

学生時代に身に付けておくべき事 第34弾

日本学生卓球連盟 副会長 鈴木一雄

10月に入りコロナ感染の減少で緊急事態宣言もようやく解除、社会活動も普段通りになるかと思われましたがこの2年近くコロナ禍の生活習慣が今後の感染の不安と相まって、もと通りにはほど遠い状態です。世界で100年に一度と言われる今回のウイルス被害は様々な変化を求められていると感じます。さて今回は **<年代別・人の生き方を考える>**を取り上げました。

これは私が30数年前に一生をどう過ごすかの指標を手帳に書き毎年引き継ぎそれを読み直しています、学生諸君も一度作成してみたいかがでしょうか。

- 1) 20歳代→幅広く多くの人達と付き合う(社内外・友人・知人・親戚・家族)
重要なポイントとしては、**約束を守る(ささいな事でも)**
- 2) 30歳代→今後の人生の中人脈作りを意識し、かつより多くの人達と深くつきあう。**ポイントは、対等な立場で貸し借りのない付き合いの出来る人を選ぶ**
- 3) 40歳代→一生付き合える人を選別する、社会的分別をわきまえた付き合いが大事。**ポイントは人脈構築の最終段階となる**
***30~40歳代が特に重要(精神的・肉体的・人間的)であり、人脈の中の人達(己も含め)社会的立場が互いに明確的になる年代となる為**
- 4) 50歳代→これ迄の生き様の反省・確認を行い、一部やり直す又周りの人達への啓蒙(後進の指導含む)を促す役割を果たす。
ポイントとして特に健康維持(体力・脳活・病気)を意識し実践行動する
- 5) 60歳代→本格的な「指導・教育」がテーマ、この年代は人脈構築よりもこれ迄の仲間との関係維持・継続・発展を行うのと、生きがいの確認をする。
ポイント特に健康寿命を意識した生活実践
- 6) 70歳代→ボランティア活動とこれ迄生きてきた良い事・得意分野を幅広く伝える活動を重視した生き方をする。
ポイントは終活・他人に迷惑をかけない生き方
- 7) 80~90歳→人生の楽しみを謳歌したい
***私は32年前、年3回の開腹手術し正直74歳迄生きると思いませんでしたが、ある人がまだ世の中の役に立ってない!から生かされているとの事でした。**