

去年の夏から知り合いの軽井沢の別荘の離れを一週間ほど借りて「似非軽井沢マダム生活」を楽しんでいます。旧軽の三笠の森に佇むこの離れは築50年、昭和30年代のレトロ感で一杯です。建て付けが古いかドアや網戸をきちんと締めても虫達があちこちに登場します。それも緑の中に住むのだからと覚悟を決めれば苦痛ではありません。

この夏は東京から友人達が入れ替わり立ち替わりこの離れに泊まりに来ました。まさに合宿所生活！畳の部屋に布団を並べると友人からは「今から枕投げする？」との言葉が。皆エンジョイしてくれました。

鬱蒼とした森の中のカーテンのない部屋では自然のわずかな木漏れ日で目が覚めます。外に目をやると深い緑が広がります。窓は開けて寝るので、ひんやりとした空気が流れてきます。鳥のさえずりが遠くに聞こえます。軽井沢の朝、ゆつたりとした最高タイムです。

でも離れに泊まりに来た友人の中には「カーテンがないと眠れないから部屋を替えて欲しい」という人もいました。そう、人の価値観は様々です。私にとっては「東京では絶対経験出来ない最高の目覚め」なのですが…。

『似非軽井沢マダム生活』

文 朝倉匠子 text by Shoko Asakura

今軽井沢の素敵な別荘を所有している方々の平均年齢は日本の超高齢社会を凝縮するようかなりかなり高めです。その方達のおさんは自然の中の一軒家を管理する大変さや長年見てきたせいか、受け継ぐ事を躊躇する方が大半のよう。そしてお孫さん達は虫が大の苦手です。寒さが厳しく、雪が降る前に氷になってしまったためスケートが盛んだった軽井沢は、温暖化の影響で最近雪がよく降るそうです。都会人は広い庭付きの一軒家を丸ごと雪かきする姿を想像しただけで気が遠くなりそうです。そのせいかマンションに買い替えたい人が多いと聞きます。「一軒家の別荘」は憧れですが、実際借りてみると自然の中で家を所有し、維持するのはお金だけでなく、かなりの体力と意志が必要だと痛感しました。「似非マダム」が最高かも。



『35歳からのダイエット革命 (Discover21)』
定価1,404円(税込)
好評発売中



Profile

広島生まれ東京育ち。青山学院文学部英米文学科卒業。学生時代よりコマースモデルとして活躍、その後テレビ司会者や経済インタビューとして活躍し、渡米。10年間メディア活動を休止。その間カリフォルニア大学で「NPOマネジメント」及び「ジェロントロジー(加齢学)」を学び、「エイジング・スペシャリスト」として再びメディア活動に復帰。「能動的・精神的・美的加齢法」をベースに医療や心理学、社会学等最先端情報と連携しながら、多くの方々と共に年齢を積み重ねることの楽しさ、自信、そして若々しさ、美しさを育てる「アクティブ・エイジング」を提唱する活動を行っている。現在、NPO法人アンチエイジングネットワーク理事、日本抗加齢医学会正会員などで活躍中。