

## 第233回 令和8年5月21日（木）

### 「追ってもしかたないもの」

休日2回と平日1回を目標にスポーツジムに通っています。健康の維持が目標で、走ることに1時間強。どちらかといえば終了後のお風呂が楽しみで行っているようなものです。

最近のスポーツジムは相当高齢化しています。元気な高齢者が増えたということ、筋肉量を落とさないことが長生きには大切だということ、ジムでのコミュニケーションが楽しいということなどで会員数が増えているようですが、私はまだまだ若手の域を脱していないように感じます。

元気なことはとても良いのですが、たまに大きな声で苦情を言っている高齢者を見かけることがあります。原因はわからないので正しいかどうかはわからないのですが、その口調には若干閉口してしまうこともあります。きっと昔は偉いポジションにいたのだらうかと推察します。

従業員さんは給料をもらっているのだとしても、やっぱり相手に対するリスペクトはお互いに必要だと思います。多くの利用者が気持ちよく活用している中で、声を大きくしてクレームを言うことは見えていて気持ちが良いものではありません。

世の中には「肩書」を欲しがることがあります。一定の役職に就くと収入も増えるのが通常ですからそれを追い求めることは別に良いと思います。でも肩書というものは終わってしまえばその人から離れるものです。役職を退けば元に戻るわけで、ジャージを着てジムに通っていればなおのこと、たとえ元社長であっても誰にもわかりません。

名刺を見なくてはわからないものに対してあまり思い入れを強くするべきではないと思います。人間が偉くなったわけではありません。人間性が良いか悪いかは名刺を見なくてもにじみ出るものです。

また「肩書」は努力すれば必ず勝ち取れるものでもありません。出世に貪欲になることは良い面と悪い面があります。良い面は自分を磨くモチベーションになることですが、「肩書」の多くは「与えられる」ものなので、自分ではどうしようもないことがたくさんあります。他人が左右することを必要以上に気にしすぎても良くないと思います。

自分の努力次第でどうにかなるものを手に入れたければ追うべきだと思います。でも自分だけではどうにもならないものを追いつくと心が狭くなってしまいます。手放すこともできなくなって、人間性を落としてしまうことにもつながってしまいます。

ジムでは目立たず、おとなしい高齢者になっていこうと思っています。