

# 2015いきいきシニア初春のつどい

## 会話と笑いをエネルギーに 還暦過ぎたら自分流に生きる

### タレント 島田洋七さん インタビュー

タレントの島田洋七さんが1月29日来仙し、「2015いきいきシニア初春のつどい」(主催/宮城県社会福祉協議会・いきいきSUNクラブ)で講演。講演前に楽屋を訪ね、60代半ばを迎えた島田さんに元気の秘けつや生きがいなどを伺った。

(9面に関連記事)

「仙台・宮城の印象は？」

宮城には60〜70回くらいは来ていますね。好きな街は札幌、仙台、福岡、沖縄なんですよ。

仙台はアーケード街が長くて、ケヤキがあつてきれい。「杜の都」っていう響きがいいじゃないですか。あと仙台といえば、さとう宗幸さんの「青葉

城恋唄」。いい曲だね。

「舞台や講演で全国各地を訪れる楽しみは？」

その土地その土地の魚を食べること。宮城はカキやホヤがおいしいですよ。

#### 佐賀の畑で野菜作り

「今はご自宅が佐賀にあるそうですが、プライベートの時間の過ごし方は？」

僕が51歳の時に所沢埼玉県から移住して、嫁

さんと2人暮らし。嫁の実家が佐賀で、その母親の介護があつてね。僕は広島生まれですが子どものころ、佐賀のばあさんに8年間育ててもらったので、身近な土地やし。

かまどや土間がある平屋の日本家屋を建てて住んでいます。かまどでご飯を炊いたり、冬はいろりで味噌汁を作ったり。畑で野菜も育ててね。ばあさんと過ごした昔のような暮らしがしたかった。楽しいですよ。僕がご飯を作って、近所の人を呼んで皆でわいわい食べる。



講演前に楽屋でインタビューに応じてくれた島田さんは「私服はジーンズが多いね。動きやすいから」とリラックスした表情

#### profile

島田洋七 (しまだようしち) 65歳

1950年2月10日広島県生まれ。漫才コンビB&Bとして「もみじまんじゅう」などのギャグで一世を風靡(ふうび)し、80年代の漫才ブームの先駆者となる。現在はタレント活動と並行し、自身の祖母との生活などを基にした講演や執筆活動にも精力的に取り組む。自伝小説「佐賀のがばいばあちゃん」は韓国版、台湾版など世界各国で出版され、映画・ドラマ化もされた。



「2015いきいきシニア初春のつどい」での講演の様子

誰かとしやべつて笑つて、それがエネルギーになりますよ。

「60歳を過ぎた島田さんご自身、人生をより充実させるために大切だと思うことは？」

「1週間に3日でもいい、何の仕事でもいい。とにかく働いた方がいい。特に男性は、定年退職して家にずっといるのが良くない。僕が佐賀にいるのは1年のうち1カ月くらい。それ以外はずっと東京とかで働いているから、佐賀での暮らしがより面白いと思える。違う環境がいいね。」

#### 1日1万歩以上歩く

「健康維持のために気を付けていることは？」

「1年ぐらい前から1日1万歩以上歩いてます。ここ2カ月はかかとを上げて歩くよ。自然と早足になって運動能力が上が

る。夜はぐつぐつと眠れるし、酒を飲んでも二日酔いはしなくなつた。

「食事は肉より魚が中心。塩分は多少気にして、刺し身は醤油じゃなくポン酢を付けて食べる。」

「今後挑戦したいことは？」

「僕は2月で65歳。この年齢になつたら自分流に生きるのがええ。人の言うことは聞かない、謝らない。この二つを実行すると、ものすごく楽(笑)。」

「今の生活が毎日楽しいから、これから何かつていいのは特にないですが、武道館にはあさんだけを集めて講演をしようかなと思つています。長年子育てをしてきたばあさんに喜んでほしい。」

「食生活、適度な運動、そして笑い。健康にええのは間違いなく、この三つ。だから講演ではたくさん笑つてもらいたいね。」