の流れは極端に少なくなる。その頃から明確な目的なく歩いている人の姿がやや目立つようになる。午前中にはそうした人を目にするが、午後になると行き交う人が多くなってもうわからなくなる。

もちろん外見から定年退職者かどうかは確定できないが、長く勤め人をしてきたかどうかはなんとなく雰囲気で行き交う人からわかる。私も定年退職者なので同じにおいがするのだ。

外見の特徴は、リュックまたはショルダーバッグを肩にかけて、靴はウォーキングシューズか運動靴を履いている人が多い。ビジネスかどうかの区分は靴が一番見分けやすい。

喫茶店に入った時に思わず靴を見る癖がついた。手提げのカバンを持っていないことも一つの特徴だ。手提げのカバンはビジネス用なのだ。帽子をかぶっている人も少なくない。

その他の定点の観測地点として、喫茶店・カフェなどを中心にした。それ以外では映画館、カラオケ店、証券会社や（信託）銀行窓口、書店、百貨店、スーパー銭湯などもまわってみた。

大手ハンバーガーショップの午前中は年配男性の一人客が多かった。おそらくたった 100 円でコーヒーが飲めて、一人の時間を過ごせるからだろう。席と席との間が狭いので、声をかけるには適している。

「最近リタイアされたのですか？」と聞いてみると「そうです。昨年退職してときどきここに来ています」といった会話を交わすことができる。

「この椅子だと長い時間座れないので普通の喫茶店に行くことも多い」とか「高級な店でモーニングを頼むのがゆっくりできて一番いい」という人もいた。

混んでいるカフェでも午前中は閑散としているので、高年齢の男性の姿をチラホラ見かける。日刊紙やスポーツ紙などを広げている人、本を読んでいる人、何もせずに煙草をくゆらせている人など、過ごし方はさまざまだ。

ある外資系企業のカフェでは、ノートに何かをせっせ書きこんでいる 60 代半ばくらいの男性がいた。彼はほぼ毎日来ていた。

たまたま隣に座ったのでわかったのだが、経済新聞の株価や為替の数値を転記していた。スマホではなくて新聞とノートで情報と格闘していたのである。

午前中は、高級な喫茶店がモーニングをやっているので退職者と思しき人を見かけることが少なくない。コーヒーのおかわりができる店もあり、ゆっくり過ごせるからだろう。

こういう店では寝ることは禁止になっているのだろう。眠ってしまって店員さんに注意されて、「わかった、わかった」と言いながら、しばらくするとまた寝入ってしまうオジサンもいた。

この人は後日も出会ったが、やはり眠っていて注意されていた。ナルコレプシー(眠り病)ではないかとか、店員さんに相手になってほしくて無理に寝ているのだろうかとか、いろいろ連想させてくれるオジサンだった。

ゆっくりできるせいか、囲碁の手が書かれた用紙を見ながらパソコンと格闘している人や、カラオケ店にあるような分厚い歌の冊子を一ページずつめくりながらノートにメモを取っている年配の男性もいた。

何をしているのか非常に興味が湧いたが、一つ離れたテーブルだったので話しかけることはできなかった。また午前中のスーパー銭湯などでも中高年の男性が多い。

誰もが一人ぼっち

それぞれの場所における男性定年退職者の特徴を一言で言うと、一人ぼっちだということである。午後になれば高齢者のグループがカフェなどで話している姿を見ることがあるが、それは稀なケースだ。

カルチャースクールの講座にも行って見たが、女性はグループでワイワイ楽しそうにおしゃべりをしているが、男性はやはり一人でいる人が多かった。

もちろん一人ぼっちであることに問題があるというわけではない。一人でゆったりと時間を過ごすことが心地よい人もいるであろう。人と群れることを好まない人もいるに違いない。どちらかと言えば、私も一人が好きなのである。

ただ、定年退職者を取材した時に、私の問いに正面から答えてくれた人たちのなかには、「毎日やることがなくて困っている」、「一番自由な今が一番しんどい」、「家で居場所がない」、「暇になったのに焦る」、「嫌な上司もいないよりはマシ」などと語られることがある。なかには「このままの毎日が続くと思うと、自分の人生は何だったのかと思うときがある」とまで発言した人もいたのである。

彼らの発言と住宅地や都心をまわった取材を重ね合わせてみると、在職中は組織内での上司や同僚、部下との濃密な人間関係を築いているにもかかわらず、退職後はその関係が切れてしまい、自分の居場所が見つからなくなっている、ということだ。

今まで長い間、企業社会のなかで朝から晩まで共同作業をやってきた人たちが、いきなり一人ぼっちになっては、力も意欲も湧かないのは当然であろう。

定年退職者には、まず何よりも、“他のメンバーのために”何かをやらなければならない義務や役割、すなわち、人との「関係をつくる」作業が求められるのではないか。